



**“Restate qui e vegliate”**

VEGLIA DI PREGHIERA  
PRESSO L'ALTARE DELLA REPOSIZIONE  
ANIMATO DAL SETTORE GIOVANI DI AZIONE CATTOLICA



**CANTO: TE AL CENTRO DEL MIO CUORE**

Ho bisogno di incontrarti nel mio cuore,  
di trovare Te di stare insieme a Te  
unico riferimento del mio andare  
unica ragione Tu, unico sostegno Tu  
al centro del mio cuore ci sei solo Tu.

Anche il cielo gira intorno e non ha pace,  
ma c'è un punto fermo è quella stella là  
la stella polare è fissa ed è la sola,  
la stella polare Tu, la stella sicura Tu  
al centro del mio cuore ci sei solo tu.

**Tutto ruota intorno a Te, in funzione di Te  
e poi non importa il “dove”, il “come” e il “se”.**

Che Tu splenda sempre al centro del mio cuore  
il significato allora sarai Tu  
quello che farò sarà soltanto amore  
unico sostegno Tu, la stella polare Tu  
al centro del mio cuore ci sei solo Tu.

**Tutto ruota intorno a Te...**

**LETTORE 1:** Con il Mercoledì delle Ceneri, abbiamo dato avvio al grande cammino della Quaresima che ci ha permesso di prepararci con il digiuno, la preghiera e le opere di carità ad accogliere con uno spirito rinnovato l'autentica e gioiosa presenza di Cristo, che nella Domenica delle Palme abbiamo contemplato nel glorioso ingresso in Gerusalemme e che oggi abbiamo ricordato nella sua ultima cena. Questa sera vogliamo accompagnare Gesù con la preghiera, condividendo i momenti di grande prova e sofferenza che egli stesso ha vissuto nell'orto degli ulivi. Vogliamo raccogliere benevolmente l'invito di Gesù a rimanere con lui e vegliare, atteggiamenti questi che ci portano a mettere nella nostra vita Cristo al primo posto, a metterlo al centro del nostro cuore. Quando Gesù è al centro del cuore, si muove un motore potentissimo che è l'Amore quello vero, ed è proprio questo amore che ha spinto Gesù ad offrire come speciale dono la sua vita per noi.

**CANTO: RIMANETE IN ME**

Rimanete in me ed io in voi,  
perché senza di me non potete far nulla.

Chi rimane in me ed io in lui  
molto frutto farà.

Rimaniamo in te e tu vivi in noi,  
perché senza di te non possiamo far nulla.

Se rimani in noi e noi in te  
nasce la carità.

**Io sono la vite, voi siete i tralci:  
rimanete in me.**

**Se le mie parole resteranno in voi,  
ciò che chiedete vi sarà dato.**

**Noi siamo i tralci e tu sei la vite: rimaniamo in te.**

**Se le tue parole resteranno in noi,  
ciò che chiediamo ci sarà dato!**

Rimanete in me ed io in voi,  
questo ho detto perché la mia gioia sia in voi.

Chi rimane in me ed io in lui  
molto frutto farà.

Rimaniamo in te e tu vivi in noi,  
perché senza di te non possiamo far nulla.

Se rimani in noi e noi in te  
grande gioia sarà.

**Io sono la vite, voi siete i tralci...**

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

**TUTTI:** Amen

**C:** Sia lodato e ringraziato ogni momento. (x3)

**T:** il santissimo e divinissimo sacramento.

**C:** Gloria al Padre, al Figlio e allo Spirito Santo

**T:** Come era nel principio, ora e sempre, nei secoli dei secoli. Amen.

**LETTORE 2:** Signore, noi ti adoriamo questa sera nell'atto di donare per noi il tuo corpo e il tuo sangue. Tu sei in noi la vita della nostra vita, la vita del nostro cuore, tu sei la legge della nostra vita, l'intima forza del nostro essere e del nostro agire, l'ardore dei nostri cuori, la nostra pace, la nostra obbedienza, la nostra capacità di amare e di servire.

Tu, Gesù, lo sei stato per tanti sacerdoti. Tu sei stato in tutti i tempi l'ispiratore delle vocazioni, dei propositi generosi. Ti preghiamo di manifestarti ancora oggi per mezzo della tua Chiesa, di questa Eucaristia celebrata in tutto il mondo, di manifestarti a tutte le situazioni, presso tutti i popoli e tutte le razze.

