



# messa meditazione domenicale

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

## Antifona d'ingresso

Sal 80,17

**Il Signore ha nutrito il suo popolo con fiore di frumento e lo ha saziato con miele dalla roccia.**

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

Il Dio della speranza, che ci riempie di ogni gioia e pace nella fede per la potenza dello Spirito Santo, sia con tutti voi.

**E con il tuo spirito.**

## Atto penitenziale

Il mistero dell'amore eterno di Dio per l'uomo ci è rivelato nel banchetto eucaristico. Accostiamoci alla mistica mensa con cuore penitente, per godere dei frutti della Divina Bontà.

*Breve pausa di silenzio.*

Signore, che hai prefigurato nella manna del deserto il pane eucaristico, *Kýrie, eléison.*

**Kýrie, eléison.**

Cristo, che ci hai dato la tua carne come cibo e il tuo sangue come bevanda, *Christe, eléison.*

**Christe, eléison.**

Signore, che hai nascosto la tua regalità infinita nell'umiltà dell'Eucaristia, *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 lodia-

mo, **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

Signore Gesù Cristo, che nel mirabile sacramento dell'Eucaristia ci hai lasciato il 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... **Amen.**

**Oppure [Anno C]:** Signore del cielo e della terra, che ci raduni in festosa assemblea per celebrare il sacramento pasquale del Corpo e Sangue del tuo Figlio, fa' che nella partecipazione all'unico pane e all'unico calice impariamo a condividere con i fratelli i beni della terra e quelli del cielo. Per il nostro Signore... **Amen.**

## LITURGIA DELLA PAROLA

### Prima lettura

Gen 14,18-20

*Offrì pane e vino.*

**Dal libro della Gènesi.**

**I**n quei giorni, <sup>18</sup>Melchisedek, re di Salem, offrì pane e vino: era sacerdote del Dio altissimo <sup>19</sup>e benedisse Abram con queste parole: «Sia benedetto Abram dal Dio altissimo, creatore del cielo e della terra, <sup>20</sup>e be-

nedetto sia il Dio altissimo, che ti ha messo in mano i tuoi nemici». E [Abramo] diede a lui la decima di tutto.

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

## Salmo responsoriale

dal Salmo 109

**R/. Tu sei sacerdote per sempre, Cristo Signore.**

DO FA  
Tu sei sa-cer - do - te per  
SOL DO  
sem-pre, Cri - sto Si - gno - re.

Oracolo del Signore al mio signore: / «Siedi alla mia destra / finché io ponga i tuoi nemici / a sgabello dei tuoi piedi». **R/.**

Lo scettro del tuo potere / stende il Signore da Sion: / domina in mezzo ai tuoi nemici! **R/.**

A te il principato / nel giorno della tua potenza / tra santi splendori; / dal seno dell'aurora, / come rugiada, io ti ho generato. **R/.**

Il Signore ha giurato e non si pente: / «Tu sei sacerdote per sempre / al modo di Melchisedek». **R/.**

## Seconda lettura

1Cor 11,23-26

*Ogni volta infatti che mangiate questo pane e bevete al calice, voi annunciate la morte del Signore.*

**Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi.**

**F**ratelli, <sup>23</sup>io ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi ho trasmesso: il Signore Gesù, nella notte in cui veniva tradito, prese del pane <sup>24</sup>e, dopo aver reso grazie, lo spezzò e disse: «Questo è il mio corpo, che è per voi; fate questo in memoria di me». <sup>25</sup>Allo stesso modo, dopo aver cenato, prese anche il calice, dicendo: «Questo calice è la Nuova Alleanza nel mio sangue; fate questo, ogni volta che ne bevete, in memoria di me». <sup>26</sup>Ogni volta infatti che mangiate questo pane e bevete al calice, voi annunciate la morte del Signore, finché egli venga.

