

<sup>1</sup>il vino che allieta il cuore dell'uomo;  
l'olio che fa brillare il suo volto  
e il pane che sostiene il suo vigore.

**Quanto sono grandi, Signore, le tue opere!  
Tutto hai fatto con saggezza,  
la terra è piena delle tue creature.**

La gloria del Signore sia per sempre;  
gioisca il Signore delle sue opere.  
Voglio cantare al Signore finché ho vita,  
cantare al mio Dio finché esisto.

**A lui sia gradito il mio canto;  
la mia gioia è nel Signore.  
Benedici il Signore, anima mia.**

Preghiamo insieme:

Ti prego Signore,  
Rendimi capace di riconoscerTi nella mia vita.  
Apri il mio cuore perché possa sentire la tua gioia, il tuo  
amore fedele, la tua presenza in me.  
Fa, o Signore che io ti conosca sempre di più e  
ti ami con tutto il cuore tutta la mia vita"  
(S. Agostino)

CANTO:

Quale gioia è star con te Gesù, vivo e vicino  
bello è dar lode a te, tu sei il Signor.  
Quale dono aver creduto in Te  
che non mi abbandoni  
Io per sempre abiterò nella tua casa mio Re!!!

# A D O R A Z I O N E E U C A R I S T I C A

**“La mia gioia è nel Signore”** (Salmo 104,34)

**Isaia 30,29** Voi innalzerete il vostro canto  
come nella notte in cui si celebra una festa;  
avrete la gioia nel cuore come chi parte al suono del flauto,  
per recarsi al monte del Signore, alla Roccia d'Israele.

## 1- Prepara il tuo cuore ad accogliere Gesù

G. Chiama per nome tutto quanto abita la tua mente e il tuo cuore  
in questo momento (pensieri, desideri, sentimenti, fatiche, progetti,  
preoccupazioni, speranze e fragilità), consegna ogni cosa nelle  
mani di Gesù e fissa il tuo sguardo su di Lui: è qui davanti a te per  
ascoltarti e per parlarti! Sentiti guardato con amore.....

## 2- Nella gioia ti adorerò

*Canto: Luce del mondo (o altro canto adatto)*

Luce del mondo nel buio del cuore vieni ed illuminami.  
Tu mia sola speranza di vita resta per sempre con me.  
**Sono qui a lodarti, qui per adorarti,  
qui per dirti che Tu sei il mio Dio  
e solo Tu sei santo, sei meraviglioso  
degnò e glorioso sei per me.**

Re della storia e re nella gloria sei sceso in terra fra noi.  
Con umiltà il tuo trono hai lasciato per dimostrarci il tuo amor.

Io mai saprò quanto ti costò, lì sulla croce morir per me....

### 3- In ascolto di Gesù

**L. Dal Vangelo secondo Giovanni:** Gv 15,9-11

*Rimanete nel mio amore, perché la vostra gioia sia piena.*

*In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli: «Come il Padre ha amato me, anche io ho amato voi. Rimanete nel mio amore. Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore. Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena».*

*G. Rileggi con attenzione la parola di Gesù e pensa alla tua vita:*

*Quando è stata l'ultima volta in cui mi sono sentito davvero felice? Provo a ricordare tutti i momenti gioiosi che ho vissuto e di questi voglio dire grazie a Gesù...*

*Gesù mi dice che la vera gioia è rimanere nel Suo amore. In questo momento di silenzio guardo Gesù Eucaristia e mi concentro sul Suo Amore: Lui mi ama e vuole donarmi la Sua gioia!*

CANTO:

Alla tua presenza vivere,  
alla tua presenza lodare,  
alla tua presenza agire  
alla tua presenza amare.

G. Santa Geltrude ha trovato la sua gioia in Gesù Eucaristia. Sentiamo le sue parole e ripetiamo: **Gesù tu sei la mia gioia, io ti adoro.**

1L. “Consegno il mio cuore a Gesù e tutta, senza riserve, mi abbandono totalmente in quel cuore divino. Si sta bene ad abbandonarsi in Dio! E’ tanto bella la Volontà di Dio! Ci sia cara più di tutti i beni del mondo.”

Tutti: **Gesù tu sei la mia gioia, io ti adoro.**

2L. “Gesù Eucaristia mia gioia, mio Paradiso in terra. Che felicità gode l’anima quando è tutta di Dio; anche le croci più pesanti diventano leggere”

Tutti: **Gesù tu sei la mia gioia, io ti adoro.**

3L. “Gesù, io non desidero che te, non voglio altre soddisfazioni che del Tuo amore, del quale ti prego di accenderlo in me sempre di più”

Tutti: **Gesù tu sei la mia gioia, io ti adoro.**

...intenzioni spontanee....

G. Adora nel silenzio di tuo cuore....

Preghiamo il salmo 104 tra voci maschili e femminili.

**Benedici il Signore, anima mia,  
Signore, mio Dio, quanto sei grande!  
Rivestito di maestà e di splendore,  
avvolto di luce come di un manto.**

Fai scaturire le sorgenti nelle valli  
e scorrono tra i monti;  
ne bevono tutte le bestie selvatiche  
Al di sopra dimorano gli uccelli del cielo,  
cantano tra le fronde.

**Dalle tue alte dimore irrighi i monti,  
con il frutto delle tue opere sazi la terra.  
Fai crescere il fieno per gli armenti  
e l'erba al servizio dell'uomo,  
perché tragga alimento dalla terra**