

Parrocchia Pontificia  
**S. TOMMASO da Villanova**



Puoi  
**ESSERE  
SANTO**

#LIDOVESEI

**ADORAZIONE**  
**1° Venerdì**

febbraio

CASTEL GANDOLFO **2020**



## COMUNIONE SPIRITUALE

**G**esù mio, io credo  
che sei realmente presente  
nel Santissimo Sacramento.

**T**i amo sopra ogni cosa  
e ti desidero nell'anima mia.

**P**oiché ora non posso riceverti  
sacramentalmente, vieni almeno  
spiritualmente nel mio cuore.

**C**ome già venuto, io ti abbraccio  
e tutto mi unisco a te; non permettere  
che mi abbia mai a separare da te.

**E**terno Padre, io ti offro  
il Sangue Preziosissimo di Gesù Cristo  
in sconto dei miei peccati,  
in suffragio delle anime del purgatorio  
e per i bisogni della Santa Chiesa.

# CONSACRAZIONE AL SACRATISSIMO CUORE DI GESÙ



**O Gesù dolcissimo,**  
o redentore del genere umano,  
riguardate a noi umilmente prostesi  
dinanzi al vostro altare.

**Noi siamo vostri,** e vostri vogliamo essere;  
e per poter vivere a voi più strettamente  
congiunti, ecco che ognuno di noi oggi  
si consacra al vostro sacratissimo Cuore.

**Molti purtroppo** non vi conobbero mai;  
molti, disprezzando i vostri comandamenti,  
vi ripudiarono.

**O benignissimo Gesù,** abbiate misericordia  
e degli uni e degli altri; e tutti quanti  
attirate al vostro Cuore santissimo.

**O Signore,** siate il re non solo dei fedeli  
che non si allontanarono mai da voi,  
ma anche di quei figli prodighi  
che vi abbandonarono; fate che questi  
quanto prima ritornino alla casa paterna,  
per non morire di miseria e di fame.

**Siate il re** di coloro che vivono nell'inganno  
dell'errore o per discordia da voi separati:  
richiamateli al porto della verità  
e all'unità della fede, affinché in breve  
si faccia un solo ovile sotto un solo pastore.

**Siate il re** finalmente di tutti quelli  
che sono avvolti nelle superstizioni  
del gentilesimo, e non ricusate di trarli  
dalle tenebre al lume e al regno di Dio.

**Largite, o Signore,** incolumità  
e libertà sicura alla vostra chiesa,  
largite a tutti i popoli la tranquillità dell'ordine:  
fate che da un capo all'altro della terra  
risuoni quest'unica voce:

sia lode a quel Cuore divino  
da cui venne la nostra salute;  
a lui si canti gloria e onore nei secoli.

**Così sia.**



## 1. IL BATTESIMO DI GESÙ NEL GIORDANO

«La contemplazione adorante» del Cuore di Cristo che «ha preso le nostre infermità e si è addossato le nostre malattie», «ci rende sensibili alla volontà salvifica di Dio.

Ci rende capaci di affidarci al suo amore salvifico e misericordioso e al tempo stesso ci rafforza nel desiderio di partecipare alla sua opera di salvezza diventando suoi strumenti».

(BENEDETTO XVI, *Lettera al Preposito Generale della Compagnia di Gesù in occasione del 50° anniversario dell'Enciclica Haurietis Aquas*)

«Chi ha visto me, ha visto il Padre» (Gv 14,9).

Nel Cuore "penitente" del Figlio - Colui che è senza peccato - scopriamo il Cuore del Padre e il modo di rapportarci ad esso: «Lui mai si stanca di perdonare, ma noi, a volte, ci stanchiamo di chiedere perdono. Non ci stanchiamo mai, non ci stanchiamo mai! Lui è il Padre amoroso che sempre perdona, che ha quel cuore di misericordia per tutti noi. E anche noi impariamo ad essere misericordiosi con tutti».

