

XX domenica del tempo ordinario

DOMENICA 18 AGOSTO

XX settimana del Tempo ordinario - IV settimana del salterio

LA PREGHIERA

Introduzione

**O Dio vieni a salvarmi. Signore vieni presto in mio aiuto.
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo, a Dio che è che era e che
viene, per i secoli dei secoli, amen.**

Inno (CFC)

*O Dio altissimo,
che compì meraviglie,
benedetto sia il tuo nome!*

*O Dio vivente,
che fai cosa grandi,
benedetto sia il tuo nome!*

*Come in cielo ti adorano
gli angeli
e ti lodano senza fine,
anche noi ti preghiamo
sulla terra:
benedetto sia il tuo nome!*

*O Dio che ti chini
sulle nostre debolezze,
benedetto sia il tuo nome!*

Salmo CF. SAL 135 (136)

Rendete grazie al Signore
perché è buono,
perché il suo amore
è per sempre.

Divise il Mar Rosso
in due parti,
perché il suo amore
è per sempre.

In mezzo fece passare Israele,
perché il suo amore è per
sempre.

Guidò il suo popolo nel deserto,
perché il suo amore
è per sempre.

Diede in eredità la loro terra,
perché il suo amore
è per sempre.

Nella nostra umiliazione
si è ricordato di noi,

perché il suo amore
è per sempre.

Rendete grazie al Dio del cielo,
perché il suo amore
è per sempre.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

«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» (Gv 6,53).

Cantico di Zaccaria o di Maria o di Simeone (vedi bandella)

Lode e intercessione

Rit.: Signore, con fede noi ti preghiamo!

- Preghiamo per la chiesa sempre edificata dall'eucaristia: la carne e il sangue di Cristo siano la fonte della sua vita.
- Preghiamo per tutti i cristiani sparsi sulla terra: nel corpo di Cristo sappiano ritrovare la fonte della loro fede.
- Preghiamo per tutti coloro che sono nel bisogno e nella sofferenza: conoscano la consolazione della nostra cura e della nostra comunione.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO CF. SAL 83,10-11

O Dio, nostra difesa,
guarda il volto del tuo consacrato.
Per me un giorno nel tuo tempio
è più che mille altrove.

Gloria

p. 608

COLLETTA

O Dio, che hai preparato beni invisibili per coloro che ti amano, infondi nei nostri cuori la dolcezza del tuo amore, perché, amandoti in ogni cosa e sopra ogni cosa, otteniamo i beni da te promessi, che superano ogni desiderio. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

oppure

O Dio, che sostieni il tuo popolo con il pane della sapienza e in Cristo tuo Figlio lo nutri con il vero cibo, donaci l'intelligenza del cuore perché, camminando sulle vie della salvezza, possiamo vivere per te, unico nostro bene. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA PR 9,1-6

Dal libro dei Proverbi

¹La sapienza si è costruita la sua casa, ha intagliato le sue sette colonne. ²Ha ucciso il suo bestiame, ha preparato il suo vino e ha imbandito la sua tavola. ³Ha mandato le sue ancelle a proclamare sui punti più alti della città: ⁴«Chi è inesperto venga qui!». A chi è privo di senno ella dice: ⁵«Venite, mangiate il mio pane, bevete il vino che io ho preparato. ⁶Abbandonate l'inesperienza e vivrete, andate diritti per la via dell'intelligenza». – *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 33 (34)

Rit. Gustate e vedete com'è buono il Signore.

²Benedirò il Signore in ogni tempo,
sulla mia bocca sempre la sua lode.

³Io mi glorio nel Signore:
i poveri ascoltino e si rallegriano. **Rit.**

¹⁰Temete il Signore, suoi santi:
nulla manca a coloro che lo temono.

¹¹I leoni sono miseri e affamati,
ma a chi cerca il Signore non manca alcun bene. **Rit.**

¹²Venite, figli, ascoltate mi:
vi insegnerò il timore del Signore.

¹³Chi è l'uomo che desidera la vita
e ama i giorni in cui vedere il bene? **Rit.**

¹⁴Custodisci la lingua dal male,
le labbra da parole di menzogna.

¹⁵Sta' lontano dal male e fa' il bene,
cerca e persegui la pace. **Rit.**

SECONDA LETTURA

EF 5,15-20

Dalla Lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

Fratelli, ¹⁵fate molta attenzione al vostro modo di vivere, comportandovi non da stolti ma da saggi, ¹⁶facendo buon uso del tempo, perché i giorni sono cattivi. ¹⁷Non siate perciò sconsiderati, ma sappiate comprendere qual è la volontà del Signore.

¹⁸E non ubriacatevi di vino, che fa perdere il controllo di sé; siate invece ricolmi dello Spirito, ¹⁹intrattenendovi fra voi con salmi, inni, canti ispirati, cantando e inneggiando al Signore con il vostro cuore, ²⁰rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo. – *Parola di Dio.*

CANTO AL VANGELO

Gv 6,56

Alleluia, alleluia.

Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue,
dice il Signore, rimane in me e io in lui.

Alleluia, alleluia.

VANGELO

Gv 6,51-58

✠ Dal Vangelo secondo Giovanni

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?».

⁵³Gesù 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. ⁵⁴Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. ⁵⁵Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. ⁵⁶Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. ⁵⁷Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. ⁵⁸Questo 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.*

Credo

p. 610

SULLE OFFERTE

Accogli, o Signore, i nostri doni nei quali si compie il mirabile scambio tra la nostra povertà e la tua grandezza, perché, offrendoti il pane e il vino che ci hai dato, possiamo ricevere te stesso. Per Cristo nostro Signore.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

SAL 129,7

Con il Signore è la misericordia
e grande è con lui la redenzione.

