

Regole e suggerimenti per l'adoratore

- Ricorda che l'ora che tu hai scelto è il tuo **appuntamento d'amore con il Signore**, veramente presente nel Santissimo Sacramento. In quell'ora della settimana (sempre la stessa ora dello stesso giorno) tu hai accolto un dono di Dio. **Sii puntuale** al tuo appuntamento, la tua Ora Santa. Ricorda, **il Signore non deve rimanere mai solo**.
- Tu sei **custode dell'Eucaristia**, amico di Gesù.
- L'Adorazione avviene **in silenzio**. Il silenzio permette il raccoglimento, consente la meditazione e mette l'accento sulla presenza del mistero della maestà divina oltre a favorire l'intimità e il dovuto ascolto del Signore. Nel silenzio è possibile avere un autentico e profondo incontro con Dio.
- **Apri sempre il tuo cuore** perché Gesù, nel Santissimo Sacramento, attraverso la tua adorazione, versa su di te e sul mondo immense grazie. Come non si può esporsi al sole senza essere toccati dai suoi raggi, così non si può rimanere in adorazione senza ricevere le grazie e le benedizioni del Signore.
- **Puoi passare la tua ora santa** di adorazione come desideri, ricordando sempre che sei alla presenza del tuo Signore e Salvatore. Puoi portare la Bibbia. E' molto raccomandabile meditare e pregare con la Bibbia. Prendere, ad es. un brano del Vangelo e rispondere alle domande di che cosa dice (quel brano), qual è il suo significato? che cosa dice a me? e che cosa rispondo io alla Parola di Dio? Puoi lodare il Signore spontaneamente o con uno dei salmi di lode (ad es. 145, 146, 147,.. o il meraviglioso salmo 104) o con il Cantico dei tre fanciulli (Daniele cap. 3 versetti 52 e seguenti). Il Signore è degno di ogni lode, onore, gloria e rendimento di grazie. RingraziaLo per i benefici ricevuti, per il dono della tua vita e per quella degli altri, per ogni cosa e soprattutto per questa grazia immensa di poter adorarlo giorno e notte in questa chiesa. Vedrai tu stesso quante sono le cose per cui dobbiamo adorare e ringraziare nostro Dio. Puoi anche parlare con Lui, raccontargli i tuoi problemi, intercedere per alcune persone oppure con la tua adorazione riparare tanti sacrilegi e bestemmie con i quali Lui è offeso oppure semplicemente contemplarlo nel tuo silenzio, lasciandoti abbracciare da Lui e ricevendo la Sua pace. Puoi pregare anche con il Rosario, che è come contemplare Gesù dal cuore di Maria. Ricordati sempre che quel Gesù che tu contempli è lo stesso che è realmente davanti a te. Ad esempio,

quando tu mediti il primo mistero gaudioso abbi presente che quel Gesù che è davanti a te è lo stesso che si è incarnato nel seno della Vergine Maria. Così pure quello che è stato portato da Maria in casa di Elisabetta o quello che è nato a Betlemme...

- Non dimenticarti di **firmare il registro delle presenze e di segnare l'ora d'ingresso e quella di uscita**. Nel caso di sostituzione deve farlo anche il sostituto. Questo registro sarà presentato al Signore durante una Messa in occasione dell'anniversario dell'Adorazione Perpetua.
- Nella cappella **ci sono alcuni libri od opuscoli** con preghiere che ti potranno aiutare in quel momento.

SOSTITUZIONE in caso di ASSENZA

1. Cerca per primo nell'elenco se c'è un altro adoratore alla tua stessa ora e accertati che sia presente.
2. Se non c'è nessuno o l'altro non partecipa, cerca tra i tuoi conoscenti, parenti o amici qualcuno che possa sostituirti.
3. Se non c'è nessuno di loro cerca tra gli adoratori della tua stessa ora di altri giorni della settimana (scambio).
4. Se dopo questi tentativi non hai trovato nessun sostituto allora chiama il tuo Responsabile d'ora.