

# ADORAZIONE EUCARISTICA

Contemplazione sulla traccia del Salmo 131(130)<sup>1</sup>

- **Esposizione dell'Eucarestia. Canto comunitario**
- **Ascolto celebrativo della Parola** (*seduti*)

*Guida: Riascoltiamo la prima lettura dal libro del profeta Malachia. Questa pagina nella liturgia domenicale fa da sfondo al rimprovero di insincerità rivolto da Gesù ai capi giudei, suoi avversari.*

*Letture: Dal libro del profeta Malachia (1,14-2,10, trad. Ldc-Abu)*

6Il Signore dell'universo dice ai sacerdoti: "Un figlio onora suo padre e un servo il suo padrone. Se io sono vostro padre, dov'è l'onore che mi è dovuto? E se io sono il vostro padrone, dov'è il rispetto che mi è dovuto? Voi mi disprezzate e poi osate domandare: "In che modo ti disprezziamo?". 7Offrite sul mio altare cibi indegni di me e dite: "In che modo abbiamo offeso la tua dignità?". Ebbene mi avete offeso quando avete trattato il mio altare con leggerezza. 8Quando portate un animale cieco, zoppo o malato, per offrirmelo in sacrificio, pensate forse che non ci sia niente di male? Provate a offrirlo al vostro governatore! Credete che egli sarà contento e pronto ad accordarvi i suoi favori? Ve lo domando io, il Signore dell'universo. 9Ed ora provate a supplicare me, il vostro Dio, perché abbia pietà di voi! Pensate che vi sia favorevole dopo quel che avete fatto? 10Fareste meglio a chiudere le porte del tempio: così non andreste più ad accendere inutilmente il fuoco sul mio altare. Non sono per niente soddisfatto di vedervi e non gradisco le vostre offerte. Lo dico io, il Signore dell'universo. 11Da un'estremità all'altra della terra, genti di tutte le nazioni riconoscono la mia grandezza. Dappertutto si brucia profumo in mio onore, e mi si offrono sacrifici che mi sono graditi. Tutte le genti, dice il Signore dell'universo, riconoscono la mia grandezza. 12Ma voi mi disonorate, quando dite che il mio altare non è degno di rispetto e quando su di esso offrite quei cibi che voi disprezzate. 13Inoltre dite: "Che noia!". Non avete che disprezzo per il Signore dell'universo. Mi offrite

---

<sup>1</sup> Salmo per la dom. Ord31A; S.Teresa Bamb. Gesù; UffLett 1sett Sabato; 3sett mart Vespri

animali rubati, zoppi o malati. Come potete allora pensare che io accetti tali offerte? <sup>14</sup>Maledetto sia l'imbroglione che mi sacrifica una bestia malata, mentre nel suo gregge ha un animale sano che aveva promesso di offrirmi. Io sono un re grande, e tutte le nazioni temono me, il Signore dell'universo".

<sup>2</sup>Ed ora, ecco un avvertimento per i sacerdoti. <sup>3</sup>Il Signore dell'universo dice: "Se voi non mi ascoltate e se non vi preoccupate di onorarmi come mi è dovuto, io vi colpirò con una maledizione. Cambierò in maledizione la benedizione che vi ho promesso. Sì, lo farò perché voi non prendete niente a cuore. <sup>3</sup>Ecco, io sono pronto a lanciare minacce contro i vostri discendenti. Quanto a voi getterò sterco sulle vostre facce, lo sterco degli animali sacrificati nelle vostre feste. Vi si porterà via con esso. <sup>4</sup>Così saprete che io, il Signore dell'universo, vi mando questo ammonimento, perché sia conservata l'alleanza fatta con i discendenti di Levi. <sup>5</sup>Con quest'alleanza avevo promesso loro vita e prosperità, e gliele ho concesse. Chiedevo rispetto, ed essi mi hanno rispettato, hanno avuto paura della mia potenza. <sup>6</sup>Dalle loro labbra sono usciti solo insegnamenti giusti e non hanno mai detto menzogne. Non solo loro stessi vivevano secondo il mio insegnamento, in pace con me, ma hanno convinto molti altri a rinunciare a fare il male. <sup>7</sup>Il compito del sacerdote è d'insegnare agli uomini a conoscere Dio. A lui si chiede il vero insegnamento, perché è il messaggero del Signore dell'universo. <sup>8</sup>Ma voi, sacerdoti, vi siete allontanati dalla retta via. Con il vostro insegnamento avete fatto sbagliare molta gente. Avete spezzato l'alleanza che avevo concluso con voi. Lo affermo io, il Signore dell'universo. <sup>9</sup>Perciò, a mia volta, vi renderò spregevoli e vi umilierò davanti a tutto il popolo. Questo perché voi non ubbidite alla mia volontà e siete stati parziali nelle vostre decisioni".

