

ADORAZIONE



EUCARISTICA

19 FEBBRAIO 2026

Santuario Diocesano dell'Eucaristia

Monastero del Sacro Cuore via Trento 27 – Vigevano

www.adoratricivigevano.it

TEMPO DI QUARESIMA

CANTO: Pane di vita

GUIDA: Con la celebrazione liturgica delle Ceneri siamo entrati nel cammino quaresimale: un cammino di silenzio, di riconciliazione, di contemplazione del mistero della salvezza, di conversione. In questo tempo, la Chiesa ricorda il passaggio dalla schiavitù alla libertà, poiché Dio desidera per noi la vita e non la morte, la gioia e non il dolore. Gesù ci svela l'immagine di Dio come Padre Misericordioso donando il perdono e la possibilità di ricominciare. Ciascuno è invitato con la propria libertà e l'intelligenza della fede a partecipare a quest'opera dello Spirito. Apriamo i nostri cuori al Padre aiutandoci con le parole della Beata Madre Fondatrice Maria Maddalena dell'Incarnazione. Preghiamo insieme:

Atto di umiltà e di contrizione

Mio Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo, abbi pietà di me, poiché mi riconosco veramente indegna di comparire davanti a te per i molti peccati che ho commesso e ancor più di avvicinarmi a questo santo luogo. Mio Dio, non respingermi dalla presenza del tuo divin Figlio, che, non contento di esser morto allora su un duro legno di croce, si sacrifica ancor oggi continuamente sopra gli altari per me, benché vile creatura e peccatrice. Sono veramente pentita di averti offeso, essendo tu infinitamente buono e amabile e

perché il peccato ti addolora.... Perdonami, mio Signore; purifica l'anima mia con l'infusione della tua grazia e rendila tale ai tuoi purissimi occhi, affinché l'ora di adorazione che sto facendo sia a te accetta e gradita. Frattanto umilmente prostrata alla tua divina presenza e col vivo sentimento di rispetto dovuto alla tua maestà infinita, ti adoro sotto le specie eucaristiche, nelle quali ti sei nascosto per mio amore, per unirti intimamente all'anima mia e star con noi fino alla consumazione dei secoli. O degnazione ineffabile di un Dio amatissimo delle nostre anime! In te mi trovo ora tutta raccolta ed immersa.

ADORAZIONE SILENZIOSA

CANTO: Benedici il Signore

LETTORE: Dal Vangelo di san Matteo (6,16-18)

Quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipocriti, che assumono un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e lavati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

LETTORE: Nel messaggio del Santo Padre Leone XIV per la Quaresima risuona forte l'invito all'ascolto della Parola di Dio unita al digiuno. La disponibilità ad ascoltare manifesta il desiderio di entrare in relazione con l'altro; in particolare, l'ascolto della Parola di Dio durante la liturgia educa ad una comprensione più vera della realtà. Infatti all'interno delle molte voci che provengono dall'esperienza personale e sociale di ciascuno, le Sacre Scritture rendono capaci l'uomo di discernere quelle che provengono da situazioni di sofferenza e di ingiustizia e che sono bisognose di risposta.

LETTORE: Il digiuno costituisce una pratica concreta che dispone all'accoglienza della Parola di Dio perché l'esercizio dell'astensione dal cibo, pratica ascetica antichissima, coinvolge il corpo rendendo più evidente ciò di cui abbiamo fame, cioè cosa è essenziale per il sostentamento dell'uomo. Il digiuno serve a discernere e ordinare gli "appetiti", a mantenere vigile la fame e la sete di giustizia, educandola perché diventi preghiera consapevole e responsabile davanti a Dio e agli uomini. Viene spontaneo riflettere allora su quale sia il significato del digiuno e perché la fede è legata ad esso.

