

povero ancora, giacché ti fece amor povero ancora.

Sono qui a lodarti

Luce del mondo nel buio del cuore vieni ed illuminami. Tu mia sola speranza di vita resta per sempre con me.

Sono qui a lodarti, qui per adorarti, qui per dirti che Tu sei il mio Dio e solo Tu sei santo, sei meraviglioso degno e glorioso sei per me.

Re della storia e re nella gloria sei sceso in terra fra noi. Con umiltà il tuo trono hai lasciato per dimostrarci il tuo amor.

DOVE DUE O TRE

Dove due o tre sono uniti nel mio nome , /io sarò con loro , pregherò con loro , amerò con loro / perché il mondo creda a Te , / o Padre , conoscere il tuo amore , avere vita con Te.

Voi che ora siete miei discepoli nel mondo , / siate testimoni di un amore immenso , date prova di quella speranza che c'è in voi Coraggio ! / Vi guiderò per sempre , io rimango con voi .

Ogni beatitudine vi attende nel mio nome , / se sarete uniti , se sarete pace , / se sarete uniti perché voi vedrete Dio che è Pace / in Lui la nostra vita gioia piena sarà !

Spirito che animi la Chiesa e la rinnovi ,/ donale la fortezza , fa che sia fedele / come Cristo che muore e risorge ,/ perché il Regno del Padre si compia in mezzo a voi:/ abbiate fede in Lui .

Maria tu sei

Maria tu sei la vita per me, sei la speranza, la gioia, l'amore, tutto sei. Maria tu sai, quello che vuoi, sai con che forza d'amore in cielo mi porterai.

Maria ti do il mio cuore per sempre se vuoi tu dammi l'amore che non passa mai. Rimanì con me e andiamo nel mondo insieme la tua presenza sarà goccia di paradiso per l'umanità.

Maria con te sempre vivrò, in ogni momento giocando, cantando, ti amerò. Seguendo i tuoi passi in te io avrò la luce che illumina i giorni e le notti dell'anima.

Maria ti do il mio cuore per sempre se vuoi tu dammi l'amore che non passa mai. Rimanì con me e andiamo nel mondo insieme la tua presenza sarà goccia di paradiso per l'umanità.

Veglia 22 dicembre

IL PANE GESU'

Introduzione

Acqua e farina: il pane

Canto: Segni del tuo amore

Testo biblico (Dal libro dei Re): Elia si alzò e andò a Sarepta. Arrivato alla porta della città, ecco una vedova che raccoglieva legna. La chiamò e le disse: «Prendimi un po' d'acqua in un vaso, perché io possa bere». Mentre quella andava a prenderla, le gridò: «Per favore, prendimi anche un pezzo di pane». Quella rispose: «Per la vita del Signore, tuo Dio, non ho nulla, ma solo un pugno di farina nella giara e un po' d'olio nell'orcio; ora raccolgo due pezzi di legna, dopo andrò a prepararla per me e per mio figlio: la mangeremo e poi moriremo». Elia le disse: «Non temere; va' a fare come hai detto. Prima però prepara un piccolo pane per me e portamelo; quindi ne preparerai per te e per tuo figlio, poiché così dice il Signore: «La farina della giara non si esaurirà e l'orcio dell'olio non diminuirà». Quella andò e fece come aveva detto Elia; poi mangiarono lei, lui e la casa 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 pronunciato per mezzo di Elia.

Commento: Il pane è fra i più importanti ed elementari alimenti dell'uomo. La sua stessa parola “pan” vuol dire “universale”. E' sempre stato presente nella vita dell'uomo come nutrimento, facendo parte dell'alimentazione di tutte le culture. Metaforicamente parlando, il pane è anche simbolo del frutto del proprio lavoro “guadagnarsi il pane”.

