

SALUTO LITURGICO

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

Amen.

La pace sia con voi.

E con il tuo spirito.

ORAZIONE

Dona ancora, o Padre, alla tua Chiesa, convocata per questa veglia di preghiera, di gustare nella parola e nel pane di vita la presenza del tuo Figlio, perché riconosciamo in Lui il vero profeta e pastore, che ci guida alle sorgenti della gioia eterna. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio, e vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli.

Amen.

PER LA NOSTRA GIOIA

Guida: *Il corpo dice il nostro venire - da qualcun altro e il nostro essere - per altri. In questo senso, dobbiamo riconoscere che nell'Incarnazione, Dio si dice nel Figlio unigenito: «Dio si dice propriamente nella carne».*

Il corpo di carne dell'uomo - la sua vita nella fragilità e caducità dei suoi giorni - non esprime soltanto una costitutiva apertura all'incontro con Dio, una chiamata alla comunione con Lui, ma è precisamente ciò che sorge quando Dio, con piena libertà e amore gratuito, si dona nel vuoto del «non-divino», lasciando traboccare la sovrabbondanza del suo amore fuori di sé: in primis in Gesù, quindi in noi.

Dalla prima lettera di San Giovanni apostolo

(1,1-5)

Quello che era da principio, quello che noi abbiamo udito, quello che abbiamo veduto con i nostri occhi, quello che contemplammo e che le nostre mani toccarono del Verbo della vita - la vita infatti si manifestò, noi l'abbiamo veduta e di ciò diamo testimonianza e vi annunciamo la vita eterna, che era presso il Padre e che si manifestò a noi -, quello che abbiamo veduto e udito, noi lo annunciamo anche a voi, perché anche voi siate in comunione con noi. E la nostra comunione è con il Padre e con il Figlio suo, Gesù Cristo. Queste cose vi scriviamo, perché la nostra gioia sia piena.

Dall'Esortazione apostolica Gaudete et exsultate di Papa Francesco

(nn. 124-125)

1L Maria, che ha saputo scoprire la novità portata da Gesù, cantava: «Il mio spirito esulta» (Lc 1,47) e Gesù stesso «esultò di gioia nello Spirito Santo» (Lc 10,21). Quando Lui passava, «la folla intera esultava» (Lc 13,17). Dopo la sua risurrezione, dove giungevano i discepoli si riscontrava «una grande gioia» (At 8,8). A noi Gesù dà una sicurezza: «Voi sarete nella tristezza, ma la vostra tristezza si cambierà in gioia. Vi vedrò di nuovo e il vostro cuore si rallegherà e nessuno potrà togliervi la vostra gioia» (Gv 16,20.22). «Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena» (Gv 15,11).

2L Ci sono momenti duri, tempi di croce, ma niente può distruggere la gioia soprannaturale, che «si adatta e si trasforma, e sempre rimane almeno come uno spiraglio di luce che nasce dalla certezza personale di essere infinitamente amato, al di là di tutto». È una sicurezza interiore, una serenità piena di speranza che offre una soddisfazione spirituale incomprensibile secondo i criteri mondani.

CANTO

Come un prodigio - (D. Vezzani)

*Signore tu mi scruti e conosci
sai quando seggo e quando mi alzo.
Riesci a vedere i miei pensieri,
sai quando io cammino e quando riposo.
Ti sono note tutte le mie vie
la mia parola non è ancora sulla lingua
e tu, Signore, già la conosci tutta.*

**Sei tu che mi hai creato
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.
Tu mi hai fatto come un prodigio,
le tue opere sono stupende
e per questo ti lodo.**

*Di fronte e alle spalle tu mi circondi
poni su me la tua mano.
La tua saggezza, stupenda per me
è troppo alta e io non la comprendo.
Che sia in cielo o agli inferi ci sei
non si può mai fuggire dalla tua presenza,
ovunque la tua mano guiderà la mia.*

**Sei tu che mi hai creato
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.
Tu mi hai fatto come un prodigio,
le tue opere sono stupende
e per questo ti lodo.**

*E nel segreto tu mi hai formato,
mi hai intessuto dalla terra.
Neanche le ossa ti erano nascoste
ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi.
I miei giorni erano fissati
quando ancora non ne esisteva uno
e tutto quanto era scritto nel tuo libro.*

