



LA DOMENICA

AMORE SCONFINATO, DONO DI DIO ALL'UOMO

Quello che Gesù dona è un pane per la vita eterna, come Egli annuncia in Giovanni. Nel pane e nel vino dona infatti sé stesso, il suo corpo, il suo sangue. Tutto sé stesso: il corpo è la persona nella sua possibilità di agire, di relazionarsi, di attuare la propria libertà. Il sangue, nella Bibbia, è la sede della vita, il principio vitale che sostiene l'esistenza, dandole una sorgente interiore.

Comunicandoci il suo Corpo e il suo Sangue, Gesù non ci dona soltanto la vita, ma il suo stesso modo di vivere. Ci comunica una vita che non può rimanere prigioniera della morte, perché vince le logiche del peccato con quelle di un amore che non trattiene nulla per sé. La vita eterna non è però riducibile a un'esistenza che non conosce il limite della morte. È anche una vita che vince l'isolamento con le dinamiche della comunione, come ricorda Paolo ai Corinzi: «Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo». Infine, è una vita che sa attraversare la prova, simboleggiata dal deserto di cui narra il Deuteronomio. Quando non possiede più nulla, l'uomo scopre di vivere del dono di Dio. Eterna è una vita che sa di essere dono, ricevuto prima, da condividere poi.

fr. Luca Fallica, Comunità Ss. Trinità di Dumenza



FOTO LINNHA_BS / PIXABAY

Gesù, Parola fatta carne, si offre a noi come pane vivo. Egli è l'unico cibo capace di dare la vita eterna.

■ *L'Eucaristia è il Signore Gesù che resta con noi, presente con il suo Corpo e il suo Sangue nel pane e nel vino consacrati. In questo dono prezioso, la Chiesa trova la forza per compiere la sua missione fino ai confini della terra, nell'attesa del suo ritorno alla fine dei tempi.*

ANTIFONA D'INGRESSO (Sal 80/81,17) *in piedi*

Il Signore ha nutrito il suo popolo con fior di frumento, lo ha saziato di miele della roccia.

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

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

A - E con il tuo spirito.

ATTO PENITENZIALE

C - Fratelli e sorelle, nella sua ultima Cena Gesù ha fatto del pane e del vino il sacramento della sua presenza in mezzo a noi. Per accogliere con frutto questa presenza liberiamo il nostro cuore da ogni attaccamento al peccato.

Si fa una breve pausa di silenzio.

– Signore, pane spezzato e condiviso per alimentare la nostra carità, abbi pietà di noi.

Signore, pietà.

– Cristo, vino versato per irrorare con il tuo sangue l'aridità dei nostri cuori, abbi pietà di noi.

Cristo, pietà.

– Signore, vita donata sulla croce per attirare tutti a te e fare di noi un solo corpo, abbi pietà di noi.

Signore, pietà.

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 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.**

ORAZIONE COLLETTA

C - Signore Gesù Cristo, che nel mirabile sacramento dell'Eucaristia ci hai lasciato la memoriale della tua Pasqua, fa' che adoriamo con viva fede il santo mistero del tuo Corpo e del tuo Sangue, per sentire sempre in noi i benefici della redenzione. Tu sei Dio, e vivi... **A - Amen.**

Oppure:

C - Dio fedele, che nutri il tuo popolo con amore di Padre, ravviva in noi il desiderio di te, fonte inesauribile di ogni bene: fa' che, sostenuti dal sacramento del Corpo e Sangue di Cristo, compiamo il viaggio della nostra vita, fino ad entrare nella gioia dei santi, tuoi invitati alla mensa del regno. Per il nostro Signore Gesù Cristo... **A - Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

PRIMA LETTURA Dt 8,2-3.14b-16a *seduti*

Ti ha nutrito di un cibo, che tu non conoscevi e che i tuoi padri non avevano mai conosciuto.

