



messa meditazione domenicale

10⁰
ANNIVERSARIO

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

Antifona d'ingresso

Sal 69,2.6

O Dio, vieni a salvarmi, Signore, vieni presto in mio aiuto. Tu sei mio aiuto e mio liberatore: Signore, non tardare.

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

Il Signore sia con voi. **E con il tuo spirito.**

Atto penitenziale

Il Signore Gesù, che ci invita alla mensa della Parola e dell'Eucaristia, ci chiama alla conversione. Riconosciamo di essere peccatori e invochiamo con fiducia la misericordia di Dio.

Breve pausa di silenzio.

Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli e sorelle, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata sempre vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli e sorelle, di pregare per me il Signore Dio nostro.

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

Kýrie, eléison. **Kýrie, eléison.**
Christe, eléison. **Christe, eléison.**
Kýrie, eléison. **Kýrie, eléison.**

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 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.**

Colletta

Mostra la tua continua benevolenza, o Padre, e assisti il tuo popolo, che ti riconosce creatore e guida; rinnova l'opera della tua creazione e custodisci ciò che hai rinnovato. Per il nostro Signore... **Amen.**

Oppure [Anno B]: O Dio, che affidi al lavoro dell'uomo le risorse del creato, fa' che non manchi il pane sulla mensa dei tuoi figli, e risveglia in noi il desiderio della tua parola. Per il nostro Signore... **Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

Prima lettura

Es 16,2-4.12-15

Dal libro dell'Èsodo.

In quei giorni, ²nel deserto tutta la comunità degli Israeliti mormorò contro Mosè e contro Aronne. ³Gli Israeliti dissero loro: «Fossimo morti per mano del Signore nella terra d'Egitto, quando eravamo seduti presso la pentola della carne, mangiando pane a sazietà! Invece ci avete fatto uscire in questo deserto per far morire di fame tutta questa moltitudine». ⁴Allora il Signore disse a Mosè: «Ecco, io sto per far piovere pane dal cielo per voi: il popolo uscirà a raccoglierne ogni giorno la razione di un giorno, perché io lo metta alla prova, per vedere se cammina o no secondo la mia legge. ¹²Ho inteso la

mormorazione degli Israeliti. Parla loro così: «Al tramonto mangerete carne e alla mattina vi sazierete di pane; saprete che io sono il Signore, vostro Dio»». ¹³La sera le quaglie salirono e coprono l'accampamento; al mattino c'era uno strato di rugiada intorno all'accampamento. ¹⁴Quando lo strato di rugiada svanì, ecco, sulla superficie del deserto c'era una cosa fine e granulosa, minuta come è la brina sulla terra. ¹⁵Gli Israeliti la videro e si dissero l'un l'altro: «Che cos'è?», perché non sapevano che cosa fosse. Mosè disse loro: «È il pane che il Signore vi ha dato in cibo».

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

Salmo responsoriale

dal Salmo 77

R/. Donaci, Signore, il pane del cielo.

FA DO FA
Do-na - ci, Si - gno - re,
DO FA
il pa - ne del cie - lo.

Ciò che abbiamo udito e conosciuto / e i nostri padri ci hanno raccontato / non lo terremo nascosto ai nostri figli, / raccontando alla generazione futura / le azioni gloriose e potenti del Signore / e le meraviglie che egli ha compiuto. **R/.**

Diede ordine alle nubi dall'alto / e aprì le porte del cielo; / fece piovere su di loro la manna per cibo / e diede loro pane del cielo. **R/.**

L'uomo mangiò il pane dei forti; / diede loro cibo in abbondanza. / Li fece entrare nei confini del suo santuario, / questo monte che la sua destra si è acquistato. **R/.**

Seconda lettura

Ef 4,17.20-24

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini.

Fratelli, ¹⁷vi dico e vi scongiuro nel Signore: non comportatevi più come i pagani con i loro vani pensieri. ²⁰Voi non così avete imparato a conoscere il Cristo, ²¹se davvero gli avete dato ascolto e se in lui siete stati istruiti, secondo la verità che è in Gesù, ²²ad abbandonare, con la sua condotta di prima, l'uomo vecchio che si corrompe seguendo le passioni ingannevoli, ²³a rinnovarvi nello spirito della vostra mente ²⁴e a

rivestire l'uomo nuovo, creato secondo Dio nella giustizia e nella vera santità.

