ADORAZIONE EUCARISTICA
RINGRAZIAMENTO A DIO

Come unico pane

1 Come unico pane anche noi qui formiamo un solo corpo, perché tutti mangiamo il pane vivo di Cristo.

È questa la vita per noi, è questa la gioia: il vivere uniti con Cristo facendo la Chiesa.

2 Per un'unica fede noi crediamo a questa santa cena e cantiamo all'amore
di un Dio fattosi carne.

3 Siamo quelli di sempre,
ma l'amore di Cristo ci trasforma e
vogliamo gridarlo a chi cerca la pace.

4 Siamo quelli che ha scelto
per portare la vita ai suoi fratelli: noi
saremo la voce di Cristo, Dio e uomo.

L. O Gesù, nostro Dio e Salvatore, noi ti adoriamo presente nell'Eucaristia e ti esprimiamo la nostra riconoscenza per i benefici che, nella tua bontà, continui a concederci.
Grazie, o Signore, della vita soprannaturale che ci doni, delle ricchezze spirituali che hai messo a nostra disposizione, dei mezzi che ci offri per realizzare l'ideale della nostra vita.
Grazie alla vita fisica, della salute del corpo e delle cose buone che abbiamo goduto; dell'intelligenza e del desiderio di sapere che hai posto in noi; delle buone ispirazioni con le quali ci guidi dal di dentro.
Grazie anche dei dolori e degli insuccessi che ci affinano, ci purificano e ci uniscono di più a te; dei contrattempi e delle incomprensioni che irrobustiscono la nostra pazienza.
Grazie di tutto, perché tutto è provvidenziale, tutto giova, se siamo saggi, alla nostra santificazione, giacché tu fai cooperare tutto al bene di coloro che ti amano.

T. Al Signore Principe della pace lode, onore, gloria e potenza per i secoli dei secoli. Amen.

Dal Vangelo di S. Luca (10, 21-24)
«Ti rendo lode, o Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così hai deciso nella tua benevolenza. Tutto è stato dato a me dal Padre mio e nessuno sa chi è il Figlio se non il Padre, né chi è il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio vorrà rivelarlo».
E, rivolto ai discepoli, in disparte, disse: «Beati gli occhi che vedono ciò che voi vedete. Io vi dico che molti profeti e re hanno voluto vedere ciò che voi guardate, ma non lo videro, e ascoltare ciò che voi ascoltate, ma non lo ascoltarono».

Salmo 144
Rit. Canterò senza fine la bontà del Signore.

Ti voglio benedire ogni giorno, lodare il tuo nomein eterno e per sempre. -
Paziente e misericordioso è il Signore,
lento all'ira e ricco di grazia. **Rit.**

Buono è il Signore verso tutti,
la sua tenerezza si espande su tutte le creature. **Rit.**

Ti lodino, Signore, tutte le tue opere e ti benedicano i tuoi fedeli.
Dicano la gloria del tuo regno
e parlino della tua potenza. **Rit.**

Riflessione personale (silenzio)

Rendere grazie al Signore
(Card. L. Suenens: Vita quotidiana, vita cristiana)

È fondamentale saper ringraziare Dio. Di che cosa? Prima di tutto perché egli è Dio; è questa la grande preghiera di ringraziamento nei suoi confronti. Ti rendiamo grazie, Signore, dice il Gloria della Messa, per la tua gloria immensa.

