



Ufficio di Pastorale Giovanile di Udine  
Via Treppo, 1 – 33100 Udine  
Tel. 0432.414522  
giovani@pgudine.it  
www.pgudine.it



Bota fé, incontro 1  
Seminario di Castellerio, 15 dicembre 2013  
**La mia stanza interiore**

1. Canto d'ingresso: **La preghiera di Gesù è la nostra (Beatitudini)**

Dove due o tre sono uniti nel mio nome,  
io sarò con loro , pregherò con loro , amerò con loro  
perché il mondo creda a Te,  
o Padre, conoscere il tuo amore , avere vita con Te.

Voi che ora siete miei discepoli nel mondo,  
siate testimoni di un amore immenso,  
date prova di quella speranza che c'è in voi Coraggio!  
Vi guiderò per sempre , io rimango con voi.

Ogni beatitudine vi attende nel mio nome,  
se sarete uniti , se sarete pace,  
se sarete uniti perché voi vedrete Dio che è Pace  
in Lui la nostra vita gioia piena sarà!

Spirito che animi la Chiesa e la rinnovi,  
donale la forza , fa che sia fedele  
come Cristo che muore e risorge,  
perché il Regno del Padre si compia in mezzo a voi:  
abbiate fede in Lui.

2. Saluto del celebrante e introduzione.

3. Preghiera di invocazione allo Spirito Santo (della Beata Teresa di Calcutta).

[La guida introduca il senso dell'invocazione allo Spirito Santo.](#)

“Qual è allora l'azione dello Spirito Santo nella nostra vita e nella vita della Chiesa per guidarci alla verità? Anzitutto, ricorda e imprime nei cuori dei credenti le parole che Gesù ha detto, e, proprio attraverso tali parole, la legge di Dio viene inscritta nel nostro cuore e diventa in noi principio di valutazione nelle scelte e di guida nelle azioni quotidiane, diventa principio di vita.” Papa Francesco, udienza generale del 15 maggio 2013

Spirito Santo,  
Spirito di conoscenza,  
Spirito di sapienza,  
Spirito d'amore,  
tu solo conosci la verità,  
tu solo puoi scrutare l'essenza e il vero significato di ogni realtà.  
Spirito di Dio, io mi abbandono a Te.  
Non voglio sapere più di quello che devo sapere.  
Non voglio dire, più di quello che devo dire.  
Non voglio nulla, più di quello che hai deciso per me.  
Tu mi ami e conosci il mio bene.  
Spirito di amore, effondi su di me tutto quello che ora posso ricevere da Te.  
Sia lode a Te.

4. Introduzione alla preghiera: il Salmo invitatorio (Salmo 94)

[La guida spieghi il significato del Salmo invitatorio.](#)

[Si alternino le strofe con il canone cantato.](#)

**Laudate Dominum, laudate Dominum, omnes gentes, alleluia!**

**Laudate Dominum, laudate Dominum, omnes gentes, alleluia!**

Venite, applaudiamo al Signore,  
acclamiamo alla roccia della nostra salvezza.  
Accostiamoci a lui per rendergli grazie,  
a lui acclamiamo con canti di gioia.

Poiché grande Dio è il Signore,  
grande re sopra tutti gli dei.  
Nella sua mano sono gli abissi della terra,  
sono sue le vette dei monti.  
Suo è il mare, egli l'ha fatto,  
le sue mani hanno plasmato la terra.

Venite, prostrati adoriamo,  
in ginocchio davanti al Signore che ci ha creati.  
Egli è il nostro Dio, e noi il popolo del suo pascolo,  
il gregge che egli conduce.

Ascoltate oggi la sua voce:  
«Non indurite il cuore,  
come a Meriba, come nel giorno di Massa nel deserto,  
dove mi tentarono i vostri padri:  
mi misero alla prova  
pur avendo visto le mie opere.

Per quarant'anni mi disgustai di quella generazione  
e dissi: Sono un popolo dal cuore traviato,  
non conoscono le mie vie;  
perciò ho giurato nel mio sdegno:  
Non entreranno nel luogo del mio riposo».

5. Canto al Vangelo

[Durante il canto si intronizza la Parola di Dio: partendo dal fondo della chiesa, si porta in processione un evangelario accompagnato da due candele. Un diacono si occupa di portare l'evangelario e leggere il brano. Nell'evangelario predisporre il brano seguente.](#)

Chiama ed io verrò da te:  
Figlio nel silenzio mi accoglierai.  
Voce e poi la libertà,  
nella Tua parola camminerò.

