

# GENNAIO CONTEMPLAZIONE

*L'acqua unita al vino sia segno della nostra unione con la vita divina  
di colui che ha voluto assumere la nostra natura umana.*

## Canto Iniziale

*Esposizione Eucaristica*

### Guida:

Possa questo tempo di preghiera e di adorazione davanti al Santissimo Sacramento essere un'opportunità preziosa per crescere nella conoscenza di questo incomparabile tesoro che Cristo ha lasciato alla Chiesa. Possa quest'ora di adorazione promuovere una celebrazione sempre più viva e fervente dell'Eucaristia, che conduce ad una vita Cristiana trasformata dall'amore. Potessimo noi tutti riscoprire il dono dell'Eucaristia come luce e sostegno per la nostra vita quotidiana, nell'esercizio della nostra professione. Per Cristo nostro Signore.

**Tutti: Amen.**

### *Riflessione in Silenzio*

*Rimaniamo in silenzio con noi stessi, per aprire le nostre orecchie ed il nostro cuore.*

## Preghiera prima della Lettura delle Scritture

**Guida:** *Preghiamo*

**Tutti:** Gesù Cristo, nostro Signore, Tu sei la Via, la Verità e la Vita. Concedici di venire alla conoscenza del Tuo sublime amore nello spirito di San Paolo Apostolo e della Chiesa Cattolica. Manda il Tuo Spirito ad insegnarci ed a ricordarci i tuoi precetti. Preghiamo nel nome di Gesù. Amen.

### **Dalla Bibbia:** *(Ebrei 10:1-7,10)*

Essendo infatti la legge solo un'ombra dei beni futuri e non la realtà stessa delle cose, non ha il potere di condurre alla perfezione, per mezzo di quei sacrifici che si offrono continuamente di anno in anno, coloro che si accostano a Dio. Altrimenti non si sarebbe forse cessato di offrirli, dal momento che i fedeli, purificati una volta per tutte, non avrebbero ormai più alcuna coscienza dei peccati? Invece per mezzo di quei sacrifici si rinnova di anno in anno il ricordo dei peccati, poiché è impossibile eliminare i peccati con il sangue di tori e di capri. Per questo, entrando nel mondo, Cristo dice: Tu non hai voluto né sacrificio né offerta, un corpo invece mi hai preparato. Non hai gradito né olocausti né sacrifici per il peccato. Allora ho detto: Ecco, io vengo - poiché di me sta scritto nel rotolo del libro - per fare, o Dio, la tua volontà... Ed è appunto per quella volontà che noi siamo stati santificati, per mezzo dell'offerta del corpo di Gesù Cristo, fatta una volta per sempre.

Parola di Dio

**Tutti: Rendiamo grazie a Dio**

### **Salmo Responsoriale:** *(Salmo 34:3-5,8-11)*

***Risposta: Loderò il Signore in ogni tempo;  
la sua lode sarà sempre sulle mie labbra.***

Celebrate con me il Signore,  
esaltiamo insieme il suo nome. **R/.**

Ho cercato il Signore e mi ha risposto  
e da ogni timore mi ha liberato. **R/.**

Guardate a lui e sarete raggianti,  
non saranno confusi i vostri volti. **R/.**

Gustate e vedete quanto è buono il Signore;  
beato l'uomo che in lui si rifugia. **R/.**

Temete il Signore, suoi santi,  
nulla manca a coloro che lo temono. **R/.**

I ricchi impoveriscono e hanno fame,  
ma chi cerca il Signore non manca di nulla. **R/.**

Venite, figli, ascoltate mi;  
v'insegnerò il timore del Signore. **R/.**

### **Gloria al Padre...**

#### **Meditazione:** *Ecclesia de Eucharistia*, Introduzione, 1

Giustamente il Concilio Vaticano II ha proclamato che il Sacrificio eucaristico è «fonte e apice di tutta la vita cristiana». <sup>1</sup>« Infatti, nella santissima Eucaristia è racchiuso tutto il bene spirituale della Chiesa, cioè lo stesso Cristo, nostra Pasqua e pane vivo che, mediante la sua carne vivificata dallo Spirito Santo e vivificante, dà vita agli uomini ». <sup>2</sup> Perciò lo sguardo della Chiesa è continuamente rivolto al suo Signore, presente nel Sacramento dell'Altare, nel quale essa scopre la piena manifestazione del suo immenso amore.

