



# messa meditazione domenicale

10<sup>0</sup>  
ANNIVERSARIO

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

## Antifona d'ingresso

Cfr. Sal 67,6.7.36

**Dio sta nella sua santa dimora: a chi è solo fa abitare una casa; dà forza e vigore al suo popolo.**

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

La grazia del Signore nostro Gesù Cristo, l'amore di Dio Padre e la comunione dello Spirito Santo siano con tutti voi.

**E con il tuo spirito.**

## Atto penitenziale

Gesù Cristo, il giusto, intercede per noi e ci riconcilia con il Padre: per accostarci degnamente alla mensa del Signore, invochamolo con cuore pentito.

*Breve pausa di silenzio.*

Signore, pienezza di verità e di grazia, **Kýrie, eléison.**

**Kýrie, eléison.**

Cristo, fatto povero per arricchirci, **Christe, eléison.**

**Christe, eléison.**

Signore, venuto per radunare il tuo popolo santo, **Kýrie, eléison.**

**Kýrie, eléison.**

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

## Gloria

**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 Pa-**

**dre 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.**

## Colletta

O Dio, nostra forza e nostra speranza, senza di te nulla esiste di valido e di santo; effondi su di noi la tua misericordia perché, da te sorretti e guidati, usiamo saggiamente dei beni terreni nella continua ricerca dei beni eterni. Per il nostro Signore... **Amen.**

**Oppure [Anno B]:** O Padre, che nella Pasqua domenicale ci chiami a condividere il pane vivo disceso dal cielo, aiutaci a spezzare nella carità di Cristo anche il pane terreno, perché sia saziata ogni fame del corpo e dello spirito. Per il nostro Signore... **Amen.**

## LITURGIA DELLA PAROLA

### Prima lettura

2Re 4,42-44

*Ne mangeranno e ne faranno avanzare.*

**Dal secondo libro dei Re.**

**I**n quei giorni <sup>42</sup>da Baal-Salisà venne un uomo, che portò pane di primizie all'uomo di Dio: venti pani d'orzo e grano novello che aveva nella bisaccia. Eliseo disse: «Dallo da mangiare alla gente». <sup>43</sup>Ma il suo servitore disse: «Come posso mettere questo davanti a cento persone?». Egli replicò: «Dallo da mangiare alla gente. Poiché così dice il Signore: "Ne mangeranno e ne faranno avanzare"». <sup>44</sup>Lo pose davanti a quelli,

che mangiarono e ne fecero avanzare, secondo la parola del Signore.

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

## Salmo responsoriale

dal Salmo 144

**R/. Apri la tua mano, Signore, e sazia ogni vivente.**



Ti lodino, Signore, tutte le tue opere / e ti benedicano i tuoi fedeli. / Dicano la gloria del tuo regno / e parlino della tua potenza. **R/.**

Gli occhi di tutti a te sono rivolti in attesa / e tu dai loro il cibo a tempo opportuno. / Tu apri la tua mano / e sazi il desiderio di ogni vivente. **R/.**

Giusto è il Signore in tutte le sue vie / e buono in tutte le sue opere. / Il Signore è vicino a chiunque lo invoca, / a quanti lo invocano con sincerità. **R/.**

## Seconda lettura

Ef 4,1-6

*Un solo corpo, un solo Signore, una sola fede, un solo battesimo.*

**Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini.**

**F**ratelli, io, prigioniero a motivo del Signore, vi esorto: comportatevi in maniera degna della chiamata che avete ricevuto, <sup>2</sup>con ogni umiltà, dolcezza e magnanimità, sopportandovi a vicenda nell'amore, <sup>3</sup>avendo a cuore di conservare l'unità dello spirito per mezzo del vincolo della pace. <sup>4</sup>Un solo corpo e un solo spirito, come una sola è la speranza alla quale siete stati chiamati, quella della vostra vocazione; <sup>5</sup>un solo Signore, una sola fede, un solo battesimo. <sup>6</sup>Un solo Dio e Padre di tutti, che è al di sopra di tutti, opera per mezzo di tutti ed è presente in tutti.

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

## Canto al Vangelo

Lc 7,16

**Alleluia, alleluia.**

Un grande profeta è sorto tra noi, e Dio ha visitato il suo popolo.