Ringraziare Dio di essere Dio, nella comunione con la sua stessa gioia.
Carlo de Foucauld esprimeva la propria gratitudine rivolgendo a Dio, in mezzo alle pene e alle croci personali, questa espressione che è un puro slancio di adorazione che pone al loro giusto posto tutte le cose: «Mio Dio, la tua felicità mi basta». Questo grazie è la carità teologale espressa in tutta chiarezza. Dobbiamo anche rendere grazie a Dio per tutto ciò che gli dobbiamo. C'è qui un motivo costante di gioia e di riconoscenza. Non si finirà mai di enumerare i suoi benefici. Ci
basti dire che dobbiamo ringraziare Dio di essere nostro Padre, perché abbiamo la gioia di essere veramente suoi figli: siamo naturalizzati divini, dei figli di adozione.
Ringraziare Dio di essere nostro Fratello, di essere divenuto uno di noi perché in lui e per lui noi entriamo nella famiglia divina con pieno diritto e piena eredità. Ringraziamo Dio di essere santificati dallo Spirito «che fa i santi e i viventi», che vuole farci penetrare nella profondità di Dio e associarci allo slancio del suo amore.
Dobbiamo anche essere capaci di ringraziare per ogni cosa messa a nostra disposizione: per la casa che ci ripara, il tavolo, il letto, la poltrona, i libri, la lampada che arde, il fuoco che riscalda, gli amici incontrati per caso, e mille e mille altre cose a portata di mano. È Dio che ci ha dato tutto questo attraverso le cause seconde. Verso di lui deve salire la gratitudine come verso la causa suprema di tutti i nostri beni.
È spesso interessante e illuminante cogliere al volo le ultime parole pronunciate quaggiù da qualche anima eletta. Talvolta rivelano tutta una vita e aprono orizzonti sulla spiritualità che la muove. Conoscete l'ultima preghiera di santa Chiara, quest'anima bella e pura che con tanta generosità fece eco al Vangelo? Sentendo avvicinarsi la morte, rivolse a Dio un'ultima invocazione e fu udita mormorare: «Ti ringrazio, Signore, perché mi hai creata».
E il supremo grazie che la creatura deve al suo Creatore, è il grido di un'anima che ha compreso lo splendore della riconoscenza.

Riflessione personale (silenzio)

Dal Vangelo secondo Matteo
In verità io vi dico ancora: se due di voi sulla terra si metteranno d'accordo per chiedere qualunque cosa, il Padre mio che è nei cieli gliela concederà. Perché dove sono due o tre riuniti nel mio nome, lì sono io in mezzo a loro.

Solo Grazie, per tutto e per sempre.
Grazie a Te, Grazie a Te, Gesù
Solo Grazie, per tutto e per sempre.
Grazie a Te, Grazie a Te

L2: Grazie, Gesù, perché in queste ore condivise Tu ci stai lavorando i cuori, perché vuoi farne cuori eucaristici: ardenti di amore come il Tuo, ricchi di fede, di speranza e di carità fraterna. Continua a lavorarci i cuori, Gesù, e uniscili in una sinfonia d'amore e di gratitudine a Te.

Solo Grazie, per tutto e per sempre....

L3: Grazie, Gesù, per tutte le volte che, in quest'anno, ci hai fatti ritrovare così vicino a Te. Grazie per averci impregnati della Tua Presenza, per averci avvolti nell'intimità del Tuo Amore e per averci riempiti della Tua Grazia.

Solo Grazie, per tutto e per sempre...

L4: Grazie, Gesù, per tutti i fratelli e le sorelle che, in questo tempo condiviso, ci hai messo accanto. E Grazie per tutti quelli che ti abbiamo portato, presentandoteli nelle nostre povere preghiere.

Solo Grazie, per tutto e per sempre...

Riflessione personale
(alcuni testi biblici sul ringraziamento)

“State sempre lieti, pregate incessantemente, in ogni cosa rendete grazie; questa è infatti la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi.” (1 Tess5,16-18)

“Non angustiatevi per nulla, ma in ogni necessità esponete a Dio le vostre richieste, con preghiere, suppliche e ringraziamenti, e la pace di Dio, che sorpassa ogni intelligenza, custodirà i vostri cuori e i vostri pensieri in Cristo Gesù.” (Filippesi 4,6-7)

“Siano rese grazie a Dio che ci dà la vittoria per mezzo del Signore nostro Gesù Cristo!”
(1 Corinzi 15,57)

Lodate il Signore, perché è buono, perché la sua grazia dura sempre.
(1 Cronache 16,34)

Dobbiamo sempre ringraziare Dio per voi, fratelli, ed è ben giusto. La vostra fede, infatti, cresce rigogliosamente e abbonda la vostra carità vicendevole.
(2 Tessalonicesi 1,3)

Poiché da lui, grazie a lui e per lui sono tutte le cose. A lui la gloria nei secoli. Amen. Romani (11,36)

Loderò il Signore con tutto il cuore e annunzierò tutte le tue meraviglie.
(Salmo 9,2)

“E tutto quello che fate in parole ed opere, tutto si compia nel nome del Signore Gesù, rendendo per mezzo di lui grazie a Dio Padre.” (Colossesi 3,17)

“E la pace di Cristo regni nei vostri cuori, perché ad essa siete stati chiamati in un solo corpo. E siate riconoscenti!”
(Colossesi 3,15)