**Sei tu che mi hai creato
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.
Tu mi hai fatto come un prodigio,
le tue opere sono stupende
e per questo ti lodo.**

QUESTO È IL MIO CORPO

Guida: *Gesù, prima di lasciarci il segno del pane e del vino, sembra volerci ricordare un'altra lezione della corporeità: la cura dell'altro passa attraverso il contatto. Mani che lavano piedi, uno alla volta, in un gesto di attenzione personalizzata. Nel venire in contatto la distanza si fa minima – senza con questo diventare fusione – e l'attenzione si concentra. È questa la cura che il Signore ha per ciascuno: nessun messaggio di massa, a distanza, piuttosto parole dedicate, parole interiori che toccano la vita e il pellegrinare impolverato che ci caratterizza.*

CANTO AL VANGELO - M. Frisina

**Alleluia, alleluia, alleluia, alleluia.
Alleluia, alleluia, alleluia, alleluia.**

*Le tue parole, Signore, sono spirito e vita:
tu hai parole di vita eterna.*

Alleluia, alleluia...

*Chi osserva le mie parole,
in lui l'amore di Dio è veramente perfetto*

Alleluia, alleluia...

Dal vangelo secondo Giovanni

(6,12-5.33-35)

Quando [Gesù] ebbe lavato loro i piedi, riprese le sue vesti, sedette di nuovo e disse loro: "Capite quello che ho fatto per voi? Voi mi chiamate il Maestro e il Signore, e dite bene, perché lo sono. Se dunque io, il Signore e il Maestro, ho lavato i piedi a voi, anche voi dovete lavare i piedi gli uni agli altri. Vi ho dato un esempio, infatti, perché anche voi facciate come io ho fatto a voi. In verità, in verità io vi dico: un servo non è più grande del suo padrone, né un inviato è più grande di chi lo ha mandato. Figlioli, ancora per poco sono con voi; voi mi cercherete ma, come ho detto ai Giudei, ora lo dico anche a voi: dove vado io, voi non potete venire. Vi do un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri. Come io ho amato voi, così amatevi anche voi gli uni gli altri. Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli: se avete amore gli uni per gli altri".

OMELIA

CANTO PER L'ESPOSIZIONE

MIA GIOIA SEI - (RnS)

*Mia gioia sei, speranza che riempi i cuori rivolti verso te
lo canterò che hai vinto la tristezza in me.
Ti adorerò, ti loderò, davanti a te, mio Signor, danzerò
Nell'amore del Padre per sempre io dimorerò.*

*Mia roccia sei, forza che rinfranca i cuori rivolti verso te.
Proclamerò la fedeltà del tuo amor.
Ti adorerò, ti loderò, davanti a te, mio Signor, danzerò
Nell'amore del Padre per sempre io dimorerò.*

*Mia gioia sei, speranza che consola i cuori rivolti verso te.
Annuncerò che la via e la verità.
Ti adorerò, ti loderò, davanti a te, mio Signor, danzerò
Nell'amore del Padre per sempre io dimorerò.*

TESTI PER LA MEDITAZIONE E LA PREGHIERA PERSONALE

Nel tempo di silenzio e preghiera personale puoi usare questi testi oppure ritornare ai brani biblici. Se vuoi, durante questo tempo puoi avvicinarti all'altare dove troverai lumini di due colori diversi: quelli di color arancione sono i lumini "della lode" invece quelli blu sono quelli "dell'invocazione", accendi e metti davanti all'Eucaristia quello che descrive meglio il momento attuale della tua vita, se sei nella lode e nel ringraziamento, oppure nella preghiera e nell'invocazione perché il Signore illumini davanti a te il cammino e la strada della gioia.

Dal motu proprio "Aperuit illis" di Papa Francesco

«Apri loro la mente per comprendere le Scritture» (Lc 24,45). È uno degli ultimi gesti compiuti dal Signore risorto, prima della sua Ascensione. Appare ai discepoli mentre sono radunati insieme, spezza con loro il pane e apre le loro menti all'intelligenza delle Sacre Scritture. A quegli uomini impauriti e delusi rivela il senso del mistero pasquale: che cioè, secondo il progetto eterno del Padre, Gesù doveva patire e risuscitare dai morti per offrire la conversione e il perdono dei peccati (cfr Lc 24,26.46-47); e promette lo Spirito Santo che darà loro la forza di essere testimoni di questo Mistero di salvezza (cfr Lc 24,49).