**Alleluia.**

## Vangelo

Gv 6,1-15

*Distribuì a quelli che erano seduti quanto ne volevano.*

## ✠ Dal Vangelo secondo Giovanni.

**I**n quel tempo, <sup>1</sup>Gesù passò all'altra riva del mare di Galilea, cioè di Tiberiade, <sup>2</sup>e lo seguiva una grande folla, perché vedeva i segni che compiva sugli infermi. <sup>3</sup>Gesù salì sul monte e là si pose a sedere con i suoi discepoli. <sup>4</sup>Era vicina la Pasqua, la festa dei Giudei. <sup>5</sup>Allora Gesù, alzati gli occhi, vide che una grande folla veniva da lui e disse a Filippo: «Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?». <sup>6</sup>Diceva così per metterlo alla prova; egli infatti sapeva quello che stava per compiere. <sup>7</sup>Gli rispose Filippo: «Duecento denari di pane non sono sufficienti neppure perché ognuno possa riceverne un pezzo». <sup>8</sup>Gli disse allora uno dei suoi discepoli, Andrea, fratello di Simon Pietro: <sup>9</sup>«C'è qui un ragazzo che ha cinque pani d'orzo e due pesci; ma che cos'è questo per tanta gente?». <sup>10</sup>Rispose Gesù: «Fateli sedere». C'era molta erba in quel luogo. Si misero dunque a sedere ed erano circa cinquemila uomini. <sup>11</sup>Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti, e lo stesso fece dei pesci, quanto ne volevano. <sup>12</sup>E quando furono saziati, disse ai suoi discepoli: «Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto». <sup>13</sup>Li raccolsero e riempirono dodici canestri con i pezzi dei cinque pani d'orzo, avanzati a coloro che avevano mangiato. <sup>14</sup>Allora la gente, visto il segno che egli aveva compiuto, diceva: «Questi è davvero il profeta, colui che viene nel mondo!». <sup>15</sup>Ma Gesù, sapendo che venivano a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sul monte, lui da solo.

*Parola del Signore.* **Lode a te, o Cristo.**

## Professione di fede

**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, [si china il capo] e per opera dello Spirito Santo si è incarnato nel seno della Vergine Maria e si è fatto uomo. Fu crocifisso per noi sotto Poncio 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 mor-

ti, 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

Fratelli e sorelle, chiamati dalla Parola di Dio a formare il Corpo Ecclesiale di Cristo Signore, chiediamo l'aiuto della grazia di Dio perché nella Chiesa ciascuno resti fedele agli impegni battesimali.

Preghiamo insieme e diciamo:

**R/. Sostienici con la forza del tuo amore, o Padre.**

1. Per il Papa, i vescovi, i presbiteri e i diaconi, perché dall'Eucaristia imparino a servire la Chiesa, attuando il servizio della carità verso i più deboli, e favorendo l'unità dei cristiani e la nuova evangelizzazione in ogni ambiente di vita. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Per coloro che sono stati eletti a servire il bene comune, perché lavorino instancabilmente affinché tutti si sentano partecipi e solidali verso quanti vivono nella povertà e nel disagio sociale, e promuovano il rispetto e il sostegno per gli anziani. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Per i giovani, perché incoraggiati dalla testimonianza dei nonni e degli anziani siano sollecitati a farsi prossimi dei loro coetanei che vivono il malessere della tossicodipendenza, della ludopatia o della perdita del senso della vita. Noi ti preghiamo. **R/.**
4. Per noi qui riuniti intorno all'altare della Parola e dell'Eucaristia, perché possiamo essere prolungamento della presenza di Dio verso tutti coloro che non hanno potuto prendere parte alla nostra celebrazione. Noi ti preghiamo. **R/.**

O Dio nostro Padre, distratti dai nostri interessi, non sempre ti siamo riconoscenti per tutti i tuoi doni. Sostienici con la forza del tuo amore perché possiamo dividerla con chi vive nel disagio e nel bisogno, sollecitati dall'esempio e dalla dedizione dei nonni e degli anziani. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

## LITURGIA EUCARISTICA

### Preghiera sulle offerte

Accetta, o Signore, queste offerte che la tua generosità ha messo nelle nostre mani, perché il tuo Spirito, operante nei santi misteri, santifichi la nostra vita presente e ci guidi alla felicità senza fine. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

**Prefazio** *[Si suggerisce il prefazio delle domeniche del Tempo Ordinario VI - M. R. pag. 364].*

**Antifona alla comunione** *Cfr. Mc 6,41-42*

**Gesù spezzò i cinque pani e li diede ai suoi discepoli perché li distribuissero. Tutti mangiarono e furono sazi.**

### Preghiera dopo la comunione

O Dio, nostro Padre, che ci hai dato la grazia di partecipare a questo divino sacramento, memoriale perpetuo della passione del tuo Figlio, fa' che il dono del suo ineffabile amore giovi alla nostra salvezza. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

