



Gesù disse ai Giudei: «Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui».

«CHI MANGIA QUESTO PANE VIVRÀ IN ETERNO»

OGGI la liturgia ci invita a compiere un grande atto di fede per accogliere la Parola di Gesù che ci rivela la straordinaria realtà del Figlio di Dio che, per restare sempre con gli uomini e donare loro la vita eterna, sceglie di identificarsi con un cibo semplice, quotidiano, ordinario. Sceglie di farsi "pane" che diviene perenne "rendimento di grazie" o "Eucaristia". Egli identifica questo pane con la sua stessa persona nella quale sono associate la natura umana e quella divina, asserendo: «Io sono il pane» (*Vangelo*). I testi liturgici di questa domenica possono leggersi in questa chiave. L'Eucaristia "è" Gesù, certamente un uomo ma "disceso dal cielo". L'Eucaristia "è" Gesù, la sapienza di Dio che ci invita a un banchetto per acquisire intelligenza e conoscenza piena (*I Lettura*).

L'Eucaristia "è" Gesù, il Figlio del Padre, che ci vuol fare partecipi della sua vita divina. L'Eucaristia, infine, "è" Gesù il Signore glorioso, cui la comunità cristiana intona salmi, inni e cantici spirituali (*II Lettura*). Gesù annulla davvero ogni distanza tra l'uomo e Dio, il quale è ormai talmente a lui prossimo da poter essere "mangiato".

Don Guido Colombo, ssp

● Ogni domenica ci accostiamo alla duplice mensa della Parola e dell'Eucaristia. Al centro è sempre il Signore Gesù, che ci nutre con il suo Vangelo e con il dono del suo Corpo e del suo Sangue. E così che tutti noi entriamo in comunione con lui e a lui ci configuriamo.

ANTIFONA D'INGRESSO (Sal 83,10-11) in piedi

O Dio, nostra difesa, contempla il volto del tuo Cristo. Per me un giorno nel tuo tempio, è più che mille altrove.

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

C - Il Dio della speranza, che ci riempie di ogni gioia e pace nella fede per la potenza dello Spirito Santo, sia con tutti voi. A - **E con il tuo spirito.**

ATTO PENITENZIALE

C - Convocati alla mensa del Corpo e Sangue di Cristo per essere una cosa sola in lui, riconosciamo il peccato che separa e invociamo il perdono che riconcilia e unisce.

(Breve pausa di silenzio).

C - Signore, tu hai preparato una mensa per nutrirci della tua Parola di vita. Abbi pietà di noi.

A - **Signore, pietà.**

C - Cristo, tu ti sei fatto cibo e bevanda per alimentare in noi la vita senza fine. Abbi pietà di noi.

A - **Cristo, pietà.**

C - Signore, tu hai fatto del banchetto eucaristico il segno e il pegno della nostra presenza al banchetto del cielo. 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 - O Dio, che hai preparato beni invisibili per coloro che ti amano, infondi in noi la dolcezza del tuo amore, perché, amandoti in ogni cosa e sopra ogni cosa, otteniamo i beni da te promessi, che superano ogni desiderio. Per il nostro Signore Gesù Cristo...
A - Amen.

Oppure la colletta dell'Anno B, dal Messale II ed., pag. 999.

C - O Dio della vita, che in questo giorno santo ci fai tuoi amici e commensali, guarda la tua Chiesa che canta nel tempo la beata speranza della risurrezione finale, e donaci la certezza di partecipare al festoso banchetto del tuo regno. Per il nostro Signore Gesù Cristo...
A - Amen.

LITURGIA DELLA PAROLA

PRIMA LETTURA

seduti

La Sapienza viene personificata e invita tutti a nutrirsi alla sua "tavola", luogo simbolico della conoscenza di Dio e della ricchezza dei suoi doni.