La relazione tra il Risorto, la comunità dei credenti e la Sacra Scrittura è estremamente vitale per la nostra identità. Senza il Signore che ci introduce è impossibile comprendere in profondità la Sacra Scrittura, ma è altrettanto vero il contrario: senza la Sacra Scrittura restano indecifrabili gli eventi della missione di Gesù e della sua Chiesa nel mondo. Giustamente San Girolamo poteva scrivere: «L'ignoranza delle Scritture è ignoranza di Cristo» (In Is., Prologo: PL 24,17).

Prima di raggiungere i discepoli, chiusi in casa, e aprirli all'intelligenza della Sacra Scrittura (cfr Lc 24,44-45), il Risorto appare a due di loro lungo la via che porta da Gerusalemme a Emmaus (cfr Lc 24,13-35). Il racconto dell'evangelista Luca nota che è il giorno stesso della Risurrezione, cioè la domenica. Quei due discepoli discutono sugli ultimi avvenimenti della passione e morte di Gesù. Il loro cammino è segnato dalla tristezza e dalla delusione per la tragica fine di Gesù. Avevano sperato in Lui come Messia liberatore, e si trovano di fronte allo scandalo del Crocifisso. Con discrezione, il Risorto stesso si avvicina e cammina con i discepoli, ma quelli non lo riconoscono (cfr v. 16). Lungo la strada, il Signore li interroga, rendendosi conto che non hanno compreso il senso della sua passione e morte; li chiama «stolti e lenti di cuore» (v. 25) e «cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui» (v. 27). Cristo è il primo esegeta! Non solo le Scritture antiche hanno anticipato quanto Egli avrebbe realizzato, ma Lui stesso ha voluto essere fedele a quella Parola per rendere evidente l'unica storia della salvezza che trova in Cristo il suo compimento.

Il "viaggio" del Risorto con i discepoli di Emmaus si chiude con la cena. Il misterioso Viandante accetta l'insistente richiesta che gli rivolgono i due: «Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai

al tramonto» (Lc 24,29). Si siedono a tavola, Gesù prende il pane, recita la benedizione, lo spezza e lo offre a loro. In quel momento i loro occhi si aprono e lo riconoscono (cfr v. 31).

Comprendiamo da questa scena quanto sia inscindibile il rapporto tra la Sacra Scrittura e l'Eucaristia. Il Concilio Vaticano II insegna: «La Chiesa ha sempre venerato le divine Scritture come ha fatto per il Corpo stesso di Cristo, non mancando mai, soprattutto nella sacra liturgia, di nutrirsi del pane di vita dalla mensa sia della Parola di Dio che del Corpo di Cristo, e di porgerlo ai fedeli» (Dei Verbum, 21).

La frequentazione costante della Sacra Scrittura e la celebrazione dell'Eucaristia rendono possibile il riconoscimento fra persone che si appartengono. Come cristiani siamo un solo popolo che cammina nella storia, forte della presenza del Signore in mezzo a noi che ci parla e ci nutre. [...] abbiamo urgente necessità di diventare familiari e intimi della Sacra Scrittura e del Risorto, che non cessa di spezzare la Parola e il Pane nella comunità dei credenti. Per questo abbiamo bisogno di entrare in confidenza costante con la Sacra Scrittura, altrimenti il cuore resta freddo e gli occhi rimangono chiusi, colpiti come siamo da innumerevoli forme di cecità.