(FRANCESCO, *Angelus*, 17 marzo 2013)

***Sia Lodato, Adorato e Ringraziato  
in ogni momento  
il Cuore eucaristico di Gesù,  
in tutti i tabernacoli del mondo,  
sino alla fine dei secoli! Amen!***

## 2. LA MANIFESTAZIONE DI GESÙ ALLE NOZZE DI CANA

«È un'esigenza ecclesiale che nella Chiesa, in quanto famiglia, nessun membro soffra perché nel bisogno. Il programma del cristiano, appreso dall'insegnamento di Gesù, è un cuore che vede dove c'è bisogno di amore, e agisce in modo conseguente».

*(BENEDETTO XVI, Angelus, 11 luglio 2010;  
Deus Caritas est n. 31 b)*

**Il** Cuore di Gesù, “generoso verso quelli che” lo “invocano”, ci insegna ad agire sempre per amore: è «una tentazione privilegiare i valori del cervello a quelli del cuore.

Non dimentichiamolo mai: solo il cuore unisce e integra.

La comprensione senza il sentire compassionevole tende a dividere.

Il cuore coniuga l'idea con la realtà, il tempo con lo spazio, la vita con la morte e l'eternità».

*(JORGE M. BERGOGLIO - FRANCESCO,  
Aprite la mente al vostro cuore)*

***Sia Lodato, Adorato e Ringraziato ...***

## 3. L'ANNUNCIO DEL REGNO DI DIO E L'INVITO ALLA CONVERSIONE

«**N**el Cuore di Gesù è posto davanti a noi il centro del Cristianesimo. In esso è espressa tutta la novità che avviene nella Nuova Alleanza. Questo Cuore invoca il nostro cuore. Ci invita ad uscire dal tentativo di autoconservazione e ci spinge a trovare nell'amore reciproco, la pienezza del l'amore».

*(BENEDETTO XVI, Omelia nell'incontro  
con i movimenti ecclesiali, 3 giugno 2006)*

«L'incontro con Gesù porta sempre con sé una chiamata, grande o piccola che sia e ci conduce sempre più verso l'umiltà; non c'è trasformazione del cuore senza Gesù Cristo.

L'incontro con Gesù avviene nella vita di tutti i giorni, nella pratica assidua della preghiera, nella lettura sapiente dei segni dei tempi e nei nostri fratelli.

L'incontro a volte può essere rifiutato, a volte accettato a metà: nel primo caso è fonte di grande dolore per il cuore di Cristo».

(JORGE M. BERGOGLIO FRANCESCO,  
*Aprite la mente al vostro cuore*)

***Sia Lodato, Adorato e Ringraziato  
in ogni momento  
il Cuore eucaristico di Gesù,  
in tutti i tabernacoli del mondo,  
sino alla fine dei secoli! Amen!***

#### **4. LA TRASFIGURAZIONE DI GESÙ SUL TABOR**

Contemplando «il mistero del Cuore divino-umano del Signore Gesù possiamo attingere alla fonte stessa dell'Amore di Dio.

Chi fissa lo sguardo su quel Cuore trafitto e sempre aperto per amore nostro, sente» che il Signore è il suo unico bene, «ed è pronto a lasciare tutto per seguirlo».

(BENEDETTO XVI, *Angelus*, 27 giugno 2010)

Contemplando Cristo che si trasfigura, i discepoli trovano nel suo Cuore ciò che ne dicono le Litanie: «casa di Dio, porta del Cielo, desiderio della patria eterna». Ma non possono comprendere solo con l'intelligenza questo mistero:

«La contemplazione è intelligenza, cuore, ginocchia, preghiera.

Non unicamente intelligenza perché quando l'intelligenza vuole spiegare un mistero impazzisce sempre.

Così è accaduto nella storia della Chiesa».

(FRANCESCO,  
*Omelia a Santa Marta, 22 ottobre 2013*)

***Sia Lodato, Adorato e Ringraziato ...***

## 5. L'ISTITUZIONE DELL'EUCARISTIA

«**D**al cuore di Cristo, dalla sua preghiera eucaristica alla vigilia della passione, scaturisce quel dinamismo che trasforma la realtà nelle sue dimensioni cosmica, umana e storica».

