

XIX domenica del tempo ordinario

DOMENICA 9 AGOSTO

XIX settimana del tempo ordinario - III settimana del salterio

LA PREGHIERA

Introduzione

O Dio vieni a salvarmi, Signore vieni presto in mio aiuto.
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo, a Dio che è che era e che viene, per i secoli dei secoli, amen. Alleluia.

Inno (VITORCHIANO)

*Gerusalemme è piena di canti;
da ogni parte
s'intrecciano cori.
In schiere candide
il popolo nuovo
pure agli increduli
annunzia la gloria.
Cristo è risorto per tutti,
o fratelli,
l'albero verde
del nuovo giardino:
or la natura ha finito
di gemere,
la vanità della morte è finita!
Tu sii per noi
e per tutti i mortali
perenne gioia pasquale,*

*o Cristo,
e quanti sono rinati alla grazia
al tuo trionfo
associa e assicura. Amen.*

Salmo CF. SAL 117 (118)

Mi hanno circondato come api,
come fuoco che divampa
tra i rovi,
ma nel nome del Signore
le ho distrutte.

Mi avevano spinto con forza
per farmi cadere,
ma il Signore
è stato il mio aiuto.
Mia forza e mio canto
è il Signore,
egli è stato la mia salvezza.

Grida di giubilo e di vittoria
nelle tende dei giusti:
la destra del Signore
ha fatto prodezze,
la destra del Signore
si è innalzata,
la destra del Signore
ha fatto prodezze.

Non morirò, ma resterò in vita e
annuncerò le opere del Signore.
Il Signore mi ha
castigato duramente,
ma non mi ha consegnato
alla morte.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Con la forza di quel cibo camminò per quaranta giorni e quaranta notti fino al monte di Dio, l'Oreb (*1Re 19,8b*).

Cantico di Zaccaria o di Maria o di Simeone (vedi bandella)

Lode e intercessione

Rit.: **Io sono il pane vivo disceso dal cielo!**

- Noi ti lodiamo, Signore, pane vivo disceso dal cielo, che ci sostieni nel nostro cammino.
- Noi ti benediciamo, Signore, pane della vita, che guarisci le nostre ferite e ci dai la forza di riprendere il cammino.
- Noi ti adoriamo, Signore, pane che non si esaurisce, che rigeneri ogni giorno le nostre forze fino a che giungeremo al nostro Oreb.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO

SAL 73 (74),20.19.22.23

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.

Gloria

p. 616

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 Gesù Cristo...

oppure

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 Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA 1RE 19,4-8

Dal Primo libro dei Re

In quei giorni, Elia ⁴s'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, mangia!». 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, mangia, 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.*

SALMO RESPONSORIALE 33 (34)

Rit. **Gustate e vedete com'è buono il Signore.**

²Benedirò il Signore in ogni tempo,
sulla mia bocca sempre la sua lode.

³Io mi glorio nel Signore:
i poveri ascoltino e si rallegrino. **Rit.**

⁴Magnificate con me il Signore,
esaltiamo insieme il suo nome.

⁵Ho cercato il Signore: mi ha risposto
e da ogni mia paura mi ha liberato. **Rit.**

⁶Guardate a lui e sarete raggianti,
i vostri volti non dovranno arrossire.

⁷Questo povero grida e il Signore lo ascolta,
lo salva da tutte le sue angosce. **Rit.**

⁸L'angelo del Signore si accampa
attorno a quelli che lo temono, e li libera.

⁹Gustate e vedete com'è buono il Signore;
beato l'uomo che in lui si rifugia. **Rit.**

Rit. Gustate e vedete com'è buono il Signore.

SECONDA LETTURA EF 4,30-5,2

Dalla Lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

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, perdonando-
vi 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.*

CANTO AL VANGELO Gv 6,51

Alleluia, alleluia.

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

Alleluia, alleluia.

VANGELO Gv 6,41-51

✠ Dal Vangelo secondo Giovanni

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*.

Credo

p. 618

PREGHIERA 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.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE SAL 147 (148),12.14

Gerusalemme, loda il Signore,
egli ti sazia con fiore di frumento.

