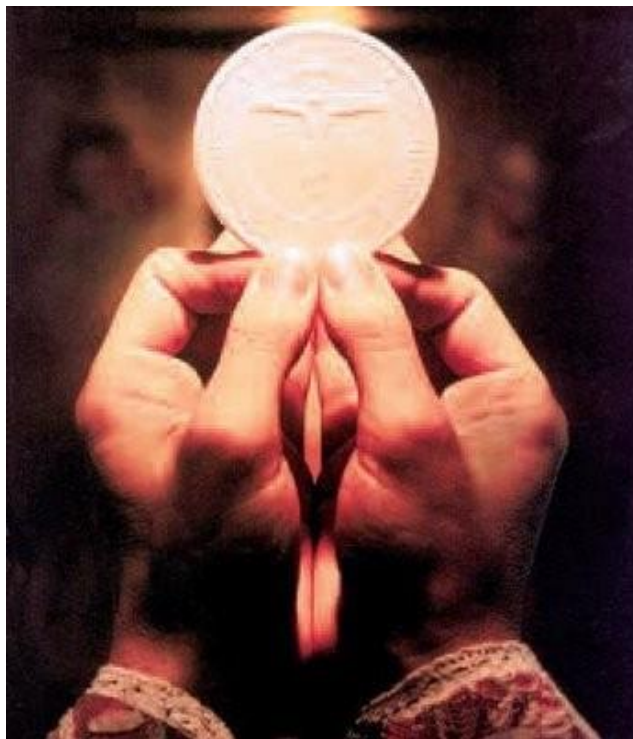


Adorazione Eucaristica

XIX^a Domenica del Tempo Ordinario Anno “B”



*SAC. “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.” (Colletta)*

G. La Parola di Dio continua a guidarci in queste Domeniche (dalla 17^a alla 21^a del Tempo Ordinario – B) nell’approfondire il discorso sul Pane di vita (Gv 6). Oggi siamo invitati a soffermarci su un aspetto particolare: l’*efficacia* di questo pane. Che ci sia del pane e che se ne possa mangiare è cosa importante ma non primaria: ci si potrebbe cibare anche di altro. Esso diviene indispensabile quando è l’unico efficace a farci vivere, quando addirittura *questo pane* non ci farà morire. Solo *questo pane* risponde alla vera attesa dell’uomo, la vita eterna!

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

+ Dal Vangelo secondo Giovanni: (Gv 6,41-51)

In quel tempo, i Giudei si misero a mormorare contro Gesù perché aveva detto: «Io sono il pane disceso dal cielo». E 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”?». Gesù rispose loro: «Non mormorate tra voi. Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell’ultimo giorno. Sta scritto nei profeti: “E tutti saranno istruiti da Dio”. Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna. Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. 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». *Parola del Signore.*

Pausa di Silenzio

G. Nel racconto di Giovanni la fede in Gesù sta sempre in primo piano, ma essa è vista in rapporto ai segni attraverso i quali si rende visibile. Fede e sacramenti della fede sono ormai inseparabili. La fede esige il sacramento e il sacramento è incomprendibile al di fuori della fede. Al centro sta il tema della «vita»: il tema cioè della

realizzazione piena dell'uomo. Cristo è venuto a realizzare questa vita: è la stessa vita del Padre suo, vita eterna, senza fine. L'uomo la cerca ma non riesce a trovarla o la trova solo «provvisoriamente», e solo momentaneamente riesce a saziare la sua fame. Cristo solo riesce a sfamare «totalmente», perché «questo è il pane che discende dal cielo». Chi ne mangia non muore.

Tutti

Dal Salmo 33: Rit. Gustate e vedete com'è buono il Signore.

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

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

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. **Rit.**

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. **Rit.**

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. **Rit.**

Pausa di Silenzio

Quando Gesù dichiara: «Io sono il pane disceso dal cielo», incontriamo incredulità e mormorazione da parte di coloro che lo stanno ascoltando. Ha appena compiuto un miracolo tale che è difficile capire come si possa contestare la sua autorità.

Ma si tratta di un dato che riscontriamo spesso nel Nuovo Testamento: anche vedere Gesù in persona, ascoltarlo, assistere ai suoi miracoli non basta per condurre automaticamente alla fede.

Per questo, nel centro del vangelo di oggi sentiamo Gesù dichiarare: «Sta scritto nei profeti: E tutti saranno istruiti da Dio».

Ogni volta che troviamo isolatamente la parola «Dio» nel Nuovo Testamento, generalmente è per designare il Padre. Quindi, di fronte all'incredulità e alla mormorazione dei suoi uditori, Gesù dichiara che hanno bisogno di essere istruiti dal Padre.