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

## Sequenza [facoltativa]

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

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

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

4. 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

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

Lc 9,11b-17

*Tutti mangiarono a sazietà.*

### ✠ Dal Vangelo secondo Luca.

**I**n quel tempo, Gesù <sup>11</sup>prese a parlare alle folle del regno di Dio e a guarire quanti avevano bisogno di cure. <sup>12</sup>Il giorno cominciava a declinare e i Dodici gli si avvicinarono dicendo: «Congeda la folla perché vada nei villaggi e nelle campagne dei dintorni, per alloggiare e trovare cibo: qui siamo in una zona deserta». <sup>13</sup>Gesù disse loro: «Voi stessi date loro da mangiare». Ma essi risposero: «Non abbiamo che cinque pani e due pesci, a meno che non andiamo noi a comprare viveri per tutta questa gente». <sup>14</sup>C'erano infatti circa cinquemila uomini. Egli disse ai suoi discepoli: «Fateli sedere a gruppi di cinquanta circa». <sup>15</sup>Fecero così e li fecero sedere tutti quanti. <sup>16</sup>Egli prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò su di essi la benedizione, li spezzò e li dava ai discepoli perché li distribuissero alla folla. <sup>17</sup>Tutti mangiarono a sazietà e furono portati via i pezzi loro avanzati: dodici ceste.

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 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, a Cristo nostro Salvatore eleviamo la nostra fiduciosa preghiera perché, dopo aver ascoltato la Parola creatrice e rinnovatrice, possiamo accogliere il mistero del suo Corpo e del suo Sangue, e aderire alla sua opera di salvezza, che si attua nella liturgia.

Preghiamo insieme e diciamo:

**R/. Signore, Parola e Pane della vita, ascoltaci.**

1. Per tutta la Chiesa sparsa nel mondo, perché, celebrando il Mistero del Corpo e del Sangue del Signore, possa crescere nell'annuncio del suo Vangelo. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Per la nostra società, contagiata dal "virus" dell'autoreferenzialità e dell'autosufficienza, perché, attraverso la testimonianza dei cristiani impegnati nelle amministrazioni della cosa pubblica, possa crescere nella condivisione fraterna e nell'accoglienza delle diversità. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Per i malati terminali, perché, comunicandosi al viatico del Corpo del Signore, possano affidare con fiducia la propria vita a Dio e alla preghiera solidale della Chiesa. Noi ti preghiamo. **R/.**
4. Per la nostra comunità, perché possiamo vivere la divina liturgia come scuola di condivisione e di comunione, soprattutto con coloro che soffrono nell'indigenza e nella povertà. Noi ti preghiamo. **R/.**

Signore Gesù, che per noi ti sei fatto Parola ed ora, nei segni umili del pane e del vino, ti rendi presente con il tuo Corpo e il tuo San-

gue, ascolta la nostra preghiera e fa' che la nostra vita possa essere parola di speranza e pane spezzato per la gioia di coloro che incontreremo. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. **Amen.**

## LITURGIA EUCARISTICA

### Preghiera sulle offerte

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

**Prefazio** [*Eucaristia I o II - M. R. pagg. 371-372*]

**Antifona alla comunione** *Cfr. Lc 9,16*

**Gesù prese i cinque pani e i due pesci e li diede ai discepoli perché li distribuissero alla folla. Alleluia.**

### Preghiera dopo la comunione

Donaci, o 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. **Amen.**

### Calendario liturgico settimanale

20 - 26 giugno 2022

XII del Tempo Ordinario - IV del salterio

#### Lunedì 20 - Feria

S. Metodio | B. Margherita Ebner

[2Re 17,5-8.13-15a.18; Sal 59; Mt 7,1-5]

#### Martedì 21 - S. Luigi Gonzaga, M

S. Rodolfo | S. Raimondo

[2Re 19,9b-11.14-21.31-35a.36; Sal 47; Mt 7,6.12-14]

#### Mercoledì 22 - Feria - S. Paolino da Nola, mf

SS. Giovanni Fisher e Tommaso Moro, mf

S. Flavio Clemente | B. Innocenzo V | S. Albano

[2Re 22,8-13; 23,1-3; Sal 118; Mt 7,15-20]

