****

**Proposta di Adorazione Eucaristica per adolescenti e giovani**

*Se l’ora di Adorazione proposta si svolge* all’interno *delle* ***24 ore per il Signore*** *si può seguire la traccia proposta. Se si svolge un’ora di Adorazione a sé stante, si predisponga un canto per l’Esposizione del Santissimo, l’Orazione prima della Benedizione Eucaristica, le Invocazioni e il canto per la Riposizione.*

**PRIMO MOMENTO**

Introduzione all’Adorazione

*La preghiera può avere inizio con un canto adatto.*

*Sacerdote o guida:*Nel nome del Padre…

In comunione con la Chiesa Universale, ci fermiamo ad adorare il Corpo del Signore Gesù, morto e risorto per noi, veramente presente nel Santissimo Sacramento dell’altare. Insieme diciamo:

*Tutti:* **Ti adoriamo Signore Gesù Cristo**

**qui e in tutte le tue chiese che sono nel mondo intero**

**e ti benediciamo perché con la tua santa croce hai redento il mondo.**

*Sacerdote o guida:*Signore, Tu che “perdoni tutte le nostre colpe” lava i nostri cuori con la potenza del Tuo Santo Spirito, perché rinnovati nella luce della Tua Salvezza diveniamo gioiosi testimoni del Tuo Vangelo.

**Invocazione allo Spirito Santo**

*A cori alterni.*

Vieni, Spirito Santo, vieni, Spirito consolatore,

vieni e consola il cuore di ogni uomo

che piange lacrime di disperazione.

Vieni, Spirito Santo, vieni, Spirito della luce,

vieni e libera il cuore di ogni uomo

dalle tenebre del peccato.

Vieni, Spirito Santo, vieni, Spirito di verità e di amore,

vieni e ricolma il cuore di ogni uomo,

che senz’amore e verità non può vivere.

Vieni, Spirito Santo, vieni, Spirito della vita e della gioia,

vieni e dona a ogni uomo la piena comunione con te,

con il Padre e con il Figlio,

nella vita e nella gioia eterna,

per cui è stato creato e a cui è destinato. Amen.

**SECONDO MOMENTO**

Vedere la luce

*Lettore:*

**Dal Vangelo di Giovanni**

In quel tempo, Gesù passando vide un uomo cieco dalla nascita; sputò per terra, fece del fango con la saliva, spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse:«Va’ a lavarti nella piscina di Sìloe», che significa “Inviato”. Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva. Allora i vicini e quelli che lo avevano visto prima, perché era un men­dicante, dicevano: «Non è lui quello che stava seduto a chiedere l’elemosina?». Alcuni dicevano: «È lui»; altri dicevano: «No, ma è uno che gli assomi­glia». Ed egli diceva: «Sono io!».

*Segue una breve pausa di silenzio. Mentre viene cantato un canone (Il Signore è la mia forza, Come la pioggia e la neve, Laudate omens gentes) un giovane porta una candela accesa davanti al Santissimo esposto sull’altare.*

*Durante la preghiera silenziosa puoi farti guidare da queste domande:*

* *Mi sembra che a volte la mia fede sia cieca?*
* *Succede che io scelga di essere cieco piuttosto che vedere?*
* *Riconosco sempre Gesù quando lo incontro nella mia vita?*

*Tutti:*

**Signore, visita i nostri occhi e il nostro cuore quando sono ciechi. Lava da ogni macchia la nostra vita, perdona tutte le nostre mancanze e trasformaci in testimoni della tua luce. Fa che ogni giorno possiamo dire “Siamo noi” che abbiamo conosciuto la Tua Salvezza e il Tuo Amore**.

*Lettore:*Vieni Signore Gesù, luce dei cuori

*Tutti:* **Vieni Signore Gesù, luce dei cuori**

*L:*Io ti renderò luce delle nazioni perché porti la mia sal­vezza fino all’estremità della terra (*Is* 42, 6) **Vieni Signore Gesù…**

*L:*Il popolo che camminava nelle tenebre vide una grande luce; su coloro che abitavano in terra tenebrosa, una luce rifulse (*Is* 8,22.9,1) **Vieni Signore Gesù…**

*L:*Verrà a visitarci dall’alto un sole che sorge per rischia­rare quelli che stanno nelle tenebre e nell’ombra della morte (*Lc* 1, 78) **Vieni Signore Gesù…**

**TERZO MOMENTO**

Accogliere la luce

*Lettore:*

**Dal Vangelo di Giovanni**

Condussero dai farisei quello che era stato cieco: era un sabato, il giorno in cui Gesù aveva fatto del fango e gli aveva aperto gli occhi. Anche i farisei dunque gli chiese­ro di nuovo come aveva acquistato la vista. Ed egli disse loro: «Mi ha messo del fango sugli occhi, mi sono la­vato e ci vedo». Allora alcuni dei farisei dicevano: «Quest’uomo non viene da Dio, perché non osserva il sa­bato». Altri invece dicevano: «Come può un pec­catore compiere segni di questo genere?». E c’era dis­senso tra loro. Allora dissero di nuovo al cieco: «Tu, che cosa dici di lui, dal momento che ti ha aperto gli oc­chi?». Egli rispose: «È un profeta!». Gli repli­carono: «Sei nato tutto nei peccati e insegni a noi?». E lo cacciarono fuori.

