

«Se uno mangia di questo pane
vivrà in eterno e il pane che io darò
è la mia carne per la vita del mondo».

«IO SONO IL PANE VIVO DISCESO DAL CIELO»

La liturgia di questa domenica ci pone davanti la figura del Profeta Elia, (*I Lettura*) l'uomo d'urto, il profeta misterioso che vive un momento faticoso a causa della difesa di Dio, il vero e unico Dio d'Israele. Deve fuggire dall'ira del re Acab per salvarsi. È deluso, sconfitto, amareggiato, impaurito. Non ha altro che chiedere: «Ora basta Signore! Prendi la mia vita». Il Signore lo conforta con un cibo misterioso che gli dà forza per riprendere il cammino fino al monte di Dio. Questo cibo misterioso è come una prefigurazione dell'Eucaristia.

Nel profeta Elia possiamo intravedere la parabola della nostra vita, segnata da paure, fallimenti, insuccessi, delusioni. Siamo assaliti dalla tentazione di mollare e gridare come il profeta: «Ora basta, Signore! Prendi la mia vita». Ma questa vita è dono di Dio ed è il Signore (*Vangelo*) che nella nostra lunga marcia si fa incontro e ci dona «il pane che discende dal cielo», il pane che ci conduce fino all'Oreb, alla santa montagna. Non è l'angelo che ci ordina di mangiare. È lui Cristo Gesù, «il pane vivo disceso dal cielo». Chi ne mangia non muore. È Cristo che consegna la sua carne per la vita del mondo.

Mons. Domenico d'Ambrosio, Arcivescovo emerito di Lecce

● La nostra vita è un cammino che ci porta a Dio tra molte difficoltà, dubbi, incertezze. In questo cammino veniamo guidati da Cristo stesso: egli ci fortifica con il "pane della vita", che è il suo corpo offerto per noi e per la nostra salvezza.

ANTIFONA D'INGRESSO (Sal 73,20.19.22-23) in piedi

Sii fedele, Signore, alla tua alleanza, non dimenticare mai la vita dei tuoi poveri. Sorgi, Signore, difendi la tua causa, non dimenticare le suppliche di coloro che ti invocano.

Celebrante - Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Assemblea - **Amen.**

C - La grazia del Signore nostro Gesù Cristo, l'amore di Dio Padre e la comunione dello Spirito Santo sia con tutti voi. A - **E con il tuo spirito.**

ATTO PENITENZIALE

C - Perché la Parola di Dio e il Pane vivo disceso dal cielo possano trovare in noi una feconda accoglienza, purifichiamo i nostri cuori da ogni peccato. (*Breve pausa di silenzio*)

C - Signore Gesù, che ci hai amati fino a dare te stesso sulla croce, abbi pietà di noi.

A - **Signore, pietà.**

C - Cristo Gesù, che non abbandoni i tuoi fratelli nelle prove della vita, abbi pietà di noi.

A - **Cristo, pietà.**

C - Signore Gesù, che ti sei fatto cibo e bevanda per alimentare in noi la vita senza fine, abbi pietà di noi.

A - **Signore, pietà.**

C - Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna.

A - **Amen.**

GLORIA A DIO NELL'ALTO DEI CIELI e pace in terra agli uomini di buona volontà. Noi ti lodiamo, **ti benediciamo**, ti adoriamo, **ti glorifichiamo**, ti rendiamo grazie per la tua gloria immensa, **Signore Dio, Re del cielo, Dio Padre onnipotente.** Signore, Figlio unigenito, Gesù Cristo, **Signore Dio, Agnello di Dio, Figlio del Padre**, tu che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi; **tu che togli i peccati del mondo, accogli la nostra supplica**; tu che siedi alla destra del Padre, abbi pietà di noi. **Perché tu solo il Santo**, tu solo il Signore, **tu solo l'Altissimo, Gesù Cristo, con lo Spirito Santo:** nella gloria di Dio Padre. **Amen.**

COLLETTA - Dio onnipotente ed eterno, che ci dà il privilegio di chiamarti Padre, fa' crescere in noi lo spirito di figli adottivi, perché possiamo entrare nell'eredità che ci hai promesso. Per il nostro Signore... **A - Amen.**