L'Eucaristia «è il dono più grande scaturito dal Cuore divino e umano di Gesù per farci diventare una cosa sola con lui e tra di noi. Gli inizi della Chiesa in Galilea riflettono la mitezza e la compassione del Cuore di Cristo».

(BENEDETTO XVI, *Omelia nella Solennità del Corpus Domini, 23 giugno 2011*;  
*Omelia, Brindisi 15 giugno 2008*)

«**C**ome il Padre ha amato me, anch'io ho amato voi». (Gv 15,9) «Ora si compie il disegno del Padre: fare di Cristo il Cuore del Mondo». (Liturgia delle Ore)

Il Cuore di Gesù è definito «Re e centro di tutti i cuori»: «L'atteggiamento richiesto al credente è di riconoscere e accogliere nella vita questa centralità di Gesù Cristo, nei pensieri, nelle parole e nelle opere». Cristo è «centro della creazione e della riconciliazione» e «del popolo di Dio. Cristo è il centro della storia dell'umanità, e anche della storia di ogni uomo. Quando Gesù è al centro, anche i momenti più bui della nostra esistenza si illuminano, e ci dà speranza». Attingendo dal Cuore Eucaristico di Cristo la mitezza e l'umiltà, troviamo infatti ristoro per le nostre vite (cfr. Mt 11,29).

(FRANCESCO, *Omelia nella Solennità di Cristo Re dell'Universo, 24 novembre 2013*)

***Sia Lodato, Adorato e Ringraziato ..***

## GESÙ MIO SIGNORE

*(San Giovanni Bosco)*

Gesù, mio Signore,  
nella semplicità del cuore e con viva fede  
io ti adoro realmente presente  
nel sacramento della santa Eucaristia.

Tu, Gesù, sei il pane disceso dal cielo,  
il cibo che ci sostiene nel cammino della vita;  
tu sei la sorgente dell'amore  
che sa donarsi fino al sacrificio di sé;  
tu sei il pegno della vita eterna.

Signore Gesù, infinito è l'amore  
che ti ha spinto a restare con noi  
in questo sacramento  
per donarti totalmente a noi.

Gesù, fammi la grazia che  
ogni comunione sacramentale  
sia un grande atto di fede e amore.

O mio Salvatore, fa' che tutto assorto in te,  
impari a morire a me stesso  
per donarmi tutto ai fratelli.

Signore, fammi ancora la grazia  
che unito a te viva una vita  
nuova e divina, per giungere  
un giorno là dove potrò  
contemplarti a faccia a faccia  
oltre il velo del sacramento  
e amarti per tutta l'eternità.

Amen.





# 1. LA DEVOZIONE DI DON BOSCO PER IL PANE DELLA VITA

Dal Vangelo secondo Giovanni  
(Gv 6,24-25;30-35;49-50;54-55)

**Q**uando la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafàrnao alla ricerca di Gesù. Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Quale segno tu compi perché vediamo e ti crediamo? Quale opera fai?

I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: Diede loro da mangiare un pane dal cielo».

Rispose loro Gesù: «In verità, in verità io vi dico: non è Mosè che vi ha dato il pane dal cielo, ma è il Padre mio che vi dà il pane dal cielo, quello vero.

Infatti il pane di Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo».

Allora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane». Gesù rispose loro: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai!

I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia.

Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda».

Don Bosco nutriva per la Ss.Eucaristia “un amore di serafino. Anche la devozione verso Maria Ausiliatrice, che egli sentiva vivissima”, non “era che “mezzo per promuovere l'amore verso Gesù Eucaristico”.<sup>[3]</sup>

Queste erano infatti le “due colonne” sognate e raccomandate dal santo come baluardi ai quali aggrapparsi, rimanendo stretti attorno al Papa, per affrontare e sconfiggere i nemici della Chiesa.