Dal libro dei Proverbi (9,1-6)

¹La sapienza si è costruita la sua casa, ha intagliato le sue sette colonne. ²Ha ucciso il suo bestiame, ha preparato il suo vino e ha imbandito la sua tavola. ³Ha mandato le sue ancelle a proclamare sui punti più alti della città: ⁴«Chi è inesperto venga qui!». A chi è privo di senno ella dice: ⁵«Venite, mangiate il mio pane, bevete il vino che io ho preparato. ⁶Abbandonate l'inesperienza e vivrete, andate dritti per la via dell'intelligenza».

Parola di Dio.

A - Rendiamo grazie a Dio.

SALMO RESPONSORIALE (Sol 33/34,2-3.10-15)

Evitare il male, fare il bene, ricercare la pace: ecco ciò che ci viene svelato dalla Sapienza divina. 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.

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

Temete il Signore, suoi santi: / nulla manca a coloro che lo temono. / I leoni sono miseri e affamati, / ma a chi cerca il Signore non manca alcun bene. **R**

Venite, figli, ascoltate: / vi insegnerò il timore del Signore. / Chi è l'uomo che desidera la vita / e ama i giorni in cui vedere il bene? **R**

Custodisci la lingua dal male, / le labbra da parole di menzogna. / Sta' lontano dal male e fa' il bene, / cerca e persegui la pace. **R**

SECONDA LETTURA

San Paolo ci invita a fuggire la stoltezza. Il sapiente è colui che si inebria non del vino, che lo intorpidisce, ma dello Spirito Santo, che gli apre il cuore al canto, alla preghiera e al ringraziamento.

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini (5,15-20)

Fratelli, ¹⁵fate molta attenzione al vostro modo di vivere, comportandovi non da stolti ma da saggi, ¹⁶facendo buon uso del tempo, perché i giorni sono cattivi. ¹⁷Non siate perciò sconsiderati, ma sappiate comprendere qual è la volontà del Signore. ¹⁸E non ubriacatevi di vino, che fa perdere il controllo di sé; siate invece ricolmi dello Spirito, ¹⁹intrattenendovi fra voi con salmi, inni, canti ispirati, cantando e inneggiando al Signore con il vostro cuore, ²⁰rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo.

Parola di Dio.

A - Rendiamo grazie a Dio.

CANTO AL VANGELO

(Gv 6,56)

in piedi

R Alleluia, alleluia. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue, dice il Signore, rimane in me e io in lui. **R Alleluia, alleluia.**

VANGELO

Di fronte alle contestazioni, Gesù precisa meglio l'insegnamento sull'Eucaristia. Il pane che viene da Dio dona la vita che non ha fine, a differenza della manna. Questo "pane" è Gesù stesso.

Dal Vangelo secondo Giovanni (6,51-58)

A - Gloria a te, o Signore.

In quel tempo, Gesù disse alla folla: ⁵¹«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». ⁵²Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

⁵³Gesù disse loro: «In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. ⁵⁴Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e

io lo risusciterò nell'ultimo giorno. ⁵⁶Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

⁵⁶Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. ⁵⁷Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. ⁵⁸Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

Parola del Signore.

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

PROFESSIONE DI FEDE

in pied

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. **Credo 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. **Credo 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, Cristo si è fatto nostro cibo e bevanda perché, alimentati del suo stesso amore, diventiamo gli uni per gli altri strumenti della sua misericordia e eredi della sua gloria nella vita senza fine.

Letto - Preghiamo dicendo insieme:

A - **Gesù, Pane di vita, guida e sostieni il tuo popolo.**

1. Per il Papa, i vescovi e per tutti i ministri ordinati, chiamati ad essere per la Chiesa che cammina nel tempo segni e strumenti dell'amore di Cristo pastore, preghiamo:

2. Per quanti nelle periferie del mondo mancano del necessario per vivere e per tutti coloro che sono costretti a vivere lontani dalla loro terra e dagli affetti della propria famiglia, preghiamo:

3. Per tutte le persone profondamente segnate dal dolore nel corpo e nello spirito e per quanti in modi e luoghi diversi si adoperano con generosità per alleviare le umane sofferenze, preghiamo:

4. Per noi che partecipiamo alla cena del Signore e per quanti condividono con noi le gioie, le lotte e le speranze della vita quotidiana, preghiamo:

Intenzioni della comunità locale.

