

# L'ORA DI ADORAZIONE

## Per il rispetto della vita umana (Luglio 2026)

*Canto d'Inizio: Il Signore è il mio pastore*

**G.:** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

**G.:** “Una dignità infinita, inalienabilmente fondata nel suo stesso essere, spetta a ciascuna persona umana, al di là di ogni circostanza e in qualunque stato o situazione si trovi” (*Dignitas infinita*,1).

*Preghiamo in questo mese di luglio perché la vita umana sia sempre rispettata e difesa in ogni sua tappa, riconoscendola come dono di Dio.*

*Canto di esposizione:*

**Oh, oh, oh, adoramus te, Domine**

**G.:** Spirito di Dio, donami un cuore docile all'ascolto. Fa' che io non ponga ostacoli alla Parola che uscirà dalla bocca di Dio. Che tale Parola non torni a lui senza aver operato in me ciò che egli desidera e senza aver compiuto ciò per cui l'hai mandata. (*Carlo Maria Martini*)

**Oh, oh, oh, adoramus te, Domine**

**G. Ci mettiamo alla presenza del Signore Gesù:**

- **accogliamo la sua presenza** (Egli è qui e noi siamo qui per bontà sua. *Pensiamo in questo momento al nostro peccato di ingratitudine verso di Lui e passiamo in rassegna i benefici ricevuti...*)

- **adoriamo il nostro Signore** (Egli è il nostro Dio: col salmista diciamo: *O Signore, io sono qui davanti a Te come un vero nulla*)

- **invochiamo la sua intercessione** (*benedici il Signore anima mia...ora mi stringo a Te Gesù misericordioso...*) Egli, nella sua bontà può donarci la pace)

### 1- DIFENDERE LA VITA FIN DAL SUO CONCEPIMENTO

#### ASCOLTO DELLA PAROLA

Dal libro della Sapienza (11, 22-26)

*Tutto il mondo, infatti, davanti a te è come polvere sulla bilancia, come una stilla di rugiada mattutina caduta sulla terra.*

*Hai compassione di tutti, perché tutto puoi, chiudi gli occhi sui peccati degli uomini, aspettando il loro pentimento.*

*Tu infatti ami tutte le cose che esistono e non provi disgusto per nessuna delle cose che hai creato; se avessi odiato qualcosa, non l'avresti neppure formata.*

*Come potrebbe sussistere una cosa, se tu non l'avessi voluta?*

*Potrebbe conservarsi ciò che da te non fu chiamato all'esistenza?*

*Tu sei indulgente con tutte le cose, perché sono tue, Signore, amante della vita. **Parola di Dio***

**L1:** «Tu non ucciderai con l'aborto il frutto del grembo e non farai perire il bimbo già nato» (*Didachè*).

**L2:** «È un omicidio anticipato impedire di nascere; poco importa che si sopprima l'anima già nata o che la si faccia scomparire sul nascere. È già un uomo colui che lo sarà» (*Tertulliano*).

**L3:** «Tra questi deboli, di cui la Chiesa vuole prendersi cura con predilezione ci sono anche i bambini nascituri, che sono i più indifesi e innocenti di tutti, ai quali oggi si vuole negare la dignità umana al fine di poterne fare quello che si vuole, togliendo loro la vita e promuovendo legislazioni in modo che nessuno possa impedirlo. Frequentemente, per ridicolizzare allegramente la difesa che la Chiesa fa delle vite dei nascituri, si fa in modo di presentare la sua posizione come qualcosa di ideologico, oscurantista e conservatore. Eppure, questa difesa della vita nascente è intimamente legata alla difesa di qualsiasi diritto umano. Suppone la convinzione che un essere umano è sempre sacro e inviolabile, in qualunque situazione e in ogni fase del suo sviluppo. È un fine in sé stesso e mai un mezzo per risolvere altre difficoltà. Se cade questa convinzione, non rimangono solide e permanenti fondamenta per la difesa dei diritti umani, che sarebbero sempre soggetti alle convenienze contingenti dei potenti di turno» (*Papa Francesco, EG 213*).

