

DOMENICA 19 AGOSTO

XX settimana del tempo ordinario - IV 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 (LITURGIA DELLE ORE)

*Fumento di Cristo noi siamo
cresciuto nel sole di Dio,
nell'acqua del fonte impastati,
segnati dal crisma divino.*

*In pane trasformaci, o Padre,
per il sacramento di pace:
un Pane, uno Spirito, un Corpo,
la Chiesa una-santa, o Signore.*

*O Cristo, pastore glorioso,
a te la potenza e l'onore
col Padre e lo Spirito Santo
nei secoli dei secoli. Amen.*

Salmo CF. SAL 115 (116)

Che cosa renderò al Signore
per tutti i benefici
che mi ha fatto?

Alzerò il calice della salvezza
e invocherò
il nome del Signore.

Adempirò i miei voti
al Signore,
davanti a tutto il suo popolo.

A te offrirò
un sacrificio di ringraziamento
e invocherò il nome del Signore.

Adempirò i miei voti al Signore
davanti a tutto il suo popolo,
negli atri della casa del Signore,
in mezzo a te, Gerusalemme.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

«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).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Sazia la nostra fame, o Signore!**

- Signore, spesso oggi ci accontentiamo di vivere alla giornata, senza desiderare una vita che va oltre l'immediato: suscita in noi desideri di vita vera, desideri di eternità.
- Signore, quante volte ci illudiamo di essere sazi e siamo solo schiavi del nostro egoismo: suscita in noi il bisogno di te, che apre la nostra vita alla libertà e all'infinito.
- Signore, molte volte cerchiamo un pane che non sazia e un'acqua che non disseta: donaci sempre il pane della vita, il vino nuovo della gioia e l'acqua del tuo Spirito.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 83 (84),10-11

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

Gloria

p. 638

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...

oppure

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...

PRIMA LETTURA PR 9,1-6

Dal libro dei Proverbi

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 diritti per la via dell'intelligenza». – *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.**

¹⁰Temete il Signore, suoi santi:
nulla manca a coloro che lo temono.

¹¹I leoni sono miseri e affamati,
ma a chi cerca il Signore non manca alcun bene. **Rit.**

¹²Venite, figli, ascoltate mi:
vi insegnerò il timore del Signore.

¹³Chi è l'uomo che desidera la vita
e ama i giorni in cui vedere il bene? **Rit.**

¹⁴Custodisci la lingua dal male,
le labbra da parole di menzogna.

¹⁵Sta' lontano dal male e fa' il bene,
cerca e persegui la pace. **Rit.**

SECONDA LETTURA EF 5,15-20

Dalla Lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

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.*

CANTO AL VANGELO Gv 6,56

Alleluia, alleluia.

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

Alleluia, alleluia.

VANGELO Gv 6,51-58

✠ Dal Vangelo secondo Giovanni

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. ⁵⁵Perché 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.*

Credo

p. 640

PREGHIERA SULLE OFFERTE

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.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE SAL 129 (130),7

Presso il Signore è la misericordia,
e grande presso di lui la redenzione.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

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.

PER LA RIFLESSIONE

Un pane per la vita

Tra le immagini utilizzate nel linguaggio biblico per esprimere la relazione con Dio come dono e comunione, quella del banchetto è certamente una delle più utilizzate. È immediata ed espressiva perché investe l'esperienza umana nella sua quotidianità e nella

sua dimensione di gratuità. Attraverso un banchetto si celebra una festa, si intessono delle relazioni, si esprime l'accoglienza e l'ospitalità, si consolida un'amicizia, si scandiscono le tappe fondamentali della vita, addirittura si entra in comunione con il divino (il pasto è fondamentale in tutte le grandi religioni). Infatti basterebbe leggere la Scrittura per rendersi conto di ciò che il cibo, preparato, donato e condiviso, può significare in relazione con Dio. Il cibo diventa il simbolo della Parola che sostiene la vita e il luogo in cui si sperimenta l'amore provvidente di Dio; come pane quotidiano, si rivela come dono del Padre che è nei cieli, dono da accogliere e condividere; come pasto consumato, diventa il luogo in cui si comunica con Dio stesso sedendo alla sua mensa; come mensa abbondante e ricca di prelibatezze, è prefigurazione della mensa messianica e dell'abbondanza dei doni del Regno. La prima lettura della liturgia di questa domenica ci offre un esempio significativo della portata simbolica del banchetto. La sapienza di Dio condivide la ricchezza dei suoi doni offrendo quel cibo che dà gusto e nutre la vita vera dell'uomo. È come una tavola imbandita, arricchita di bevande e cibi prelibati, a cui si è invitati per poter aprire la propria vita a una conoscenza autentica, a quella saggezza che è riflesso della parola stessa di Dio: «Venite – dice la Sapienza –, mangiate il mio pane, bevete il vino che io ho preparato. Abbandonate l'inesperienza e vivrete, andate dritti per la via dell'intelligenza» (Pr 9,5-6).

