

## Suggerimenti per vivere l'Adorazione eucaristica con i giovani

Nell'adorazione eucaristica personale e comunitaria, ognuno di noi è posto alla presenza della realtà del corpo e sangue di Cristo. La nostra libertà, la nostra fede, è chiamata così ad uscire dal pericolo di una "solitudine", di un ripiegamento su sé stessa. Inoltre, proprio perché siamo posti davanti a Gesù, il momento dell'adorazione eucaristica diviene anche occasione per educare alla celebrazione dell'eucarestia.

Raccogliendo la bella provocazione della lettera pastorale, potrebbe essere significativo inserire questa opportunità dell'adorazione eucaristica, dentro un pellegrinare, dentro un piccolo cammino. Partire da una piazza, o dall'oratorio, o dalla parrocchia, per camminare verso quella chiesa in cui si vivrà l'adorazione.

Vi invitiamo, quest'anno, nella misura del possibile, a prendersi cura di tre aspetti: accompagnare all'incontro, dare spazio alla *dimensione personale* dell'adorazione eucaristica, raccogliere i frutti della preghiera.

Accompagnare

Per i discepoli di Emmaus, il cammino è luogo di discernimento, di messa a fuoco delle domande, delle fatiche, dei sensi di vuoto, delle ferite, dei desideri. Il cammino è una opportunità di decantazione, è l'occasione per "entrare nella preghiera". Non sia un cammino troppo breve e per buona parte sia vissuto in silenzio. Nel luogo di partenza, salutarsi, accogliersi e introdursi con un canto o un salmo delle ascensioni. Poche parole, pochissimi minuti, il tempo necessario per incamminarsi insieme.

I due discepoli, raggiunti dal misterioso viandante, sono stati progressivamente chiamati ad uscire da un eccessivo ripiegamento su sé stessi e sono stati posti davanti all'Altro da me. Quando si arriva al luogo dell'adorazione, se l'ambiente lo permette, si potrebbero preparare degli spazi, dove, in silenzio, il giovane viene introdotto al mistero del corpo e sangue di Cristo. Ad esempio utilizzando qualche

manifesto che riporti brani di Vangelo, oppure scritti di autori spirituali, oppure racconti di “miracoli eucaristici”. Si può creare un secondo luogo di decantazione, un ambiente che aiuti ad entrare nella preghiera. Il desiderio è di avvicinare la persona alla realtà del corpo e sangue di Cristo

Il Servizio per i Giovani e l'Università metterà a disposizione alcuni manifesti per rendere accoglienti gli spazi e sarà possibile acquistare singolarmente i testi che trovate di seguito.

L'ingresso nella *stanza più interna del castello* va curato, impregiato, evidenziato, con qualche semplice elemento simbolico, con una scritta, per segnare ed indicare l'ingresso ad una “presenza”. È bene, se possibile, che, entrando, l'eucarestia sia già esposta. L'adorazione sia proposta per un tempo adeguato, tra i trenta e i sessanta minuti. Si può accompagnare l'adorazione con una domanda o con altri suggerimenti che trovate anche nel materiale proposto dal servizio giovani.

Il momento della riposizione sia vissuto tutti insieme. Un canto, un gesto, una preghiera comune, che metta in luce un aspetto della realtà del corpo di Cristo.

Anche il momento del rientro è importante e parte integrante del pellegrinare, come per i discepoli di Emmaus. Non è mai un “tornare indietro”. Sempre i discepoli se ne tornano “trasfigurati”. Anche fosse solo per la “fatica” del cammino. Sulla base dell'itinerario utilizzate, se possibile, parte del percorso per una condivisione. Rientrati, concludete con una preghiera insieme.

*Le nove proposte di adorazione sono a cura di  
Monastero Romite Ambrosiane, Santa Maria del Monte sopra Varese (VA),  
Adoratrici Perpetue del SS. Sacramento, Monza,  
Abbazia dei SS. Pietro e Paolo delle Monache benedettine, Viboldone.  
Ringraziamo per la collaborazione.*

Incertitudine

Partire