

TRIDUO PASQUALE  
ADORAZIONE EUCARISTICA  
AL SS. SACRAMENTO

**FERIA V**  
*in Coena Domini*



*«Io sono il pane vivo disceso dal Cielo,  
chi mangia questo pane vivrà in eterno»*

*(Gv. 6, 51)*

CHIESA DI SAN MARTINO D'ALBARO  
GIOVEDÌ SANTO, ORE 21

## INTRODUZIONE

### L'ADDOBBO DELL'ALTARE DELLA REPOSIZIONE

testo basato sui alcuni paragrafi di Enzo Bianchi  
tratti dal libro "Il Pane di ieri"

*Si può leggere questo brano come introduzione personale all'adorazione che segue*

*Tutti i pani del mondo:* già dalla scena che abbiamo davanti, possiamo notare come ogni elemento converga verso il centro, l'alto, il pane di vita: l'Eucaristia. Ogni tavola, rappresentante un continente, ci ricorda che pur nelle difficoltà possiamo contare su un pane che ci rende fratelli e che solo la sua condivisione ci porta ad essere "Eucaristia" segni della presenza di Dio nel mondo.

[Sappiamo che] Storicamente il pane è nato nel terzo millennio avanti Cristo in Egitto, in prossimità del Mediterraneo, dove nella coltivazione di diversi cereali finisce per eccellere il frumento. È attestato che nel terzo secolo dopo Cristo i Greci conoscessero 72 tipi di pane diversi... Cotto dagli assiri in otri di terracotta, dai greci sotto la cenere, dagli ebrei su pietra arroventata, il pane diventa nutrimento base del corpo e dello spirito, assumendo valenze religiose e caricandosi di valori simbolici.

*Il pane in tavola:* un tempo era un vero e proprio rito, soprattutto quando era costituito da un'unica grande pagnotta per tutti i commensali. Doveva essere posato diritto sulla tovaglia, disposto al centro o accanto a chi presiedeva la tavola, ne andava spezzato tagliato solo quel tanto che si sarebbe mangiato, poi veniva distribuito, facendo attenzione che non cadesse a terra, senza avanzarne dei pezzi e le stesse briciole venivano raccolte alla fine del pasto e sparse sul davanzale della finestra a nutrire gli uccelli, soprattutto di inverno, quando la neve toglieva allo scricciolo, al pettirosso, al passero, la possibilità di trovare semi. Nel suo essere frutto, della terra e del lavoro dell'uomo, della natura e della cultura, il pane esprime il bisogno, ciò che davvero è necessario per vivere.

*Un pane per tutti un pane al centro:* al centro della scena, proprio davanti al Tabernacolo, troviamo un grande pane, un unico segno che unisce tutta l'umanità. Non a caso la parola "pane" indica cibo, essenziale e non superfluo: quando diciamo che "non c'è pane" evochiamo fame e carestia, così, come del fenomeno migratorio non c'è spiegazione più tragicamente semplice dell'evidenza che sempre gli affamati corrono verso il pane perché il pane non corre dove c'è la fame. Il pane diventa allora come la cifra della nostra capacità di condivisione, della nostra disponibilità o meno a spezzarlo perché tutti ne possano avere, pane che, secondo i racconti evangelici, basta per tutti solo quando è spezzato e condiviso...

Dopo aver conosciuto di più la realtà eucaristica che ci lega fratelli, disponiamoci alla preghiera, meditando anche come i discepoli riconobbero Gesù: *e lo riconobbero allo spezzare del pane...*

## SALUTO LITURGICO

**V.** Signore, apri le mie labbra.

**R.** E la mia bocca proclami la tua lode.

*Si può eseguire un canto o un canone.*

*La guida:*

Signore Gesù, siamo qui davanti a te, questa sera, per farti raccontare di te, di come, attraverso il segno del pane, diventasti segno di salvezza per l'uomo. Vogliamo meditare sul grande dono che facesti a noi regalando a noi tuo figlio, pane vivo disceso dal cielo, per riconciliarci a te, passando dal pane, iniziale segno di condanna (*mangerai pane di sudore*, cfr. Gn 3, 14-24) e di cacciata dal paradiso, al pane che salva, che si spezza, che si dona. Aiutaci ad aprire gli occhi per riconoscerti in chi ci chiede qualcosa, in chi chiede solo un pò di noi per riconoscere te. Aiutaci a vivere insieme, formando un *solo corpo e un solo Spirito*, vivendo da fratelli e sapendo che qualcuno, più grande di noi, ha dato se stesso, per la salvezza di molti.