Ma tra i cibi e le bevande poste sulla mensa, due in particolare sono scelti da Gesù per esprimere la novità della vita che lui viene a donare all'uomo. Si tratta del pane e del vino. Se il vino è simbolo della gratuità e della gioia contenute nell'evangelo, il pane diventa invece il simbolo di quella lieta notizia che è Gesù stesso. Infatti, l'immagine del pane è allo stesso tempo reale e simbolica. Richiama immediatamente la realtà concreta della vita ed è un aspetto così quotidiano che mette in gioco la stessa possibilità della vita. La fame di pane costituisce per l'uomo un bisogno biologico fondamentale, il segno della propria indigenza radicale nell'esistenza. Il pane è quotidiano, proprio come la vita che esso mantiene, come il lavoro che lo produce. Ma nelle mani di Gesù questo pane si apre a una realtà che trascende l'uomo. Nel linguaggio dell'evangelista Giovanni, esso diventa un «segno» capace di svelare la realtà profonda di Gesù, chi egli è per noi. Ecco l'orizzonte a cui ci apre il simbolo del pane: chi è Gesù? Che cosa è per noi? E la risposta a questi interrogativi la troviamo proprio in quelle parole che Gesù rivolge alla folla e che oggi la liturgia ci propone: «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). Gesù, nella sua realtà più vera e concreta (la sua carne, il suo corpo) è «il pane» che nutre la vita dell'uomo perché è il pane donato da Dio (disceso dal cielo) e, per questo, contiene e comunica la stessa vita di Dio. Questa vita donata e custodita nel «pane vivo»

apre l'uomo all'infinito: la qualità della vita donata da Gesù sta nel fatto che essa è «eterna», una vita che ha la forza di vincere la morte, superare il tempo, una vita che appartiene al mondo di Dio e ci fa entrare in questo spazio di comunione.

Nell'Ultima cena, il pane e il vino posti sulla mensa diventano il segno più eloquente dell'amore di Gesù per i suoi, il dono della sua vita per gli uomini, e il luogo in cui la sua presenza continua sino alla fine dei tempi. E soprattutto questo pane e questo vino, ricchi della novità che è data loro da Gesù, devono essere presi, mangiati e bevuti perché diventino incontro con quella vita che libera l'uomo da ogni forma di egoismo: «Colui che mangia me vivrà per me» (6,57).

Gesù, tu sei il pane vivo disceso dal cielo, il pane che dona la vita vera e nutre per una vita che non ha fine. Solo con questo pane che la Chiesa ci offre nella mensa eucaristica, potremo vivere in comunione con te e con il Padre e camminare ogni giorno, nella fatica e nella gioia, ma soprattutto nella speranza di rimanere sempre con te.

Cattolici

Giovanni Eudes, sacerdote (1680); Bernardo Tolomei, monaco, fondatore degli Olivetani (1348).

Ortodossi e greco-cattolici

Memoria dei santi martiri Andrea Stratilata insieme ai suoi 2593 compagni (sotto Galerio Massimiano, 286-305).

Copti ed etiopici

Trasfigurazione di Cristo sul Tabor.

Luterani

Blaise Pascal, filosofo (1662).

**IL VALORE
DELLA GRATUITÀ**

Giornata mondiale dell'aiuto umanitario

C'è tanto bisogno di testimoniare il valore della gratuità: i poveri non possono diventare un'occasione di guadagno! Le povertà oggi cambiano volto – ci sono le nuove povertà! – e anche alcuni tra i poveri maturano aspettative diverse: aspirano a essere protagonisti, si organizzano, e soprattutto praticano quella solidarietà che esiste tra quanti soffrono, tra gli ultimi. Voi siete chiamati a cogliere questi segni dei tempi e a diventare uno strumento al servizio del protagonismo dei poveri. Solidarietà con i poveri è pensare e agire in termini di comunità, di priorità della vita di tutti sull'appropriazione dei beni da parte di alcuni. È anche lottare contro le cause strutturali della povertà: la disuguaglianza, la mancanza di un lavoro e di una casa, la negazione dei diritti sociali e lavorativi. La solidarietà è un modo di fare la storia con i poveri, rifuggendo da presunte opere altruistiche che riducono l'altro alla passività (papa Francesco, *Discorso alla FOCSIV*, 4.12.2014).