



LA DOMENICA



G. TREVISAN

«IO SONO IL PANE DELLA VITA»

La folla raggiunge Gesù a Cafarnao. Il prodigio del “profeta” li ha saziati e, al contempo, ha suscitato stupore e domande. Parte di qui la paziente e autorevole catechesi di Gesù per aiutare i suoi interlocutori a spingersi oltre il “segno” materiale dei pani e a credere in lui (*Vangelo*). Hanno consumato un pane che si corrompe, anelino ora al cibo incorruttibile; la benevolenza divina ha nutrito con la manna il popolo ribelle nel deserto (*I Lettura*), ma il pane che dà il Figlio dell'uomo è per sempre. Lui è il vero pane, dono del Padre, che salva e immerge nella vita divina chi lo accoglie e crede in lui.

La fede è la porta per accedere al suo mistero. «Mistero della fede!» proclama la Chiesa nel cuore della celebrazione eucaristica. Ci è chiesto di sospendere l'attività della ragione, di deporre i pensieri vani e le passioni ingannevoli (*II Lettura*), per trasferire ogni affetto dell'animo negli umili segni del pane e del vino, in cui c'è l'Uomo-Dio in persona e l'intera opera della nostra redenzione. Davanti al mistero eucaristico s'infrange la sapienza del mondo: ad esso attingono “alimento” la fede del credente e “luce” lo spirito di chi contempla e adora. **don Giuliano Saredi, ssp**

■ Dio non fece mancare segni al suo popolo che, però, tornava sempre a mormorare come nel deserto dopo il dono della manna. Pure le folle che seguono Gesù faticano a comprendere e a credere in lui, che si presenta come il «pane della vita».

ANTIFONA D'INGRESSO (Sal 69/70,2.6) in piedi

O Dio, vieni a salvarmi, Signore, vieni presto in mio aiuto. Tu sei mio aiuto e mio liberatore: Signore, non tardare.

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

C - Il Signore, che guida i nostri cuori all'amore e alla pazienza di Cristo, sia con tutti voi.

A - **E con il tuo spirito.**

ATTO PENITENZIALE

si può cambiare

C - Riconosciamoci tutti peccatori, invochiamo la misericordia del Signore e perdoniamoci a vicenda dal profondo del cuore. *Breve pausa di silenzio.*

– Signore, che sei venuto a cercare chi era perduto, **Kýrie, eléison.**

– Cristo, che hai dato la tua vita in riscatto per tutti, **Christe, eléison.**

– Signore, che raccogli nell'unità i figli di Dio dispersi, **Kýrie, eléison.**

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

INNO DI LODE

Gloria a Dio nell'alto dei cieli e pace in terra agli uomini, amati dal Signore. 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.**

ORAZIONE COLLETTA

C - Mostra la tua continua benevolenza, o Padre, e assisti il tuo popolo, che ti riconosce creatore e guida; rinnova l'opera della tua creazione e custodisci ciò che hai rinnovato. Per il nostro Signore Gesù Cristo... **A - Amen.**

Oppure:

C - O Dio, che affidi al lavoro dell'uomo le risorse del creato, fa' che non manchi il pane sulla mensa dei tuoi figli, e risveglia in noi il desiderio della tua parola. Per il nostro Signore Gesù Cristo... **A - Amen.** 3

LITURGIA DELLA PAROLA

PRIMA LETTURA

Es 16,2-4.12-15

seduti

Io farò piovere pane dal cielo per voi.

Dal libro dell'Esodo

In quei giorni, ²nel deserto tutta la comunità degli Israeliti mormorò contro Mosè e contro Aronne. ³Gli Israeliti dissero loro: «Fossimo morti per mano del Signore nella terra d'Egitto, quando eravamo seduti presso la pentola della carne, mangiando pane a sazietà! Invece ci avete fatto uscire in questo deserto per far morire di fame tutta questa moltitudine».