<sup>1</sup> *Lumen Gentium*, 11.

<sup>2</sup> *Presbyterorum Ordinis*, 5.

### **Riflessione in Silenzio**

#### **Riflessione - (Catechismo, 776)**

In quanto sacramento, la Chiesa è strumento di Cristo. Nelle sue mani essa è lo “strumento della Redenzione di tutti,” “il sacramento universale della salvezza,” attraverso il quale Cristo “svela e insieme realizza il mistero dell'amore di Dio verso l'uomo.” (*Lc. 1:17*) Essa “è il progetto visibile dell'amore di Dio per l'umanità,” progetto che vuole “la costituzione di tutto il genere umano nell'unico Popolo di Dio, la sua riunione nell'unico Corpo di Cristo, la sua edificazione nell'unico tempio dello Spirito Santo.” (cf. *Ap. 22:17*)

#### **Preghiera per l'Unità dei Cristiani**

**Guida:** *Preghiamo*

Signore Dio, ti rendiamo grazie per gli insegnamenti che ci vengono dalle tue scritture. Dacci il coraggio di aprire i nostri cuori e le nostre menti ai vicini di altre confessioni Cristiane e di altre religioni; la grazia di superare gli ostacoli dell'indifferenza, pregiudizio e odio; e una visione della fine dei tempi, quando i Cristiani cammineranno assieme verso la festa finale, quando ogni lacrima e divisione saranno conquistate dall'amore.

**Tutti:** *Amen.*

## **Intenzioni**

### **Guida:**

Preghiamo e offriamo la nostra giornata unitamente alle intenzioni del Santo Padre

### **Tutti:**

Eterno Padre, noi ti offriamo con Maria, Madre del redentore del genere umano, il Sangue che Gesù sparse con amore nella passione ed ogni giorno offerto in sacrificio nella celebrazione dell'Eucaristia. In unione alla Vittima immolata per la salvezza del mondo, ti offriamo le azioni della giornata in espiazioni dei nostri peccati, per la conversione dei peccatori, per le anime sante del purgatorio, per i bisogni della Santa Chiesa ed in modo particolare:

Per l'evangelizzazione: **Minoranze religiose in Asia**

Perché, nei paesi asiatici, i cristiani, come pure le altre minoranze religiose, possano vivere la loro fede in piena libertà.

***R/. Signore, ascolta la nostra preghiera.***

Dio della compassione, guarda con benevolenza tutti coloro che lavorano e pregano per l'unità delle comunità Cristiane che sono divise, preghiamo. ***R/.***

O Dio, ti circondano il tuo popolo con amore di Onnipotente, gli occhi della fede siano aperti per vedere la tua presenza, preghiamo. ***R/.***

Signore, Tu hai promesso di essere sempre con la Tua Chiesa, fa' che lo Spirito Santo ispiri più vocazioni al sacerdozio e alla vita religiosa, preghiamo. ***R/.***

Per chi richiede l'aiuto delle nostre preghiere, per chi non ha nessuno che preghi per loro, e per le intenzioni che custodiamo nel segreto del nostro cuore, preghiamo. ***R/.***

## **Padre Nostro...**

***Riflessione in Silenzio***

## **Preghiera Finale**

**Guida:** *Preghiamo*

**Tutti:** Signore Gesù, che nell'Eucaristia fai la tua dimora in mezzo a noi e diventi il nostro compagno di cammino, incoraggia le nostre comunità cristiane perché siano sempre più aperte alla tua Parola. Possano trarre dall'Eucaristia un rinnovato desiderio per diffondere nella società, nella proclamazione del Vangelo, i segni e le opere di una carità attiva. Per Cristo nostro Signore.

*Benedizione e Reposizione*

## **Canto Finale**