“Perseverate nella preghiera e vegliate in essa, rendendo grazie.”
(Colossesi 4,2)

“Così sarete ricchi per ogni generosità, la quale poi farà salire a Dio l'inno di ringraziamento per mezzo nostro.”
(2 Corinzi 9,11)

“La parola di Cristo dimori tra voi abbondantemente; ammaestratevi e ammonitevi con ogni sapienza, cantando a Dio di cuore e con gratitudine salmi, inni e cantici spirituali.” (Colossesi 3,16)

Riflessione personale (silenzio)

COME VIVERE LA GRATITUDINE OGNI GIORNO

Rendere grazie a Dio non deve essere limitato alla preghiera formale. Può diventare un atteggiamento quotidiano:

- Iniziare la giornata con un pensiero di gratitudine.
- Tenere un diario delle benedizioni ricevute.
- Ringraziare Dio anche nei momenti di prova, come ci insegna Papa Francesco:

“Dobbiamo sempre ringraziare Dio, anche quando non comprendiamo tutto ciò che accade. La gratitudine trasforma il cuore e apre la porta alla speranza.”
Ringraziare Dio è un viaggio che trasforma la vita. Ogni passo di gratitudine, ogni preghiera, ogni canto liturgico ci avvicina al cuore di Dio e ci rende testimoni della Sua misericordia.

Riflessione di san Paolo VI

Signore, Ti ringrazio che mi hai chiamato alla vita, ed ancor più che, facendomi cristiano, mi hai rigenerato e destinato alla pienezza della vita.
Parimente sento il dovere di ringraziare e di benedire chi a me fu tramite dei doni della vita, da Te, o Signore, elargitimi: chi nella vita mi ha introdotto, chi mi ha educato, benvoluto, beneficato, aiutato, circondato di buoni esempi, di cure, di affetto, di fiducia, di bontà, di cortesia, di amicizia, di fedeltà. Guardo con riconoscenza ai rapporti naturali e spirituali che hanno dato origine, assistenza, conforto, significato alla mia umile esistenza: quanti doni, quante cose belle ed alte, quanta speranza ho io ricevuto in questo mondo! (...)

Il mio vuole essere un semplice atto di riconoscenza, anzi di gratitudine: questa vita mortale è, nonostante i suoi travagli, i suoi oscuri misteri, le sue sofferenze, la sua fatale caducità, un fatto bellissimo, un prodigio sempre originale e commovente, un avvenimento degno d'essere cantato in gaudio e in gloria: la vita, la vita dell'uomo! Né meno degno d'esaltazione e di felice stupore è il quadro che circonda la vita dell'uomo: questo mondo immenso, misterioso, magnifico, questo universo dalle mille forze, dalle mille leggi, dalle mille bellezze, dalle mille profondità. E' un panorama incantevole. (...)
Perché non ho studiato abbastanza, esplorato, ammirato la stanza nella quale la vita si svolge? Tutto è dono; dietro la vita, dietro la natura, l'universo, sta la Sapienza; e poi, sta l'Amore! La scena del mondo è un disegno, oggi tuttora incomprensibile per la sua maggior parte, d'un Dio Creatore, che si chiama il Padre nostro che sta nei cieli! Grazie, o Dio, grazie e gloria a Te, o Padre!

(San Paolo VI)

INVOCAZIONI

Pensando a tutti i doni ricevuti dal Signore, eleviamo a lui la nostra preghiera di riconoscenza e diciamo insieme:
Noi ti ringraziamo, o Signore

- - Per aver creato un mondo bello, tutto per noi.
- - Per averci creato e conservati in vita.
- - Per esserti fatto uomo per la nostra salvezza.
- - Per la fede cristiana alla quale ci hai chiamati.
- - Per averci comunicato la tua santa grazia.
- - Per averci donato la tua parola.
- - Per la tua presenza eucaristica in mezzo a noi.
- - Per averci liberati dal peccato.
- - Per averci tenuti lontani da tanti mali.
- - Per il cibo che ci doni ogni giorno.
- - Per il vestito, la casa, la serenità e la libertà.
- - Per la gioia eterna che ci hai promesso.
-

S. O Dio, fonte di ogni bene, principio del nostro essere e del nostro agire, fa' che riconosciamo i benefici della tua paterna bontà e ti amiamo con tutto il cuore e tutte le forze. Per Cristo nostro Signore.
T. Amen.