---

<sup>[3]</sup> *Domenico Bertetto, “San Giovanni Bosco, Meditazioni”.*

Don Bosco definì la Santa Eucaristia “il più efficace alimento della sua vocazione; Essa fu l’“amore di tutta la sua vita e oggetto perenne del suo zelo sacerdotale.

Il suo serafico ardore per Gesù Sacramentato gli traspariva dal volto nel ricevere la santa Eucaristia.

Ogni mattina, tranne le poche volte che non era potuto restar digiuno, faceva la Comunione, alla quale non gli sembrava mai di essere abbastanza preparato; giacché quasi tutti i giorni, visitato dal suo confessore si voleva riconciliare.

Si comunicò fino al 24 gennaio, festa di S. Francesco di Sales.

Quella mattina alcuni pensavano che non si dovesse comunicarlo, perché sembrava fuori dei sensi; ma prevalse l’opinione contraria.

Si ritenne che al momento giusto si sarebbe riavuto. E fu così. Avvisato che presto sarebbe venuto il Signore, non si mosse.

Ma appena il celebrante gli si accostò con l’Ostia santa e disse ad alta voce «Il Corpo di Cristo», l’infermo si scosse, aprì gli occhi, fissò l’Ostia, giunse le mani e, ricevuto il Signore, stette raccolto, ripetendo parole di ringraziamento suggeritegli dal Superiore che lo assisteva.

Questa fu l’ultima sua comunione” .<sup>[4]</sup>

---

<sup>[4]</sup> *Eugenio Ceria, “Don Bosco con Dio”.*



## 2. LA VERA DEVOZIONE AL CUORE EUCARISTICO DI CRISTO SECONDO L'INSEGNAMENTO DI DON BOSCO

L'amore ardente di don Bosco per il Cuore Eucaristico di Cristo si tradusse sempre in pedagogia anche spirituale verso i suoi ragazzi.

Santi salesiani come Domenico Savio, che un giorno – dopo un'insolita assenza dalle attività comuni - fu trovato in estasi davanti al Tabernacolo, non furono che il frutto dell'esempio e degli insegnamenti di don Bosco, oltre che della buona stoffa dei suoi giovani.

“Le visite a Gesù nel Tabernacolo per i ragazzi di don Bosco erano libere, brevi, assidue e venivano compiute con tutta semplicità, come la cosa più naturale del mondo.

Gesù è l'amico per eccellenza che consiglia, anima, conforta ed è la vita che alimenta la giovinezza.

Perciò il santo educatore esortava così: «Cari giovani, volete che Gesù vi faccia molte grazie? Visitatelo spesso!

Volete che ve ne faccia poche? Visitatelo di rado!»”

E ancora: “«Chiedete a Maria Santissima la grazia di fare con frequenza, ma sempre bene e con l'anima in ordine la Comunione. E per farla bene immaginate che non il sacerdote, ma la Madonna venga a darvi l'Ostia Santa. Nessuno avrà l'ardimento di dare un colpo al Cuore di Gesù che sta in braccio a Maria»”<sup>[5]</sup>.

Queste parole ci interpellano. Non sono fuori moda e non riguardano solo i giovani.

In uno dei tanti libri di devozione che scrisse, don Bosco lanciò un ammonimento rivolto a tutti, affinché fossero veri devoti di Gesù Sacramentato:

“Dobbiamo andare ad ossequiarlo nelle chiese, dove giorno e notte ci attende. Egli avrebbe potuto lasciarsi soltanto presente nell'Ostia durante la Santa Messa, oppure nell'atto che andiamo a riceverlo nella Comunione; ma no; volle trovarsi di continuo nelle nostre chiese, affinché, come verso a tenera madre,

---

<sup>[5]</sup> *Adolfo L'Arco, Così d. Bosco amò i giovani.*

noi gli possiamo correre in braccio, se fosse possibile, tutti i momenti; egli vi sta per largheggiarci le grazie più segnalate; vi sta insomma per attirarci al suo amore in terra ed averci poi con Sé in Paradiso. Andiamolo dunque a visitare spesso.