Nella bibbia il pane ha un valore particolare. Sin dall'inizio Dio comandò Adamo a lavorare con fatica per ottenere il pane per se e per la sua famiglia. Inoltre il pane è sempre stato il segno della benedizione di Dio: Egli dà il pane ai suoi amici, ovvero sia, provvede ai bisogni materiali dei suoi figli. Quindi la presenza del pane sulla tavola degli uomini è sinonimo della Provvidenza di Dio che a nessuno fa mancare il necessario per il suo sostentamento.

Molte volte nella Bibbia il pane acquista il senso di quello che alimenta non solo il corpo ma anche l'anima. Ecco perché Gesù dirà “non solo di pane vive l'uomo ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio”

Quando Gesù insegnò agli apostoli la preghiera per eccellenza, il Padre Nostro, mise in evidenza l'importanza del pane quotidiano e quindi di pregare Dio per ottenerlo quotidianamente. Per il cristiano chiedere a Dio il “pane” vuol dire, innanzitutto, domandare la prote-

zione della Provvidenza divina affinché il Signore ci doni sempre quello di cui c'è bisogno: il lavoro, il cibo, la salute, la serenità, ecc; e in secondo luogo domandiamo che susciti nel nostro cuore "fame di Dio" per non trascurare la nostra dimensione spirituale e così nutrire la nostra anima.

Preghiere:

ad ogni invocazione rispondiamo: "**Padre Santo, dacci oggi il nostro pane quotidiano**".

* Per tutti i disoccupati, perché possano ritrovare presto un lavoro per guadagnare dignitosamente per se e per la propria famiglia il pane. Preghiamo.

* Per tutte le persone che soffrono la fame, perché la Provvidenza di Dio stia loro vicino e le persone "benestanti" si adoperino per aiutarle concretamente con gesti solidali. Preghiamo.

* Per i lavoratori, perché grati per il lavoro che hanno fra le mani, cooperino con onestà e impegno al bene comune della società e al disegno di Dio sull'umanità. Preghiamo.

* Per tutti noi, perché sentiamo vivamente la fame di Dio e ci alimentiamo assiduamente della sua Parola. Preghiamo.

Ingredienti per fare il pane

500 g. di farina / 1 cucchiaio di olio di oliva

190 cc di latte / 80 cc di acqua

1 cubetto di lievito / 1 cucchiaino di sale

Il calore del forno acceso / Le mani del fornaio

Un po' di pazienza

Betlemme: la casa del Pane

Canto: Tu scendi dalle stelle

Testo biblico: Dal vangelo secondo Luca: In quei giorni un decreto di Cesare Augusto ordinò che si facesse il censimento di tutta la terra. Tutti andavano a farsi censire, ciascuno nella propria città. Anche Giuseppe, dalla città di Nàzaret, salì in Giudea alla città di Davide chiamata Betlemme: egli apparteneva infatti alla casa e alla famiglia di Davide. Doveva farsi censire insieme a Maria, sua sposa, che era incinta.

Mentre si trovavano in quel luogo, si compirono per lei i giorni del parto. Diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo pose in una mangiatoia, perché per loro non c'era posto nell'alloggio.

C'erano in quella regione alcuni pastori. Un angelo del Signore si presentò a loro e la gloria

Preghiere:

Ad ogni invocazione ripetiamo dicendo: "**Gesù, aiutaci a spezzare il nostro pane**".

* Perché ognuno di noi, mossi dall'amore e dalla Parola del Signore, sappia diventare "pane spezzato" per gli altri, preghiamo

* Per i missionari e per tutti i volontari che danno la propria vita per il prossimo: affinché abbiano forza e coraggio per vivere bene la loro missione, preghiamo

* Perché le realtà di volontariato presente tra di noi trovino sempre persone disponibili e generose che si sappiano mettere a servizio degli altri, preghiamo.

Ingredienti per il "pane spezzato"

1 persona dal cuore buono. / 2 orecchie per ascoltare la parola di Gesù.

2 mani aperte pronte a donare e ad abbracciare.

1 paio di occhi attenti ai bisogni degli altri. / 1 pizzico di follia.

Amore e servizio a volontà, quanto più ce n'è meglio viene.

