



Arcidiocesi
di Milano

IO SONO IL PANE DELLA VITA

Viviamo di una vita ricevuta

Mesero – 30 maggio 2024
Parrocchia "Presentazione del Signore"



Canto

**Il tuo popolo in cammino
cerca in te la guida.
Sulla strada verso il regno
sei sostegno col tuo corpo:
resta sempre con noi, o Signore!**

È il tuo pane Gesù, che ci dà forza
e rende più sicuro il nostro passo.
Se il vigore del cammino si svisciva,
la tua mano dona lieta la speranza. r.

È il tuo vino, Gesù, che ci disseta
e sveglia in noi l'ardore di seguirti.
Se la gioia cede il passo alla stanchezza
la tua voce fa rinascere freschezza. r.

È il tuo corpo, Gesù, che ci fa Chiesa,
fratelli sulle strade della vita.
Se il rancore toglie luce all'amicizia,
dal tuo cuore nasce giovane il perdono. r.

Guida

Dopo aver celebrato l'Eucaristia, ora, come popolo in cammino, portiamo il Signore Gesù sulle nostre strade per accoglierlo nelle nostre case, nei nostri cuori, per riconoscere che solo con Lui apprezziamo il dono della vita, ne assumiamo la responsabilità, viviamo di una vita ricevuta. Alcuni passaggi della proposta pastorale dell'Arcivescovo ci aiuteranno a scorgere un profondo legame tra la vita e il Pane della Vita. Gioiremo per il dono ricevuto, guarderemo alla vita come vocazione all'amore, ridiremo la nostra responsabilità nel difendere, in ogni situazione, il bene della vita. Pregheremo per il lavoro dell'uomo come tempo creativo della vita. Invocheremo ancora una volta il dono della pace.

Lettore **Dal Vangelo secondo Giovanni** (Gv 6,35-40)

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 caccierò 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».

1. IL DONO DELLA VITA

Guida

Col canto esprimiamo la gioia e la gratitudine per il dono della vita. Nella vita di ogni giorno sperimentiamo che il Signore ci è vicino, è luce alla nostra mente, è guida al nostro cammino, è mano che sorregge e sguardo che perdona.

Canto

Mistero della Cena è il Corpo di Gesù
mistero della Croce è il Sangue di Gesù
e questo pane e vino è Cristo in mezzo ai suoi
Gesù risorto e vivo sarà sempre con noi.

Mistero della Chiesa è il Corpo di Gesù
mistero della pace è il Sangue di Gesù
il pane che mangiamo fratelli ci farà
intorno a questo altare l'amore crescerà

Lettore **Dalla proposta pastorale del nostro Arcivescovo**

Gesù offre la visione più realistica: vivete di una vita ricevuta, siete vivi perché chiamati alla vita dalla promessa della comunione con il Padre tramite la partecipazione alla vita di Gesù. Seguire Gesù, dimorare in Gesù, conformarci a Gesù è la condizione per vivere. Senza di lui non possiamo fare niente.

Lettore **Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 6,59-69)**

Gesù disse queste cose, insegnando nella sinagoga a Cafàrno. Molti dei suoi discepoli, dopo aver ascoltato, dissero: «Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?». Gesù, sapendo dentro di sé che i suoi discepoli mormoravano riguardo a questo, disse loro: «Questo vi scandalizza? E se vedeste il Figlio dell'uomo salire là dov'era prima? È lo Spirito che dà la vita, la carne non giova a nulla; le parole che io vi ho detto sono spirito e sono vita. Ma tra voi vi sono alcuni che non credono». Gesù infatti sapeva fin da principio chi erano quelli che non credevano e chi era colui che lo avrebbe tradito. E diceva: «Per questo vi ho detto che nessuno può venire a me, se non gli è concesso dal Padre». Da quel momento molti dei suoi discepoli tornarono indietro e non andavano più con lui. Disse allora Gesù ai Dodici: «Volete andarvene anche voi?». Gli rispose Simon Pietro: «Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna e noi abbiamo creduto e conosciuto che tu sei il Santo di Dio».