<sup>10</sup>Non abbiamo tutti un solo padre? Non è lo stesso Dio che ci ha creati? Perché ci tradiamo l'un l'altro e rompiamo così l'alleanza fatta da Dio con i nostri antenati?

*Parola di Dio*

**Guida:** Rispondiamo alla parola dell'Antico Testamento celebrando e meditando il Salmo responsoriale della messa.

### Salmo 131(130)

**Il salmo di una donna che prega imparando dal suo bambino, tranquillo nelle sue braccia, dopo aver appena mangiato.**

*Guida: 1Canto dei pellegrini. Salmo di Davide.*

<i>Tutti</i>	1	Signore, il mio cuore non ha pretese, non è superbo il mio sguardo, non desidero cose grandi superiori alle mie forze:	<i>Una madre in pellegrinag- gio di fronte a Dio nel tempio</i>
	2	io resto tranquillo e sereno. Come un bimbo in braccio a sua madre è quieto il mio cuore dentro di me.	
<i>Abbadessa o Responsabile della comunità</i>	3	Israele, confida nel Signore da ora e per sempre!	

*Guida: Gloria al Padre ...*

### I) Il Salmo nel contesto della vita di Davide, nominato dal titolo.

**Guida.** La tradizione ebraica interpreta il Salmo anzitutto nel contesto della vita di Davide. Il commento di Eusebio di Cesarea ci aiuta in questo, ricordando che il nostro Salmo è preceduto dal Salmo penitenziale conosciuto come De profundis. Ascoltiamo.

**Letto.** Dal commento ai Salmi di Eusebio di Cesarea.

Questo cantico, in continuità con il precedente, contiene come quello espressioni di umiltà proprie all'uomo perfetto nel Signore, soprattutto a colui che può dire: *Per il tuo nome ti ho atteso, Signore* (S 129,5) .Davide

che, com'è da supporre, aveva imparato dalle parole dello Spirito santo che c'è perdono da parte di Dio e che *grande presso di lui è la redenzione* (S 129,7) per chi crederà, si presenta come è necessario, al Redentore. Per questo il titolo dice: *Di Davide, che, per rinnegare le proprie colpe, espone le opere egregie compiute*. Infatti, non mi sono mai esaltato, dice, come capo del suo popolo, né vantato, valutando le cose al di fuori di Dio, e trascurando di tenermi saldo nel timore di lui; come pure non ho vissuto riccamente nelle mollezze, né ho valutato eccessivamente me stesso e le mie cose, come quelli che sono *intelligenti ai propri occhi e sapienti a loro giudizio* (Is 5,21).

v. 3: *Speri Israele nel Signore*.

Poiché io, dice il re Davide, pur essendo uomo tanto grande, mi sono fatto umile e mi sono accostato al perdono e al Redentore e Salvatore, così dichiaro anche al resto di Israele che deve accostarsi con fiducia al perdono. Perché so molto bene che *egli redimerà Israele da tutte le sue iniquità* (S 129,8), se si rifugerà in lui.