⁴Allora il Signore disse a Mosè: «Ecco, io sto per far piovere pane dal cielo per voi: il popolo uscirà a raccoglierne ogni giorno la razione di un giorno, perché io lo metta alla prova, per vedere se cammina o no secondo la mia legge. ¹²Ho inteso la mormorazione degli Israeliti. Parla loro così: «Al tramonto mangerete carne e alla mattina vi sazierete di pane; saprete che io sono il Signore, vostro Dio»».

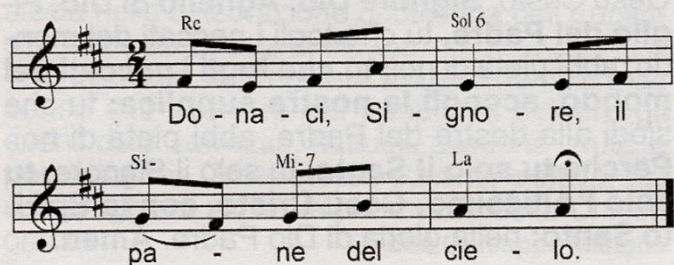
¹³La sera le quaglie salirono e coprirono l'accampamento; al mattino c'era uno strato di rugiada intorno all'accampamento. ¹⁴Quando lo strato di rugiada svanì, ecco, sulla superficie del deserto c'era una cosa fine e granulosa, minuta come è la brina sulla terra. ¹⁵Gli Israeliti la videro e si dissero l'un l'altro: «Che cos'è?», perché non sapevano che cosa fosse. Mosè disse loro: «È il pane che il Signore vi ha dato in cibo».

Parola di Dio. A - Rendiamo grazie a Dio.

SALMO RESPONSORIALE

Dal Salmo 77/78

R Donaci, Signore, il pane del cielo.



Ciò che abbiamo udito e conosciuto / e i nostri padri ci hanno raccontato / non lo terremo nascosto ai nostri figli, / raccontando alla generazione futura / le azioni gloriose e potenti del Signore / e le meraviglie che egli ha compiuto. **R**

Diede ordine alle nubi dall'alto / e aprì le porte del cielo; / fece piovere su di loro la manna per cibo / e diede loro pane del cielo. **R**

L'uomo mangiò il pane dei forti; / diede loro cibo in abbondanza. / Li fece entrare nei confini del suo santuario, / questo monte che la sua destra si è acquistato. **R**

SECONDA LETTURA

Ef 4,17.20-24

Rivestite l'uomo nuovo, creato secondo Dio.

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

Fratelli, ¹⁷vi dico e vi scongiuro nel Signore: non comportatevi più come i pagani con i loro vani pensieri.

²⁰Voi non così avete imparato a conoscere il Cristo, ²¹se davvero gli avete dato ascolto e se in lui siete stati istruiti, secondo la verità che è in Gesù, ²²ad abbandonare, con la sua condotta di prima, l'uomo vecchio che si corrompe seguendo le passioni ingannevoli, ²³a rinnovarvi nello spirito della vostra mente ²⁴e a rivestire l'uomo nuovo, creato secondo Dio nella giustizia e nella vera santità.

Parola di Dio. A - Rendiamo grazie a Dio.

CANTO AL VANGELO

(Mt 4,4b)

in piedi

Alleluia, alleluia. Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio. **Alleluia.**

VANGELO

Gv 6,24-35

Chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai!



Dal Vangelo secondo Giovanni

A - Gloria a te, o Signore.

In quel tempo, ²⁴quando la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafarnaò alla ricerca di Gesù. ²⁵Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Rabbì, quando sei venuto qua?».

²⁶Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati. ²⁷Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha messo il suo sigillo».

²⁸Gli dissero allora: «Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?». ²⁹Gesù rispose loro: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato».

³⁰Allora gli dissero: «Quale segno tu compi perché vediamo e ti crediamo? Quale opera fai? ³¹I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: «Diede loro da mangiare un pane dal cielo»». ³²Rispose loro Gesù: «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. ³³Infatti il pane di Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo».