Guida Preghiamo insieme e diciamo: **Noi ti adoriamo.**

Tutti **Noi ti adoriamo.**

Letture

Nel Sacramento del Pane Eucaristico. ®
Nel Pane che dà la vita al mondo. ®
Nel Pane del servizio e dell'Amore. ®
Nel Pane della risurrezione e del perdono. ®
Nel Pane donato al mondo per la sua salvezza. ®
Nel Pane di comunione e di fraternità. ®
Nel pane che toglie il peccato del mondo. ®
Nel Pane che vince il dolore e la morte. ®
Nel Pane che santifica e rigenera. ®

Canto

**Il Signore è la mia forza e io spero in lui;
il Signore è salvator, in Lui confido non ho timor,
in Lui confido non ho timor.**

2. LA VITA VOCAZIONE ALL'AMORE

Guida

La vita è pienamente vissuta quando diventa un dono d'Amore. Nel canto esprimiamo questa consapevolezza e, col canto, diciamo il nostro impegno di fare della vita una risposta d'amore all'Amore. Nel Signore troveremo il coraggio di offrire la nostra vita.

Canto

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 potè toccare:
ora è in Cristo a noi donato.

**RIT. PANE DELLA VITA,
SANGUE DI SALVEZZA,
VERO CORPO, VERA BEVANDA
CIBO DI GRAZIA PER IL MONDO.**

Letture Dalla proposta pastorale del nostro Arcivescovo

Nel portare a compimento la sua missione, Gesù «li amò sino alla fine»: la rivelazione della verità dell'amore è la dedizione che dà la vita per coloro che ama. Il trascorrere del tempo non spegne l'amore se la sua origine è nella relazione con Gesù, nell'amare come lui ha amato. L'educazione all'amore si propone di accompagnare ogni persona a questa maturità che fa dell'amore una donazione e trova la sua gioia in quel modo di amare che rende capaci di amare. La reciprocità degli affetti non è l'esito di un contratto per la reciproca soddisfazione, ma la rivelazione dell'immagine di Dio che si manifesta nell'uomo e nella donna.

Letture Dalla Prima lettera di san Paolo ai Corinti (1Cor 13,1-8)

Se parlassi le lingue degli uomini e degli angeli, ma non avessi la carità, sarei come bronzo che rimbomba o come cimbalo che strepita. E se avessi il dono della profezia, se conoscessi tutti i misteri e avessi tutta la conoscenza, se possedessi tanta fede da trasportare le montagne, ma non avessi la carità, non sarei nulla. E se anche dessi in cibo tutti i miei beni e consegnassi il mio corpo per averne vanto, ma non avessi la carità, a nulla mi servirebbe. La carità è magnanima, benevola è la carità; non è invidiosa, non si vanta, non si gonfia d'orgoglio, non manca di rispetto, non cerca il proprio interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto, non gode dell'ingiustizia ma si rallegra della verità. Tutto scusa, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta. La carità non avrà mai fine.

Guida Preghiamo insieme e diciamo: **Signore insegnaci ad amare.**

Tutti **Signore insegnaci ad amare.**

Letture

Quando progettiamo la nostra vita. ®

Quando le scelte sono impegnative e difficili. ®

Quando non ci lasciamo spezzare da un progetto d'amore. ®

Quando nel cuore appare il risentimento e il desiderio della vendetta. ®

Quando ci sentiamo incompresi e giudicati ingiustamente. ®

Quando ci sentiamo scartati e non valorizzati. ®

Quando siamo tentati di ritenerci inutili e perdiamo la speranza. ®

canto

Ubi caritas et amor; ubi caritas Deus ibi est.

3. LA VITA: UN BENE DA DIFENDERE

Guida

Spesso nella nostra società, per diversi motivi, la vita appare indifesa soprattutto quando appare nel grembo materno e quando porta con sé il peso misterioso di un male inguaribile o la fatica degli anni numerosi. Preghiamo cantando per riconoscere che il Signore sempre è luce che rischiara, voce che chiama, gioia che dà vita.

Canto

“Voi siete la luce del mondo,
voi siete il sale della terra”.

Andiamo, annunciamo la gioia del Regno, sole per l'umanità.

**RIT. Risplenda la vostra luce davanti agli uomini,
vedano sempre le vostre opere buone;
risplenda la vostra luce davanti agli uomini,
rendano gloria al Padre vostro nei cieli**

Lettore **Dalla proposta pastorale del nostro Arcivescovo**

Sono benedetti da Dio tutti coloro che sono vicini alle coppie che desiderano un bambino che sembra loro negato, perché siano esplorate le vie per superare gli ostacoli fisici e psicologici al concepimento. Sono benedetti da Dio tutti coloro che favoriscono percorsi di affido e di adozione, perché l'esperienza della maternità e della paternità sia vissuta con la stessa intensità e dedizione della generazione biologica. Sono benedetti da Dio coloro che, nei consultori, nei Centri di aiuto alla vita, nel Movimento per la vita, nelle strutture di accoglienza per mamme con bambini, si rendono disponibili per donne che vivono la maternità come un problema, per essere d'aiuto, per aiutare ad apprezzare il dono della vita, per creare le condizioni che rendano meno insopportabile il peso della solitudine e dello smarrimento, per evitare la tragedia dell'aborto.