## PREGHIAMO INSIEME

**G:** Preghiamo insieme il Salmo 139 per crescere come fratelli, (*alternando le voci maschili e quelle femminili.*)

**M:** Signore, tu mi scruti e mi conosci, tu conosci quando mi siedo e quando mi alzo, intendi da lontano i miei pensieri, osservi il mio cammino e il mio riposo, ti sono note tutte le mie vie.

**F:** La mia parola non è ancora sulla lingua ed ecco, Signore, già la conosci tutta. Alle spalle e di fronte mi circondi e poni su di me la tua mano.

**M:** Se dico: «Almeno le tenebre mi avvolgano e la luce intorno a me sia notte», nemmeno le tenebre per te sono tenebre e la notte è luminosa come il giorno; per te le tenebre sono come luce.

**F:** Sei tu che hai formato i miei reni e mi hai tessuto nel grembo di mia madre. Io ti rendo grazie: hai fatto di me una meraviglia stupenda; meravigliose sono le tue opere, le riconosce pienamente l'anima mia.

**M:** Non ti erano nascoste le mie ossa quando venivo formato nel segreto, ricamato nelle profondità della terra. Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi; erano tutti scritti nel tuo libro i giorni che furono fissati quando ancora non ne esisteva uno.

**Tutti:** Quanto profondi per me i tuoi pensieri, quanto grande il loro numero, o Dio! Se volessi contarli, sarebbero più della sabbia. Mi risveglio e sono ancora con te.

## PREGHIAMO INSIEME

**G:** «È urgente una grande preghiera per la vita, che attraversi il mondo intero.» (*San Giovanni Paolo II*)

*Ritornello cantato:*

*Ubi caritas et amor, Deus ibi est.*

**L:** Signore Gesù, insegnaci ad amare e ad accogliere la vita anche quando sembra nascere in condizioni non sostenibili; aiutaci quando ci sembra che un figlio non lo possiamo mantenere, quando arriva e non l'avevamo voluto, quando sappiamo che nascerà disabile, quando ci appare più come un limite alla nostra libertà che un dono.

**Rit.**

**L:** Signore Gesù, ti preghiamo perché la vita di ciascuno, sin dal concepimento, sia riconosciuta, rispettata ed amata, in quanto dono ricevuto da Dio, e preghiamo perché nessuno possa farne oggetto di violenza e rubarne la speranza e la gioia. **Rit.**

**L:** Signore Gesù, ti preghiamo per i nostri governanti, perché siano capaci di scelte coraggiose a favore e a sostegno della vita, sempre. **Rit.**

## 2- ACCOGLIERE GLI ANZIANI

### ASCOLTO DELLA PAROLA

**Dal libro del Siracide (3, 12-16)**

*Figlio, soccorri tuo padre nella vecchiaia, non contristarlo durante la sua vita. Sii indulgente, anche se perde il senno, e non disprezzarlo, mentre tu sei nel pieno vigore. L'opera buona verso il padre non sarà dimenticata, otterrà il perdono dei peccati, rinnoverà la tua casa. Nel giorno della tua tribolazione Dio si ricorderà di te, come brina al calore si scioglieranno i tuoi peccati. Chi abbandona il padre è come un bestemmiatore, chi insulta sua madre è maledetto dal Signore.*

### Parola di Dio

**L:** Una società è veramente accogliente nei confronti della vita quando riconosce che essa è preziosa anche nell'anzianità, nella disabilità, nella malattia grave e persino quando si sta spegnendo; quando insegna che la chiamata alla realizzazione umana non esclude la sofferenza, anzi, insegna a vedere nella persona malata e sofferente un dono per l'intera comunità, una presenza che chiama alla solidarietà e alla responsabilità. È questo il Vangelo della vita che, attraverso la vostra competenza scientifica e professionale e sostenuti dalla Grazia, siete chiamati a diffondere.