*Meditazione e adorazione personale.*

## **II) Il Salmo come canto del pellegrinaggio a Gerusalemme e al Tempio**

*Guida. Ripercorriamo il salmo nella traduzione poetica di Padre Turollo. Il canto comune aiuti a fare nostri i sentimenti del Salmista.*

*Canto di tutti a strofe.*

1 Orgoglio non gonfia il mio cuore,  
superbia non turba il mio sguardo,  
non vado in cerca di gloria,  
di grandi imprese, Signore.

2 Tranquillo e sereno mi sento,  
un bimbo in braccio a sua madre,  
un bimbo saziato è il mio cuore:

3 in Dio spero sempre Israele!

Ci renda fanciulli la grazia,  
 ci colmi la gioia di vivere:  
 l'amore per tutti i fratelli  
 ci ispiri inni e salmi di gloria.

**Guida.** *Ascoltiamo le riflessioni offerte dal Salterio Quotidiano della Unione Monastica Italiana per la Liturgia*

### **Letto**

Il pellegrinaggio a Gerusalemme sta ormai per conchiudersi. Nella intimità sacra del tempio il contatto col Signore si fa sempre più limpido e penetrante. Alle esperienze di umiltà e di misericordia vissute dal profondo nel salmo precedente, segue, nel brevissimo salmo 131(130), una nuova ascensione nel mistero della salvezza.

L'umiltà, se è autentico incontro - e quindi confronto - con Dio, è fertile di luce interiore, in una logica del soprannaturale che è tutta propria della grazia. Con quel che so di me - dice il salmi sta, e par di sentire san Paolo - , c'è poco da inorgogliersi. Le cose grandi le fa solo il Signore - e par di ascoltare il cantico della Madonna! -.Solo quando, riconosciuti e accettati i propri limiti come dimensione concreta del quotidiano cammino di perfezione, l'anima si sarà abbandonata , senza riserve mentali, all'azione del Signore, solo allora sarà lui la sua forza e la sua nuova dimensione vera! E quanta ricchezza di serenità e di pace nell'abbandonarsi così all'amore di Dio, con la semplicità e la tranquillità di un bimbo in braccio a sua madre! «Ti benedico, o Padre. perché hai tenuto nascoste queste cose ai dotti e ai sapienti , e le hai rive late ai piccoli!» (Lc 10, 21) . Questa è la teologia della *infanzia spirituale*.

*Echi dal Nuovo Testamento.* «In verità vi dico: se non vi convertirete e non diventerete come i bambini, non entrerete nel regno dei cieli. Perciò chiunque diventerà piccolo come questo bambino, sarà il più grande nel regno dei cieli». (Mt 18,3-4)

*Meditazione e adorazione personale.*

### III) Lettura al femminile del Salmo.

**Guida.** *Una traduzione più precisa e letterale del Salmo ci aiuta a situarlo nella tenera concretezza della sua origine. L'aggettivo del v. 2 tradotto con "svezzato" significa più verosimilmente "appena allattato", e il secondo semiversetto andrebbe tradotto più precisamente e senza timori come segue: "come il bimbo appena allattato su di me, è l'anima mia". Il verso 2 quindi suona come segue: "Come un bimbo già allattato in braccio a sua madre, come il bimbo già allattato su di me, è l'anima mia".*

*Possiamo dire, dunque, che questo Salmo è pensato come composto e pronunciato da una donna, e per il suo contenuto di umiltà di fronte a Dio ben si può collegare con il canto del Magnificat.*

*Anche noi, con gli stessi sentimenti di Maria, preghiamo insieme.*

*Tutti*

<sup>1</sup> Signore, non si inorgoglisce il mio cuore,  
e non si leva con superbia il mio sguardo;  
non vado in cerca di cose grandi,  
superiori alle mie forze.

<sup>2</sup> Io sono tranquilla e serena  
Come un bimbo già allattato  
in braccio a sua madre,  
come il bimbo già allattato su di me  
è l'anima mia.

*Abbadessa o  
responsabile della  
comunità*

<sup>3</sup>Speri Israele nel Signore,  
ora e sempre.