Oppure la colletta dell'Anno B, dal Messale II ed., pag. 998:

C - Guida, o Padre, la tua Chiesa pellegrina nel mondo, sostienila con la forza del cibo che non perisce, perché, perseverando nella fede di Cristo, giunga a contemplare la luce del tuo volto. Per il nostro Signore... **A - Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

PRIMA LETTURA

seduti

Dio ridona forza ad Elia nell'ora dello scoraggiamento, offrendogli un pane misterioso e così potrà raggiungere la montagna sulla quale Dio si era rivelato a Mosè.

Dal primo libro dei Re (19,4-8)

In quei giorni, Elia 's'inoltrò nel deserto una giornata di cammino e andò a sedersi sotto una ginestra. Desideroso di morire, disse: «Ora basta, Signore! Prendi la mia vita, perché io non sono migliore dei miei padri». ⁵Si coricò e si addormentò sotto la ginestra. Ma ecco che un angelo lo toccò e gli disse: «Alzati, mangial!». ⁶Egli guardò e vide vicino alla sua testa una focaccia, cotta su pietre roventi, e un orcio d'acqua. Mangiò e bevve, quindi di nuovo si coricò. ⁷Tornò per la seconda volta l'angelo del Signore, lo toccò e gli disse: «Alzati, mangial, perché è troppo lungo per te il cammino». ⁸Si alzò, mangiò e bevve. Con la forza di quel cibo camminò per quaranta giorni e quaranta notti fino al monte di Dio, l'Oreb.

Parola di Dio.

A - Rendiamo grazie a Dio.

SALMO RESPONSORIALE

(Sal 33/34,2-9)

Beato l'uomo che si rifugia in Dio, l'angelo del Signore lo protegge. Per questo cantiamo (o diciamo):

R Gustate e vedete com'è buono il Signore.

Re- Sol- Fa Sol-
Gu - sta - te e ve - de - te co - m'è
Re- Sol- La
buo - no il Si - gno - re.

Benedirà il Signore in ogni tempo, / sulla mia bocca sempre la sua lode. / Io mi glorio nel Signore: / i poveri ascoltino e si rallegrino. **R**

Magnificate con me il Signore, / esaltiamo insieme il suo nome. / Ho cercato il Signore: mi ha risposto / e da ogni mia paura mi ha liberato. **R**

Guardate a lui e sarete raggianti, / i vostri volti non dovranno arrossire. / Questo povero grida e il Signore lo ascolta, / lo salva da tutte le sue angosce. **R**

L'angelo del Signore si accampa / attorno a quelli che lo temono, e li libera. / Gustate e vedete com'è buono il Signore; / beato l'uomo che in lui si rifugia. **R**

SECONDA LETTURA

Il vertice e il centro della vita cristiana è l'amore, che ha la sua fonte e il suo modello nell'amore di Dio Padre che si è rivelato in Gesù Cristo. Egli si è donato a noi attraverso la morte in croce, «sacrificio di soave odore».

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini (4,30 – 5,2)

Fratelli, ³⁰non vogliate rattristare lo Spirito Santo di Dio, con il quale foste segnati per il giorno della redenzione. ³¹Scompaiano da voi ogni asprezza, sdegno, ira, grida e maldicenze con ogni sorta di malignità. ³²Siate invece benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo. ^{5,1}Fatevi dunque imitatori di Dio, quali figli carissimi, ²e camminate nella carità, nel modo in cui anche Cristo ci ha amato e ha dato se stesso per noi, offrendosi a Dio in sacrificio di soave odore.

Parola di Dio.

A - Rendiamo grazie a Dio.

CANTO AL VANGELO

(Gv 6,51)

in piedi

R Alleluia, alleluia. Io sono il pane vivo disceso dal cielo, dice il Signore, se uno mangia di questo pane vivrà in eterno. **R Alleluia.**

VANGELO

Gesù si offre a noi come pane di vita non solo nella fede, ma anche nell'Eucaristia. Ai Giudei che si chiudono alle sue parole, Gesù rivela che solo per un dono del Padre possono aprirsi a lui e accogliere i suoi doni.