«Non gettarmi via nel tempo della vecchiaia, non abbandonarmi quando declinano le mie forze» (*Sal 71,9*). È il grido dell'anziano, che teme l'oblio e il disprezzo. Così come Dio ci invita ad essere suoi strumenti per ascoltare la supplica dei poveri, Egli attende anche da noi che ascoltiamo il grido degli anziani. Questo interpella le famiglie e le comunità, perché «la Chiesa non può e non vuole conformarsi ad una mentalità di insofferenza, e tanto meno di indifferenza e di disprezzo, nei confronti della vecchiaia. Dobbiamo risvegliare il senso collettivo di gratitudine, di apprezzamento, di ospitalità, che facciano sentire l'anziano parte viva della sua comunità. Gli anziani sono uomini e donne, padri e madri che sono stati prima di noi sulla nostra stessa strada, nella nostra stessa casa, nella nostra quotidiana battaglia per una vita degna». Perciò, «come vorrei una Chiesa che sfida la cultura dello scarto con la gioia traboccante di un nuovo abbraccio tra i giovani e gli anziani! (*Papa Francesco*).

## PREGHIAMO INSIEME

*Ritornello cantato:*

*Cantiamo te, Signore della vita: il nome tuo è grande sulla terratutto parla di te e canta la tua gloria.*

*Grande tu sei e compi meraviglie: tu sei Dio.*

**L1:** Vivi la vita! La vita è bellezza, ammirala! La vita è un'opportunità, coglila. La vita è beatitudine, assaporala. **Rit.**

**L2:** La vita è un sogno, fanne una realtà. La vita è una sfida, affrontala. La vita è un dovere, compilo. **Rit.**

**L1:** La vita è un gioco, giocalo. La vita è preziosa, abbinela cura. La vita è una ricchezza, conservala. **Rit.**

**L2:** La vita è amore, godine. La vita è un mistero, scopriilo. La vita è promessa, adempila. **Rit.**

**L1:** La vita è tristezza, superala. La vita è un inno, cantalo. La vita è una lotta, accettala. **Rit.**

**L2:** La vita è un'avventura, rischiala. La vita è felicità, meritala. La vita è la vita, difendila! **Rit.**

## 3 -ACCOGLIERE LA VITA NELLA MALATTIA E NELLA DISABILITÀ PER RIFLETTERE

**G:** *“Completo nella mia carne quello che manca ai patimenti di Cristo”.* (Col 1,24)

**L1:** Come santa Bernadette siamo sotto lo sguardo di Maria. L'umile ragazza di Lourdes racconta che la Vergine, da lei definita “la Bella Signora”, la guardava come si guarda una persona. Queste semplici parole descrivono la pienezza di una relazione. Bernadette, povera, analfabeta e malata, si sente guardata da Maria come persona. La Bella Signora le parla con grande rispetto, senza compatimento. Questo ci ricorda che ogni malato è e rimane sempre un essere umano, e come tale va trattato. Gli infermi, come i portatori di disabilità anche gravissime, hanno la loro inalienabile dignità e la loro missione nella vita e non diventano mai dei meri oggetti, anche se a volte possono sembrare solo passivi, ma in realtà non è mai così.

**L2:** Bernadette, dopo essere stata alla Grotta, grazie alla preghiera trasforma la sua fragilità in sostegno per gli altri, grazie all'amore diventa capace di arricchire il suo prossimo e, soprattutto, offre la sua vita per la salvezza dell'umanità. Il fatto che la Bella Signora le chieda di pregare per i peccatori ci ricorda che gli infermi, i sofferenti, non portano in sé solamente il desiderio di guarire, ma anche quello di vivere cristianamente la propria vita,

arrivando a donarla come autentici discepoli missionari di Cristo.

A Bernadette Maria dona la vocazione di servire i malati e la chiama ad essere Suora della Carità, una missione che lei esprime in una misura così alta da diventare modello a cui ogni operatore sanitario può fare riferimento. Chiediamo dunque all'Immacolata Concezione la grazia di saperci sempre relazionare al malato come ad una persona che, certamente, ha bisogno di aiuto, a volte anche per le cose più elementari, ma che porta in sé il suo dono da condividere con gli altri.