**LETTORE 3:** Per mezzo dello Spirito Santo che ci è donato dal tuo cuore trafitto, afferra le nostre vite e conformale alla tua, affinché sempre e in tutti i luoghi, fino al termine dei giorni, la tua vita, o Gesù, continui a vivere in modi e in forme sempre nuove nella Chiesa del Padre.

Attriaci a te, Signore eucaristico e crocifisso. Trasformaci sempre e di nuovo in te, perché possiamo prolungare nel mondo quella rivelazione dell'amore del Padre che sei tu, nella grazia dello Spirito Santo che ci è donato in questa eucaristia.

Maria, Madre dell'eucaristia, insegnaci ad accostarci alla cena del tuo Figlio e a riviverla nella nostra vita. Amen.

### **CANTO: SERVO PER AMORE**

Una notte di sudore  
Sulla barca in mezzo al mare  
E mentre il cielo si imbianca già,  
Tu guardi le tue reti vuote.  
Ma la voce che ti chiama  
Un altro mare ti mostrerà  
E sulle rive di ogni cuore,  
Le tue reti getterai.

**Offri la vita tua come Maria  
Ai piedi della croce  
E sarai servo di ogni uomo,  
Servo per amore,  
Sacerdote dell'umanità.**

Avanzavi nel silenzio  
Fra le lacrime e speravi  
Che il seme sparso davanti a Te  
Cadesse sulla buona terra.  
Ora il cuore tuo è in festa  
Perché il grano biondeggia ormai,  
è maturato sotto il sole,  
Puoi riporlo nei granai.

**Offri la vita tua...**

### **Breve momento di silenzio**

**C:** Con il cuore colmo di riconoscenza, eleviamo al nostro Salvatore un inno di ringraziamento e diciamo insieme: **Noi ti ringraziamo**

- Per aver voluto perpetuare per sempre il sacrificio della tua Croce. **R**
- Per avere istituito l'Eucaristia come segno di unità, vincolo di carità, convito pasquale. **R**
- Per donarci la Grazia della fede. **R**
- Per il dono della comunità cristiana in cui ci sentiamo fratelli e sorelle in cammino. **R**

- Per il sacramento del perdono che ci offre la possibilità di cambiare in meglio ogni giorno.

**R**

- Per essere chiesa missionaria aperta e solidale con tutti. **R**

**CANTO: E' GIUNTA L'ORA**

È giunta l'ora, Padre, per me:  
i miei amici affido a Te  
La vera vita, o Padre, sei tu  
col Figlio Tuo, Cristo Gesù.

Erano tuoi, li hai dati a me,  
ed ora sanno che torno a Te.  
Hanno creduto: conservali Tu  
nel tuo Amore, nell'unità.

Tu mi hai mandato ai figli tuoi:  
la tua parola è verità.  
E il loro cuore sia pieno di gioia:  
la gioia vera viene da Te.

Io sono in loro e Tu in me;  
e siamo perfetti nell'unità;  
e il mondo creda che Tu mi hai mandato:  
li hai amati come ami me.

**CELEBRANTE: DAL VANGELO SECONDO MARCO**

Giunsero intanto a un podere chiamato Getsèmani, ed egli disse ai suoi discepoli: «Sedete qui, mentre io prego». Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e cominciò a sentire paura e angoscia. Gesù disse loro: «La mia anima è triste fino alla morte. Restate qui e vegliate». Poi, andato un po' innanzi, si gettò a terra e pregava che, se fosse possibile, passasse da lui quell'ora. E diceva: «Abbà, Padre! Tutto è possibile a te, allontana da me questo calice! Però non ciò che io voglio, ma ciò che vuoi tu». Tornato indietro, li trovò addormentati e disse a Pietro: «Simone, dormi? Non sei riuscito a vegliare un'ora sola? Vegliate e pregate per non entrare in tentazione; lo spirito è pronto, ma la carne è debole».

Breve momento di silenzio

**CANTO: TI SEGUIRO'**

**Ti seguio', ti seguio' o signore  
e nella tua strada camminerò'**

Ti seguirò nella via dell'amore  
e donerò al mondo la vita.