PREGHIERA 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.

PER LA RIFLESSIONE

Contro

Di certo non ce lo saremmo aspettato che, dopo aver contemplato il segno di un pane condiviso e donato in abbondanza, il risultato fosse così amaro: «I Giudei si misero a mormorare contro Gesù» (Gv 6,41). La folla continua a cercare, pur nelle sue ambiguità, il Signore e, nonostante tutto, si lascia comunque ammaestrare dalla sua Parola, anche se non è facile capire quanto comprenda realmente del discorso fatto da Gesù. I giudei, intesi da Giovanni come i notabili del popolo, che non hanno bisogno di pane per sopravvivere, nondimeno si levano decisamente «contro» Gesù non per quello che ha fatto, ma per quello che ha detto: «Io sono il pane disceso dal cielo!»! A ciò che il Signore dice di se stesso, i giudei contrappongono ciò che loro hanno da dire di lui: «Costui non è forse Gesù, il figlio di Giuseppe? Di lui non conosciamo il padre e la madre?» (6,42).

La folla affamata cerca Gesù, per essere rassicurata di avere ancora un po' di pane, e il Cristo rettifica la sua ricerca; i giudei, che sono ben sazi di se stessi, sentono una minaccia in quelle parole che cercano di aiutare ad andare oltre il segno del pane e aprirsi a una relazione con Dio, capace di nutrire il senso profondo della vita. La conclusione delle parole di Gesù è veramente impegnativa: «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» (Gv 6,51). Il punto cruciale che fa la differenza e mette in agitazione è proprio questo coinvolgimento personale, che trasforma un gesto di potere magico in un segno che trasforma radicalmente la vita, a rischio della propria vita.

Ogni volta che ci accostiamo alla celebrazione dell'eucaristia, dovremmo fare memoria di quanto la sfida ci riguardi personalmente e come corpo di Cristo, fino a poter dire a nostra volta come discepoli e come Chiesa: «La mia carne per la vita del mondo»! Questo dinamismo di dono non potrebbe in nessun modo passare inosservato, tanto da generare quasi necessariamente una reazione «contro». È il cammino che viene richiesto a Elia, chiamato ad attraversare il deserto che collega il Carmelo con l'Oreb, ove è interpellato a purificare il suo modo di pensare e di presentare il Dio che ha difeso con lo sterminio dei profeti di Baal, ma che non riesce ancora a testimoniare con il dono della sua stessa vita. Il Signore continua a nutrire il profeta, perché possa procedere e crescere senza dimenticare che «è troppo lungo per te il cammino» (1Re 19,7).

L'apostolo Paolo ci aiuta a dare un contenuto più chiaro al cammino che siamo chiamati a percorrere: «Fatevi dunque imitatori di Dio, quali figli carissimi, e camminate nella carità, nel modo in cui Cristo ci ha amato e ha dato se stesso per noi, offrendosi a Dio in sacrificio di soave odore» (Ef 5,1-2). Ogni

volta che celebriamo l'eucaristia e ci nutriamo del corpo e sangue di Cristo, non facciamo altro che vivere la stessa cosa del profeta Elia: ci lasciamo nutrire da Dio, per imparare a nutrire i nostri fratelli e sorelle in umanità di noi stessi... della nostra vita... del nostro sangue!

Signore Gesù, lo sappiamo bene: ancora lungo è per noi il cammino! Per questo ti chiediamo di nutrirci ancora con la tua Parola di vita, che si fa pane e vino che danno vita, perché possiamo diventare tuoi imitatori nel mettere la nostra stessa esistenza sulla tavola della fatica dei nostri fratelli e sorelle perché se ne servano.

Cattolici e luterani

Teresa Benedetta della Croce (Edith Stein), martire (1942).

Ortodossi

Memoria del santo apostolo Mattia.

Copti

Simeone lo Stilita l'Anziano, monaco (IV-V sec.).

Anglicani

Mary Summer, fondatrice dell'Unione delle madri (1921).