³⁴Allora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane». ³⁵Gesù rispose loro: «Io sono il

pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai!».

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, (a queste parole tutti si inchinano) 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, uniti nella fede nel Signore crocifisso e risorto, vivo e presente nel Pane della vita, che sazia ogni fame ed estingue ogni sete, eleviamo a Dio la nostra preghiera.

Lettore - Diciamo insieme:

R Signore, accresci la nostra fede.

1. Per la Chiesa: l'Eucaristia celebrata e adorata sia il cuore pulsante di ogni comunità. La fede ardente in Gesù eucaristico sia fonte di luce spirituale e forza per gesti di autentica carità. Preghiamo:

2. Per la pace nel mondo: l'Eucaristia, sacramento di unità, ispiri ai governanti delle nazioni vie di dialogo e di giustizia, non finalizzate a logiche di potere, ma orientate al bene dei popoli loro affidati. Preghiamo:

3. Per le famiglie cristiane: la domenica sia veramente il giorno del Signore, santificato dalla partecipazione alla santa Messa, vissuto nella letizia familiare e nel sano riposo, lievitato da opere di bene. Preghiamo:

4. Per la nostra comunità: Gesù, corpo dato e sangue versato per noi e per tutti, ci renda saldi nella fede, ci rivesta di carità fraterna, alimenti in noi la speranza del banchetto del cielo. Preghiamo:

Intenzioni della comunità locale.

C - Signore Gesù, vero pane che nutre e dà vita, sostienici con la tua grazia, perché con mente vigile e mani operose possiamo contribuire all'avvento del tuo Regno. Tu sei Dio e vivi e regni nei secoli dei secoli.
A - **Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

ORAZIONE SULLE OFFERTE

in piedi

C - Santifica, o Signore, i doni che ti presentiamo e, accogliendo questo sacrificio spirituale, trasforma anche noi in offerta perenne a te gradita. Per Cristo nostro Signore.
A - **Amen.**

PREFAZIO

Si suggerisce il Prefazio delle domeniche del T.O. III: La salvezza dell'uomo nel Figlio fatto uomo, Messale 3a ed., pag. 361.

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno. Abbiamo riconosciuto il segno della tua immensa gloria quando hai mandato il tuo Figlio a prendere su di sé la nostra debolezza; in lui, nuovo Adamo, hai redento l'umanità decaduta, e con la sua morte ci hai resi partecipi della vita immortale. Per mezzo di lui le schiere degli angeli adorano la tua maestà divina e nell'eternità si allietano davanti al tuo volto. Al loro canto concedi, o Signore, che si uniscano le nostre voci nell'inno di lode:

Tutti - **Santo, Santo, Santo...**

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

(Cf. Sap 16,20)

Ci hai mandato, Signore, un pane dal cielo, un pane che porta in sé ogni dolcezza e soddisfa ogni desiderio.

ORAZIONE DOPO LA COMUNIONE

in piedi

C - Accompagna con la tua continua protezione, o Signore, i tuoi fedeli che nutri con il pane del cielo, e rendi degni della salvezza eterna coloro che non privi del tuo aiuto. Per Cristo nostro Signore.
A - **Amen.**

PROPOSTE PER I CANTI: da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi, 5a ed. - *Inizio:* Chiesa di Dio (622); *Grandi cose* (655). *Salmo responsoriale:* M° S. Militello; oppure: *L'anima mia ha sete* (104). *Processione offertoriale:* O Dio dell'universo (308). *Comunione:* Il tuo popolo in cammino (663); *Come unico pane* (628). *Congedo:* Quello che abbiamo udito (710).

PER ME VIVERE È CRISTO

L'ora santa davanti all'Eucaristia deve condurre all'ora santa con i poveri. La nostra Eucaristia è incompleta se non conduce al servizio e all'amore dei poveri.

— San Paolo della Croce