DOPO LA COMUNIONE

O Dio, che in questo sacramento ci hai fatti partecipi della vita di Cristo, ascolta la nostra umile preghiera: trasformaci a immagine del tuo Figlio, perché diventiamo coeredi della sua gloria nel cielo. Egli vive e regna nei secoli dei secoli.

PER LA RIFLESSIONE

Il pane vivo disceso dal cielo

La liturgia di queste ultime domeniche ci ha fatto ascoltare il grande insegnamento di Gesù sul «pane di vita», il «pane disceso dal cielo», dal capitolo 6 del Vangelo di Giovanni. Il tema del pane, nella Bibbia, è simbolo del donarsi di Dio e del suo prendersi cura

di noi umani. Così nella prima lettura parla la Sapienza di Dio personificata: «Venite, mangiate il mio pane, bevete il vino che io ho preparato» (Pr 9,5). Con il discorso di Gesù si conclude la sezione giovannea sul pane. Gesù è il nuovo Mosè che dona il pane vero che discende dal cielo e che fa vivere, a differenza della manna di cui si cibano i padri, che poi morirono (cf. Gv 6,58); è lui che imbandisce nel deserto il banchetto escatologico cui invita la Sapienza, al quale possono sfamarsi tutti; è lui la Sapienza di Dio attraverso cui il Padre ci istruisce per condurci alla vita eterna. Eppure, il compiersi di queste promesse rimane esposto al fraintendimento e al rifiuto.

Assistiamo infatti nei suoi interlocutori a un progressivo indurimento del cuore, che finisce per diventare ostinazione nel rifiutare ciò che Gesù sta dando loro: l'offerta della sua vita, quel dono che egli stesso è. Nel vangelo di domenica scorsa, i suoi uditori mormoravano di fronte alla pretesa di Gesù di essere il pane disceso dal cielo, perché sapevano che era il figlio del falegname Giuseppe, che tutti conoscevano. Nella pericope odierna, la mormorazione si aggrava e diviene un litigare, un lottare aspramente di fronte alla pretesa ancora più forte di Gesù di dare la propria carne da mangiare per la vita del mondo. Giovanni, a differenza dei vangeli sinottici che parlano di «corpo», usa la parola «carne», un termine forte, per la sua crudezza realistica, che lo rende esente dal rischio di spiritualizzare l'umanità di Gesù. Nella mentalità biblica, la carne allude all'uomo nella sua

dimensione di povertà, fragilità, impotenza. Come può la carne di un uomo, che è principio di mortalità, che è bisogno radicale di essere salvati, divenire sorgente di vita e di salvezza? E come è possibile mangiare di questa carne? Com'è possibile pensare di attingere la vita piena, di cui tutti abbiamo fame e sete, attraverso una carne che condivide la nostra povertà e il nostro limite? A questo livello si colloca lo scandalo più profondo di quei giudei, come anche il nostro, che continuiamo a cercare salvezza in ciò che è grande, glorioso, straordinario, potente, forte e non certo in ciò che è piccolo, ordinario, povero, debole. Eppure, mangiare la carne di Gesù ci dona la vita eterna; vale a dire, entrare in comunione con la sua umanità, di uomo che donandosi ha subito l'umiliazione e la morte in croce, è ciò che ci comunica la vita. Solo una carne offerta e donata comunica la vita.

L'atto del mangiare allude, in primo luogo, a qualcosa di cui abbiamo bisogno per vivere; evoca poi l'assimilazione interiore, che fa sì che il cibo che mangio diventi in qualche misura ciò che sono, carne della mia carne. Facendosi cibo per la nostra vita, Gesù obbedisce a questa dinamica e nello stesso tempo la apre al mistero della comunione con la vita divina: noi rimaniamo in lui e lui in noi (cf. Gv 6,56). Rimanendo in comunione con Gesù, dimorando in lui come lui dimora in noi, entriamo in quello spazio di vita compiuta che è la relazione stessa che c'è tra il Padre e il Figlio. Uno spazio che è dono inesauribile e reciproco: il Padre dona tutto al Figlio e il Figlio vive del dono del Padre e in vista

di lui. Ma questa reciprocità non si chiude su se stessa, si apre, ci raggiunge, ci attira nel suo stesso movimento di amore infinito: «colui che mangia me vivrà per me...»; «la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda...» (Gv 6,57.55).

Signore Gesù, chi mangia di te, vivrà per te. Accresci la nostra fede, perché credendo in te e partecipando alla tua mensa, Dio comunichi anche a noi la vita che non perisce, la vita nuova senza fine, tu che vivi e regni con il Padre e lo Spirito Santo nei secoli dei secoli.

Calendario ecumenico

Cattolici

Elena, madre di Costantino (330 ca.).

Ortodossi e greco-cattolici

Memoria dei santi martiri Floro, Lauro e compagni, martiri nell'Ilirico (II sec.); Filosseno di Mabbùg, vescovo e martire (523) (chiesa siro-occidentale).

Copti ed etiopici

Michele, arcangelo; Ascesa al trono imperiale di Costantino; Mar Matra, martire (ca. 250).

Luterani

Erdmann Neumeister, poeta (1756).

Calendario interreligioso

Buddhismo

Ullambana. È un giorno di grande festa dedicata al ricordo e alla celebrazione dei morti, degli antenati e di tutti gli esseri che si trovano nei mondi sotterranei a causa dalle loro azioni volontarie negative precedenti.