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

Canto al Vangelo

Mt 4,4b

Alleluia, alleluia.

Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio. **Alleluia.**

Vangelo

Gv 6,24-35

✠ Dal Vangelo secondo Giovanni.

In quel tempo, ²⁴quando la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafàrnao alla ricerca di Gesù. ²⁵Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Rabbì, quando sei venuto qua?». ²⁶Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati. ²⁷Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha messo il suo sigillo». ²⁸Gli dissero allora: «Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?». ²⁹Gesù rispose loro: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato». ³⁰Allora gli dissero: «Quale segno tu compi perché vediamo e ti crediamo? Quale opera fai? ³¹I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: "Diede loro da mangiare un pane dal cielo"». ³²Rispose loro Gesù: «In verità, in verità io vi dico: non è Mosè che vi ha dato il pane dal cielo, ma è il Padre mio che vi dà il pane dal cielo, quello vero. ³³Infatti il pane di Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo». ³⁴Allora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane». ³⁵Gesù rispose loro: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai!».

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 di-**

scese 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 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

Fratelli e sorelle, nelle prove della vita siamo tentati di accusare Dio che, però, vuole formarci come figli forti e saggi, capaci di vedere il Cristo presente, che dal cielo scende nelle sofferenze dell'umanità per dare la sua vita per tutti gli uomini.

Preghiamo insieme e diciamo:

R/. Accresci, o Padre, la nostra fede.

1. Per le Chiese presenti nei luoghi dove l'umanità è allo stremo delle forze fisiche e spirituali, perché non perdano la fiducia in Dio, che anche nel deserto fa rifiorire la vita nuova. Noi ti preghiamo. R/.
2. Per gli amministratori del bene comune, perché, con scelte adeguate alle necessità dei più deboli e bisognosi, promuovano la dignità della persona umana creata ad immagine e somiglianza di Dio. Noi ti preghiamo. R/.
3. Per coloro che, a causa della malattia, della povertà, del lutto, non hanno la possibilità di godere di qualche giorno di vacanza, perché possano ritrovare la forza di guardare ad un futuro migliore. Noi ti preghiamo. R/.
4. Per noi qui riuniti, perché dalla comunione eucaristica possiamo testimoniare agli assenti che l'amicizia con il Signore soddisfa i desideri più profondi custoditi nel cuore di ogni uomo. Noi ti preghiamo. R/.

Padre santo e misericordioso, tuo Figlio Gesù ci ha invitati a rinnovarci nello spirito. Fa' che possiamo corrispondergli con il dono di noi stessi per essere prolungamento del

suo dono negli ambienti in cui viviamo. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

Preghiera sulle offerte

Santifica, o Signore, i doni che ti presentiamo e, accogliendo questo sacrificio spirituale, trasforma anche noi in offerta perenne a te gradita. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Prefazio [*Si suggerisce il prefazio delle domeniche del Tempo Ordinario III - M. R. pag. 361*].

Antifona alla comunione

Gv 6,35

Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà più fame e chi crede in me non avrà più sete.

Preghiera dopo la comunione

Accompagna con la tua continua protezione, o Signore, i tuoi fedeli che nutri con il pane del cielo, e rendi degni della salvezza eterna coloro che non privi del tuo aiuto. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Calendario liturgico settimanale

5 - 11 agosto 2024

XVIII del Tempo Ordinario - II del salterio

Lunedì 5 - Feria - Dedicazione

della Basilica di S. Maria Maggiore, mf
S. Emidio | S. Venanzio | S. Osvaldo | S. Paride
S. Cassiano | S. Viatore

[Ger 28,1-17; Sal 118; Mt 14,13-21]

