

Canto: **RIMANETE IN ME**

C'è una vite nella vigna,  
uno solo è il vignaiolo,  
compie con pazienza il suo lavoro.  
Sono io la vera vite  
e mio padre è il vignaiolo  
e taglia il tralcio solo quando il frutto non produce,  
allora voi

**Rit. rimanete in me ed io in voi,  
rimanete in me ed io in voi.**

Siete i tralci della vite  
voi che udite la Parola  
che vi pota per la vita nuova  
Perché sono io la vite  
e mio padre che ha voluto  
che portiate frutto, che siate vita, siate voce,  
allora voi

**Rit. rimanete in me ed io in voi,  
rimanete in me ed io in voi.**

E voi che siete in me (voi)  
la parola che (voi)  
con la vostra vita rivivate se

**Rit. rimanete in me ed io in voi,  
rimanete in me ed io in voi.**

Siamo frutti dell'amore  
conquistati da una vita  
che d'amore stesso s'è riempita.

E attingiamo alla Parola  
per riempire il nostro andare  
quando c'è l'amore siamo in lui una cosa sola,  
allora voi

**Rit. rimanete in me ed io in voi,  
rimanete in me ed io in voi.**

E voi che siete in me (voi)  
la parola che (voi)  
con la vostra vita rivivate se

**Rit. rimanete in me ed io in voi,  
rimanete in me ed io in voi.**

## **PREGHIERA**

---

### **Dal Vangelo di Luca (1, 39-45)**

In quei giorni Maria si alzò e andò in fretta verso la regione montuosa, in una città di Giuda. Entrata nella casa di Zaccaria, salutò Elisabetta. Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino sussultò nel suo grembo. Elisabetta fu colmata di Spirito Santo ed esclamò a gran voce: "Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! A che cosa devo che la madre del mio Signore venga da me? Ecco, appena il tuo saluto è giunto ai miei orecchi, il bambino ha sussultato di gioia nel mio grembo. E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto".

## **Salmo 139 (138)**

**Rit. Del tuo Spirito, Signore, è piena la terra.**

Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
tu conosci quando mi siedo e quando mi alzo,  
intendi da lontano i miei pensieri,  
osservi il mio cammino e il mio riposo,  
ti sono note tutte le mie vie.

La mia parola non è ancora sulla lingua  
ed ecco, Signore, già la conosci tutta. **Rit.**

Alle spalle e di fronte mi circondi  
e poni su di me la tua mano.  
Meravigliosa per me la tua conoscenza,  
troppo alta, per me inaccessibile. **Rit.**

Dove andare lontano dal tuo spirito?  
Dove fuggire dalla tua presenza?  
Se salgo in cielo, là tu sei;  
se scendo negli inferi, eccoti.  
Se prendo le ali dell'aurora  
per abitare all'estremità del mare,  
anche là mi guida la tua mano  
e mi afferra la tua destra. **Rit.**

Se dico: "Almeno le tenebre mi avvolgono  
e la luce intorno a me sia notte",  
nemmeno le tenebre per te sono tenebre  
e la notte è luminosa come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.  
Sei tu che hai formato i miei reni  
e mi hai tessuto nel grembo di mia madre. **Rit.**

Io ti rendo grazie:  
hai fatto di me una meraviglia stupenda;  
meravigliose sono le tue opere,

le riconosce pienamente l'anima mia.  
Non ti erano nascoste le mie ossa  
quando venivo formato nel segreto,  
ricamato nelle profondità della terra. **Rit.**

Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi;  
erano tutti scritti nel tuo libro i giorni che furono fissati  
quando ancora non ne esisteva uno.  
Quanto profondi per me i tuoi pensieri,  
quanto grande il loro numero, o Dio!  
Se volessi contarli, sono più della sabbia.  
Mi risveglio e sono ancora con te. **Rit.**

Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore,  
provami e conosci i miei pensieri;  
vedi se percorro una via di dolore  
e guidami per una via di eternità. **Rit.**

## **CREDO IN DIO E CREDO NELL'UOMO** di padre Giulio Bevilacqua

Credo in Dio e credo nell'uomo, quale immagine di Dio.

Credo negli uomini, nel loro pensiero,  
nel valore della loro sterminata fatica.

Credo nella vita come dono e come durata,  
come possibilità illimitata di elevazione,  
non prestito effimero dominato dalla morte.

Credo nella gioia: la gioia di ogni stagione,  
di ogni tappa, di ogni aurora, di ogni tramonto, di ogni volto,  
di ogni raggio di luce che parta dal cervello, dai sensi, dal cuore.

Credo nella famiglia del sangue  
e nella famiglia prescelta per il mio lavoro.

Credo nel dovere di servire il bene comune perché giustizia, libertà e pace siano a fondamento della vita sociale.

Credo nella possibilità di una grande famiglia umana e nell'unità dei cristiani quale Cristo la volle.

Credo nella gioia dell'amicizia, nella fedeltà e nella parola degli uomini.