*Canto: Tu sei la mia vita*

## PREGHIAMO INSIEME

**G:** In un tempo di gravissime violazioni della dignità dell'essere umano, in tanti Paesi, tormentati da guerre e da ogni genere di violenza, specialmente su donne, bambini prima e dopo la nascita, adolescenti, persone con disabilità, anziani, poveri, migranti, possiamo levare al Signore il grido della nostra preghiera:

*Signore ascolta, Padre perdona, fa' che vediamo il tuo amore*

**L:** Signore, insegnaci ad amare, rispettare e difendere la vita nella malattia, quando tutto sembra insopportabile, quando la solitudine sembra distruggere la speranza, quando la sofferenza di una persona cara sembra senza senso e il dolore appare inutile. **Rit.**

**L:** Signore Gesù, mostraci come tutta la vita abbia sempre senso e valore anche quando è fragile, minacciata e faticosa. Aiutaci ad accettare la malattia e il lento venire della morte, per accogliere il mistero dell'origine e della fine. **Rit.**

**L:** Signore Gesù, insegnaci a condividere con chi ci sta accanto le stagioni difficili della sofferenza, delle malattie che mettono a soqquadro progetti ed equilibri, offrendo relazioni intrise di amore, rispetto, vicinanza, dialogo e servizio. **Rit.**

**L:** Signore Gesù, ti preghiamo per gli anziani, perché si sentano amati, rispettati e custoditi fino all'ultimo respiro. **Rit.**

**L:** Signore, aiutaci a difendere e amare la vita quando la solitudine, la depressione, l'insoddisfazione, l'angoscia si fanno insostenibili e nessuno sembra essere in grado di aiutarci, e anche nel nostro cuore la morte appare come una soluzione più facile della vita. **Rit.**

## CONCLUSIONE

**G:** Concludiamo la nostra adorazione pregando insieme a cori alterni con la preghiera per la vita composta dal Cardinal Tettamanzi:

*O Dio, amante e fonte della vita, noi ti lodiamo, ti glorifichiamo, ti diciamo la nostra gratitudine ammirata e gioiosa per il dono della nostra vita e per il dono della vita di ogni uomo, anche di chi sente la vita solo come un peso ed una croce.*

Noi crediamo, o Signore, che nessun uomo viene al mondo per caso, ma che ogni uomo è sempre il termine vivo e personale del tuo amore di Creatore e di Padre.

*Da te illuminati, o luce del mondo, fa' che sappiamo scorgere il riflesso dello splendore del tuo volto, di te o Dio che sei Bellezza infinita, sul volto di ogni uomo, sul piccolo volto che si sta formando del bambino non ancora nato, sul volto triste di chi è colpito dalla malattia e dal dolore, dalla solitudine e dall'emarginazione, sul volto stanco dell'anziano e di chi sta per morire.*

Cristo Gesù, che nell'Eucaristia memoriale della tua Croce ci ami sino alla fine divenendo per noi Pane di vita e pegno di vita eterna, donaci la speranza, l'inventiva, il coraggio, la perseveranza e la gioia di custodire, di difendere e di promuovere la vita umana nelle nostre famiglie, nella nostra città, nel mondo intero.

*Infondi, Dio d'ogni consolazione, la tua luce e la tua grazia in quanti, medici, infermieri, volontari, genitori, spendono ogni giorno le loro energie al servizio amoroso delle membra sofferenti del tuo Corpo, che è la Chiesa.*

O Maria, Immacolata e piena di grazia sin dal concepimento, tu che con il tuo "sì" umile e grande sei diventata per opera dello Spirito Santo Madre dell'Autore della vita, fa che ogni mamma in attesa senta rivolta a sé la parola dell'angelo "Benedetto il frutto del tuo seno", e a tutti noi dona di servire la vita di ogni nostro fratello così da raggiungere la pienezza della gioia e della vita nell'eterna comunione d'amore del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. *Amen.*

*Canto di benedizione: 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.

**Preghiamo.**

**O Padre, che nella morte e risurrezione del tuo Figlio hai redento tutti gli uomini, custodisci in noi l'opera della tua misericordia, perché nell'assidua celebrazione del mistero pasquale riceviamo i frutti della nostra salvezza. Per Cristo nostro Signore. R. Amen.**

**✘ Dio sia benedetto...**

*Canto finale: Resta qui con noi*

Le ombre si distendono, scende ormai la sera,  
e s'allontanano dietro ai monti i riflessi di un giorno  
che non finirà, di un giorno che ora scorrerà  
sempre, perché sappiamo che una nuova vita da qui  
è partita e mai più si fermerà.

**Resta qui con noi, il sole scende già,  
resta qui con noi, Signore è sera ormai.  
Resta qui con noi, il sole scende già,  
se tu sei tra noi la notte non verrà.**