✠ Dal Vangelo secondo Giovanni (6,41-51)

A - Gloria a te, o Signore.

In quel tempo, ⁴¹i Giudei si misero a mormorare contro Gesù perché aveva detto: «Io sono il pane disceso dal cielo». ⁴²E dicevano: «Costui non è forse Gesù, il figlio di Giuseppe? Di lui non conosciamo il padre e la madre? Come dunque può dire: "Sono disceso dal cielo"?». ⁴³Gesù rispose loro: «Non mormorate tra voi. ⁴⁴Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. ⁴⁵Sta scritto

nei profeti: "E tutti saranno istruiti da Dio". Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. ⁴⁶Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. ⁴⁷In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna.

⁴⁸Io sono il pane della vita. ⁴⁹I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; ⁵⁰questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. ⁵¹Io 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».

Parola del Signore.

A - **Lode a te, o Cristo.**

PROFESSIONE DI FEDE

in piedi

CREDO IN UN SOLO DIO, Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra, di tutte le cose visibili e invisibili. Credo in un solo Signore, Gesù Cristo, unigenito Figlio di Dio, nato dal Padre prima di tutti i secoli: **Dio da Dio, Luce da Luce, Dio vero da Dio vero,** generato, non creato, della stessa sostanza del Padre; per mezzo di lui tutte le cose sono state create. **Per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo, (si china il capo)** e per opera dello Spirito Santo si è incarnato nel seno della Vergine Maria e si è fatto uomo. **Fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato, morì e fu sepolto.** Il terzo giorno è risuscitato, secondo le Scritture, è salito al cielo, siede alla destra del Padre. E di nuovo verrà, nella gloria, per giudicare i vivi e i morti, e il suo regno non avrà fine. **Crede nello Spirito Santo, che è Signore e dà la vita, e procede dal Padre e dal Figlio.** Con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato, e ha parlato per mezzo dei profeti. **Crede la Chiesa, una, santa, cattolica e apostolica.** Professo un solo battesimo per il perdono dei peccati. **Aspetto la risurrezione dei morti e la vita del mondo che verrà. Amen.**

PREGHIERA DEI FEDELI

(si può adattare)

C - Fratelli e sorelle, la vita si presenta spesso come un deserto da attraversare senza le scorte sufficienti. Chiediamo al Padre di continuare a donarci l'unico "pane necessario", Cristo, Signore.

Letto - Preghiamo insieme dicendo:

A - **Donaci, Padre, Cristo Pane vivo.**

1. Per la Chiesa: celebrando l'Eucaristia, cresca nella comunione con Cristo e attinga il coraggio e la forza per annunciare il Vangelo nel nostro tempo. Preghiamo:

2. Per i popoli che soffrono la fame: l'esperienza dell'Eucaristia spinga le comunità cristiane a impegnarsi per condividere con essi il pane della mensa e della speranza. Preghiamo:

3. Per quanti hanno smarrito il senso cristiano della comunione al Pane di vita: possano riscoprire l'Eucaristia come culmine di ogni esperienza di fede e fonte di impegno. Preghiamo:

4. Per la nostra comunità: la partecipazione alla mensa del Corpo di Cristo, memoriale del suo Sacrificio, ci solleciti a condividere le gioie e i dolori dei fratelli e sorelle che incontriamo sul nostro cammino. Preghiamo:

Intenzioni della comunità locale.

C - O Padre buono, che in Gesù ci hai dato il cibo e la bevanda per sostenerci nel nostro cammino verso l'eterna città del cielo, ascolta le nostre suppliche ed esaudisci la nostra speranza. Per Cristo nostro Signore. A - **Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

C - Pregate, fratelli e sorelle..., in piedi

A - **Il Signore riceva dalle tue mani questo sacrificio, a lode e gloria del suo nome, per il bene nostro e di tutta la sua santa Chiesa.**

SULLE OFFERTE - Accogli con bontà, Signore, questi doni che tu stesso hai posto nelle mani della tua Chiesa, e con la tua potenza trasformati per noi in sacramento di salvezza. Per Cristo nostro Signore. A - **Amen.**

(Si suggerisce il Prefazio delle Domeniche III: *La nostra salvezza nel Figlio di Dio fatto uomo.* Messale II ed., pag. 337).