#### Giovedì 23

#### Natività di San Giovanni Battista, S

S. Giuseppe Cafasso | S. Lanfranco Beccari

[Is 49,1-6; Sal 138; At 13,22-26; Lc 1,57-66.80]

#### Venerdì 24 - Sacratissimo Cuore di Gesù, S

S. Teodolfo | S. Simplicio | SS. Giovanni e Festo

[Ez 34,11-16; Sal 22; Rm 5,5b-11; Lc 15,3-7]

#### Sabato 25 - Cuore Immacolato della B.V.M., M

S. Guglielmo | S. Prospero | S. Massimo

[Is 61,9-11; Sal: 1Sam 2; Lc 2,41-51]

#### Domenica 26 - XIII del Tempo Ordinario [C]

S. Rodolfo | S. Vigilio

[1Re 19,16b.19-21; Sal 15; Gal 5,1.13-18; Lc 9,51-62]

# TUTTI MANGIARONO E FURONO SAZIATI



## LETTURA

Nell'Antico Testamento il verbo associato al termine "Alleanza" è "tagliare": a quel tempo, stipulato e redatto un accordo, il documento veniva poi "tagliato", diviso, a garanzia fra le parti convenute. Mosè, "ai piedi del monte" divide il sangue dei sacrifici in segno di comunione fra le tribù degli Israeliti e Dio, nell'accettazione della Legge. Così, nel sacrificio pasquale il Cristo è diviso fra cielo e terra, a garanzia definitiva della nuova Alleanza per la salvezza degli uomini; e il calice innalzato, offerto a Dio e poi condiviso con i discepoli, è la Legge nuova per l'"eredità eterna" promessa.

## MEDITAZIONE

Di fronte alle necessità della folla, ecco la soluzione dei discepoli: congedare la folla, ovvero, ognuno pensi a se stesso. Quante volte abbiamo questa tentazione! Non ci facciamo carico delle necessità degli altri, congedandoli con un pietoso: "Che Dio ti aiuti". Ma la soluzione di Gesù va in un'altra direzione, che sorprende i discepoli: «Voi stessi date loro da mangiare». Ma come è possibile a noi dare da mangiare ad una moltitudine? «Non abbiamo che cinque pani e due pesci, a meno che non andiamo noi a comprare viveri

per tutta questa gente». Ma Gesù, per tutta risposta, chiede ai discepoli di far sedere la gente in *comunità* di cinquanta persone, alza gli occhi al cielo, recita la benedizione, spezza i pani e li dà ai discepoli perché li distribuiscano. E tutti ne furono saziati, annota l'Evangelista. Oggi, nell'ascoltare la sua Parola, nel nutrirci del suo Corpo e del suo Sangue, Egli ci fa passare dall'essere *moltitudine* all'essere *comunità*, dall'anonimato alla comunione. L'insegnamento che riceviamo è chiaro: lungi da una chiusura in una visione ristretta di devozione privata, l'Eucaristia è il Sacramento della comunione, che ci fa uscire dall'individualismo per vivere insieme la sequela, la fede in Lui. Allora, in risposta a questa parola che oggi il Signore ci dona, dovremmo tutti chiederci con un coraggioso esame di coscienza: come vivo io l'Eucaristia? La vivo in modo anonimo, pensando solo al mio rapporto individualistico con Gesù, o come momento di vera comunione con il Signore, che mi apre anche a tutti i fratelli e le sorelle che condividono questa stessa mensa? Chiediamoci allora: come viviamo la nostra partecipazione alle celebrazioni eucaristiche, soprattutto nel giorno del Signore, la domenica?

## PREGHIERA

Signore Gesù, grazie per il dono dell'Eucaristia: è il pane che ci nutre in questa vita e ci fa pregustare la vita eterna fin da questa terra. Ma aiutaci a vivere il nostro rapporto con il mistero eucaristico ricordando sempre che è un pane che ci fa fratelli, ci unisce tra noi e ci unisce tutti insieme a te, che sei l'unico Pane della nostra vita.

## AGIRE

Lungo la giornata, compirò alcuni atti di comunione spirituale con Gesù.

S.E. Mons. Luigi Mansi  
Vescovo di Andria