Dal libro del Deuteronomio

Mosè parlò al popolo dicendo: ²«Ricòrdati di tutto il cammino che il Signore, tuo Dio, ti ha fatto percorrere in questi quarant'anni nel deserto, per umiliarti e metterti alla prova, per sapere quello che avevi nel cuore, se tu avresti osservato o no i suoi comandi.

³Egli dunque ti ha umiliato, ti ha fatto provare la fame, poi ti ha nutrito di manna, che tu non conoscevi e che i tuoi padri non avevano mai conosciuto, per farti capire che l'uomo non vive soltanto di pane, ma che l'uomo vive di quanto esce dalla bocca del Signore.

¹⁴Non dimenticare il Signore, tuo Dio, che ti ha fatto uscire dalla terra d'Egitto, dalla condizione servile; ¹⁵che ti ha condotto per questo deserto grande e spaventoso, luogo di serpenti velenosi e di scorpioni, terra assetata, senz'acqua; che ha fatto sgorgare per te l'acqua dalla roccia durissima; ¹⁶che nel deserto ti ha nutrito di manna sconosciuta ai tuoi padri».

Parola di Dio **A - Rendiamo grazie a Dio.**

SALMO RESPONSORIALE Dal Salmo 147

R Loda il Signore, Gerusalemme.

La Mi
Lo - da il Si - gno - re,
Fa# Re La
Ge - ru - sa - lem - me.

Celebra il Signore, Gerusalemme, / loda il tuo Dio, Sion, / perché ha rinforzato le sbarre delle tue porte, / in mezzo a te ha benedetto i tuoi figli. **R**

Egli mette pace nei tuoi confini / e ti sazia con fiore di frumento. / Manda sulla terra il suo messaggero: / la sua parola corre veloce. **R**

Annuncia a Giacobbe la sua parola, / i suoi decreti e i suoi giudizi a Israele. / Così non ha fatto con nessun'altra nazione, / non ha fatto conoscere loro i suoi giudizi. **R**

SECONDA LETTURA 1Cor 10,16-17

Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo.

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi

Fratelli, ¹⁶il calice della benedizione che noi benediciamo, non è forse comunione con il sangue di Cristo? E il pane che noi spezziamo, non è forse comunione con il corpo di Cristo?

¹⁷Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo: tutti infatti partecipiamo all'unico pane.

Parola di Dio **A - Rendiamo grazie a Dio.**

SEQUENZA (facoltativa; forma breve) *in piedi*

Ecco il pane degli angeli, / pane dei pellegrini, / vero pane dei figli: / non dev'essere gettato.

Con i simboli è annunciato, / in Isacco dato a morte, / nell'agnello della Pasqua, / nella manna data ai padri.

Buon pastore, vero pane, / o Gesù, pietà di noi: / nutrici e difendici, / portaci ai beni eterni / nella terra dei viventi.

Tu che tutto sai e puoi, / che ci nutri sulla terra, / conduci i tuoi fratelli / alla tavola del cielo / nella gioia dei tuoi santi.

CANTO AL VANGELO (Cfr. 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.**

VANGELO Gv 6,51-58

La mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.



Dal Vangelo secondo Giovanni

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?».

53. Gesù 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. 54. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. 55. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

56. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. 57. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. 58. Questo 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 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, il sacramento del Corpo e Sangue del Signore è il vero nutrimento della nostra vita. Innalziamo la nostra preghiera perché da questo grande mistero d'amore scaturiscano per noi la gioia e la pace.

Letto - Preghiamo:

R Nutrici, Signore, con il Pane di vita.

1. Per il Papa, i vescovi, i presbiteri e i diaconi: celebrino sempre con fede e devozione il memoriale della Nuova Alleanza, nutrendo il cammino della Chiesa con la luminosità della loro testimonianza, preghiamo:

2. Per la santa Chiesa: perché la celebrazione del sacrificio eucaristico sia sempre la fonte e il

culmine della sua missione nel mondo e della sua testimonianza nella carità, preghiamo:

3. Per i bambini che partecipano per la prima volta al banchetto eucaristico: accolgano con cuore puro e aperto Gesù Cristo, perché sia custode delle loro anime e fratello e amico nel cammino della vita, preghiamo:

4. Per noi qui presenti: perché, nutrendoci di Cristo, Pane di vita, sappiamo donarlo con amore ai fratelli, spendendoci come lui per la salvezza del mondo, preghiamo:

Intenzioni della comunità locale.