C - Signore Gesù, Pane vivo disceso dal cielo, accresci in noi la fede, conforta la nostra speranza e alimenta la nostra carità per poter essere un giorno tuoi commensali all'eterno banchetto del cielo. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

A - **Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

C - Pregate, fratelli e sorelle..., in piedi
Assemblea - **Il Signore riceve 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

C - Accogli i nostri doni, Signore, in questo misterioso incontro tra la nostra povertà e la tua grandezza: noi ti offriamo le cose che ci hai dato, e tu donaci in cambio te stesso. Per Cristo nostro Signore.

A - **Amen.**

(Si suggerisce il Prefazio delle Domeniche X: *Il giorno del Signore.* Messale II ed., pag. 344).

ANTIFONA ALLA COMUNIONE - Dice il Signore: «Io sono il pane vivo disceso dal cielo: se uno mangia di questo pane, vivrà in eterno». (Gv 6,51-52)

Pausa di ringraziamento alla Comunione.

DOPO LA COMUNIONE

in piedi

C - O Dio, che in questo sacramento ci hai fatti partecipi della vita del Cristo, trasformaci a immagine del tuo Figlio, perché diventiamo coeredi della sua gloria nel cielo. Per Cristo nostro Signore.

A - **Amen.**

PROPOSTE PER I CANTI: Da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi 2009. 5 Ristampa. **Inizio: Cristo Gesù, Salvatore** (633); **Il tuo popolo in cammino** (663). *Salmo responsoriale:* Ritornello: **Gustate e vedete** (101); da *Il canto del Salmo responsoriale* (ElleDiCi, 2011). *Processione offertoriale:* **Tu, fonte viva** (740). *Comunione:* **Pane vivo, spezzato per noi** (699); **E venne il giorno** (646). *Congedo:* **Cristo vive** (635).

**È ANCORA
LA FAMIGLIA
LA BUONA NOTIZIA
PER IL MONDO
DI OGGI?**



L'INCONTRO mondiale delle Famiglie, in programma a Dublino, dal 21 al 26 agosto, sarà la grande occasione per mostrare la bellezza della famiglia. Ne è convinto l'arcivescovo Diarmuid Martin, primate di Irlanda.

I delegati dell'incontro saranno 40 mila, i partecipanti 300 mila provenienti dai cinque continenti. I tre giorni iniziali della grande kermesse saranno dedicati, come da tradizione, al convegno teologico-pastorale sul tema: «*Il Vangelo della Famiglia: gioia per il mondo*». Poi la festa delle testimonianze, la veglia e la Messa conclusiva.

«Papa Francesco – ha rivelato lo stesso arcivescovo Martin – mi ha confermato la sua volontà di essere presente». Nella Lettera inviata lo scorso anno alla Chiesa irlandese, papa Francesco ha affermato: «È mio desiderio che le famiglie abbiano modo di approfondire la loro riflessione e la loro condivisione sui contenuti dell'Esortazione apostolica post-sinodale *Amoris laetitia*».

Si tratterà di un incontro di famiglie che parlano insieme di famiglia, condividendo gioie e speranze, ma anche la preoccupazione per le lotte e le sfide da portare avanti in una società che vorrebbe mettere all'angolo, insieme alla fede, anche i valori del matrimonio, della genitorialità, della fraternità, dell'educazione.

A questo tentativo più o meno occulto di offuscamento dei valori, le famiglie cristiane dicono no. «Ci si potrebbe domandare: il Vangelo continua ad essere gioia per il mondo? E ancora: la famiglia – si chiede ancora il Papa nella stessa Lettera – continua ad essere buona notizia per il mondo di oggi? Io sono certo di sì! E questo «sì» è saldamente fondato sul disegno di Dio... È il «sì» di Dio all'unione tra l'uomo e la donna, in apertura e servizio alla vita in tutte le sue fasi».