### Calendario liturgico settimanale

29 luglio – 4 agosto 2024

XVII del Tempo Ordinario – I del salterio

**Lunedì 29 – SS. Marta, Maria e Lazzaro, M**

S. Felice | S. Prospero | S. Olav | B. Urbano II

SS. Simplicio, Faustino e Compagni

*[1Gv 4,7-16; Sal 33; Gv 11,19-27 oppure Lc 10,38-42]*

**Martedì 30 – Feria** – S. Pietro Crisologo, mf

S. Giulitta | S. Leopoldo Mandic | S. Olaf | S. Orso

*[Ger 14,17b-22; Sal 78; Mt 13,36-43]*

**Mercoledì 31 – S. Ignazio di Loyola, M**

S. Fabio | S. Giustino | S. Germano

S. Calimero | SS. Democrito, Secondo e Dionigi

*[Ger 15,10.16-21; Sal 58; Mt 13,44-46]*

**Giovedì 1 – S. Alfonso M. de' Liguori, M**

S. Felice | S. Severo | S. Pietro Favre | S. Essuperio

*[Ger 18,1-6; Sal 145; Mt 13,47-53]*

**Venerdì 2 – Feria** – S. Eusebio, mf

S. Pietro Giuliano Eymard, mf

S. Massimo | S. Rutilio | S. Stefano I

*[Ger 26,1-9; Sal 68; Mt 13,54-58]*

**Sabato 3 – Feria**

S. Aspreno | S. Eufronio | S. Pietro | S. Martino

*[Ger 26,11-16.24; Sal 68; Mt 14,1-12]*

**Domenica 4 – XVIII del Tempo Ordinario (B)**

S. Giovanni M. Vianney | S. Onofrio | S. Raniero

S. Eleuterio | SS. Giustino e Crescenzo

*[Es 16,2-4.12-15; Sal 77; Ef 4,17.20-24; Gv 6,24-35]*

## IL MIRACOLO DELLA CONDIVISIONE



### LETTURA

La “moltiplicazione dei pani” è il quarto dei sette segni narrati da Giovanni nel suo Vangelo. Tra gli evangelisti Giovanni è l’unico a specificare che si tratta di “pani d’orzo”, annotazione che qui lega la prima lettura al vangelo. È con l’orzo che nella maggior parte delle famiglie si preparava il pane da consumare. Il frumento, più costoso, era riservato per i pani offerti in sacrificio al tempio, e lo si trovava sulle tavole dei ricchi. Il ragazzo, dunque, non doveva appartenere ad una famiglia benestante.

### MEDITAZIONE

Il pane della moltiplicazione è il pane dei poveri; questa annotazione giovannea fa maturare la nostra fede e la nostra esperienza eucaristica. In *Evangelii Gaudium* papa Francesco scrive: «L’Eucaristia, sebbene costituisca la pienezza della vita sacramentale, non è un premio per i perfetti ma un generoso rimedio e un alimento per i deboli» (n. 47). L’Eucaristia, raffigurata e anticipata nel segno della moltiplicazione dei pani, è l’alimento spirituale di chi sa di essere povero! Ogni ricchezza di cuore non può trovare posto alla tavola del banchetto eucaristico! La preghiera colletta di oggi ci aiuta a trova-

re il senso pratico della riflessione: “O Padre, aiutaci a spezzare nella carità di Cristo anche il pane terreno, perché sia saziata la fame del corpo e dello spirito”. Alla provocazione di Gesù: “Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?”, Filippo risponde: “Duecento denari di pane non bastano”. Diviene subito una questione “economica”. Anche noi pensiamo che per risolvere i problemi ci vogliono i soldi, e tanti. Il vangelo di oggi capovolge questa logica: non *denaro* ma *condivisione*. Più dividi più si moltiplica: un pane diviso ne fa due; due pani diventano quattro; quattro diventano otto... Usciamo dalla logica del quantizzare i costi, e puntiamo invece sulle risorse di ciascuno. Quel poco che abbiamo, se lo rendiamo disponibile, servirà a sfamare tutti. Ancora oggi nel mondo abbiamo a che fare con la “fame” e con lo “spreco”: l’Occidente spreca, gli altri muoiono di fame. Nell’economia di Cristo e nel miracolo della condivisione c’è cibo per tutti, e in abbondanza. Chiunque ha avuto a che fare con le diete si è sentito dire “non mangiare pane e pasta”. Attenzione a non far diventare il “pane eucaristico” qualcosa che nuoce alla nostra dieta! No, al contrario, più ci nutriamo di esso e più saremo “in forma” per condividere il pane terreno con chi manca del necessario per la sopravvivenza.

### PREGHIERA

Hai dato un cibo a noi, Signore, germe vivente di bontà. Nel tuo vangelo, o buon Pastore, sei stato guida e verità. Alla tua mensa accorsi siamo, pieni di fede nel mistero. O Trinità, noi ti invociamo, Cristo sia pane al mondo intero. Grazie diciamo a te, Gesù, resta con noi, non ci lasciare: sei vero amico solo tu.

### AGIRE

Ringrazio il Signore perché non mi manca il necessario, e compro qualcosa da donare a qualche bisognoso o alla *Caritas* parrocchiale.

Don Domenico Ruggiano