Dall'esortazione apostolica "Christus vivit" (158-159) di Papa Francesco

Molti giovani si preoccupano del proprio corpo, cercando di sviluppare la forza fisica o l'aspetto. Altri si danno da fare per potenziare le loro capacità e conoscenze, e in questo modo si sentono più sicuri. Alcuni puntano più in alto, si sforzano di impegnarsi di più e cercano uno sviluppo spirituale. San Giovanni diceva: «Ho scritto a voi, giovani, perché siete forti, e la Parola di Dio rimane in voi» (1 Gv 2,14). Cercare il Signore, custodire la sua Parola, cercare di rispondere ad essa con la propria vita, crescere nelle virtù, questo rende forti i cuori dei giovani. Per questo occorre mantenere la "connessione" con Gesù, essere "in linea" con Lui, perché non crescerai nella felicità e nella santità solo con le tue forze e la tua mente. Così come ti preoccupi di non perdere la connessione a Internet, assicurati che sia attiva la tua connessione con il Signore, e questo significa non interrompere il dialogo, ascoltarlo, raccontargli le tue cose, e quando non hai le idee chiare su cosa dovresti fare, domandagli: «Gesù, cosa faresti Tu al mio posto?».

Spero che tu possa stimare così tanto te stesso, prenderti così sul serio, da cercare la tua crescita spirituale. Oltre all'entusiasmo tipico della giovinezza, c'è anche la bellezza di cercare «la giustizia, la fede, la carità, la pace» (2 Tim 2,22). Questo non significa perdere la spontaneità, la freschezza, l'entusiasmo, la tenerezza. Perché diventare adulti non significa abbandonare i migliori valori di questa fase della vita. Altrimenti, il Signore potrebbe rimproverarti un giorno: «Mi ricordo di te, dell'affetto della tua giovinezza, dell'amore al tempo del tuo fidanzamento, quando mi seguivi nel deserto» (Ger 2,2).

PREGHIERA CORALE

Se noi fossimo contenti di te, Signore,
non potremmo resistere
a questo bisogno di danzare che irrompe nel mondo,
e indovineremmo facilmente
quale danza ti piace farci danzare
facendo i passi che la tua Provvidenza ha segnato.
Perché io penso che tu forse ne abbia abbastanza della gente che,
sempre, parla di servirti col piglio da condottiero,
di conoscerti con aria da professore,
di raggiungerti con regole sportive,
di amarti come si ama in un matrimonio invecchiato.
Lascia che noi inventiamo qualcosa
per essere gente allegra che danza la propria vita con te.
(Madeleine Delbrêl)

CANTO

VIVERE LA VITA - (Gen)

*Vivere la vita con le gioie e coi dolori di ogni giorno,
è quello che Dio vuole da te.
Vivere la vita e inabissarti nell'amore è il tuo destino
è quello che Dio vuole da te*

*Fare insieme agli altri la tua strada verso Lui,
correre con i fratelli tuoi.
Scoprirai allora il cielo dentro di te,
una scia di luce lascerai.*

*Vivere la vita è l'avventura più stupenda dell'amore,
è quello che Dio vuole da te.
Vivere la vita e generare ogni momento il paradiso
è quello che Dio vuole da te.
Vivere perché ritorni al mondo l'unità,
perché Dio sta nei fratelli tuoi
scoprirai allora il cielo dentro di te
una scia di luce lascerai
una scia di luce lascerai...*

OFFRITE VOI STESSI

Guida: *Il desiderio di felicità conosce e spesso sperimenta amaramente una grande illusione: quella di poter percorrere le strade verso il meglio in solitudine, badando anzitutto a se stessi e alla propria autorealizzazione. E allo stesso tempo conosce e sperimenta con gioia una sorprendente scoperta: il meglio fiorisce nel "per altri", nei limiti alla donazione di sé che la stessa corporeità ci ricorda immancabilmente. Non possiamo fare tutto, né ha senso fare di tutto. Ma se nel discernimento della vocazione scorgiamo il nostro specifico modo di essere "per altri", allora potremo incamminarci lungo il sentiero della vita beata.*

Dalla lettera di San Paolo apostolo ai Romani

(12,1-7)

Fratelli, vi esorto dunque, fratelli, per la misericordia di Dio, a offrire i vostri corpi come sacrificio vivente, santo e gradito a Dio; è questo il vostro culto spirituale. Non conformatevi a questo mondo, ma lasciatevi trasformare rinnovando il vostro modo di pensare, per poter discernere la volontà di Dio, ciò che è buono, a lui gradito e perfetto.