C'è un'istruzione che solo il Padre può dare, per mezzo dello Spirito Santo che è stato mandato nei nostri cuori. In ciò abbiamo una manifestazione della vita trinitaria nella Chiesa.

Gesù ha parlato, si è manifestato, si è fatto vedere e toccare dai suoi contemporanei, continua a parlare per mezzo dei suoi inviati, ma questa istruzione non è sufficiente. Ne è necessaria ancora un'altra che viene dal Padre per mezzo dello Spirito Santo.

Ed effettivamente abbiamo bisogno di questa istruzione di Dio, di essere attirati dal Padre, di essere introdotti nella verità dallo Spirito, quando sentiamo Gesù dichiarare: «Il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo».

Non è sorprendente che gli uditori di Gesù siano rimasti sconcertati. E lo saranno ancora di più quando, poco dopo, lo sentiremo dichiarare ancora: «Se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita».

Come comprendere queste parole? Va notato prima di tutto che Gesù non intende dire che bisogna mangiare lui in quel momento, mentre sta parlando alle folle. Sta parlando al futuro: «Il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo». Questa frase si applica al corpo di Gesù risorto.

Solo dopo la risurrezione può darci il suo corpo in nutrimento, esattamente come solo allora può essere ovunque allo stesso tempo e attraversare le porte, perché il suo corpo è diventato spirituale e vivificante. Cibandoci del suo corpo siamo uniti a lui, inseriti in lui.

Va poi notato che se in alcune frasi del vangelo di oggi Gesù parla di mangiare il suo corpo e bere il suo sangue, a un certo punto afferma molto significativamente: «Chi mi mangia».

Non si tratta di mangiare o bere una parte di Gesù, ma di assimilare tutto quello che Gesù diventa dopo la risurrezione, cioè «spirito che dà vita».

Del resto la parola «carne» nel Vangelo di Giovanni non designa solo un aspetto di Gesù, ma tutta la sua persona, come appare nella frase del Prologo: «Il Verbo si è fatto carne».

«Carne» indica tutto quello che Gesù è diventato attraverso il mistero della sua condiscendenza, scendendo tra di noi, diventando uno di noi. Allo stesso modo, la parola «sangue» in tutta la Bibbia vuol dire «vita donata in sacrificio».

Quindi si possono tradurre le parole di Gesù: «Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue che io darò» con: «Chi assimila tutto il mio essere diventato Spirito che dà vita, avrà la vita eterna», e ancora: «Chi accoglie la mia vita donata in sacrificio avrà la vita eterna».

Anche dopo queste spiegazioni resta però una domanda: perché ricorrere a questo simbolismo così sconcertante come quello di mangiare carne e bere sangue? La risposta è che ciò che mangiamo diventa una parte di noi, entra con noi in un'unità completa.

Dobbiamo dunque leggere in questa frase un'indicazione dell'unità che Gesù vuole stabilire con noi, anche se nell'eucaristia è piuttosto il contrario che si produce. Mentre ciò che mangiamo diventa una parte di noi, nell'eucaristia siamo noi che diventiamo ciò che mangiamo.

Quando ci cibiamo dell'eucaristia diventiamo un solo corpo con Cristo e gli uni con gli altri. L'unità con Cristo è tale che diventiamo figli nel

Figlio e a titolo di figli entriamo nella vita trinitaria. Notiamo infine quali siano i risultati dell'unione con Cristo alla quale accediamo «mangiando il suo corpo e bevendo il suo sangue»:

«Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e io lo risusciterò nell'ultimo giorno». Poi Gesù aggiunge: «Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue dimora in me e io in lui». E infine: «Come il Padre che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mi mangia, vivrà per me».

Poiché mangiare il corpo di Cristo e bere il suo sangue è diventare una cosa sola con la sua esistenza di Risorto, il risultato è che così già risorgiamo con lui, già abbiamo la vita eterna, già è depositata in noi una medicina di immortalità, un antidoto contro la morte. Già adesso lui dimora in noi, una relazione inseparabile si stabilisce tra noi e lui, al punto che possiamo dichiarare con Paolo: «Non vivo più io, ma Cristo vive in me».

Tutti

Signore Gesù,
noi ti ringraziamo
perché la Parola del tuo Amore
si è fatta corpo donato sulla Croce,
ed è viva per noi nel sacramento
della Santa Eucaristia.
Fa' che l'incontro con Te
Nel Mistero silenzioso della Tua presenza,
entri nella profondità dei nostri cuori
e brilli nei nostri occhi
perché siano trasparenza della Tua carità.
Fa', o Signore, che la forza dell'Eucaristia
continui ad ardere nella nostra vita
e diventi per noi santità, onestà, generosità,
attenzione premurosa ai più deboli.
Rendici amabili con tutti,
capaci di amicizia vera e sincera
perché molti siano attratti a camminare verso di Te.
Venga il Tuo regno,
e il mondo si trasformi in una Eucaristia vivente. Amen.

