

**Tutti:** Questo pane che tu mi doni, Signore Gesù,  
sei tu stesso, o Cristo, Figlio diletto del Padre.  
Sei tu stesso, che ti sei incarnato e immolato per noi;  
tu che sei nato a Betlemme, sei vissuto a Nazaret,  
hai guarito i malati.  
Tu che sei la via, la verità e la vita;  
tu che sei morto perché mi amavi;  
tu che sei asceso al cielo  
e ora, alla destra del Padre regni e intercedi continuamente per noi.  
O Gesù, verità eterna,  
tu dici che sei presente lì sull'altare, realmente e sostanzialmente,  
con la tua umanità e tutti i tesori della tua divinità.  
Io lo credo e perché lo credo  
mi prostro davanti a te per adorarti.  
Accogli, mio Dio e mio tutto,  
l'omaggio della mia adorazione (Beato Columba Marmion)

### **Padre nostro**

*Tantum ergo*

### **Benedizione eucaristica**

**Canto:** Resta qui con noi

Le ombre si distendono,  
scende ormai la sera  
e s'allontanano dietro i monti  
i riflessi di un giorno che non finirà,  
di un giorno che ora correrà sempre,  
perché sappiamo che una nuova vita  
da qui è partita e mai più si fermerà.

Resta qui con noi, il sole scende già,  
resta qui con noi, Signore è sera ormai.  
resta qui con noi, il sole scende già,  
se tu sei fra noi la notte non verrà.

## **Pane che nutre e dà la vita**

a cura dell'Apostolato biblico diocesano

per l'adorazione eucaristica

**Canto:** 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 infinita  
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 infinita  
i miei calzari leverò  
su questo santo suolo,  
alla presenza Tua mi prostrerò.

**1° Lett.** Il “viaggio” del Risorto con i discepoli di Emmaus si chiude con la cena. Il misterioso Viandante accetta l'insistente richiesta che gli rivolgono i due: «Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto» (*Lc* 24,29). Si siedono a tavola, Gesù prende il pane, recita la benedizione, lo spezza e lo offre a loro. In quel momento i loro occhi si aprono e lo riconoscono (cfr v. 31).

Comprendiamo da questa scena quanto sia inscindibile il rapporto tra la Sacra Scrittura e l'Eucaristia. Il Concilio Vaticano II insegna: «La Chiesa ha sempre venerato le divine Scritture come ha fatto per il Corpo stesso di Cristo, non mancando mai, soprattutto nella sacra liturgia, di nutrirsi del pane di vita dalla mensa sia della Parola di Dio che del Corpo di Cristo, e di porgerlo ai fedeli» (*Dei Verbum*, 21) (Papa Francesco, *Aperuit illis*, 8).

Pausa di silenzio

**2° Lett.** Dal libro del profeta Geremia (15,16-18)

Quando le tue parole mi vennero incontro,  
le divorai con avidità;  
la tua parola fu la gioia e la letizia del mio cuore,  
perché il tuo nome è invocato su di me,  
Signore, Dio degli eserciti.  
Non mi sono seduto per divertirmi  
nelle compagnie di gente scherzosa,  
ma spinto dalla tua mano sedevo solitario,  
poiché mi avevi riempito di sdegno.  
Perché il mio dolore è senza fine  
e la mia piaga incurabile non vuole guarire?  
Tu sei diventato per me un torrente infido,  
dalle acque incostanti.

**3° Lett.** «Furono trovate le tue parole e le divorai»: Geremia si rifà esplicitamente al momento nel quale è stato chiamato a diventare profeta (1,4-10) e ricorda il dramma del suo primo impatto con il Signore. È sempre utile e bello per tutti ritornare alle radici della propria vocazione, della prima esperienza di Dio, quando una sua parola, una sola, ha cambiato il senso della nostra vita. Quella parola non solo ha acceso una luce nuova nella nostra storia ma è diventata pane sostanzioso con il quale abbiamo potuto nutrire la nostra esistenza (C. Ghidelli, *Viva ed efficace. Quindici metafore della parola di Dio*, p. 48).

**Canone:** Adoremus Te, Domine

Oh, oh, oh, ad oremus Te, Domine.  
Oh, oh, oh, ad oremus Te, Domine.

**4° Lett.** Dal vangelo secondo Giovanni (6,32,40)

«In verità, in verità io vi dico: non è Mosè che vi ha dato il pane dal cielo, ma è il Padre mio che vi dà il pane dal cielo, quello vero. Infatti il pane di

Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo». Allora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane».

Gesù rispose loro: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai! Vi ho detto però che voi mi avete visto, eppure non credete. Tutto ciò che il Padre mi dà, verrà a me: colui che viene a me, io non lo cacerò fuori, perché sono disceso dal cielo non per fare la mia volontà, ma la volontà di colui che mi ha mandato. E questa è la volontà di colui che mi ha mandato: che io non perda nulla di quanto egli mi ha dato, ma che lo risusciti nell'ultimo giorno. Questa infatti è la volontà del Padre mio: che chiunque vede il Figlio e crede in lui abbia la vita eterna; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno».

**5° Lett.** Questo pane prodigioso, capace non solo di sfamare ma anche di mettere in comunione con colui che si dona è Gesù in persona. Lo ha affermato a chiare lettere lui stesso: «Io sono il pane che dà la vita»: con queste parole Gesù si presenta a tutti non come qualcosa da trattare e neppure come uno dei tanti “cibi terrestri” da consumare velocemente (quasi un “usa e getta”), ma come l'unico vero cibo del quale abbiamo bisogno per perseverare nel bene, come l'unico Salvatore del mondo senza il quale a nessuno è possibile ottenere il dono della salvezza. Quanto ci è necessario il pane per vivere, altrettanto ci è necessario Gesù per il benessere integrale della nostra persona (C. Ghidelli, *Viva ed efficace. Quindici metafore della parola di Dio*, pp. 49-50).

**Canto:** Pane del cielo

Pane del Cielo  
sei Tu, Gesù,  
via d'amore:  
Tu ci fai come Te.

No, non è rimasta fredda la terra:  
Tu sei rimasto con noi  
per nutrirci di Te,  
Pane di Vita;  
ed infiammare col tuo amore  
tutta l'umanità.

Pane del Cielo  
sei Tu, Gesù,  
via d'amore:  
Tu ci fai come Te.

Sì, il Cielo è qui su questa terra:  
Tu sei rimasto con noi  
ma ci porti con Te  
nella tua casa  
dove vivremo insieme a Te  
tutta l'eternità.