C - O Dio nostro Padre, che dà il cibo a ogni vivente, fa' che la tua Chiesa attinga sempre la sua forza dall'Eucaristia per renderti grazie in Gesù Cristo nostro Signore. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. A - Amen.

LITURGIA EUCARISTICA

ORAZIONE SULLE OFFERTE

in piedi

C - Concedi benigno alla tua Chiesa, o Padre, i doni dell'unità e della pace, misticamente significati nelle offerte che ti presentiamo. Per Cristo nostro Signore. A - Amen.

Si suggerisce il Prefazio della SS. Eucaristia II: L'Eucaristia vincolo di unità e di perfezione.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

(Gv 6,56)

Dice il Signore: «Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue, rimane in me, e io in lui». Alleluia.

ORAZIONE DOPO LA COMUNIONE

in piedi

C - Donaci, Signore, di godere pienamente della tua vita divina nel convito eterno, che ci hai fatto pregustare in questo sacramento del tuo Corpo e del tuo Sangue. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. A - Amen.

PROPOSTE PER I CANTI: da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi, 5 ed. - *Processione d'ingresso:* Chiesa di Dio (622); Ecco il tuo posto (640). *Salmo responsoriale:* M° A. Recalciti oppure: il Signore è il mio pastore (88-89). *Processione offertoriale:* O Signore, raccogli i tuoi figli (697). *Comunione:* Hai dato un cibo (658); Pane vivo, spezzato per noi (699). *Congedo:* Adoriamo Gesù Cristo (605-608).

PER ME VIVERE È CRISTO

Il tuo divin Figlio, o Padre santo, ha lasciato sulla terra per noi peccatori un dono così grande: l'Eucaristia! Ebbene, per questo Santissimo Sacramento si arresti, o Padre, la marea dei peccati! Là dove Essa è conservata, ci sia rimedio contro tutti i peccati!

- Santa Teresa d'Avila

«Gesù-Ostia, nostro Paradiso in terra»

La scorsa settimana abbiamo considerato il mistero della SS. Trinità e la riflessione ci ha condotto fino all'Eucaristia che, in questa domenica, adoriamo e contempliamo nella solennità del SS. Corpo e Sangue di Cristo. Dio, pienezza di vita e di amore, non è solitudine infinita, ma esuberanza di dono. Non rimane lontano e inaccessibile: grazie all'incarnazione del Verbo, entra nella storia umana, vi si coinvolge totalmente, assume fino in fondo la nostra condizione per salvarci con la sua morte e risurrezione. Grazie al sacramento dell'Eucaristia la salvezza si rende attuale per noi, oggi, qui e ora. Nella santa Messa infatti, siamo anche noi presenti sul Calvario, diventiamo contemporanei dell'evento della Croce di Cristo e, per lui, con lui e in lui, risorgiamo a vita nuova, siamo redenti.

Nell'Eucaristia Cristo è presente in Corpo, Sangue, Anima e Divinità. Quando riceviamo l'Ostia santa, Dio-Amore entra in noi, ci assimila e ci trasforma in lui.

Di fronte a una realtà tanto grande, la Venerabile Madre M. Caterina Lavizzari (†1931) esclamava convinta: «Gesù-Ostia, nostro Paradiso in terra». Parole che sono espressione, più che della dottrina, di un cuore innamorato di Dio, e che sintetizzano mirabilmente il legame inscindibile tra il mistero trinitario e quello eucaristico. Che cosa è il Paradiso se non la vita divina, ossia la vita trinitaria? Che bello se avessimo questa persuasione di fede ogni volta che ci accostiamo al banchetto eucaristico!