ADORAZIONE SILENZIOSA

CANTO: Aspirazione n. 27

*O Solitario amor mio, Voi siete l'unico ristoro
di questo mio cuore, Voi mi cangiate in Paradiso
la solitudine, in chiara luce la notte,
in un nettare di dolcezza il silenzio.*

LETTORE: Scrive san Basilio Magno sul digiuno:
"Forse tu credi che io pensi che il digiuno ha avuto
inizio con la legge mosaica invece il digiuno è più
antico della legge stessa, è tanto vecchio che è stato
creato con l'uomo stesso. Fu prescritto fin dal
paradiso. Il primo precetto ricevuto da Adamo fu
quello di non mangiare dell'albero della scienza del
bene e del male. Quel non mangiare è già legge del
digiuno e dell'astinenza... Lazzaro attraverso il digiuno
è entrato in paradiso...Mosè non sarebbe arrivato sul
vertice, non sarebbe entrato nella nube, se non si
fosse equipaggiato con il digiuno...Non fu un piatto di
lenticchie per il quale (Esaù) vendette la
primogenitura?".

LETTORE: Il digiuno è già presente nell'Eden. Si
colloca prima del peccato originale, prima della colpa,
prima del tradimento: non è proposto da Dio per
riparare il peccato, per saldare un debito. Non è
qualcosa contraria all'uomo, ma fa parte della
creazione stessa. Piuttosto la ribellione a Dio è legata
sempre a qualcosa di materiale, nello specifico al cibo;

nel libro dell'Esodo il popolo, dopo essere stato liberato
dalla schiavitù degli egiziani, mormora contro Dio a
causa del cibo e questa ribellione si ripresenta anche
all'arrivo alla terra promessa. La "fame" ha rovinato
Esaù rendendolo schiavo del fratello e facendogli
perdere la primogenitura.

ADORAZIONE SILENZIOSA

CANTO: Tu sei la mia vita

LETTORE: Continua ancora san Basilio Magno: "Non
siate tristi, ma lavatevi il viso, profumatevi la testa" .
Siamo, dunque, di buon umore, come abbiamo
imparato. Nei prossimi giorni non dobbiamo esser tristi,
ma prepariamoci con slancio, come conviene ai santi.
Nessuno, se scoraggiato, può essere incoronato
vincitore. Nessuno, con un aspetto triste, innalza un
trofeo. Perciò non essere rattristato quando ti prendi
cura della tua anima. Sarebbe sconveniente non gioire
della salvezza. Non sarebbe conveniente affliggersi
della privazione di cibo in questo tempo di quaresima.
Sarebbe strano che quelli che si danno al piacere del
ventre mostrino una gioia più grande di coloro che
hanno cura della propria anima. La sazietà porta alla
soddisfazione del ventre, il digiuno, invece, aumenta il
profitto dell'anima....Questo è un dono antico che non

invecchia, ma si rinnova senza fine e rifiorisce ogni volta che sboccia.”.

LETTORE: Dal Salmo 109. Preghiamo insieme:

Ma tu, Signore Dio,
agisci con me secondo il tuo nome:
salvami, perché buona è la tua grazia.

*Io sono povero e infelice
e il mio cuore è ferito nell'intimo.
Scompaio come l'ombra che declina,
sono sbattuto come una locusta.*

Le mie ginocchia vacillano per il digiuno,
il mio corpo è scarno e deperisce.
Sono diventato loro oggetto di scherno,
quando mi vedono scuotono il capo.

*Aiutami, Signore mio Dio,
salvami per il tuo amore.
Sappiano che qui c'è la tua mano:
tu, Signore, tu hai fatto questo.*

Gloria al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo

*come era nel principio e ora e sempre
nei secoli dei secoli. Amen*

ADORAZIONE SILENZIOSA

CANTO: Santa Maria del cammino

SACERDOTE:

Re celeste, Consolatore, Spirito di verità,
che sei ovunque presente
e porti a compimento ogni cosa,
Tesoro di beni e Datore di vita,
vieni e dimora in noi,
purificaci da ogni macchia
e salva, Tu che sei buono,
le nostre anime.
Amen

(tratto da INNO AKATHISTOS AL SANTO
E VIVIFICANTE SPIRITO)

BENEDIZIONE EUCARISTICA

CANTO FINALE