Lettore **Dall'esortazione apostolica Amoris laetitia**

La famiglia è l'ambito non solo della generazione, ma anche dell'accoglienza della vita che arriva come dono di Dio. Ogni nuova vita «ci permette di scoprire la dimensione più gratuita dell'amore, che non finisce mai di stupirci. È la bellezza di

essere amati prima: i figli sono amati prima che arrivino». Questo riflette il primato dell'amore di Dio che prende sempre l'iniziativa, perché i figli «sono amati prima di aver fatto qualsiasi cosa per meritarlo». Tuttavia, «tanti bambini fin dall'inizio sono rifiutati, abbandonati, derubati della loro infanzia e del loro futuro. Qualcuno osa dire, quasi per giustificarsi, che è stato un errore farli venire al mondo. Questo è vergognoso! [...] Che ne facciamo delle solenni dichiarazioni dei diritti dell'uomo e dei diritti del bambino, se poi puniamo i bambini per gli errori degli adulti?». Se un bambino viene al mondo in circostanze non desiderate, i genitori o gli altri membri della famiglia devono fare tutto il possibile per accettarlo come dono di Dio e per assumere la responsabilità di accoglierlo con apertura e affetto.

Guida Preghiamo insieme e diciamo: **Fa' che amiamo la vita.**

Tutti **Fa' che amiamo la vita.**

Letto

Gesù, Tu sei vissuto tra noi, guarendo i malati, annunciando ai poveri la buona novella e la libertà ai prigionieri. Noi Ti invochiamo. ®

Gesù, Tu sei bontà e perdono e sollevi ogni fatica col dono della speranza.

Noi ti invochiamo. ®

Gesù, mite e umile di cuore, Tu chiami a Te quelli che sono tormentati e affaticati.

Noi Ti invochiamo. ®

Gesù, Tu sei venuto per far cadere le catene di tutte le schiavitù, Tu sei l'amico dei poveri e il pane per chi ha fame. Noi Ti invochiamo. ®

Gesù, Tu sei venuto nel mondo non per essere servito, ma per servire e dare la vita.

Noi ti invochiamo. ®

Gesù, risorto e vivo per accompagnarci sulla strada della vita incontro al Padre.

Noi Ti invochiamo. ®

Canto

Christe lux mundi, qui sequitur te; habebit lumen vitae, lumen vitae (2 v.)

4. LA VITA: TEMPO DELLA CORRESPONSABILITÀ E DEL LAVORO

Guida

Il Signore che ci ha chiamato alla vita ci ha invitati a coltivare e custodire la sua creazione mediante il nostro lavoro intelligente e corresponsabile. Così facciamo

della nostra vita una collaborazione all'opera creativa di Dio e, con la nostra fatica, collaboriamo all'opera redentrice di Cristo. La contemplazione della creazione accenda in noi il desiderio di un lavoro onesto e giusto per ogni uomo.

Canto

I cieli narrano la gloria di Dio e il firmamento annunzia l'opera sua. Alleluia!

Il giorno al giorno ne affida il messaggio, la notte alla notte ne trasmette notizia, non è linguaggio, non sono parole, di cui non si oda il suono. **R.**

Letture **Dalla proposta pastorale del nostro Arcivescovo**

L'evoluzione dei processi lavorativi è così rapida, complessa e confusa che si corre il rischio di rassegnarsi a essere spettatori impotenti o vittime inermi di un sistema incomprensibile. Occorre invece la pazienza di operare un discernimento, per individuare i rischi e le opportunità che il contesto odierno pone, per la realizzazione di un lavoro pienamente umano. Non basta esprimere giudizi, bisogna avere anche il coraggio di valorizzare e di incoraggiare quelle innovazioni tecniche e organizzative che consentono di rendere il lavoro più umano, più soddisfacente e generativo, per orientarne lo svolgimento verso la partecipazione di tutti alla costruzione del bene comune. L'interpretazione cristiana del lavoro ha accumulato un patrimonio di sapienza e di criteri illuminanti che suggeriscono di affrontare il tema con rigore, con la pazienza di studiare, di promuovere confronti, percorsi di sperimentazione, così che anche il lavoro diventi un fattore di umanizzazione e una via per portare a compimento la propria vocazione e mettere a frutto i propri talenti.