**Alleluia, alleluia, alleluia, alleluia, alleluia!**

**Alleluia, alleluia, alleluia, alleluia, alleluia!**

Danza ed io verrò con te:  
Figlio la tua strada comprenderò.  
Luce e poi, nel tempo tuo,  
oltre il desiderio riposerò.

**Alleluia, alleluia, alleluia, alleluia, alleluia!**

**Alleluia, alleluia, alleluia, alleluia, alleluia!**

6. Vangelo

**Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 6, 5-15)**

<sup>5</sup>Quando pregate, non siate simili agli ipocriti che amano pregare stando ritti nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, per essere visti dagli uomini. In verità vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. <sup>6</sup>Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

<sup>7</sup>Pregando poi, non sprecate parole come i pagani, i quali credono di venire ascoltati a forza di parole. <sup>8</sup>Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno ancor prima che gliele chiediate. <sup>9</sup>Voi dunque pregate così:

Padre nostro che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome;

<sup>10</sup>venga il tuo regno;

sia fatta la tua volontà,  
come in cielo così in terra.

<sup>11</sup>Dacci oggi il nostro pane quotidiano,

<sup>12</sup>e rimetti a noi i nostri debiti

come noi li rimettiamo ai nostri debitori,

<sup>13</sup>e non ci indurre in tentazione,

ma liberaci dal male.

<sup>14</sup>Se voi infatti perdonerete agli uomini le loro colpe, il Padre vostro celeste perdonerà anche a voi; <sup>15</sup>ma se voi non perdonerete agli uomini, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe.

7. Catechesi dell'Arcivescovo

8. Esposizione del Santissimo Sacramento

Partendo dal fondo della chiesa, un diacono porta in processione l'ostensorio con il SS. Sacramento. Egli sarà accompagnato da 4 lanterne accese. Giunti all'altare, le lanterne si poggeranno davanti allo stesso, in basso. Chi porta le lanterne accende le candele posizionate sull'altare, utilizzando uno stoppino.

Le luci si spengono gradualmente, lasciando illuminato soltanto l'ostensorio con il SS. Sacramento.

Poco dopo l'esposizione, un giovane porta ai piedi dell'altare una ciotola con qualche grano di incenso. L'incenso è simbolo della nostra preghiera che sale verso l'alto, verso Dio.

9. Canto per l'esposizione: **Adoro te**

Sei qui davanti a me, o mio Signore, sei in questa brezza che ristora il cuore,  
rovetto che mai si consumerà, presenza che riempie l'anima.

**Adoro Te, fonte della Vita, adoro Te, Trinità infinità.**

**I miei calzari leverò su questo santo suolo,  
alla presenza Tua mi prostrerò.**

Sei qui davanti a me, o mio Signore, nella Tua grazia trovo la mia gioia.  
Io lodo, ringrazio e prego perché il mondo ritorni a vivere in Te.

**Adoro Te, fonte della Vita, adoro Te, Trinità infinità.**

**I miei calzari leverò su questo santo suolo,  
alla presenza Tua mi prostrerò, mio Signor.**

L'Arcivescovo guida l'adorazione con alcune meditazioni. Sul libretto sarà predisposto uno spazio per scrivere quanto scaturisce dalla preghiera.

10. Invocazioni (dai seminaristi)

Dopo ogni invocazione si ripete un canone:

**O-o-oh, adoramus te, Domine!**

**O-o-oh, adoramus te, Domine!**

1. O Gesù, tu conosci il nostro cuore giovane e le nostre fragilità. Ci piace fare del bene, soprattutto quando gli altri ci vedono e ci lodano. Accresci in noi il desiderio di stare sempre alla tua presenza, perché nel dialogo con te scorgiamo il progetto che tu ci hai preparato...
2. O Gesù, tu ci insegni a vivere l'elemosina come atto di amore gratuito e puro. Ci inviti ad allargare le braccia sempre di più per accogliere tutti i fratelli che metti sul nostro cammino. Ci indichi i poveri come tuoi speciali amici. Donaci di vivere con generosità la nostra offerta ai più poveri, per essere tuoi veri testimoni: le nostre parole siano sempre di conforto, i nostri pensieri puri e i nostri gesti siano atti d'amore disinteressato, proprio come facevi tu...
3. O Gesù, con le tue parole, ma soprattutto con il tuo esempio, ci dimostri che la preghiera è un eccezionale punto di partenza per la nostra giornata. Pregare significa alimentare quella relazione d'amore che tu instauri con noi. Fa' che, quando preghiamo, sappiamo chiuderci nella stanza del nostro cuore, dove tu stai in attesa di una nostra risposta. La nostra

preghiera non sia una recita ipocrita solo per essere lodati dalla gente, ma sia invece ascolto di Te nel silenzio e nella contemplazione, proprio come ora...