Martedì 6 - Trasfigurazione del Signore, F

S. Ormisda | SS. Giusto e Pastore
[Dn 7,9-10.13-14; opp. 2Pt 1,16-19; Sal 96; Mt 17,1-9]

Mercoledì 7 - Feria

SS. Sisto II e Compagni, mf | S. Gaetano, mf
S. Afra | S. Donato | S. Alberto | S. Donaziano
[Ger 31,1-7; Sal: Ger 31,10-13; Mt 15,21-28]

Giovedì 8 - S. Domenico, M

S. Ciriaco | S. Severiano | S. Maria Elena MacKillop
[Ger 31,31-34; Sal 50; Mt 16,13-23]

Venerdì 9 - S. Teresa Benedetta della Croce (Edith Stein), F

S. Falco | S. Romano
[Os 2,16b.17b.21-22; Sal 44; Mt 25,1-13]

Sabato 10 - S. Lorenzo, F

S. Blano | B. Arcangelo Piacentini
[2Cor 9,6-10; Sal 111; Gv 12,24-26]

Domenica 11 - XIX del Tempo Ordinario (B)

S. Chiara | S. Susanna | S. Rufino | S. Taurino
S. Tiburzio
[1Re 19,4-8; Sal 33; Ef 4,30 - 5,2; Gv 6,41-51]

LA FORZA DEL DOMANDARE



LETTURA

Il Libro dell'Èsodo è una matrice della storia e il canovaccio degli anni di ciascuno di noi. Non sono lontani i giorni della Liberazione, quando gli Ebrei sono usciti vincitori "a mano alzata" dando le spalle all'Egitto, alla schiavitù, ai lavori forzati, e già serpeggia il dubbio, dopo appena qualche ansa nel deserto. A volte, già all'indomani del viaggio di nozze ci si dimentica dell'euforia della festa nuziale, e il grande amore è già in frantumi. Le nostre promesse sono sempre incerte, e deboli le nostre fedeltà. Al primo morso della fame, il ricordo delle gavette piene di carne e del pane amaro dell'esilio si veste dell'epica della nostalgia, e ci fa dire che "stavamo meglio quando stavamo peggio". Sono incolpati Mosè e il suo Dio, che non hanno organizzato il viaggio con tutti gli agi possibili, "turisti fai da te" *ante litteram*. Dio è paziente e copre il deserto di una rugiada granulosa che si rassoda e può essere raccolta e impastata. Al mattino, sono tutti curiosi come bambini col naso schiacciato alle finestre alla prima neve. «Che cos'è?», chiedono a Mosè. Solo i padri custodiscono le parole che danno senso alle cose.

MEDITAZIONE

Dopo la scorpacciata di pane e di pesci senza pagare, si sono aperte le danze come in

una sagra paesana con fisarmonica e chitarra. Solo quando stavano per spegnersi le lampade ci si è accorti che il festeggiato non c'era, e neppure le barche dei discepoli. Si sono messi sulle loro tracce e lo hanno trovato «al di là del mare». Gesù è sempre *oltre*. Non sanno cosa dire: lo cercano per le parole, che sono scese come acqua nel deserto, o perché avere Uno che tira fuori pani croccanti da ceste vuote può essere utile per la vita? «Voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati!». Li ha fotografati, Lui sa cosa c'è nel cuore di ciascuno, anche nel mio. Ci affezioniamo più ai doni che al donatore, come quella donna che si fa abbacinare dai riflessi di un diamante e si dimentica dello sposo che un attimo prima ha schiuso davanti a lei un astuccetto vellutato sul palmo della mano. «Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per quello che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha messo il suo sigillo». Come Mosè, anche Gesù dà colore e senso alle cose. Come Pastore, conosce il mistero delle parole. A Lui vorrei chiedere, con la semplicità del bambino: "Man hu? Che cos'è?". A volte, come per la manna, una domanda genera una parola nuova. Il domandare, origine del sapere, è anche radice della fede.

PREGHIERA

Fa', o Signore, che i genitori, i preti e i catechisti smettano di dare risposte a domande che nessuno pone, e pongano attenzione al "Che cos'è?", che un bambino o un adulto si portano nel cuore.

AGIRE

Terrò per qualche giorno sulla scrivania la foto della mia Prima Comunione.

S.E. Mons. Arturo Aiello
Vescovo di Avellino