

Strumenti di animazione e preghiera per l’Ottobre missionario 2025

Tratto da ‘MISSIONARI DI SPERANZA TRA LE GENTI’

ADORAZIONE EUCARISTICA - OTTOBRE MISSIONARIO 2025

realizzata dai Centri Missionari Diocesani del Triveneto



Canto ‘Adoro te’

Introduzione

L1 Ci prepariamo a vivere questo momento di adorazione e preghiera perché il nostro cuore possa dolcemente aprirsi e connettersi verso ogni angolo di mondo, anche verso le periferie più remote e abbandonate. Tanti missionari, uomini e donne di Dio, ogni giorno spendono la loro vita per annunciare il Vangelo agli ultimi, agli oppressi, ai poveri.

L2 Siamo qui per pregare per ciascuno di loro e per invocare lo Spirito Santo su di essi, perché sempre possano avvertire accanto a loro la Sua presenza. Non tutti siamo chiamati a partire, viaggiare o prendere aerei per raggiungere le mete più lontane ma tutti possiamo aprire il nostro cuore e farlo giungere fino agli estremi confini della terra, pur rimanendo in ginocchio nel silenzio della nostra stanza.

L3 Adesso chiudiamo gli occhi, rilassiamo il nostro corpo e sgomberiamo la nostra mente dai tanti pensieri che quotidianamente la affliggono, lasciamoci accarezzare dallo Spirito che tutto risana.

SILENZIO

PRIMO MOMENTO

L0 Dal Vangelo secondo Marco

*²⁴In quei giorni, dopo quella tribolazione,
il sole si oscurerà,*

la luna non darà più la sua luce,

²⁵le stelle cadranno dal cielo

e le potenze che sono nei cieli saranno sconvolte.

²⁶Allora vedranno il Figlio dell'uomo venire sulle nubi con grande potenza e gloria. ²⁷Egli manderà gli angeli e radunerà i suoi eletti dai quattro venti, dall'estremità della terra fino all'estremità del cielo.

²⁸Dalla pianta di fico imparate la parabola: quando ormai il suo ramo diventa tenero e spuntano le foglie, sapete che l'estate è vicina. ²⁹Così anche voi: quando vedrete accadere queste cose, sappiate che egli è vicino, è alle porte.

(Mc 13, 24-29)

L1 Pensa, lì dove Dio ti ha seminato, spera! Sempre spera.

L2 Non arrenderti alla notte: ricorda che il primo nemico da sottomettere non è fuori di te: è dentro. Pertanto, non concedere spazio ai pensieri amari, oscuri. Questo mondo è il primo miracolo che Dio ha fatto, e Dio ha messo nelle nostre mani la grazia di nuovi prodigi. Fede e speranza procedono insieme.

L3 Credi all'esistenza delle verità più alte e più belle. Confida in Dio Creatore, nello Spirito Santo che muove tutto verso il bene, nell'abbraccio di Cristo che attende ogni uomo alla fine della sua esistenza; credi, Lui ti aspetta.

L4 Il mondo cammina grazie allo sguardo di tanti uomini che hanno aperto brecce, che hanno costruito ponti, che hanno sognato e creduto; anche quando intorno a sé sentivano parole di derisione.

L5 Non pensare mai che la lotta che conduci quaggiù sia del tutto inutile. Alla fine dell'esistenza non ci aspetta il naufragio: in noi palpita un seme di assoluto. Dio non delude: se ha posto una speranza nei nostri cuori, non la vuole stroncare con continue frustrazioni. Tutto nasce per fiorire in un'eterna primavera. Anche Dio ci ha fatto per fiorire. Ricordo quel dialogo, quando la quercia ha chiesto al mandorlo: "Parlami di Dio". E il mandorlo fiorì.

L6 Ovunque tu sia, costruisci! Se sei a terra, alzati! Non rimanere mai caduto, alzati, lasciati aiutare per essere in piedi. Se sei seduto, mettiti in cammino! Se la noia ti paralizza, scacciala con le opere di bene! Se ti senti vuoto o demoralizzato, chiedi che lo Spirito Santo possa nuovamente riempire il tuo nulla.

L7 Opera la pace in mezzo agli uomini, e non ascoltare la voce di chi sparge odio e divisioni. Non ascoltare queste voci. Gli esseri umani, per quanto siano diversi gli uni dagli altri, sono stati creati per vivere insieme. Nei contrasti, pazienza: un giorno scoprirai che ognuno è depositario di un frammento di verità.

(da Educare alla Speranza - Papa Francesco)

SILENZIO

CANONE Nulla ti turbi, nulla ti spaventi se hai Dio nulla ti manca. Nulla ti turbi, nulla ti spaventi, solo Dio basta.

L1 Oh Gesù, mi rivolgo a Te in questo momento di bisogno, per chiedere il conforto e la Tua guida. So che sei sempre con me, anche nei miei momenti più bui ma non sempre riesco a sentirti. Per favore riempiami di speranza aiutandomi a vedere la luce alla fine del tunnel. Dammi la forza di andare avanti e di trovare gioia nel viaggio, non importa quanto possa sembrare difficile, con Te accanto non temerò alcun male.

CANONE Nulla ti turbi, nulla ti spaventi se hai Dio nulla ti manca. Nulla ti turbi, nulla ti spaventi, solo Dio basta.