Per la grazia che mi è stata data, io dico a ciascuno di voi: non valutatevi più di quanto conviene, ma valutatevi in modo saggio e giusto, ciascuno secondo la misura di fede che Dio gli ha dato. Poiché, come in un solo corpo abbiamo molte membra e queste membra non hanno tutte la medesima funzione, così anche noi, pur essendo molti, siamo un solo corpo in Cristo e, ciascuno per la sua parte, siamo membra gli uni degli altri. Abbiamo doni diversi secondo la grazia data a ciascuno di noi: chi ha il dono della profezia la eserciti secondo ciò che detta la fede; chi ha un ministero attenda al ministero; chi insegna si dedichi all'insegnamento; chi esorta si dedichi all'esortazione. Chi dona, lo faccia con semplicità; chi presiede, presieda con diligenza; chi fa opere di misericordia, le compia con gioia.

Commento

1L L'apostolo Paolo ci insegna a considerare la nostra vita: tutta la vita, resa viva dallo Spirito e provata nell'amore, donata, secondo la Parola, secondo Cristo.

2L È la possibilità di conoscere la volontà di Dio nei fatti della vita e avere il coraggio di cercare la propria vocazione, riconoscere la via migliore sulla quale spendere le proprie energie per tirare fuori il meglio di sé.

3L È imparare a guardare i doni che il Signore ci ha dato, quelle capacità così uniche e personali che egli ha seminato in ognuno e intuire la bellezza della propria vocazione per essere preti, sposi, diaconi, consacrati/e, laici a servizio degli altri.

PREGHIERA PER LA 57a GMPV **Datevi al meglio della vita! (ChV 143)**

Signore Gesù,
incontrare te
è lasciare che il tuo sguardo ci raggiunga
là dove ci siamo nascosti.
Solo i tuoi occhi vedono
e amano tutto di noi:
donaci la luce del tuo Spirito
perché guardando te
conosciamo il nostro vero volto
di figli amati.

Signore Gesù,
scegliere te
è lasciare che tu vinca l'amaressa
delle nostre solitudini
e la paura
delle nostre fragilità;
solo con te la realtà si riempie di vita.
Insegnaci l'arte di amare:
avventura possibile
perché tu sei in noi e con noi.

Signore Gesù,
seguire te
è far sbocciare sogni e prendere decisioni:
è darsi al meglio della vita.
Attriaci all'incontro con te
e chiamaci a seguirti per ricevere da te
il regalo della vocazione:
crescere, maturare
e divenire dono per gli altri.
Amen



Canto di adorazione

GIOIA CHE INVADE L'ANIMA

*Gioia che invade l'anima e canta, gioia di avere Te,
resurrezione e vita infinita, vita dell'unità.
La porteremo al mondo che attende, la porteremo là
dove si sta spegnendo la vita, vita si accenderà,
Perché la tua casa è ancora più grande, grande come sai tu,
grande come la terra nell'universo che vive in Te;
continueremo il canto delle tue lodi,
noi con la nostra vita con Te.
(2 volte tutto)*

*Ed ora, via! A portare l'amore nel mondo,
carità nelle case, nei campi, nella città.
Liberi a portare l'amore nel mondo,
verità nelle scuole, in ufficio, dove sarà:
e sarà vita nuova! Fuori il mondo chiama
anche noi con il canto delle tue lodi, nella vita con Te.*

BENEDIZIONE EUCARISTICA

ORAZIONE

O Dio, che in questo sacramento della nostra redenzione
ci comunichi la dolcezza del tuo amore,
ravviva in noi l'ardente desiderio
di partecipare al convito eterno del tuo regno.
Per Cristo nostro Signore.
Amen.

ACCLAMAZIONI

M Tu sei santo, sei forte, sei grande.
Tu sei l'Altissimo Onnipotente.
Tu Signore, unico Dio che compì
opere meravigliose.

F Tu, unico Dio in tre Persone.
Tu, Signore Iddio degli dei.
Tu il bene; Tu ogni bene.
Tu il sommo bene.

M Tu, Signore vivo e vero.
Tu sei amore, carità.
Tu sei sapienza, Tu sei umiltà.
Tu sei pazienza.

F Tu sei bellezza;
Tu sei riposo, Tu sei sicurezza.
Tu sei gioia e letizia.
Tu sei la nostra speranza.