4. O Gesù, la preghiera è una cosa seria. Tu condanni chi rivolge al cielo parole su parole che non vengono dal cuore. Ci inviti a non sprecare le parole, a non vivere in modo superficiale il nostro rapporto con te. E allora ci hai lasciato la preghiera più bella che esista. A noi può scivolare via senza che ci pensiamo, perché siamo abituati a sentirla. Donaci, o Maestro, di pregarti con le parole del Padre Nostro con attenzione, vivendole nella vita di ogni giorno...
5. O Gesù, ci mostri che il perdono è fondamentale. Non basta fare belle preghiere al cielo: è necessario amare e perdonare i nostri fratelli, quelli che sono vicini a me. Spesso le arrabbature ci gonfiano tanto che siamo noi a pretendere il perdono dagli altri. Insegnaci a essere giovani del primo passo, che non hanno paura di chiedere "scusa" e di amare i fratelli come noi stessi...

6. Padre nostro

7. Canto eucaristico: **Pane di vita nuova**

Pane di vita nuova  
vero cibo dato agli uomini,  
nutrimento che sostiene il mondo,  
dono splendido di grazia.  
Tu sei sublime frutto  
di quell'albero di vita  
che Adamo non poté toccare:  
ora è in Cristo a noi donato.

**Pane della vita,  
sangue di salvezza,  
vero corpo, vera bevanda,  
cibo di Grazia per il mondo.**

Sei l'Agnello immolato  
nel cui Sangue è la salvezza,  
memoriale della vera Pasqua  
della nuova Alleanza.  
Manna che nel deserto  
nutri il popolo in cammino,  
sei sostegno e forza nella prova  
per la Chiesa in mezzo al mondo.

8. Benedizione eucaristica e acclamazioni.

[Dopo la benedizione si riaccendono tutte le luci eventualmente spente al momento dell'esposizione.](#)

Dio sia benedetto.  
Benedetto il suo santo nome.  
Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero uomo.  
Benedetto il nome di Gesù.  
Benedetto il Suo sacratissimo Cuore.  
Benedetto il Suo preziosissimo Sangue.  
Benedetto Gesù nel santissimo Sacramento dell'altare.  
Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.  
Benedetta la gran Madre di Dio, Maria santissima.  
Benedetta la sua santa ed immacolata concezione.  
Benedetta la sua gloriosa assunzione.  
Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre.  
Benedetto S. Giuseppe, suo castissimo sposo.  
Benedetto Dio, nei suoi angeli e nei suoi santi.

11. Scegli il tuo momento

Durante questo momento, i giovani sono invitati a scrivere una propria preghiera su un foglietto che sarà allegato al libretto. In qualsiasi momento, il foglietto potrà essere portato ai piedi dell'altare, vicino alla ciotola dell'incenso, a simboleggiare la preghiera che sale al cielo.

- Gruppi di condivisione: si riprenderanno le domande che l'Arcivescovo ha "lanciato" durante l'adorazione. Ci saranno 4 gruppi, più il gruppo "over 20". I giovani saranno divisi nei gruppi in base al colore del foglietto allegato al libretto.
- Confessioni: alcuni sacerdoti si mettono a disposizione per confessare i giovani che lo desiderano.
- Colloqui con sacerdoti/religiose/seminaristi.
- Preghiera personale davanti al tabernacolo, in chiesa.

12. Un impegno quotidiano.

[Sul libretto ogni partecipante scrive un impegno da assumere concretamente da oggi in poi.](#)

13. Benedizione e congedo.

14. Canto finale. **Resta accanto a me.**

**Ora vado sulla mia strada  
con l'amore tuo che mi guida  
o Signore ovunque io vada  
resta accanto a me.  
Io ti prego, stammi vicino  
ogni passo del mio cammino  
ogni notte, ogni mattino  
resta accanto a me.**

Il tuo sguardo puro  
sia luce per me  
e la tua parola sia voce per me.  
Che io trovi il senso del mio andare  
solo in Te,  
nel tuo fedele amare il mio perché.

Fa' che chi mi guarda  
non veda che Te.  
Fa' che Chi mi ascolta  
non senta che Te  
e chi pensa a me, fa' che nel cuore  
pensi a Te  
e trovi quell'amore  
che hai dato a me.