Canto:

Pausa di Silenzio

«I Giudei si misero a mormorare contro Gesù perché aveva detto: “Io sono il pane disceso dal cielo”». Sono il pane della vita.

Ma come? Tu pretendi di essere un pane venuto dal cielo per cambiarci la vita? Ma tu non sembri uno in grado di cambiare il mondo. Di te conosciamo il padre e la madre, sei uno come noi.

E poi, cambiare il mondo facendo quello che fa il pane nel nostro corpo, che entra, si nasconde e scompare nell'intimo. Il Dio onnipotente deve fare ben altri miracoli, potenti, evidenti, clamorosi, sicuri come queste montagne. Ma Dio non fa spettacolo. Discende dal cielo.

Prendiamo nota di questa azione descritta da Gesù: discende, per mille strade, in cento modi diversi, discende verso di me e lo fa adesso, lo fa in ogni istante, continuamente. Mi avvolge e io sono immerso in lui, lui è immerso in me, e nutre la mia parte più bella.

Dice Gesù: «Nessuno può venire a me se il Padre non lo attira». Io sono cristiano per attrazione. Non si diventa cristiani se non per questa attrazione, per una sorta di contagio, non certo per indottrinamento o per crociate.

Che cosa mi attira? Un Dio buono come il pane, umile come il pane, fonte inesauribile che alimenta la vita, ogni vita, tutta la vita. E così faranno anche i suoi figli, si faranno pane buono.

«Chi mangia di questo pane vivrà in eterno». La pagina del Vangelo di oggi è riempita dal verbo mangiare, un verbo così semplice, quotidiano, vitale, che significa molte cose, ma la prima è questa: mangiare o no è questione di vita o di morte. Vivere, quindi.

E la seconda cosa: vivere per mezzo della comunione con ciò che mangi. Vivere di Dio. È la comunione con Dio il segreto di tutta la vita, di questa vita e di quella che verrà: comunione è il senso ultimo nel tempo e nell'eterno. Vivere di Dio.

Che significa non solo diventare più buono, ma avere Dio dentro, che mi trasforma nel corpo, nel cuore, nell'anima, mi trasforma in lui.

Per capire ancora qualcosa di questo verbo e della sua ricchezza, penso a certi momenti incantati in cui abbiamo visto un papà, una mamma giocare con il loro bambino piccolo, e a un certo punto si è udita una frase rivelatrice: io ti mangio!

E il bambino non ha paura, ride. Capisce che è una dichiarazione d'amore: senza di te non vivo, tu mi fai vivere! Voglio essere in comunione con te, intima a te. Non ci separeranno mai.

Trasferiamo questa immagine familiare al nostro rapporto con il Signore. Quando si verifica questo verbo mangiare, che è un simbolo centrale del cristianesimo? La prima risposta immediata è: nell'eucaristia, nella messa. È giusto, ma non è sufficiente.

Mangiare e bere la carne e il sangue di Cristo, cioè la sua vita intera, non si riduce al grande rito della messa, ma comporta una comunione continua, esige un discendere instancabile, perenne, a ogni mio respiro, di Cristo in me. Paolo lo dice così bene: «In lui siamo, ci muoviamo e respiriamo».

Vuol dire respirare la sua aria limpida e fresca, vuol dire muoverci in questo mare d'amore che ci avvolge e ci nutre, vuol dire respirare il suo respiro, sognare i suoi sogni, nutrirci delle sue parole. Altrimenti siamo credenti alla domenica e atei per il resto della settimana.

Mi sento nascere da dentro una domanda: di che cosa ci nutriamo? Di che cosa stiamo nutrendo anima e pensieri? Ci stiamo nutrendo di generosità, di bellezza, di profondità? O stiamo nutrendoci di egoismi, intolleranze, miopie del vivere, insensatezze, paure, superficialità?

Se accogliamo pensieri degradati, questi ci fanno come loro; se invece accogliamo pensieri di Vangelo, di bontà, di bellezza, questi ci faranno uomini e donne della bellezza.

Se ci nutriamo di Cristo e di Vangelo, egli ci abita e ci trasforma, dà forma al nostro pensare, al sentire, all'amare.

Non basterà questa vita, forse, ma lui ha promesso che io sarò una cosa sola con lui. Ha promesso e io lo credo. Sono convinto che lo diverrò. Uno con lui.