Benedizione con il Santissimo - Canto finale: Maria, tu sei

CANTI

Segni del tuo amore

Mille e mille grani nelle spighe d'oro / mandano fragranza e danno gioia al cuore, quando macinati fanno un pane solo: / pane quotidiano dono tuo Signore.

Ecco il pane e il vino segni del tuo amore. / Ecco questa offerta accoglitela Signore: tu di mille e mille cuori fai un cuore solo, / un corpo solo in te e il Figlio tuo verrà, vivrà ancora in mezzo a noi.

Mille grappoli maturi sotto il sole, / festa della terra donano vigore, quando da ogni perla stilla il vino nuovo: / vino della gioia, dono tuo, Signore.

Tu scendi dalle stelle

Tu scendi dalle stelle, o Re del cielo, e vieni in una grotta / al freddo al gelo, e vieni in una grotta al freddo al gelo.

O Bambino mio divino, io ti vedo qui tremar. / O Dio beato, ah quanto ti costò l'avermi amato., ah quanto ti costò / l'avermi amato.

A Te che sei del mondo il creatore mancano panni e fuoco, / o mio Signore, mancano panni e fuoco, o mio Signore.

Caro eletto pargoletto quanto questa povertà più m'innamora / giacché ti fece amor

tutto quello che avevano fatto. Allora li prese con sé e si ritirò verso una città chiamata Betàida. Ma le folle lo seppero e lo seguirono. Egli le accolse e prese a parlar loro del regno di Dio e a guarire quanti avevan bisogno di cure. Il giorno cominciava a declinare e i Dodici gli si avvicinarono dicendo: «Congeda la folla, perché vada nei villaggi e nelle campagne dintorno per alloggiare e trovar cibo». Gesù disse loro: «Dategli voi stessi da mangiare». Ma essi risposero: «Non abbiamo che cinque pani e due pesci, a meno che non andiamo noi a comprare viveri per tutta questa gente». C'erano infatti circa cinquemila uomini. Egli disse ai discepoli: «Fateli sedere per gruppi di cinquanta». Così fecero e li invitarono a sedersi tutti quanti. Allora egli prese i cinque pani e i due pesci e, levati gli occhi al cielo, li benedisse, li spezzò e li diede ai discepoli perché li distribuissero alla folla. Tutti mangiarono e si saziarono e delle parti loro avanzate furono portate via dodici ceste.

Commento: Gesù accoglie la folla, parla del Regno e viene incontro alle necessità fisiche. A questo punto interpella i discepoli. A dire il vero i discepoli cercavano di risolvere il problema in fretta: li mandano da un'altra parte perché si arrangino da soli; gli altri spesso sono scomodi perché ci interpellano a dare delle risposte molto concrete, ci scomodano perché non hanno orario, giorni fissi, e il più delle volte sono insistenti, esigono tempo e attenzione, oltre che energie e risorse. Altra "tentazione" dei discepoli è di non ritenersi all'altezza: "abbiamo solo cinque pani e due pesci", non abbiamo le possibilità e le capacità; quello che sta chiedendo Gesù è troppo, ha delle pretese assurde, che vanno al di là delle nostre possibilità, ma anche della nostra immaginazione. È impossibile!

E Gesù rincara la dose: "*Date voi stessi da mangiare*". Gesù pone la sfida su due piani: Il primo è **l'impegno personale** a dare una risposta a chi ha fame; Gesù chiede di sporcarmi le mani, di metterci del mio tempo, delle mie energie, forze, intelligenza a favore delle singole persone che incrociano il mio cammino. Il secondo piano è **il dono di sé stessi**: a Gesù non basta un po' di tempo (o anche tanto), cose, energie o soldi; potremmo dire che non si accontenta di "così poco"; chiede ai discepoli di diventare pane, di lasciarsi mangiare; chiede di diventare pane spezzato perché gli altri si possano sfamare. Ed ecco che i discepoli cominciano a fare da spola tra Gesù e la gente, per portare il pane e i pesci, ma in questo modo fanno da ponte e così Gesù entra nella vita di quella gente, facendosi dono, ma anche la gente entra ancora di più nella vita di Gesù.

