



Adoro il Lunedì accanto ai carcerati

“Ero carcerato e siete venuti a trovarmi”
(Mt 25, 35-36)

Canto iniziale

Esposizione

Sia lodato e ringraziato ogni momento il Santissimo e Divinissimo Sacramento. Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo. Come era nel principio ora e sempre nei secoli dei secoli. Amen.

Per la riflessione personale

“Io sono il pane vivo, disceso dal cielo.” (Gv. 6, 51)

“Io sono la via, la verità e la vita. Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me.” (Gv. 14, 6).

“Se uno mi ama, osserverà la mia parola e il Padre mio lo amerà e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui. (Gv. 14, 23)

Preghiera e adorazione personale

Per supportare la riflessione individuale è distribuita una scheda che può variare di volta in volta. Si possono ascoltare musiche che ispirano la meditazione oppure recitare un salmo.

Salmo 90

Tu che abiti al riparo dell'Altissimo
e dimori all'ombra dell'Onnipotente,
dì al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza,
mio Dio, in cui confido».

Egli ti libererà dal laccio del cacciatore,
dalla peste che distrugge.
Ti coprirà con le sue penne
sotto le sue ali troverai rifugio.
La sua fedeltà ti sarà scudo e corazza;
non temerai i terrori della notte
né la freccia che vola di giorno,
la peste che vaga nelle tenebre,
lo sterminio che devasta a mezzogiorno.

Mille cadranno al tuo fianco
e diecimila alla tua destra;
ma nulla ti potrà colpire.
Solo che tu guardi, con i tuoi occhi
vedrai il castigo degli empi.

Poiché tuo rifugio è il Signore
e hai fatto dell'Altissimo la tua dimora,
non ti potrà colpire la sventura,
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.

Egli darà ordine ai suoi angeli
di custodirti in tutti i tuoi passi.
Sulle loro mani ti porteranno
perché non inciampi nella pietra il tuo piede.
Camminerai su aspidi e vipere,
schiaccerai leoni e draghi.

Lo salverò, perché a me si è affidato;
lo esalterò, perché ha conosciuto il mio nome.
Mi invocherà e gli darò risposta;
presso di lui sarò nella sventura,
lo salverò e lo renderò glorioso.
Lo sazierò di lunghi giorni
e gli mostrerò la mia salvezza.

Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo. Come era nel principio ora e sempre nei secoli dei secoli. Amen.

Prima della riposizione preghiamo insieme

Signore, vogliamo ringraziarti per i sentimenti di bene, di concordia, di pace e di misericordia che fai nascere nei nostri cuori. Al termine di questo momento privilegiato di riflessione vogliamo pregare insieme per i nostri fratelli carcerati. *Preghiamo insieme dicendo: A te, Signore, innalzo l'anima mia*

L. Signore, aiutaci a promuovere la giustizia a favore dei ragazzi, delle donne e degli uomini che soffrono in carcere e a testimoniare, con la nostra preghiera, il tuo amore verso di loro, *preghiamo*.

L. Signore, insegnaci a vivere i valori della solidarietà umana e tienici lontani dalla facilità di cadere nelle trappole di coloro che accusano senza pietà i fratelli bisognosi di accoglienza, di comprensione e di redenzione, *preghiamo*.

L. Signore, fai trovare la strada del perdono e della pace alle vittime della prepotenza e della violenza, *preghiamo*.

L. Signore concedi ai sacerdoti, ai volontari, agli operatori della giustizia e a coloro che sono direttamente impegnati ad alleviare le

sofferenze dei carcerati, il dono della consolazione dello Spirito Santo, **preghiamo**.

L. Signore, Ti chiediamo perdono per tutte le volte che non abbiamo pregato per i nostri fratelli carcerati. Dona a ogni fratello e sorella in carcere un cuore libero e una coscienza rinnovata, **preghiamo**.

Canti tradizionali per l'esposizione e/o riposizione del SS. Sacramento

<i>Il tuo popolo in cammino cerca in te la guida. Sulla strada verso il regno sei sostegno col tuo corpo: resta sempre con noi, o Signore!</i>	<i>O sacro convito, di Gesù Cristo ci nutri; sei viva memoria della sua passione; all'anime nostre doni la vita divina e il pegno della gloria futura</i>
--	---

Ricordiamoci dei carcerati e di pregare per loro.

- Ricordatevi dei carcerati, come se foste loro compagni di carcere. (Lettera agli Ebrei 13,3).
- In ogni occasione, pregate con ogni sorta di preghiere e di suppliche nello Spirito, e a questo scopo vegliate con ogni perseveranza e supplica per tutti i santi. (Ef. 6, 18).
- Dopo aver dato loro molte vergate cacciarono Paolo e Sila in prigione. Verso la mezzanotte essi, pregando, cantavano inni a Dio; e i carcerati li ascoltavano (Atti 16, 23-25).
- “Io vorrei che noi giurassimo un patto che non conosce confini terreni né limiti temporali: l’unione nella preghiera” (Pier Giorgio Frassati).

L’Azione Cattolica Ambrosiana partecipa attivamente alla vita comunitaria anche promuovendo e guidando momenti di adorazione eucaristica.

A Milano, Presso la Cappella della Stazione Centrale di Milano, al Binario 21, ogni lunedì (non festivo o nemmeno nel periodo delle ferie o vacanze) dalle ore 7,30- 8,30 l’Azione Cattolica anima la meditazione e riflessione personale. www.azionecattolicamilano.it.