Gli amici del mondo provano tanto felicità tra loro, che perdono talvolta le giornate intere per stare insieme. E perché non troveremo noi qualche ora del giorno per intrattenerci col migliore degli amici?"<sup>[6]</sup>

---

<sup>[6]</sup> *Giovanni Bosco, Nove giorni consacrati all'augusta Madre del Salvatore sotto al titolo di Maria Ausiliatrice.*



## PREGHIERA DEI FEDELI

Chiediamo a Maria, Madre di Gesù e Madre nostra, che ci aiuti ad accostarci al Cuore Eucaristico di Suo Figlio, insegnandoci a rivolgerci a Lui con più fiducia, gioia e confidenza di quella che proviamo con i nostri amici, ben sapendo che, come diceva don Bosco, “fonte di ogni grazia è il Sacro Cuore di Gesù”<sup>[7]</sup>.

*Ripetiamo dopo ogni invocazione:*

### **Maria, attiraci al Cuore Eucaristico di Gesù**

L'uomo ha bisogno di trovare spazi e tempi per recuperare il gusto dello stare cuore a Cuore con Dio e meditare nel silenzio tutto ciò che Egli dice, per questo noi ti preghiamo: RIT.

In una società sempre più pervasa dalla logica della corruzione, tante volte denunciata da Papa Francesco, solo guardando al Cuore umile e mite di Cristo è possibile trovare il coraggio e la forza di agire “cristianamente”, controcorrente rispetto alle masse, per essere “buoni cristiani, onesti cittadini...e futuri abitatori del Cielo”, per questo noi ti preghiamo: RIT.

Desideriamo credere con più fede in quel Cuore Divino che è sorgente e fonte di ogni grazia, affidandoci ad Esso con la fiducia dei bambini, quei piccoli e semplici del Vangelo cui sono rivelati i misteri del Regno, per questo noi ti preghiamo: RIT.

Sull'esempio di don Bosco, vogliamo farci anche noi evangelizzatori dell' “amore di Gesù che abbiamo ricevuto”<sup>[8]</sup> e sentirci sempre alla presenza di Dio, per vivere in Comunione con Lui, rimasto con noi “tutti i giorni, fino alla fine del mondo”<sup>[9]</sup>, per questo noi ti preghiamo: RIT.

<sup>[7]</sup> MB, Vol. XVII, capo VII.

<sup>[8]</sup> Francesco, E.G. n.264.

<sup>[9]</sup> Mt 28,29.

### 3. LA DEVOZIONE CHE RACCHIUDE TUTTE LE DEVOZIONI

Parlando ad alcune religiose del Sacro Cuore, don Bosco disse: *“Qui si acquista il vero calore, voglio dire l'amor di Dio, e non solo per sé, ma per portarlo altrove e farne partecipi le anime.*

Ne abbiamo la sorgente nel Santissimo Sacramento. Propagate questa devozione, che tutte le racchiude: la devozione al Sacro Cuore di Gesù.

Abbiate sempre dinanzi alla vostra mente il pensiero dell'amore di Dio nella santa Eucarestia”.<sup>[10]</sup>

Non è possibile separare la fede dalle opere: devozione al Cuore Eucaristico di Cristo significa impegno per imitarLo, ma anche per farLo amare dagli altri, affinché realmente Gesù venga sentito come “Re e centro di tutti i cuori”. Don Bosco fu apostolo instancabile, in questo senso. Ricorse ad ogni mezzo: dalla redazione di libri di preghiera interamente dedicati al Sacro Cuore (o comunque contenenti preghiere ad Esso indirizzate), alla cura delle pratiche di pietà specifiche nelle case salesiane, come i primi Venerdì del Mese, l'atto di consacrazione al S. Cuore e l'Ora di Guardia.