Luciano Moia, esperto di «*Avvenire*» sulla famiglia



«*La parola di Dio, lungi dall'essere un'astrazione, è qualcuno che si chiama "Amore" e l'Amore si mangia. Dio è talmente amore da chiedere di essere mangiato. E mangiare Dio è anche il segreto desiderio dell'uomo avido di assoluto e di pienezza.*»
(Padre Pierre Bockel, 1914-1995).

LITURGIA DEL GIORNO

XX SETTIMANA DEL TEMPO ORDINARIO

(20-25 agosto) Liturgia delle Ore: IV settimana

20 L. S. Bernardo, abate e dottore della Chiesa. Memoria (bianco). **Hai dimenticato Dio che ti ha generato.** La perfezione cristiana, oltre all'osservanza dei comandamenti divini, esige il distacco dai beni terreni, dalle creature e dalle cariche onorifiche. *S. Samuele profeta; S. Filiberto.* Ez 24,15-24; Cant. Dt 32,18-21; Mt 19,16-22.

21 M. S. Pio X, papa. Memoria (bianco). **Il Signore farà giustizia al suo popolo.** Per entrare nel regno dei cieli bisogna avere un distacco affettivo dalle ricchezze; ma per seguire in modo perfetto il Signore bisogna averne anche un distacco effettivo. *S. Ciriaco; S. Privato.* Ez 28,1-10; Cant. Dt 32,26-28.30.35b-36a; Mt 19,23-30.

22 M. B. V. Maria Regina. Memoria (bianco). **Il Signore è il mio pastore: non manco di nulla.** Ogni cristiano è chiamato a lavorare nella vigna del Signore; la ricompensa dipende dall'impegno nel lavoro e anche dalla bontà verso gli altri. *S. Filippo Benizi; B. Giacomo Bianconi.* Ez 34,1-11; Sal 22; Mt 20,1-16. Oppure: Is 9,1-6; Sal 112,1-8; Lc 1,26-38.

23 G. Vi aspergerò con acqua pura e sarete purificati. Per partecipare al banchetto celeste bisogna liberarsi dalle schiavitù mondane e crescere nella grazia divina. *S. Rosa da Lima (m.f.); S. Zaccheo; S. Flaviano.* Ez 36,23-28; Sal 50,12-15.18-19; Mt 22,1-14.

24 V. S. Bartolomeo, apostolo. Festa (rosso). **I tuoi santi, Signore, dicono la gloria del tuo regno.** Gesù loda la sincerità, ma dai suoi seguaci vuole una fede incondizionata nel suo amore e una solida fiducia in lui. *S. Giovanna Antida Thouret; S. Giorgio Limniota.* Ap 21,9b-14; Sal 144,10-13ab.17-18; Gv 1,45-51.

25 S. La gloria del Signore abiti la nostra terra. Per seguire Gesù bisogna essere umili, ossia non ambire i posti d'onore né i titoli onorifici, ma servire gli altri, per amore suo. *S. Ludovico (m.f.); S. Giuseppe Calasanzi (m.f.); S. Genesio.* Ez 43,1-7a; Sal 84,9-14; Mt 23,1-12.

[26 **D. XXI Domenica del T. O. / B (S. Anastasio)** Gs 24,1-2a.15-17.18b; Sal 33,2-3.16-23; Ef 5,21-32; Gv 6,60-69].

D. Mariano Grosso *osb*

Papa Francesco all'udienza del 14 febbraio 2018 ha ripreso la catechesi sulla Messa, parlando del Credo e della Preghiera dei fedeli che, ha detto, devono sempre essere strettamente legati all'ascolto della Parola. La Preghiera universale «deve dar voce ai bisogni concreti della comunità ecclesiale e del mondo».