*Si recita insieme questa preghiera di don Primo Mazzolari:*

**R. Cristo, oggi sono in cerca di pane,  
il mio pane quotidiano,  
quello che serve per la fame di oggi,  
per passare di là oggi,  
per avere forza di remare sotto la tempesta di oggi.  
Il pane che non ha profumo se non di sudore,  
il pane che non ha gusto, se non di vita,  
il pane che fa stare in piedi,  
che serve a camminare, a remare, a vangare,  
a combattere con la fede, a morire in pace.  
...“in principio era la Parola”  
e la parola è il pane quotidiano  
per ogni uomo che viene al mondo.**

*(Don Primo Mazzolari - Impegno con Cristo)*

## I. IL PANE NELLA STORIA DELLA SALVEZZA

*dal libro dell'Esodo 16, 11-16*

*Un lettore:*

Il Signore disse a Mosè: “Ho inteso la mormorazione degli Israeliti. Parla loro così: Al tramonto mangerete carne e alla mattina vi sazierete di pane; saprete che io sono il Signore vostro Dio”. Ora alla sera le quaglie salirono e coprirono l'accampamento; al mattino vi era uno strato di rugiada intorno all'accampamento. Poi lo strato di rugiada svanì ed ecco sulla superficie del deserto vi era una cosa minuta e granulosa, minuta come è la brina sulla terra. Gli Israeliti la videro e si dissero l'un l'altro: “*Man hu*: che cos'è?”, perché non sapevano che cosa fosse. Mosè disse loro: “È il pane che il Signore vi ha dato in cibo. Ecco che cosa comanda il Signore: raccoglietene quanto ciascuno può mangiarne, un omer a testa, secondo il numero delle persone con voi. Ne prenderete ciascuno per quelli della propria tenda”.

*Si esegue un canto (vedi pp. dei libretti dei canti).*

*dal primo libro dei Re 17, 8-16*

Il Signore parlò a lui e disse: “Alzati, va in Zarepta di Sidone e ivi stabilisciti. Ecco io ho dato ordine a una vedova di là per il tuo cibo”. Egli si alzò e andò a Zarepta. Entrato nella porta della città, ecco una vedova raccoglieva la legna. La chiamò e le disse: “Prendimi un pò d'acqua in un vaso perché io possa bere”. Mentre quella andava a prenderla, le gridò: “Prendimi anche un pezzo di pane”.

Quella rispose: “Per la vita del Signore tuo Dio, non ho nulla di cotto, ma solo un pugno di farina nella giara e un pò di olio nell'orcio; ora raccolgo due pezzi di legna, dopo andrò a cuocerla per me e per mio figlio: la mangeremo e poi moriremo”.

Elia le disse: “Non temere; su, fà come hai detto, ma prepara prima una piccola focaccia per me e portamela; quindi ne preparerai per te e per tuo figlio, poiché dice il Signore: La farina della giara non si esaurirà e l'orcio dell'olio non si svuoterà finché il Signore non farà piovere sulla terra”.

Quella andò e fece come aveva detto Elia. Mangiarono essa, lui e il figlio di lei per diversi giorni. La farina della giara non venne meno e l'orcio dell'olio non diminuì, secondo la parola che il Signore aveva pronunciata per mezzo di Elia.

-----  
*Si sosta qualche minuto in silenzio.*

*Nella riflessione personale possiamo aiutarci meditando sulle parole:  
“Ella andò e fece quanto gli aveva detto Elia”.*

*Possiamo riflettere anche su queste domande:*

*- Siamo capaci a riconoscere il volere del Signore?*

*- Siamo capaci a riconoscere chi spezza e condivide il pane con noi?*

## II. GESÙ, PANE DONATO A TUTTI

### *La guida:*

Se nell'Antico Testamento la presenza di Dio si mostra nel segno del Pane come aiuto e vicinanza, con la venuta del Figlio, il pane diventa invece presenza viva, reale, forte, amica. Diventa la nostra guida, il nostro modo di agire e anche il modello per vivere insieme da fratelli. Benedetto XVI diceva: "In questo Sacramento, infatti, il Signore si fa cibo per l'uomo affamato di verità e di libertà. Poiché solo la verità può renderci liberi davvero (cfr. Gv 8,36), Cristo si fa per noi cibo di Verità." (*Sacramentum Caritatis*, Intro, §2).

Ecco che la trasformazione è completa, da condanna a dono, a via che ci dona la felicità e ci rende liberi.

*dal vangelo secondo Matteo 14, 13-21*

### *Un lettore:*

Udito ciò, Gesù partì di là su una barca e si ritirò in disparte in un luogo deserto. Ma la folla, saputo, lo seguì a piedi dalle città. Egli, sceso dalla barca, vide una grande folla e sentì compassione per loro e guarì i loro malati.