Letture **Dall'enciclica Laborem exercens di Giovanni Paolo II**

La coscienza che il lavoro umano sia una partecipazione all'opera di Dio deve permeare – come insegna il Concilio – anche «le ordinarie attività quotidiane. Gli uomini e le donne, infatti, che per procurarsi il sostentamento per sé e per la famiglia esercitano le proprie attività così da prestare anche conveniente servizio alla società, possono a buon diritto ritenere che col loro lavoro essi prolungano l'opera del Creatore, si rendono utili ai propri fratelli e danno un contributo personale alla realizzazione del piano provvidenziale di Dio nella storia».

Guida Preghiamo insieme e diciamo: **Gesù, pane di vita, sostieni il nostro lavoro.**

Tutti Gesù, pane di vita, sostieni il nostro lavoro.

Letto

Quando la fatica rende difficile il nostro operare. Ti preghiamo. ®

Nei momenti di delusione e di incertezza. Ti preghiamo. ®

Perché la sicurezza sia garantita in ogni ambiente. Ti preghiamo. ®

Perché ogni famiglia abbia una casa abitabile e una vita dignitosa. Ti preghiamo. ®

Perché ogni uomo avverta di essere chiamato a coltivare e a custodire il giardino del mondo. Ti preghiamo. ®

Canto

Laudate omnes gentes, laudate Dominum! (2 v.)

5. LA VITA E LA RICERCA DELLA PACE

Guida

Mai come in questo momento della storia i nostri occhi vedono con paura situazioni di guerra e di violenza. Gesù, pane di vita, è portatore di pace.

Solo in Lui troviamo pace e unità.

Canto Tutta la terra canti a Dio

Tutta la terra canti a Dio,
lodi la sua maestà.

Canti la gloria del suo nome:
grande, sublime santità!

Dicano tutte le nazioni:
non c'è nessuno uguale a te!
Sono stupendi i tuoi prodigi,
dell'universo tu sei re!

Tu solo compi meraviglie
con l'infinita tua virtù.

Guidi il tuo popolo redento
dalla sua triste schiavitù.

Sì, tu lo provi con il fuoco
e vagli la sua fedeltà:
ma esso sa di respirare
nella tua immensa carità.

Letto Dalla proposta pastorale del nostro Arcivescovo La voce di Dio, che chiama per nome in ogni situazione, raggiunge uomini e donne amati dal Signore nel contesto desolante di circostanze e vicende incomprensibili e insolubili. Le guerre che tormentano i popoli, rovinano la terra, abbattano la speranza, sono una tragedia persistente su questo pianeta che Dio ha voluto come un giardino in cui abitasse l'amore.

Letture Dall'enciclica Pacem in terris di Giovanni XXIII

È questa un'impresa tanto nobile ed alta che le forze umane, anche se animate da ogni lodevole buona volontà, non possono da sole portare ad effetto.

Affinché l'umana società sia uno specchio il più fedele possibile del regno di Dio, è necessario l'aiuto dall'alto. Per questo la nostra invocazione sale più fervorosa a colui che ha vinto nella sua dolorosa passione e morte il peccato, elemento disgregatore e apportatore di lutti e squilibri ed ha riconciliato l'umanità col Padre celeste nel suo sangue: «Poiché egli è la nostra pace, egli che delle due ne ha fatta una sola...

E venne ad evangelizzare la pace a voi, che eravate lontani, e la pace ai vicini» (Ef 3,14-17).

Guida Preghiamo insieme e diciamo: **Dona a noi la tua pace.**

Tutti **Dona a noi la tua pace.**

Letture

In un mondo lacerato da discordie e conflitti. ®

Tra i popoli che non riconoscono la necessità della comprensione e della giustizia. ®

Quando la sopraffazione e la violenza sembrano essere prospettive di stabilità. ®

Per chi vive il dramma della guerra e della povertà. ®

Perché nella nostra società trovino spazio la solidarietà e l'attenzione verso chi soffre. ®

6. CONCLUSIONE

Sacerdote Il Signore sia con voi.

