



Arcidiocesi di Udine - Ufficio di Pastorale Giovanile  
Via Treppo, 3 – 33100 Udine  
Tel. 0432.414522  
giovani@pgudine.it  
www.pgudine.it

Venerdì 3 marzo 2017

## Veglia penitenziale dei giovani «Alzati e va'!»

Prima dell'arrivo dell'Arcivescovo, don Maurizio Michelutti introduce la celebrazione e porge il saluto ai giovani partecipanti.

### 1. Canto d'ingresso: La forza del tuo amore

**O Signore guariscimi Con la forza del Tuo amore.  
Il mio cuore io offro a Te, risanalo e rivivrò.**

Mio Signore io credo in Te, stendi la Tua mano,  
i miei occhi riaprirai e il Tuo volto io vedrò.  
Ai Tuo piedi ripongo, Dio, tutta la mia vita.  
Oggi voglio rinascere Dalla fonte del Tuo amore.

Mio Signore io spero in Te, volgi a me lo sguardo,  
nella luce del volto Tuo io per sempre splenderò.  
Solo se io camminerò nella Tua Parola  
niente mai più mi colpirà, al riparo Tuo vivrò.

### 2. Segno di croce e saluto

**A** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. **Amen.**  
**A** La pace sia con voi. **E con il tuo spirito.**

## Primo momento: Le nostre paralisi

### 3. Raccogliamoci nel nostro cuore: Salmo 129

Alternato tra voci maschili e femminili, con un ritornello cantato

**Il Signore è la mia forza e io spero in Lui  
Egli è il Salvatore: in Lui confido, non ho timor!  
In Lui confido, non ho timor!**

**Maschi** Dal profondo a te grido, o Signore;  
Signore, ascolta la mia voce.  
Siano i tuoi orecchi attenti  
alla voce della mia preghiera.

**Femmine** Se consideri le colpe, Signore,  
Signore, chi potrà sussistere?  
Ma presso di te è il perdono,  
perciò avremo il tuo timore.

**Maschi** Io spero nel Signore.  
L'anima mia spera nella sua parola.  
L'anima mia attende il Signore  
più che le sentinelle l'aurora.

**Femmine** Israele attenda il Signore,  
perché presso il Signore è la misericordia  
grande è presso di lui la redenzione;  
egli redimerà Israele da tutte le sue colpe.

#### 4. Invochiamo il dono dello Spirito Santo

Spirito che aleggi sulle acque,  
calma in noi le dissonanze,  
i flutti inquieti, il rumore delle parole,  
i turbini di vanità,  
e fa sorgere nel silenzio  
la Parola che ci ricrea.

Spirito che in un sospiro sussurri  
al nostro spirito il Nome del Padre,  
vieni a radunare tutti i nostri desideri,  
falli crescere in fascio di luce  
che sia risposta alla tua luce,  
la Parola del Giorno nuovo.

Spirito di Dio, linfa d'amore  
dell'albero immenso su cui ci innesti,  
che tutti i nostri fratelli  
ci appaiano come un dono  
nel grande Corpo in cui matura  
la Parola di comunione. Amen.

#### 5. Orazione

Preghiamo.  
Dio della libertà e della pace,  
che nel perdono dei peccati  
ci doni il segno della creazione nuova,  
fa' che tutta la nostra vita riconciliata nel tuo amore  
diventi lode e annunzio della tua misericordia.  
Per Cristo nostro Signore.  
**Amen.**

## Secondo momento: "Annunziava la Parola"

#### 6. Canto al Vangelo

**Gloria a Te, Parola vivente,  
Verbo di Dio, gloria a te!  
Cristo maestro, Cristo Signore!**

Tu solo hai parole di vita per noi.  
Beato colui che ti ascolta, Signore perché vivrà.

Tu solo sei morto in croce per noi  
Beato colui che perdona, Signore, perché vivrà.

Tu solo hai proposte di amore per noi.  
Beato colui che le accoglie, Signore perché vivrà.

#### 7. Vangelo

##### **Dal Vangelo secondo Marco (Mc 2, 1-12)**

In quel tempo, Gesù entrò di nuovo a Cafarnaò dopo alcuni giorni. Si seppe che era in casa e si radunarono tante persone, da non esserci più posto neanche davanti alla porta, ed egli annunziava loro la parola.

Si recarono da lui con un paralitico portato da quattro persone. Non potendo però portarglielo innanzi, a causa della folla, scoperchiarono il tetto nel punto dov'egli si trovava e, fatta un'apertura, calarono il lettuccio su cui giaceva il paralitico.

Gesù, vista la loro fede, disse al paralitico: «Figliolo, ti sono rimessi i tuoi peccati».

Seduti là erano alcuni scribi che pensavano in cuor loro: «Perché costui parla così? Bestemmia! Chi può rimettere i peccati se non Dio solo?».