*Salmista*

*Gloria al Padre*

*Meditazione e adorazione personale.*

**Guida.** *Meditiamo il Salmo con l'aiuto di alcune riflessioni di Sant'Agostino.*

*Letttore. Dalle Esposizioni sui Salmi*

1. Nel presente salmo ci si inculca l'umiltà di quel fedele servo di Dio dalla cui voce esso è cantato e che è l'intero corpo di Cristo. Spesse volte infatti abbiamo richiamato alla vostra attenzione che la voce di chi canta [nel salmo] non deve intendersi come voce di un singolo individuo ma come voce di tutti i componenti il corpo di Cristo. E siccome questi «tutti» sono compaginati nel suo corpo, possono parlare come un solo uomo: in effetti i molti e l'uno sono una stessa entità. In se stessi sono molti, nell'unità dell'unico [Cristo] sono uno solo. E questo corpo di Cristo è anche tempio di Dio, secondo le parole dell'Apostolo: *Santo è il tempio di Dio e questo siete voi*, voi cioè che credete in Cristo con quella fede che comporta l'amore. [...]

Quanti credono in questa maniera sono, per così dire, le pietre vive con le quali è costruito il tempio di Dio; sono il legno incorruttibile con cui fu formata l'arca che le acque del diluvio non riuscirono a sommergere. Essi sono ancora il tempio di Dio - si tratta ovviamente sempre di uomini! - nel quale Dio viene pregato e dal quale egli esaudisce. [...] Ora nel tempio di Dio prega soltanto colui che prega nella pace della Chiesa, nell'unità del corpo di Cristo. Questo corpo di Cristo consta di molti credenti sparsi su tutta la terra, ed è per questo che chi prega nel tempio viene esaudito. Chi prega nella pace della Chiesa prega in spirito e verità, né la sua preghiera è fatta in quel tempio che era solamente una figura. [...]

5. *Signore, non si è insuperbito il mio cuore; né si sono levati alteri i miei occhi; non ho ambito cose grandi, né cose straordinarie sopra le mie forze.*

Ripetiamolo in forma più semplice e comprensibile. Non sono stato superbo, non ho voluto richiamare l'attenzione altrui, come chi è capace di cose strabilianti. Non ho ambito cose superiori alle mie forze, per avere di che pavoneggiarmi presso gli indotti.

Mi prestiate attenzione la vostra Carità! Grande è la cosa che ci si inculca. E voi ricorderete quel tal mago di nome Simone, che volendo spingersi sopra di sé e camminare fra cose straordinarie, si lasciò affascinare più

dalla potenza degli Apostoli che non dalla santità dei cristiani. Vide che per l'imposizione della mano degli Apostoli e per la loro preghiera Dio dava ai credenti lo Spirito Santo. [...]

Vedendo dunque Simone quanto accadeva, volle lui stesso compiere gli stessi miracoli, non diventare [santo] come gli altri, e voi sapete che egli immaginò potersi appropriare dello Spirito Santo sborsando del denaro. Era insomma uno di quelli che entrano nel tempio per comprare e vendere: voleva comprare ciò che all'occorrenza avrebbe rivenduto. E' un fatto, miei fratelli, che egli era di questa tinta e con tali intenzioni s'era cacciato in mezzo a loro; ma il Signore cacciò dal tempio coloro che vendevano le colombe, dove la colomba raffigurava appunto lo Spirito Santo. Ebbene, Simone voleva comprare la colomba e vendere la colomba; ma il Signore Gesù Cristo, che aveva dimora in Pietro, gli si avvicinò e col flagello fatto di corde cacciò via l'empio mercante.

*Meditazione e adorazione personale.*

**Guida.** *Concludiamo la meditazione con la preghiera salmica.*

*Preghiamo.*

E dunque, o Signore,  
 che sei per noi Padre e Madre,  
 fa' di noi dei fanciulli  
 che solo di te si fidano:  
 e sereni affrontino i giorni;  
 e tornino la notte come tornano gli uccelli ai loro nidi:  
 e tu a raccoglierci ogni notte  
 all'ombra delle tue ali. Amen.