**Letture 4:** Gesù, noi vorremmo seguirti sulla via della croce. Vogliamo entrare con te nell'orto degli ulivi, nel podere chiamato Getsèmani, per unire la nostra preghiera alla tua. Ma, come per i discepoli, ci è tanto difficile! Per essi c'è la stanchezza del giorno precedente, c'è il silenzio cupo della notte con gli oscuri presagi che lo accompagnano. Noi, soprattutto quando vogliamo vegliare un po' più a lungo con Te, veniamo oppressi dai fantasmi che si agitano nei nostri cuori e che ci rendono la preghiera un peso. Sentiamo una gran voglia di fuggire, di darci per vinti e di abbandonarci a distrazioni che ci tolgano da questo incubo. Non riusciamo a condividere il tuo spavento e la tua angoscia e soprattutto non riusciamo a sintonizzarci con la tua preghiera. Anche le tue parole sulla tentazione che incombe sono ricevute da noi con lo spirito ottuso e incapace di capire. Il sonno appesantisce le nostre membra e chiude il nostro cuore. Intanto Gesù viene coinvolto in tutto il suo essere dalla grande e decisiva preghiera: Abbà, Padre! Ogni cosa ti è possibile, allontana da me questo calice! Però, non quello che io voglio, ma quello che tu vuoi.

### **CANTO: TI SEGUIRO'**

**Ti seguio', ti seguio' o signore  
e nella tua strada camminerò'**

Ti seguirò nella via del dolore  
e la tua Croce ci salverà.

**Letture 5:** Gesù, tu hai voluto provare fino all'ultimo la ripugnanza per la volontà del Padre, contraria alle tue attese. Anche noi sentiamo talora questa ripugnanza. Tu hai accettato di essere oppresso da una tristezza mortale. Può capitare, in certi momenti della nostra vita, di giungere fino a questo punto. Fa che non ci spaventiamo di questa resistenza che sentiamo nascere dentro. Fa che non ci arrendiamo né pensiamo che in tali frangenti è giocoforza arrendersi. È necessario stringere i denti e soprattutto confidare nella potenza dello Spirito che opera in noi. Possiamo sempre essere vittoriosi, per la forza di colui che ci ha salvati.

### **CANTO: TI SEGUIRO'**

**Ti seguio', ti seguio' o signore  
e nella tua strada camminerò'**

Ti seguirò nella via della gioia  
e la tua luce ci guiderà.

**Letture 6:** Gesù, noi vorremmo seguirti sulla via della croce. Vogliamo entrare con te nell'orto degli ulivi, nel podere chiamato Getsèmani, per unire la nostra preghiera alla tua. Ma, come per i discepoli, ci è tanto difficile! Per essi c'è la stanchezza del giorno precedente, c'è il silenzio cupo della notte con gli oscuri presagi che lo accompagnano. Noi, soprattutto quando vogliamo vegliare un po' più a lungo con Te, veniamo oppressi dai fantasmi che si

agitano nei nostri cuori e che ci rendono la preghiera un peso. Sentiamo una gran voglia di fuggire, di darci per vinti e di abbandonarci a distrazioni che ci tolgano da questo incubo. Non riusciamo a condividere il tuo spavento e la tua angoscia e soprattutto non riusciamo a sintonizzarci con la tua preghiera. Anche le tue parole sulla tentazione che incombe sono ricevute da noi con lo spirito ottuso e incapace di capire. Il sonno appesantisce le nostre membra e chiude il nostro cuore. Intanto Gesù viene coinvolto in tutto il suo essere dalla grande e decisiva preghiera: Abbà, Padre! Ogni cosa ti è possibile, allontana da me questo calice! Però, non quello che io voglio, ma quello che tu vuoi.

Breve momento di silenzio

**CANTO: VIENI, VIENI, SPIRITO D'AMORE**

**Vieni, vieni, Spirito d'amore,  
ad insegnar le cose di Dio.  
Vieni, vieni, Spirito di pace,  
a suggerir le cose che Lui ha detto a noi.**

Noi t'invochiamo, Spirito di Cristo,  
vieni Tu dentro di noi.  
Cambia i nostri occhi, fa che noi vediamo  
la bontà di Dio per noi.

**Vieni, vieni, Spirito d'amore...**

Vieni o Spirito dai quattro venti  
e soffia su chi non ha vita.  
Vieni o Spirito, soffia su di noi  
perché anche noi riviviamo.

**Vieni, vieni, Spirito d'amore...**

Insegnaci a sperare, insegnaci ad amare.  
Insegnaci a lodare Iddio.  
Insegnaci a pregare, insegnaci la via.  
Insegnaci Tu l'unità.