MISTERO DELLA FEDE

in ginocchio

A - **Tu ci hai redenti con la tua croce e la tua risurrezione: salvaci, o Salvatore del mondo.**

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

Dice il Signore: «Il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo». (Gv 6,52)

Pausa di ringraziamento alla santa Comunione.

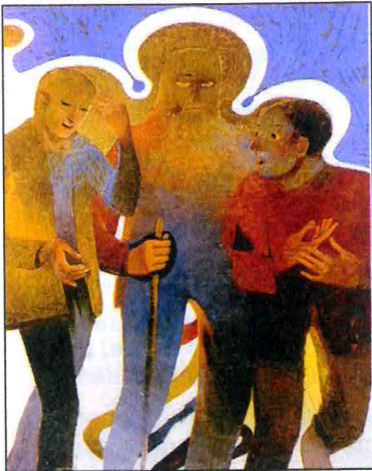
DOPO LA COMUNIONE - La partecipazione a questi sacramenti salvi il tuo popolo, Signore, e lo confermi nella luce della tua verità. Per Cristo nostro Signore. A - **Amen.**

PROPOSTE PER I CANTI: Da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi 2009. 5 Ristampa. **Inizio: Chiesa di Dio** (622); **Il tuo popolo in cammino** (663). **Salmo responsoriale:** Ritornello: **Spero nel Signore** (137); da *Il canto del Salmo responsoriale* (ElleDiCi, 2011). **Processione offertoriale: Molte le spighe** (679). **Comunione: Come unico pane** (628); **Mistero della cena** (678). **Congedo: Cristo vive** (635).

GESÙ, «L'EMMANUELE»

La promessa di Dio di essere sempre con noi si è compiuta nella persona di Gesù

ALL'ORIGINE del titolo «Emmanuele» si trova una consolante promessa racchiusa nel libro del profeta Isaia. Egli al re Acaz e al suo popolo, minacciati da un grave pericolo, annuncia in nome di Dio: «Ecco, la vergine [= la giovane moglie di Acaz] concepirà e partorerà un figlio, che chiamerà Emmanuele» (Is 7,14).



«I discepoli di Emmaus» (Jean Marie Pirot, detto Arcabas, 1994). Sulle labbra di questi due discepoli, affiancati nel loro cammino da Gesù, affiora la domanda che tutta l'umanità rivolge all'Emmanuele: «Resta con noi!» (Lc 24,29).

L'evangelista Matteo vede il compimento di questa promessa in Gesù. La «verGINE» è da lui interpretata come la madre di Gesù, Maria. L'«Emmanuele» è identificato con Gesù stesso. La sua nascita avviene «perché si compisse ciò che era stato detto dal Signore per mezzo del profeta: «Ecco, la vergine concepirà e darà alla luce un figlio: a lui sarà dato il nome di «Emmanuele», che significa «Dio con noi»» (Mt 1,22-23). Questo titolo di Gesù, che nella sua etimologia ebraica è composto da

immanù («con noi») ed El («Dio»), esprime una profonda verità su Dio e su Gesù.

Nelle pagine dell'Antico Testamento Dio si presenta al suo popolo come «colui che sta dalla sua parte», come il Dio «che sta sempre con lui».

Nel vangelo secondo Matteo, il solo che contiene questo titolo, Gesù è l'Emmanuele che «è sempre in mezzo ai suoi» («Dove sono due o tre riuniti nel mio nome, io sono io in mezzo a loro», Mt 18,20). È l'Emmanuele che, risorto e asceso al cielo, ci ha promesso: «Io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo» (Mt 28,20). Per questo ci ha detto: «Non temete» (Mt 28,10).

Infatti Gesù, che con la sua nascita dalla Vergine Maria si è rivelato come l'Emmanuele, dopo la sua risurrezione assicura la sua presenza in modo permanente e definitivo in mezzo a noi. Questa sua presenza di «Dio con noi» segna ora ogni giorno della nostra storia e della nostra fede.