Il desiderio di giungere in Paradiso, all'incontro pieno con Dio, ci aiuti ad affrontare la quotidianità riconoscendo e adorando nei nostri cuori la SS. Trinità. Nutrendoci assiduamente del Corpo e Sangue di Cristo cresceremo di giorno in giorno in questa comunione di amore.

Benedettine del SS. Sacramento, Ghiffa (VB)



La Processione del Corpus Domini di Gandino (BG).

XI sett. del Tempo Ordinario - III sett. del Salterio

15 L Sii attento, Signore, al mio lamento. Il dono della vita del Risorto in noi ci permette un amore più forte della vendetta. *S. Vito; S. Amos pr.; B. Luigi M. Palazzolo.* 1Re 21,1b-16; Sal 5; Mt 5,38-42.

16 M Pietà di noi, Signore: abbiamo peccato. Cristo rivela che il primo passo dell'amore per i nemici è quello di pregare per loro. *Ss. Quirico e Giulitta; B. Maria Teresa Scherer.* 1Re 21,17-29; Sal 50; Mt 5,43-48.

17 M Rendete saldo il vostro cuore, voi tutti che sperate nel Signore. Gesù ci chiede di non esibire la nostra generosità, ma di avere un segreto in comune solo col Padre. *S. Ranieri; S. Nicandro e Marciano; B. Paolo Buralo.* 2Re 2,1.6-14; Sal 30; Mt 6,1-6.16-18.

18 G Gioite, giusti, nel Signore. Tutta la preghiera del Padre nostro è al plurale: è la preghiera dei figli dell'unico Padre. *S. Gregorio Barbarigo; S. Calogero; S. Leonzio.* Sir 48,1-14 (NV); Sal 96; Mt 6,7-15.

19 V Sacratissimo Cuore di Gesù / A (s., bianco). L'amore del Signore è per sempre. Il cuore di Cristo è il luogo in cui riposare, quando stanchi e oppressi cerchiamo ristoro. *S. Romualdo.* Dt 7,6-11; Sal 102; 1Gv 4,7-16; Mt 11,25-30. Giornata di santificazione sacerdotale.

20 S Cuore Immacolato della B.V. Maria (m., bianco). Il mio cuore esulta nel Signore, mio Salvatore. Maria è il modello del credente che segue il Signore anche quando non capisce i suoi piani. *S. Gobbano.* Is 61,9-11; Cant. 1Sam 2,1.4-8; Lc 2,41-51.

21 D XII Domenica del Tempo Ordinario / A. XII sett. del Tempo Ordinario - IV sett. del Salterio. *S. Luigi Gonzaga.* Ger 20,10-13; Sal 68; Rm 5,12-15; Mt 10,26-33. **Elide Siviero**

scintille^x

Guardando Lui e adorandoLo, noi diciamo: sì, l'amore esiste, e poiché esiste, le cose possono cambiare in meglio e noi possiamo sperare. Per questo cantiamo, mentre portiamo in processione il Santissimo Sacramento; cantiamo e lodiamo Dio che si è rivelato nascondendosi nel segno del pane spezzato. Di questo Pane abbiamo tutti bisogno, perché lungo e faticoso è il cammino verso la libertà, la giustizia e la pace.

— Papa Benedetto XVI

LA DOMENICA. Periodico religioso n. 2 - 2020 - Anno 99 - Dir. resp. Pietro Roberto Minali - Reg. Tribunale di Alba n. 412 del 28/12/1983. Piazza S. Paolo 14, 12051 Alba (CN). Tel. 0173 296.329 - E-mail: abbonamenti@stpauls.it - CCP 107.201.26 - Editore Periodici S. Paolo s.r.l. - Abbonamento annuo € 14 (minimo 5 copie). Stampa ELCOGRAF s.p.a. - Per i testi liturgici: © 2003 Ed. Vaticana; per i testi biblici: © 2009 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena. Nullaosta per i testi biblici e liturgici © Marco Brunetti, Vescovo, Alba (CN), R. D. C. Recalcati.