**Vieni, vieni, Spirito d'amore...**

**CELEBRANTE:** In questa notte in cui fu tradito, il nostro Salvatore celebrò l'ultima Cena e affidò alla Chiesa il memoriale della sua morte e risurrezione, perché lo celebrasse perennemente fino alla sua venuta. Nella luce di questo grande Mistero, rivolgiamo a Cristo, la nostra preghiera dicendo:

**Ti preghiamo, Signore.**

- Per le Chiese d'Oriente e Occidente **R**
- Per il Santo Padre Francesco, che hai chiamato a guida del tuo gregge **R**
- Perché il nostro Vescovo, i nostri sacerdoti e tutti i Pastori della Chiesa vivano nella santità e nella fedeltà al Vangelo **R**
- Per il Papa Emerito Benedetto **R**
- Per quanti vivono in maniera incoerente il ministero che hai loro affidato **R**
- Per i laici impegnati. Perché siano sostenuti dall'amore dell'incontro con tutti **R**
- Per tutti gli operatori pastorali **R**
- Per l'unità di tutti i cristiani nell'unica Chiesa, tua Sposa **R**
- Per coloro che chiami al sacerdozio, alla vita consacrata e a quella monastica **R**
- Perché tu scelga ancora numerosi e santi operai nella tua messe **R**
- Perché quanti governano le nazioni non abusino del potere che esercitano **R**
- Per la pace nel mondo e in ogni cuore **R**
- Per quanti soffrono nel corpo e nello spirito **R**
- Per i poveri, gli afflitti e i dimenticati dalla società **R**
- Perché tu sostenga quanti sono perseguitati a causa della Verità **R**
- Per quanti, con il loro lavoro, contribuiscono alla crescita di una società più giusta e fraterna **R**
- Per quanti non hanno un lavoro: Perché tu converta i cuori di chi ha causato la crisi morale, sociale ed economica nel nostro Paese **R**
- Per gli immigrati in cerca di fortuna che raggiungono le nostre coste **R**
- Per i bambini del Gaslini e di Betlemme **R**
- Per i giovani, futuro della nostra Chiesa e della nostra società: **R**
- Per le famiglie ed i fidanzati **R**
- Per gli anziani **R**
- Per quanti non riescono a perdonare **R**
- Per la nostra Comunità parrocchiale **R**
- Per tutti gli uomini e le donne di questo mondo **R**
- Per tutti i fratelli defunti a causa del Covid-19 **R**
- Per il nostro caro Don Raffaele **R**

### **CANTO: CHI CI SEPARERA'**

Chi ci separerà dal suo amore,  
la tribolazione, forse la spada

Né morte o vita ci separerà  
dall'amore in Cristo Signore.

Chi ci separerà dalla sua pace  
la persecuzione, forse il dolore?

Nessun potere ci separerà  
da Colui che è morto per noi.

Chi ci separerà dalla sua gioia  
chi potrà strapparci il suo perdono?

Nessuno al mondo ci allontanerà  
dalla vita in Cristo Signore.

### Breve momento di silenzio

**LETTORE 7:** Ci impegniamo noi, e non gli altri; unicamente noi, e non gli altri; né chi sta in alto, né chi sta in basso; né chi crede, né chi non crede. Ci impegniamo, senza pretendere che gli altri si impegnino, con noi o per conto loro, con noi o in altro modo. Ci impegniamo senza giudicare chi non s'impegna, senza accusare chi non s'impegna, senza condannare chi non s'impegna, senza cercare perché non s'impegna. Il mondo si muove se noi ci muoviamo, si muta se noi mutiamo.... Si fa nuovo, se qualcuno si fa nuova creatura. La primavera incomincia con il primo fiore, la notte con la prima stella, il fiume con la prima goccia d'acqua, l'amore col primo pegno. Ci impegniamo perché noi crediamo nell'amore, la sola certezza che non teme confronti, la sola che basta ad impegnarci perpetuamente. (Don Primo Mazzolari)

**CELEBRANTE:** Preghiamo insieme e diciamo: Padre Nostro...

**C:** Donaci, o Padre, la luce della fede e la fiamma del tuo amore, perché adoriamo in spirito e verità il nostro Dio e Signore, Cristo Gesù, presente in questo santo sacramento. Egli è Dio...

**T:** - Amen

### CANTO: IL SIGNORE E' IL MIO PASTORE

Il Signore è il mio pastore nulla manca ad ogni attesa.  
In verdissimi prati mi pasce, mi disseta a placide acque.

É il ristoro dell'anima mia, in sentieri diritti mi guida  
per amore del santo suo nome, dietro di lui mi sento sicuro.

Pur se andassi per valle oscura non avrò a temere alcun male  
perché sempre mi sei vicino, mi sostieni con tuo vincastro.

Quale mensa per me tu prepari sotto gli occhi dei miei nemici.  
E di olio mi ungi il capo: il mio calice è colmo di ebbrezza.

Bontà e grazia mi sono compagne quanto dura il mio cammino;  
io starò nella casa di Dio lungo tutto il migrare dei giorni.