Oggi Gesù coinvolge noi nel donare il pane spezzato da lui al mondo in attesa: noi, che come i Dodici, dobbiamo anzitutto lasciarci smuovere dal nostro egoismo, dalle nostre logiche, dalle nostre fatiche, dalle nostre paure, che alla fine lascerebbero la folla nella sua solitudine. Dobbiamo essere aperti ed esperti nel servizio e nella solidarietà, disposti a spezzare con gli altri i beni di cui disponiamo. Non è la quantità di quello che posso donare ciò che conta ma che sia fatto con umiltà e amore: il Signore farà il resto. In questa maniera noi, che fidandoci di Lui e ascoltando la sua Parola, con i piccoli gesti quotidiani di amore possiamo diventare pane spezzato per la vita degli altri.

del Signore li avvolse di luce. L'angelo disse loro: «Non temete: ecco, vi annuncio una grande gioia, che sarà di tutto il popolo: oggi, nella città di Davide, è nato per voi un Salvatore, che è Cristo Signore. Questo per voi il segno: troverete un bambino avvolto in fasce, adagiato in una mangiatoia».

Commento: Qualche mese dopo l'incontro di Giuseppe con l'angelo di Dio e le nozze con Maria, l'imperatore Ottaviano Augusto ha deciso di censire gli abitanti dell'Impero appena formato. La tradizione ebraica prevedeva che ogni famiglia ritornasse alla "casa" d'origine del capo-famiglia (e Giuseppe era della casa di David) per farsi registrare e non lo facesse lì dove dimorava in quel momento. Ecco quindi perché Giuseppe e Maria si mettono in viaggio, cosa che Maria avrebbe volentieri evitato. I due sposi arrivano a Betlemme che in ebraico significa "la casa del pane". È significativo che Gesù nasca in una località che porta quel nome particolare e che venga posto, appena nato, in una... mangiatoia!.

Dio si è incarnato una sola volta in tutto il corso della storia. Perciò era importante per Lui non fare le cose alla buona. Era tutto previsto fin nei minimi particolari. Aveva stabilito così: la prima volta che gli uomini l'avrebbero guardato, l'avrebbero visto «in una mangiatoia», cioè, nel posto dove si contiene il mangime, ovvero sia, l'alimento.

Nei secoli precedenti la Sua venuta, la terra aveva prodotto fieno e grano in quantità per riempire le mangiatoie delle stalle. Ma non aveva ancora dato il suo prodotto migliore: una spiga viva, irradiante nella sua carne rosea e paffuta, capace di nutrire tutti i credenti fino alla fine dei secoli. È proprio questa spiga che Maria e Giuseppe deposero delicatamente nella mangiatoia della stalla. Certo, non era ancora pronta, la spiga, non era ancora matura, e quindi non era buona da mangiare. Tutt'al più *poteva essere mangiata con gli occhi*: Maria e Giuseppe ebbero quell'inestimabile fortuna; così pure i pastori e magi. Per essere mangiata con la bocca, la spiga doveva crescere, cadere in terra, perfino morire, per germinare e produrre molto frutto. Perché il grano possa nutrirci, dev'essere macinato dalla mano degli uomini. Gesù doveva, nella sua Passione, subire quella sorte: essere macinato, triturato, per diventare mangiabile. Per nutrire l'uomo, il grano deve diventare farina e pasta, lasciarsi impastare, passare al forno e cambiarsi in pane. Per nutrire l'umanità, Gesù si è lasciato macinare, tritare fino alla morte, cuocere al calore della risurrezione, per diventare alla fine quel pane vivo che nutre l'umanità. Non è forse anche questa la ragione per cui Dio teneva tanto a nascere a Betlemme, la «Casa del pane»? E sul guanciale di grano di una mangiatoia? Dio ha tanto amato il mondo che ha voluto assolutamente farsi mangiare!