Credo in me stesso, nella capacità che Dio mi ha conferito, perché possa sperimentare la più grande fra le gioie, che è quella del donare e del donarsi.

In questa fede voglio vivere,  
per questa fede voglio lottare  
e con questa fede voglio addormentarmi  
in attesa del grande, gioioso risveglio.

## **ORAZIONE**

Dio, noi siamo poveri; la nostra unica ricchezza è la tua presenza e la tua misericordia. Tu non sei una certezza per noi, non sei un luogo di riposo; sei la fonte della nostra obbedienza, sei la parola che ci salva. Rendici obbedienti al tuo amore, capaci di abbandonarci a te senza riserve e di credere che tu sei l'unico Signore delle nostre vite e l'unico nostro Salvatore: allora ti daremo lode senza mai stancarci, in Gesù Cristo nostro fratello.

**T - Amen.**

Benediciamo il Signore

**T - Rendiamo grazie a Dio.**

La pace di Dio che sorpassa ogni comprensione mantenga i nostri cuori e i nostri pensieri in Cristo Gesù.

**T - Amen.**

Tratto da **TUTTI SIANO UNA COSA SOLA** di Mons. Luciano Monari

Ma cosa significa 'fare adorazione eucaristica'? [...] L'eucaristia ha una sua forma precisa e l'adorazione vuole cogliere e fare propria questa 'forma'. Nell'eucaristia ci sta davanti la vita intera di Gesù (parole, gesti, passione) nella forma del pane spezzato e cioè nella forma di esistenza donata per gli altri. [...] Guardare con gli occhi del cuore il corpo di Cristo spezzato come pane per noi e lasciar crescere in noi il desiderio di diventare pane spezzato per gli altri.

Tratto da **IL BALLO DELL'OBEDIENZA** di Madeleine Delbrêl

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  
sposando i passi che la tua Provvidenza ha segnato.

Perché io penso che tu forse ne abbia abbastanza  
della gente che, sempre, parla di servirti  
con l'aria da capitano,  
di conoscerti con aria da professore,  
di raggiungerti con regole sportive,  
di amarti come ci si ama in un matrimonio invecchiato.

Un giorno in cui avevi un po' voglia d'altro  
hai inventato san Francesco,  
e ne hai fatto il tuo giullare.  
Spetta a noi ora di lasciarci inventare  
per essere gente allegra che danza la propria vita con te.

Per essere un buon danzatore, con te come con tutti,  
non occorre sapere dove la danza conduce.

Basta seguire,  
essere gioioso,  
essere leggero,  
e soprattutto non essere rigido.

Non occorre chiederti spiegazioni  
sui passi che ti piace fare.  
Bisogna essere come un prolungamento,  
vivo ed agile, di te.  
E ricevere da te la trasmissione del ritmo che l'orchestra  
scandisce.

Non bisogna volere avanzare a tutti i costi,  
ma accettare di girarsi, di andare di fianco.  
Bisogna sapersi fermare e sapere scivolare invece di  
camminare.  
Ma non sarebbero che passi senza senso  
se la musica non ne facesse un'armonia.

Ma noi dimentichiamo la musica del tuo Spirito,  
e facciamo della nostra vita un esercizio di ginnastica;  
dimentichiamo che fra le tue braccia la vita è danza,  
che la tua Santa Volontà  
è di una inconcepibile fantasia,  
e che non c'è monotonia e noia  
se non per le anime vecchie,  
che fanno tappezzeria  
nel ballo gioioso del tuo amore. [...]

Signore, vieni a invitarci.

**Tratto da UNA POVERA DONNA CHE PREGA di Madre Teresa di Calcutta**

Io per Dio e Dio per me.  
Vivo per Dio e rinuncio a me stessa, inducendo in questo modo Dio a  
vivere per me.  
Pertanto per possedere Dio, dobbiamo permettergli di possedere la  
nostra anima.

Accettare tutto quello che Egli dà e darGli tutto quello che Egli si prende e con un grande sorriso. Questo significa arrendersi a Dio. Neanche Dio può fare niente per qualcuno che sia già pieno. Bisogna svuotarsi di tutto per lasciarLo entrare. Questa è la cosa più bella di Dio. Essere onnipotente, eppure non fare costrizione verso nessuno. Dio non può riempire ciò che è pieno. Può riempire solo il vuoto, la profonda povertà. La nostra vita deve essere intessuta di preghiera; dobbiamo essere intessuti di Cristo per poter comprendere, per poter condividere. Se conoscerete Dio, Lo amerete e vi amerete l'un l'altro. E se avrete amore, vi servirete l'un l'altro. E quel servizio porterà pace, perché le opere d'amore sono opere di pace. Il frutto del silenzio è la preghiera, il frutto della preghiera è la fede, il frutto della fede è l'amore, il frutto dell'amore è il servizio, il frutto del servizio è la pace.

## **BENEDIZIONE EUCARISTICA**

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 SS. Sacramento dell'altare.  
Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.  
Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.  
Benedetta la Sua santa e 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.