Ma Gesù, avendo subito conosciuto nel suo spirito che così pensavano tra sé, disse loro: «Perché pensate così nei vostri cuori? Che cosa è più facile: dire al paralitico: Ti sono rimessi i peccati, o dire: Alzati, prendi il tuo lettuccio e cammina? Ora,

perché sappiate che il Figlio dell'uomo ha il potere sulla terra di rimettere i peccati, ti ordino - disse al paralitico - alzati, prendi il tuo lettuccio e va' a casa tua». Quegli si alzò, prese il suo lettuccio e se ne andò in presenza di tutti e tutti si meravigliarono e lodavano Dio dicendo: «Non abbiamo mai visto nulla di simile!».

## 8. Omelia dell'Arcivescovo

- Il primo protagonista del racconto che abbiamo ascoltato è un uomo paralizzato. A tutti è capitato di incontrare un uomo paralizzato per incidente o per malattia. Il suo cervello non riesce a comandare ai nervi e ai muscoli perché si sono interrotti i collegamenti. Di conseguenza, è completamente impotente perché vorrebbe muoversi e fare ma non riesce. E' anche totalmente indifeso davanti a qualcuno che volesse fargli del male.

- Altri protagonisti sono i quattro amici che portano di peso quel malato davanti a Gesù. Quegli amici sono la sua ricchezza ; sono le sue gambe, le sue braccia, la sua speranza. Lo portano dove lui vorrebbe andare senza riuscirci: incontrare Gesù e chiedere la guarigione. Sono veri amici perché se le inventano tutte; pur di arrivare al Signore; arrivano a scoperchiamo perfino il tetto della casa.

- Il grande protagonista è Gesù che sorprende tutti dicendo al paralitico: "Ti sono rimessi i peccati" e non "Alzati e cammina"; come i presenti si sarebbero aspettati. Vedendo la fede e l'amore dei quattro amici, Gesù è preso da compassione e guarisce quel povero uomo che lo guarda come ultima sua speranza. Egli, però, vede in quell'uomo quello che gli altri non vedevano. Vede non una ma due paralisi; la paralisi del corpo e la paralisi del cuore. Quella del cuore gli altri non la scorgevano e, forse, neppure il paralitico si rendeva conto di averla. Gesù comincia a guarirgli il cuore che era paralizzato a causa dei peccati. Poi, per dare la prova che aveva il potere di guarire il cuore, lo guarisce anche nel corpo e lo manda a casa sulle sue gambe, con la barella sulle spalle.

- L'evangelista Marco racconta questo miracolo per invitare tutti a mettersi al posto del paralitico perché siamo nella sua stessa situazione. Siamo più fortunati perché le nostre braccia e gambe funzionano; ma il nostro cuore è spesso paralizzato come era il suo. E, magari, come lui non ce ne rendiamo conto.

Questa sera, all'inizio del tempo della quaresima, ci mettiamo davanti a Gesù e gli chiediamo la grazia di farci vedere che il nostro cuore è, tanto o poco, paralizzato. Cioè, non riusciamo a fare come vorremmo perché i peccati ci bloccano. Desideriamo il bene e non riusciamo a farlo; questa è una vera paralisi che il peccato crea in noi.

Facciamo qualche esempio:

- vorrei essere più responsabile nei miei impegni ma il peccato di pigrizia (o accidia) mi paralizza;
- vorrei saper essere più paziente e rispettoso verso certe persone, a cui magari voglio bene, ma in me comanda il peccato dell'ira per cui reagisco rispondendo male e trattandole senza delicatezza;
- vorrei avere nel cuore affetti belli e non sentire curiosità o voglie che mi portano a cercare immagini o soddisfazioni sessuali impure ma mi trovo che è più forte in me il peccato della lussuria;
- vorrei saper fermarmi, entrare nel mio cuore e mettermi in dialogo con Gesù nella preghiera ma mi prende sempre una strana fretta che mi impedisce di pregare; è il peccato della poca fede in Gesù e del poco amore per lui.

Potremmo continuare gli esempi perché ognuno di noi ha dei peccati che gli paralizzano il cuore per cui abbiamo buoni desideri ma non riusciamo a viverli.

- Gesù ci viene incontro e vuole guarirci dicendoci, come a quel paralitico: "Questa sera ti perdono i peccati. Mettiti nelle mie mani e guarisco il tuo cuore". Ecco come possiamo mettere nelle mani e nel cuore di Gesù i nostri peccati:

1. prima di tutto li riconosciamo con l'esame di coscienza. Ci chiediamo: quali sono i peccati che più stanno paralizzando il mio cuore? Che mi impediscono di essere e di comportarmi come vorrei veramente? Mi ritrovo negli esempi che abbiamo fatto o ho anche altri peccati?
2. Poi mettiamo i nostri peccati nelle mani e nel cuore di Gesù confessandoli al sacerdote che, nel sacramento della confessione, rende veramente presente Gesù.
3. Poi riceviamo, attraverso le parole del sacerdote, la parole stessa di Gesù che ci chiama per nome e ci dice: "Figliolo mio, ti perdono questi tuoi peccati. Vai in pace".
4. Infine, stiamo qualche minuti davanti a Gesù, presente nell'eucaristia, per dirgli il nostro grazie e prenderci un impegno concreto di miglioramento.