*Segue una breve pausa di silenzio. Mentre viene cantato un canone (Il Signore è la mia forza, Come la pioggia e la neve, Laudate omens gentes) un giovane porta una candela accesa davanti al Santissimo esposto sull’altare.*

*Durante la preghiera silenziosa puoi farti guidare da queste domande:*

* *Ho sperimentato momenti di guarigione nel mio rapporto con Gesù?*
* *Ci sono momenti per cui mi sembra che non valga la pena di fare il bene?*
* *Mi ricordo sempre che c’è una speranza di perdono quando sono nel peccato?*

*Tutti:*

**Signore, accompagna le nostre vite ogni giorno e in ogni scelta. Fa che riconosciamo sempre che Tu sei la luce del mondo. Anche nei momenti di incertezza e paura sostieni la nostra fede perché possiamo testimoniarti a tutti i fratelli**.

*Lettore:*Vieni Signore Gesù, luce del mondo

*Tutti:* **Vieni Signore Gesù, luce del mondo**

*L:*Io sono la luce del mondo; chi segue me, non cammi­nerà nelle tenebre, ma avrà la luce della vita (*Gv* 8, 12) **Vieni Signore Gesù…**

*L:*Camminate mentre avete la luce, perché le tenebre non vi sorprendano; chi cammina nelle tenebre non sa dove va. Mentre avete la luce, credete nella luce, per diven­tare figli della luce (*Gv* 12, 35-36) **Vieni Signore Gesù…**

*L:*Chi vede me, vede colui che mi ha mandato. Io sono ve­nuto nel mondo come luce, perché chiunque crede in me non rimanga nelle tenebre (*Gv* 12, 45-46) **Vieni Signore Gesù…**

**QUARTO MOMENTO**

Credere nella luce

*Lettore:*

**Dal Vangelo di Giovanni**

Gesù seppe che l’avevano cacciato fuori; quando lo tro­vò, gli disse: «Tu, credi nel Figlio dell’uomo?». Egli rispose: «E chi è, Signore, perché io creda in lui?». Gli disse Gesù: «Lo hai visto: è colui che parla con te». Ed egli disse: «Credo, Signore!». E si prostrò dinanzi a lui.

*Segue una breve pausa di silenzio. Mentre viene cantato un canone (Il Signore è la mia forza, Come la pioggia e la neve, Laudate omens gentes) un giovane porta una candela accesa davanti al Santissimo esposto sull’altare.*

*Durante la preghiera silenziosa puoi farti guidare da queste domande:*

* *Mi ricordo sempre di fermarmi a ringraziare il Signore per il suo perdono e per i doni che ricevo da Lui?*
* *Il mio rapporto con Gesù mi porta a dire sempre “Credo, Signore!” senza esitazione?*
* *La mia fede è sincera o ha costante bisogno di prove?*

*Tutti:*

**Signore accompagna chi crede in Te con cuore sincero. Accogli la nostra lode e la nostra preghiera perché possiamo manifestare ogni giorno la nostra fiducia in Te. Rendici testimoni gioiosi della Tua luce perché anche noi possiamo portarla a chi ci sta vicino.**

*Lettore:*Vieni Signore Gesù, luce di Salvezza

*Tutti:* **Vieni Signore Gesù, luce di Salvezza**

*L:*La luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno ama­to più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chi fa la verità viene verso la luce (*Gv* 3, 19.21) **Vieni Signore Gesù…**

*L:*In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio.

In lui era la vita e la vita era la luce degli uomini; la luce splende nelle tenebre (*Gv* 1,1.4-5)

**Vieni Signore Gesù…**

*L:*Voi un tempo eravate tenebra, ora siete luce nel Signo­re. Comportatevi perciò come figli della luce; ora il frutto della luce consiste in ogni bontà, giustizia e veri­tà (*Ef* 5,8) **Vieni Signore Gesù…**

**QUINTO MOMENTO**

Voi siete la luce del mondo

*Lettore:*

**Dal Vangelo di Matteo**

Voi siete la luce del mondo; non può restare nascosta una città collocata sopra un monte, né si accende una lucerna per metterla sotto il moggio, ma sopra il lucerniere perché faccia luce a tutti quelli che sono nella casa. Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al vostro Padre che è nei cieli.

*Tutti:* **Signore, luce della nostra Salvezza, vieni ad abitare noi nostri cuori, affinché possiamo essere portatori della Tua luce nel mondo e ai fratelli.**

**Padre nostro…**

*Sacerdote o guida:* O Dio, Padre della luce, tu vedi le profon­dità del nostro cuore: non permettere che ci domini il potere delle tenebre, ma apri i nostri occhi con la grazia del tuo Spirito, perché vediamo colui che hai mandato a illuminare il mondo, e crediamo in lui solo, Gesù Cristo, tuo Figlio, nostro Signore, egli vive e regna nei secoli dei secoli.

*Tutti:* **Amen**

**La mia preghiera**

*Prima di concludere questo tempo di adorazione mi fermo e riprendo in mano le domande per la riflessione di ognuno dei momenti precedenti. In silenzio formulo una preghiera spontanea e sincera che porterò simbolicamente davanti al Santissimo Sacramento, accendendo un lumino dalle candele portate all’Altare.*

*Si può lasciare del tempo di silenzio per la preghiera personale e concludere con un canto adatto.*