Preghiere:

Ad ogni invocazione ripetiamo dicendo: "**Signore, nasci in mezzo a noi**".

* Perché la festa di Natale ci aiuti a scoprire sempre di più la grandezza dell'amore di Gesù per ciascuno di noi, preghiamo.

* Perché viviamo il nostro natale da cristiani, liberi da ogni mondanità e superficialità, preghiamo.

* Per tutte le persone che passeranno un natale triste a causa di problemi di ogni sorta, perché possano gioire intimamente nel Signore e attendere con speranza un domani migliore, preghiamo.

* Perché in tutte le famiglie, a imitazione della famiglia di Nazareth, ci sia amore e comprensione, attenzione ai piccoli e aiuto agli anziani, preghiamo.

Ingredienti per fare Betlemme

1 capanna mezzo scoperchiata / 1 mangiatoia ricoperta di fieno.

2 animali che scaldano l'ambiente. / Una notte stellata.

1 bambino piccino, bello, dagli occhi luminosi. /

1 papà indaffarato a proteggere il neonato.

2 mani dolcissime di Maria. / 3 cuori che battono all'unisono.

Il calore di una famiglia.

L'eucaristia: il pane vivo

Canto: sono qui a lodarti

Testo biblico: (dal vangelo secondo Luca) In quel tempo, Gesù disse alla folla: «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 aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

Gesù disse loro: «In verità, in verità io vi dico: 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 rimane 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 me vivrà per me. Io sono il pane disceso dal cielo. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

Commento: Nel *Figlio della Vergine*, "avvolto in fasce" e deposto "in una mangiatoia", riconosciamo e adoriamo "il Pane disceso dal cielo", il Redentore venuto sulla terra per dare la vita al mondo.

Betlemme! "Casa del pane"... Là, dunque, doveva nascere il Messia, che avrebbe detto di sé:

"Io sono il pane della vita".

A Betlemme è nato Colui che, nel segno del pane spezzato, avrebbe lasciato il memoriale della sua Pasqua. L'adorazione del Bambino Gesù diventa *adorazione eucaristica*.

Adoriamo Te, Signore, realmente presente nel Sacramento dell'altare, Pane vivo che dai vita all'uomo. Ti riconosciamo come *nostro unico Dio*, fragile Bambino che stai inerme nel presepe! "Nella pienezza dei tempi, ti sei fatto uomo tra gli uomini per unire la fine al principio, cioè l'uomo a Dio". .

Sei nato nella notte di Natale, nostro divin Redentore, e per noi ti sei fatto *cibo di vita eterna*.

Ricordati di noi, eterno Figlio di Dio, che nel grembo verginale di Maria Ti sei incarnato! L'intera umanità, segnata da tante prove e difficoltà, ha bisogno di Te.

Resta con noi, Pane vivo disceso dal Cielo per la nostra salvezza! Resta con noi per sempre. Amen!

Preghiere:

Ad ogni invocazione rispondiamo: "**Gesù, pane di vita, ascoltaci**"

* Perché la nostra comunità parrocchiale, che condivide un unico pane eucaristico all'interno della chiesa, sia unita anche all'esterno della chiesa, preghiamo.

* Perché coloro che ricevono l'eucaristia alla Messa lo facciano sempre in modo più consapevole, degno e fervoroso, preghiamo.

* Per coloro che per vari motivi non possono accostarsi alla comunione, affinché nel pensiero e il desiderio accolgano lo stesso il Signore nel cuore e conservino la speranza di tornare presto a ricevere l'eucaristia, preghiamo.

Ingredienti per fare l'eucaristia

Fare del pane (vedere la ricetta n. 1)

Dopo aver fatto il pane, ci vuole:

1 altare / 1 Santa Messa

1 sacerdote che la celebra. / 2 mani consacrate.

E alle parole "questo è il mio Corpo", il pane diventerà il Corpo di Cristo.

Il pane spezzato

Canto: Beatitudini

Testo biblico: Dal vangelo secondo Luca: Al loro ritorno, gli apostoli raccontarono a Gesù