Sul far della sera, gli si accostarono i discepoli e gli dissero: «Il luogo è deserto ed è ormai tardi; congeda la folla perché vada nei villaggi a comprarsi da mangiare». Ma Gesù rispose: «Non occorre che vadano; date loro voi stessi da mangiare».

Gli risposero: «Non abbiamo che cinque pani e due pesci!». Ed egli disse: «Portatemeli qua». E dopo aver ordinato alla folla di sedersi sull'erba, prese i cinque pani e i due pesci e, alzati gli occhi al cielo, pronunciò la benedizione, spezzò i pani e li diede ai discepoli e i discepoli li distribuirono alla folla.

Tutti mangiarono e furono saziati; e portarono via dodici ceste piene di pezzi avanzati. Quelli che avevano mangiato erano circa cinquemila uomini, senza contare le donne e i bambini.

-----  
*Si sosta qualche minuto in silenzio.*

*Nella riflessione personale possiamo aiutarci meditando sulle parole: "Non occorre che vadano, date voi stessi da mangiare".*

*Possiamo riflettere anche su queste domande:*

- *Quanto sono disposto a regalare di me stesso?*
- *Come condivido il "pane" con "chi ha fame"?*

*da Enzo Bianchi, "Il Pane di ieri - Pane al pane", p. 44*

### *Un lettore:*

Il pane ha la capacità di essere simbolo della condivisione: chi mangia il pane con un altro non divide solo lo sfamarsi, ma inizia con il condividere la fame, il desiderio di mangiare, che è anche il primo impulso dell'essere umano verso la felicità. Noi uomini abbiamo fame, siamo esseri di desiderio e il pane esprime la possibilità di trovare vita e felicità: da bambini mendichiamo il pane, divenuti adulti ce lo guadagniamo con il lavoro quotidiano, vivendo con gli altri siamo chiamati a dividerlo.

E in tutto questo impariamo che la nostra fame non è solo di pane ma anche di parole che escono dalla bocca dell'altro: abbiamo bisogno che il pane venga da noi spezzato e offerto ad un altro, che un altro ci offra a sua volta il pane, che insieme possiamo consumarlo e gioire. Abbiamo soprattutto bisogno che un *Altro* ci dica che vuole che noi viviamo, che non vuole la nostra morte, ma al contrario, salvarci dalla morte.

*Si esegue un canto (vedi pp. dei libretti dei canti).*

### III. LA CENA, L'ISTITUZIONE E LA CONDIVISIONE

*dal vangelo secondo Luca 22, 14-20*

*Un lettore:*

Quando fu l'ora, prese posto a tavola e gli apostoli con lui, e disse: "Ho desiderato ardentemente di mangiare questa Pasqua con voi, prima della mia passione, poiché vi dico: non la mangerò più, finché essa non si compia nel regno di Dio". E preso un calice, rese grazie e disse: "Prendetelo e distribuitelo tra voi, poiché vi dico: da questo momento non berrò più del frutto della vite, finché non venga il regno di Dio".

Poi, preso un pane, rese grazie, lo spezzò e lo diede loro dicendo: "Questo è il mio corpo che è dato per voi; fate questo in memoria di me". Allo stesso modo dopo aver cenato, prese il calice dicendo: "Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue, che viene versato per voi".

*Si sosta qualche istante in silenzio.*

*da una riflessione di don Giovanni Vannucci*

*Un lettore:*

Quel pane ci entra dentro, diventa parte di noi, e lo fa instaurando un rapporto unico ed esclusivo con il nostro corpo: ognuno di noi, infatti, per sua costituzione fisica e biologica, lo assimila in maniera diversa. "Prendi questo pane, spezzalo: questo è il mio corpo", ci dice Gesù. Il senso profondo di tutto il cristianesimo è in questa frase. Gesù è pane, pane che chiede di essere mangiato per non restare fuori di me, ma per diventare un tutt'uno con me!

E qual è l'effetto che produce in me questo pane? Mi dà energia, permette al mio essere di andare avanti, al mio fisico di svilupparsi, alle mie cellule di riprodursi: è una risposta "concreta", "vera" a ogni fame, a ogni bisogno essenziale che è in me, ed è anche il segno che la mia vita ha un suo senso irripetibile, perché il mio modo di mangiare il pane di Dio, di accoglierlo in me, è unico.

Gesù prende poi del vino, lo mesce nel calice e dice: "bevi, questo è il mio sangue". Come il vino trasmette la gioia del condividere e il sapore della natura, così Gesù entra in noi come segno di calore, di entusiasmo, di bellezza. Dio è il pane. Dio è il vino.

Dio è l'alimento di tutta la nostra vita, la speranza della nostra speranza, il canto di tutti i nostri canti, la poesia di tutte le nostre poesie, la forza che ci spinge ad andare sempre più avanti, oltre tutte le nostre piccole realizzazioni.