### Tempo di silenzio per iniziare l'esame di coscienza

In sottofondo, un arpeggio o una melodia d'organo

## Terzo momento: Io di fronte a Gesù

### 9. Orazione

Riuniti in assemblea penitenziale,  
invochiamo con fiducia Dio  
fonte di ogni misericordia,  
perché purifichi i nostri cuori,  
guarisca le paralisi generate dal peccato  
e ci liberi da ogni colpa.

## 10. Intenzioni penitenziali, in forma litanica

Dopo ogni intenzione si canta un ritornello.

**Kyrie eleison, Kyrie eleison!**

**Kyrie eleison, Kyrie eleison!**

**Letto1:** Gesù, spesso pensiamo di bastare a noi stessi, di correre da soli, ma non ci accorgiamo del nostro immobilismo che può essere superato soltanto con l'aiuto e il sostegno degli altri, di chi ci sta vicino. Per questo ti chiediamo pietà.

**Letto2:** Gesù, molte volte ci rivolgiamo a Te con la pretesa che tu ci risolva un problema o che ci "faccia la grazia", senza ragionare che prima del corpo dovremmo curare lo spirito, vera strada per la salvezza e unica possibilità per rialzarci. Per questo ti chiediamo pietà.

**Letto1:** Gesù, anche noi, a volte, siamo i veri paralitici del brano poiché ci blocchiamo nel nostro egoismo senza accorgerci delle sofferenze dei fratelli in difficoltà. Per questo ti chiediamo pietà.

**Letto2:** Gesù, dopo il tuo perdono, ritornati a casa, spesso ricadiamo negli stessi errori, magari nello stesso modo e con la stessa testardaggine, invece che accorgerci della bellezza della riconciliazione ed essere tuoi testimoni. Per questo ti chiediamo pietà.

## 11. Preghiera del Signore

**A:** E ora, con le parole di Gesù, rivolgiamoci a Dio nostro Padre, perché rimetta i nostri peccati e ci liberi da ogni male:  
**Padre nostro...**

**A:** O Dio misericordioso, fonte di ogni bontà,  
guarda benigno a noi, che riconosciamo la nostra miseria,  
e poiché ci opprime il rimorso delle colpe,  
la tua misericordia ci sollevi.  
Per Cristo, nostro Signore.  
**Amen.**

## 12. Canto per l'inizio delle confessioni: Inno della GMG 2016

Sei sceso dalla tua immensità in nostro aiuto.  
Misericordia scorre da te sopra tutti noi.

Persi in un mondo d'oscurità lì Tu ci trovi.  
Nelle tue braccia ci stringi e poi dai la vita per noi.

**Beato è il cuore che perdona!**  
**Misericordia riceverà da Dio in cielo!**

Solo il perdono riporterà pace nel mondo.  
Solo il perdono ci svelerà come figli tuoi.

**Beato è il cuore che perdona!**  
**Misericordia riceverà da Dio in cielo!**

Col sangue in croce hai pagato Tu le nostre povertà.  
Se noi ci amiamo e restiamo in te il mondo crederà!

**Beato è il cuore che perdona!**  
**Misericordia riceverà da Dio in cielo!**

Le nostre angosce ed ansietà gettiamo ogni attimo in te.  
Amore che non abbandona mai, vivi in mezzo a noi!

## Quarto momento: “Figliolo, ti sono rimessi i tuoi peccati”

### 13. Confessione dei peccati e assoluzione individuale

Tutte le cappelle laterali della Cattedrale saranno occupate dai confessori. In questo modo essi saranno situati in disparte rispetto all'assemblea. Sarà richiesto ai giovani di non sostare nelle cappelle laterali durante la veglia.

#### Canoni di Taizé durante le confessioni

**Per crucem et passionem tuam** libera nos Domine  
per sanctam resurrectionem tuam libera nos Domine

**Nada te turbe** nada te espante: quien a Dios tiene nada le falta.  
Nada te turbe, nada te espante: solo Dios basta.

**Dona la pace Signore** a chi confida in te.  
Dona, dona la pace Signore, dona la pace.

**Bless the Lord** my soul and bless God's holy name  
Bless the Lord my soul, who leads me in to life

**Adoramus te Christe**, benedicimus tibi,  
quia per crucem tuam redemisti mundum,  
quia per crucem tuam redemisti mundum.

**In manus tuas Pater** commendo spiritum meum.

**Bonum est confidere in Domino**  
bonum sperare in Domino

**Misericordias Domini** in aeternum cantabo

**De noche iremos** de noche que para encontrar la fuente  
Solo la sed nos alumbra solo la sed nos alumbra  
(Di notte andremo di notte per incontrare la fonte  
solo la sete c'illumina solo la sete ci guida)

## Quinto momento: “Non abbiamo mai visto nulla di simile!”

I giovani che si confesseranno saranno invitati a recarsi presso la cappella del Santissimo per un momento di ringraziamento. Ciascuno potrà portare a casa un piccolo segno: una tegola (di plastica), a simboleggiare il limite da rimuovere per giungere all'incontro salvifico con Gesù, medico dell'anima.