Tutti **E con il tuo spirito.**

Sacerdote **Lettura del Vangelo secondo Giovanni (Gv 17,1-21)**

Il Signore Gesù, alzati gli occhi al cielo, disse: «Padre, ho manifestato il tuo nome agli uomini che mi hai dato dal mondo. Erano tuoi e li hai dati a me, ed essi hanno osservato la tua parola. Ora essi sanno che tutte le cose che mi hai dato vengono da te, perché le parole che hai dato a me io le ho date a loro. [...] Padre santo, custodiscili nel tuo nome, quello che mi hai dato, perché siano una sola cosa, come noi. [...] Ora io vengo a te e dico questo mentre sono nel mondo, perché abbiano in se stessi la pienezza della mia gioia. Io ho dato loro la tua parola e il mondo li ha odiati, perché essi non sono del mondo, come io non sono del mondo. Non prego che

tu li tolga dal mondo, ma che tu li custodisca dal Maligno. [...] Non prego solo per questi, ma anche per quelli che crederanno in me mediante la loro parola: perché tutti siano una sola cosa; come tu, Padre, sei in me e io in te, siano anch'essi in noi, perché il mondo creda che tu mi hai mandato. Parola del Signore. Tutti Lode a te o Cristo.

Omelia

Professione di fede

Sacerdote Fratelli, raccolti dallo stesso Spirito di Cristo, proclamiamo con cuore sincero il simbolo della nostra fede:



Two staves of musical notation in G minor (one flat) and 4/4 time. The first staff contains the melody for the first line of text, and the second staff contains the melody for the second line. The lyrics are: "Que - sta è la no - stra fe - de, que - sta è la fe - de del - la Chie - sa!"

Sacerdote Io credo in Dio, Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra.

Tutti **Questa è la nostra fede, questa è la fede della Chiesa!**

Sacerdote Credo in Gesù Cristo, suo unico Figlio, nostro Signore, il quale fu concepito di Spirito Santo, nacque da Maria Vergine, patì sotto Ponzio Pilato, fu crocifisso, morì e fu sepolto; discese agli inferi; il terzo giorno risuscitò da morte; salì al cielo, siede alla destra di Dio Padre onnipotente; di là verrà a giudicare i vivi e i morti.

Tutti **Questa è la nostra fede, questa è la fede della Chiesa!**

Sacerdote Credo nello Spirito Santo, la santa Chiesa cattolica, la comunione dei santi, la remissione dei peccati, la risurrezione della carne, la vita eterna. Amen.

Tutti **Questa è la nostra fede, questa è la fede della Chiesa!**

Benedizione eucaristica

Sacerdote Preghiamo, Guarda, o Padre, al tuo popolo, che professa la sua fede in Gesù Cristo, nato da Maria Vergine, crocifisso e risorto, presente in questo sacramento e fa' che attinga da questa sorgente di ogni grazia frutti di salvezza eterna. Per Cristo nostro Signore.

Tutti Amen.

Sacerdote Il Signore sia con voi.

Tutti E con il tuo spirito. Kyrie eleison, Kyrie eleison, Kyrie eleison.

Sacerdote Diamo lode al Signore.

Tutti Rendiamo grazie a Dio.

Tantum ergo sacramentum veneremur
cernui, et antiquum documentum novo
cedat ritui; praestet fides supplementum
sensuum defectui.

Genitori Genitoque laus et iubilatio,
salus, honor, virtus quoque sit et
benedictio; Procedenti ab utroque
compar sit laudatio.

Sacerdote Sia benedetto il nome del Signore.

Tutti Ora e sempre.

Sacerdote Il nostro aiuto è nel nome del Signore.

Tutti Egli ha fatto cielo e terra.

Sacerdote Vi benedica Dio Onnipotente

Padre ✠ Figlio ✠ e Spirito Santo ✠.

Tutti Amen.

Canto Quanta sete

Quanta sete nel mio cuore:
solo in Dio si spegnerà.

Quanta attesa di salvezza:
solo in Dio si sazierà.

L'acqua viva che egli dà
sempre fresca sgorgherà:

Il Signore è la mia vita,
il Signore è la mia gioia.

Se la strada si fa scura
spero in Lui: mi guiderà.

Se l'angoscia mi tormenta,
spero in Lui: mi salverà.

Non si scorda mai di me:
presto a me riapparirà.

Il Signore è la mia vita,
il Signore è la mia gioia.