Don Primo Gironi, ssp, biblista

Dammi, Gesù, la fame di te. Fa' che accolga spesso il dono di te, che ti sei fatto Pane per essere cibo per noi, per affrontare le sfide della vita quotidiana, tenendo sempre presente la mèta che ci attende: l'unione gioiosa nella vita eterna.

LITURGIA DEL GIORNO

XIX SETTIMANA DEL TEMPO ORDINARIO

(13 - 18 agosto) Liturgia delle Ore: III settimana

13 L I cieli e la terra sono pieni della tua gloria. L'annuncio della passione di Gesù lascia rattristati i discepoli che però non approfittano per chiedere spiegazioni e crescere nella fede. La frase di Gesù cade nel vuoto. Ci vorrà la Pasqua perché tutto sia comprensibile. Ss. Ponziano e Ippolito (m.f.); S. Giovanni Berchmans. Ez 1,2-5.24-28c; Sal 148,1-2.11-14; Mt 17,22-27.

14 M S. Massimiliano M. Kolbe, sacerdote e martire. Memoria (rosso). Quanto sono dolci al mio palato le tue promesse, Signore. La questione su chi sia il più grande occupa il pensiero dei discepoli: ancora troppo presi dalle logiche del prestigio, sono lontani dal Mistero pasquale di Cristo. S. Ursicino; B. Elisabetta Renzi. Ez 2,8 - 3,4; Sal 118,14.24.72.103.11.131; Mt 18,1-5.10.12-14.

15 M Assunzione B.V. Maria. Solennità (bianco). Risplende la Regina, Signore, alla tua destra. Maria partecipa fin dall'inizio della sua vita al mistero di redenzione di Gesù Cristo. Priva di ogni peccato è assunta in cielo e lì continua a cantare il suo Magnificat, lodando l'opera del Creatore. Anche noi, come Maria, siamo chiamati a una fede che ha uno sguardo in due direzioni. Da una parte credere nella realizzazione della Parola di Dio nella nostra vita. Dall'altra imparare a lodare e magnificare il Signore, perché lo vediamo all'opera nella storia e nella vita dell'umanità. S. Tarcisio; S. Stanislao Kostka. Messa vespertina nella Vigilia: 1Cr 15,3-4.15-16; 16,1-2; Sal 131,6-7.9-10.13-14; 1Cor 15,54b-57; Lc 11,27-28. Messa del Giorno: Ap 11,19a; 12,1-6a.10ab; Sal 44,10-12.15b-16; 1Cor 15,20-27a; Lc 11,39-56.

16 G Proclameremo le tue opere, Signore. Pietro vorrebbe sapere quale sia la misura del perdono, quale limite abbia l'amore. «La misura dell'amore è amare senza misura», perdonare senza misura, proprio come fa Dio con noi. S. Stefano di Ungheria (m.f.); S. Rocco; S. Teodoro. Ez 12,1-12; Sal 77,56-59.61-62; Mt 18,21 - 19,1.

17 V La tua collera, Signore, si è placata e tu mi hai consolato. Gesù contesta il permissivismo dell'epoca, così simile al nostro, per cui si poteva lasciare una sposa per prenderne un'altra: egli afferma che la donna non è una proprietà e il matrimonio è sacro. S. Chiara della Croce; S. Giovanna Delanoue; S. Mirone. Ez 16,1-15.60.63 opp. Ez 16,59-63; Cant. Is 12,2-6; Mt 19,3-12.

18 S Crea in me, o Dio, un cuore puro. I discepoli vorrebbero allontanare i bambini da Gesù, perché i piccoli danno fastidio, ma l'invito che egli ci rivolge è di non privare i bambini della sua grazia e del suo amore. S. Elena; S. Agapito; B. Paola Montaldi. Ez 18,1-10.13b.30-32; Sal 50,12-15.18-19; Mt 19,13-15.

[19 D] XX Domenica del T.O. / B (S. Giovanni Eudes) Pr 9,1-6; Sal 33,2-3.10-15; Ef 5,15-20; Gv 6,51-58]

Elide Siviero