Tutti

Non sono degno, Signore,
che tu entri nella mia casa.
Vedi bene che c'è del disordine.
Non è pronta ad accoglierti.
Avrei voluto per te un ambiente più ospitale
e prepararti qualcosa di gustoso, per trattenerci.
Sono impreparato e perciò ti confesso:
non son degno che tu entri!
Mi piacerebbe tanto che, come facesti una volta
con Zaccheo, tu dicessi anche a me:
«oggi devo fermarmi a casa tua».
Non ardisco sperarlo, non oso domandarlo.
Vedi, Signore: la porta è aperta,
ma la casa non è pronta!
Almeno così a me pare. E a te?
Rimaniamo, ad ogni modo,
a parlare un po' sull'uscio.
È bello ugualmente. Ho delle cose da dirti.
Ho, soprattutto, bisogno di ascoltare
tante cose da te.
Quante vorrei udirne dalla tua bocca!
Ne ha bisogno il mio cuore ferito.
Parla, allora, Signore. Ti ascolto.
La tua Parola è vita per me. Vita eterna. Amen.
(✠ *Marcello Semeraro Vescovo di Albano*)

Pausa di Silenzio

Canto:

Meditazione

Preghiere spontanee. Padre Nostro...

G. Non so Signore se Tu, anche Tu, come me, hai desiderato morire perché non ce la facevi più. Certo hai gridato: “Passi da me questo calice amaro”. E il grido Tuo, o Gesù è il grido dei Tuoi, è il grido dei poveri ai quali è proibito anche sperare. Desideri di solitudine ci circondano e le preghiere sono solo parole smozzicate dal pianto. Eppure ci dici: “Sono il pane di vita, mangiate, vivrete”. Per amore diventato nostro cibo, vieni in noi. E con Te continuiamo ad andare e camminiamo ancora perché Tu ci sostieni. Tu, amante, cibo e sostegno del nostro andare.

Tutti

Preghiera per le vocazioni sacerdotali

Obbedienti alla tua Parola, ti chiediamo, Signore:

“manda operai nella messe”.

Nella nostra preghiera, però,
riconosci pure l’espressione di un grande bisogno:
mentre diminuiscono i ministri del Vangelo,
aumentano gli spazi dov’è urgente il loro lavoro.

Dona, perciò, ai nostri giovani, Signore,
un animo docile e coraggioso perché accolgano i tuoi inviti.
Parla col Tuo al loro cuore e chiamali per nome.

Siano, per tua grazia, sereni, liberi e forti;
soltanto legati a un amore unico, casto e fedele.

Siano apostoli appassionati del tuo Regno,
ribelli alla mediocrità, umili eroi dello Spirito.

Un’altra cosa chiediamo, Signore:
assieme ai “chiamati” non ci manchino i “chiamanti”;
coloro, cioè, che, in tuo nome,

invitano, consigliano, accompagnano e guidano.

Siano le nostre parrocchie segni accoglienti
della vocazionalità della vita e spazi pedagogici della fede.
Per i nostri seminaristi chiediamo perseveranza nella scelta:
crescano di giorno in giorno in santità e sapienza.

Quelli, poi, che già vivono la tua chiamata
- il nostro Vescovo e i nostri Sacerdoti -,
confortali nel lavoro apostolico, proteggili nelle ansie,
custodiscili nelle solitudini, confermali nella fedeltà.

All’intercessione della tua Santa Madre,

affidiamo, o Gesù, la nostra preghiera.
Nascano, Signore, dalle nostre invocazioni
le vocazioni di cui abbiamo tanto bisogno. Amen.
(+ *Marcello Semeraro Vescovo di Albano*)

Canto: Tantum Ergo

Tantum ergo Sacramentum
Veneremur cernui
Et antiquum documentum
Novo cedat ritui
Praestet fides supplementum
Sensuum defectui.

Genitori Genitoque
Laus et jubilatio
Salus, honor, virtus quoque
Sit et benedictio.
Procedenti ab utroque
Compar sit laudatio.

V Hai dato loro il pane disceso dal cielo.

R Che porta con sé ogni dolcezza.

O Dio, che nel mistero eucaristico ci hai dato il pane vero disceso dal cielo, fa' che viviamo sempre in te con la forza di questo cibo spirituale e nell'ultimo giorno risorgiamo gloriosi alla vita eterna.

Per Cristo nostro Signore.

Amen

Elevazione del Santissimo Sacramento e Benedizione Eucaristica.

Al termine: Acclamazioni:

Dio sia benedetto.

Benedetto il Suo Santo Nome.

Benedetto Gesù Cristo vero Dio e vero Uomo.

Benedetto il Nome di Gesù

Benedetto il suo Sacratissimo Cuore.

Benedetto il suo Preziosissimo Sangue.

Benedetto Gesù nel santissimo sacramento dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.

Benedetta la sua Santa ed Immacolata Concezione

Benedetta la sua gloriosa Assunzione.

Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre.

Benedetto San Giuseppe suo castissimo sposo.

Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.