L2 Signore, tanti popoli della terra vivono in gravi condizioni a causa di guerre che seminano terrore e povertà soprattutto ai piccoli e agli indifesi. La speranza di un mondo migliore è sempre minacciata da eventi di violenza inaudita che ci fanno vacillare. Ti preghiamo Signore di rafforzare la nostra fede e di donarci una speranza che non muore.

CANONE Nulla ti turbi, nulla ti spaventi se hai Dio nulla ti manca. Nulla ti turbi, nulla ti spaventi, solo Dio basta.

L3 Non desidero più la sofferenza né la morte, ma è l'amore solo che mi attira. A lungo le ho desiderate; ho posseduto la sofferenza e ho creduto raggiungere la riva del Cielo, ho creduto che il fiorellino sarebbe stato colto nella sua primavera. Ora l'abbandono solo mi guida, non ho altra bussola! Non posso chiedere più niente con ardore, fuorché il compimento perfetto della volontà del Signore sull'anima mia senza che le creature riescano a porvi rimedio". (Santa Teresa di Lisieux).

CANONE Nulla ti turbi, nulla ti spaventi se hai Dio nulla ti manca. Nulla ti turbi, nulla ti spaventi, solo Dio basta.

SILENZIO

SECONDO MOMENTO

L4 Ama le persone. Amale ad una ad una.

Ogni amore che sorge è una potenza di trasformazione che anela alla felicità.

Gesù ci ha consegnato una luce che brilla nelle tenebre: difendila, proteggila. Quell'unico lume è la ricchezza più grande affidata alla tua vita. E soprattutto, sogna! Non avere paura di sognare. Sogna!

L5 Sogna un mondo che ancora non si vede, ma che di certo arriverà. La speranza ci porta a credere all'esistenza di una creazione che si estende fino al suo compimento definitivo, quando Dio sarà tutto in tutti. Gli uomini capaci di immaginazione hanno regalato all'uomo scoperte scientifiche e tecnologiche. Hanno solcato gli oceani, hanno calcato terre che nessuno aveva calpestato mai. Gli uomini che hanno coltivato speranze sono anche quelli che hanno vinto la schiavitù, e portato migliori condizioni di vita su questa terra. Pensate a questi uomini.

L6 E ogni giorno domanda a Dio il dono del coraggio. Ricordati che Gesù ha vinto per noi la paura. Lui ha vinto la paura! La nostra nemica più infida non può nulla contro la fede. E quando ti troverai impaurito davanti a qualche difficoltà della vita, ricordati che tu non vivi solo per te stesso. Nel Battesimo la tua vita è già stata immersa nel mistero della Trinità e tu appartieni a Gesù. E se un giorno ti prendesse lo spavento, o tu pensassi che il male è troppo grande per essere sfidato, pensa semplicemente che Gesù vive in te. Ed è Lui che, attraverso di te, con la sua mitezza vuole sottomettere tutti i nemici dell'uomo: il peccato, l'odio, il crimine, la violenza; tutti nostri nemici.

L7 Abbi sempre il coraggio della verità, però ricordati: non sei superiore a nessuno. Ricordati di questo: non sei superiore a nessuno. Se tu fossi rimasto anche l'ultimo a credere nella verità, non rifuggire per questo dalla compagnia degli uomini. Anche se tu vivessi nel silenzio di un eremo, porta nel cuore le sofferenze di ogni creatura. Sei cristiano; e nella preghiera tutto riconsegna a Dio.

Canto 'Re di gloria'

Preghiamo insieme il Salmo 62 (a cori alterni)

Solo in Dio riposa l'anima mia; da lui la mia salvezza.
Lui solo è mia rupe e mia salvezza, mia roccia di difesa:
non potrò vacillare.

**Fino a quando vi scaglierete contro un uomo, per
abbatterlo tutti insieme, come muro cadente, come recinto
che crolla?**

Tramano solo di precipitarlo dall'alto, si compiacciono della menzogna.
Con la bocca benedicono, e maledicono nel loro cuore.

**Solo in Dio riposa l'anima mia, da lui la mia
speranza.**

Lui solo è mia rupe e mia salvezza, mia roccia di difesa:
non potrò vacillare.

**In Dio è la mia salvezza e la mia gloria; il mio saldo
rifugio, la mia difesa è in Dio.**

Confida sempre in lui, o popolo, davanti a lui effondi il
tuo cuore, nostro rifugio è Dio.

**Sì, sono un soffio i figli di Adamo, una menzogna tutti gli
uomini, insieme, sulla bilancia, sono meno di un soffio.**

Non confidate nella violenza, non illudetevi della rapina;
alla ricchezza, anche se abbonda, non attaccate il cuore.

**Una parola ha detto Dio, due ne ho udite:
il potere appartiene a Dio, tua, Signore, è la
grazia;**

secondo le sue opere tu ripaghi ogni
uomo. **Gloria al Padre...**

Padre nostro

Benedizione eucaristica

Canto 'O Signore guardami'

Allegato

Lettori

Ogni lettore è indicato dalla lettera L e un numero.

La **Guida** corrisponde a **L1**. Il lettore della Parola di Dio è **L0**.

Si possono stampare e utilizzare dei biglietti da consegnare ai lettori (come sotto).

L 0	L 1
L 2	L 3
L 4	L 5
L 6	L 7