L'effigie del Sacro Cuore fu anche inserita sulla medaglia di Maria Ausiliatrice, fatta coniare dal santo e da lui distribuita a migliaia e migliaia di fedeli.

Nei suoi insegnamenti, Eucaristia e Sacro Cuore erano un binomio inscindibile.

Tra le pratiche particolarmente consigliate da don Bosco, vi era la recita quotidiana di una Coroncina al Sacro Cuore, in riparazione gli oltraggi subiti da Gesù Eucaristia da parte di tante anime lontane dalla religione, ma anche dai cattivi cattolici. Consigliava di pregarla dinanzi al Santissimo Sacramento o ad un'immagine del Cuore di Gesù.

Vogliamo allora anche noi rivolgerci al Cuore Eucaristico di Cristo, implorando perdono per i nostri peccati e chiedendoGli la forza di imitarlo, per essere di esempio agli altri.

<sup>[10]</sup> MB, Vol. XVI, capo VI.

## PREGHIERA PER IL CAPITOLO GENERALE

*O Padre, ci chiami ad una profonda conversione missionaria delle nostre comunità e della nostra formazione:*

***donaci** la grazia di unità e l'interiorità apostolica per sapere discernere i segni della tua presenza per rispondere con prontezza e generosità al tuo volere.*

*O Padre, che attraverso la Famiglia Salesiana hai suscitato un vasto movimento per la salvezza dei giovani:*

***rendici** capaci di condividere con i laici lo stesso spirito nella varietà delle vocazioni e nella collaborazione apostolica ed educativa.*

*O Padre, che abiti e operi con l'azione dello Spirito nel cuore dei giovani per condurli alla bellezza, alla bontà e alla verità*

***fa'** che sulla scia del nostro padre don Bosco, sappiamo accogliere i sogni dei giovani del nostro tempo e li sappiamo accompagnare con saggezza ed entusiasmo.*

*O Padre, che in Maria hai dato a Don Bosco l'ispiratrice e la maestra della nostra spiritualità e missione tra i giovani:*

***aiutaci** a coltivare un'attitudine interiore di silenzio, ascolto, preghiera, condivisione fraterna e rispetto reciproco, per cercare il bene da fare.*



## **ADORIAMO IL SACRAMENTO**

**Adoriamo il Sacramento  
che Dio Padre ci donò.  
Nuovo patto, nuovo rito  
nella fede si compì.  
Al mistero è fondamento  
la parola di Gesù.**

**Gloria al Padre onnipotente,  
gloria al Figlio Redentor,  
lode grande, sommo onore all'eterna Carità.  
Gloria immensa, eterno amore  
alla santa Trinità. Amen.**



## **PREGHIERA PRIMA DELLA BENEDIZIONE**

S. Hai dato loro il pane disceso dal cielo,  
**A. che porta in sé ogni dolcezza.**

S. PREGHIAMO:

Signore Gesù Cristo,  
che nel mirabile Sacramento dell'Eucaristia  
ci hai lasciato il memoriale della Tua Pasqua,  
fa' che adoriamo con viva fede  
il santo mistero dei tuo Corpo  
e del tuo Sangue,  
per sentire sempre in noi  
i benefici della Redenzione,  
tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

**A. Amen.**

## **DIO SIA BENEDETTO**

Dio sia benedetto.

**Benedetto il Suo santo Nome.**

Benedetto Gesù Cristo,

**Vero Dio e vero Uomo.**

Benedetto il Nome di Gesù.

**Benedetto il Suo sacratissimo Cuore.**

Benedetto il Suo preziosissimo Sangue.

**Benedetto Gesù nel SS. Sacramento dell'altare.**

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

**Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.**

Benedetta la Sua santa e Immacolata Concezione.

**Benedetta la Sua gloriosa Assunzione.**

Benedetto il Nome di Maria, Vergine e Madre.

**Benedetto S. Giuseppe, Suo castissimo Sposo.**

Benedetto Dio nei Suoi Angeli e nei Suoi Santi.