*Si recita tutti insieme la preghiera del Card. Martini:*

**R. Tu o Signore sei il mio pane  
e senza di Te non posso vivere,  
non saprei dove andare senza di Te,  
non saprei cosa fare e cosa dire, senza di Te.  
Signore, Tu sei la forza per la quale  
Tu mi darai la grazia di spezzare con i fratelli  
questo nutrimento, giorno per giorno.  
Saremo anche noi il pane del Signore,  
pane distribuito,  
pane diventato ostia di umiltà.**

*Si sosta qualche istante in silenzio.*

*Si esegue un canto (vedi pp. dei libretti dei canti).*

#### IV. CRISTO, PANE VIVO DISCESO DAL CIELO

*dal vangelo secondo Giovanni 6, 48-58*

##### *Un lettore:*

Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo». Allora i Giudei si misero a discutere tra di loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?». Gesù disse: «In verità, in verità vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avrete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue dimora in me e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia di me vivrà per me. Questo è il pane disceso dal cielo, non come quello che mangiarono i padri vostri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

#### IV<sup>b</sup>. CRISTO, DA SEGNO A PRESENZA REALE

*dalla Sacramentum Caritatis di Benedetto XVI, Parte 1, §6*

##### *Un lettore:*

La prima realtà della fede eucaristica è il mistero stesso di Dio, [che è] amore trinitario. [...] Gesù nell'Eucaristia dà non «qualche cosa» ma se' stesso; egli offre il suo corpo e versa il suo sangue. In tal modo dona la totalità della propria esistenza, rivelando la fonte originaria di questo amore. Egli è l'eterno Figlio dato per noi dal Padre.

Nel Vangelo ascoltiamo ancora Gesù che, dopo aver sfamato la moltitudine con la moltiplicazione dei pani e dei pesci, ai suoi interlocutori che lo avevano seguito fino alla sinagoga di Cafarnaò, dice: «Il Padre mio vi dà il pane dal cielo, quello vero; il pane di Dio è colui

che discende dal cielo e dà la vita al mondo» (cfr. Gv 6,32-33), ed arriva ad identificare se stesso, la propria carne e il proprio sangue, con quel pane: «Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo» (cfr. Gv 6,51). Gesù si manifesta così come il pane della vita, che l'eterno Padre dona agli uomini.

#### V. ORAZIONE E BENEDIZIONE CONCLUSIVA

**Y.** Preghiamo insieme:

**R.** O Signore, questa sera, davanti a Te, abbiamo imparato a conoscerti, presente e vivo, nel pane.

**Ti abbiamo conosciuto grazie al Padre, che dopo averci cacciato, ci ha perdonato e amato con il dono del Pane nel cammino verso la salvezza.**

**Ti abbiamo conosciuto, grazie al Figlio, nel Suo dono: egli ha dato se stesso per noi, diventando pane dono per tutti gli uomini.**

**Ti abbiamo conosciuto, grazie al tuo Spirito, perchè senza di esso, non avremmo potuto capire, il meraviglioso scambio che ci hai donato: un pane vivo per la salvezza di tutti. Per questo, ora, vogliamo pregarti con la preghiera che ci hai insegnato:**

**Y.** Padre nostro...

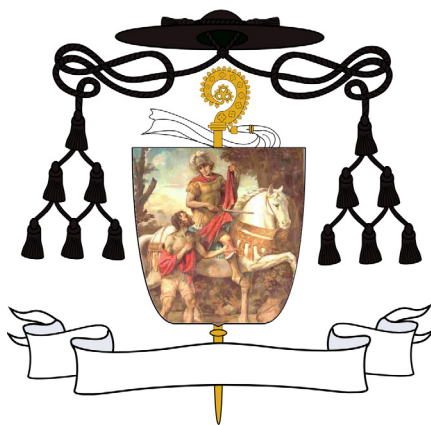
*Il celebrante imparte la benedizione conclusiva:*

**Y.** Il Signore sia con voi.

**R.** E con il tuo Spirito.

**Y.** E vi benedica Dio onnipotente: Padre, e Figlio, e Spirito Santo.

**R.** Amen.



LIBRETTO DELLA CELEBRAZIONE REALIZZATO COME INVITO  
AD UNA PARTECIPAZIONE CONSAPEVOLE E RIFLESSIVA  
PER L'ADORAZIONE EUCARISTICA DEL GIOVEDÌ SANTO

**I FEDELI SONO INVITATI  
A CONSERVARE IL PRESENTE LIBRETTO LITURGICO**

*PARROCCHIA SAN MARTINO D'ALBARO,  
VIA S. LAGUSTENA, 33.  
(S. A.)*