

# *Io lo risusciterò nell'ultimo giorno*

(Gv 6, 51-58)<sup>1</sup>

XX Domenica T.O. - Anno B

## Gv 6, 51-58

<sup>51</sup>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”.  
<sup>52</sup>Allora i Giudei si misero a discutere aspramente tra loro: “Come può costui darci la sua carne da mangiare?” <sup>53</sup>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. <sup>54</sup>Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna ed io lo risusciterò nell'ultimo giorno. <sup>55</sup>Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. <sup>56</sup>Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. <sup>57</sup>Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me ed io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. <sup>58</sup>Questo è il pane disceso dal cielo, non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno.

## BREVE CONTESTUALIZZAZIONE E SPIEGAZIONE

Nei sinottici il primo annuncio dell'Eucaristia ha provocato una divisione tra i discepoli, così come l'annuncio della Passione li ha scandalizzati.

Il Vangelo di Giovanni annota; "*questo linguaggio è duro, chi può intenderlo?*" (Gv 6,60).

L'Eucaristia è la Croce intesa come 'pietra di inciampo'.<sup>2</sup> Eucaristia e Croce sono lo stesso mistero, ma non cercano di dividere gli uomini ancora oggi. La domanda di Giovanni "*forse anche voi volete andarsene?*" (Gv 6,67) è posta da Gesù anche oggi a noi cristiani cattolici del XXI secolo.

Gesù risponde affermando che soltanto Lui ha *parole di vita eterna* (cf. Gv 6,68). In conclusione io che sto scrivendo e tu che stai leggendo **accogli nella fede il dono della sua Eucaristia e di Lui stesso?**

---

<sup>1</sup> CCC, *Catechismo della Chiesa cattolica*, nn.1402-1405 [L'Eucaristia è “pegno della gloria futura”]: **Pegno** indica, in senso figurato, un augurio solenne oppure la testimonianza di un sentimento o di un legame affettivo.

<sup>2</sup> CCC, *Catechismo della Chiesa cattolica*, n.1336.

L'Eucaristia è banchetto messianico<sup>3</sup> ed escatologico,<sup>4</sup> questo è il messaggio di questa Domenica rivolto ad ogni credente.

Le parole “*pane*” e “*vino*” si trovano anche nella prima lettura di oggi,<sup>5</sup> le pronuncia la Sapienza rivolgendosi a tutti coloro che mancano di giudizio, di discernimento e di chiarezza nella conduzione della loro vita. Essi hanno bisogno di un'arte concreta del vivere cui ci prepara questo capitolo 6 del Vangelo di San Giovanni.

Il versetto iniziale di oggi, conclusione della pericope di domenica scorsa, ribadisce il parallelo tra il pane che dona la vita eterna e la persona di Gesù che noi riceviamo con le Sacre Specie.

“Cristo è realmente presente in noi”, scrive Ilario, un padre della Chiesa. È Lui che ha detto: *la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me ed io in lui* (vv. 56-57).

La realtà della sua carne e del suo sangue non lascia adito ad ambiguità: è l'insegnamento del Signore ed è uno dei cardini della nostra fede. Quando li riceviamo e li assorbiamo, queste sostanze ci mettono nel Cristo e mettono Cristo in noi. Forse non è vero per quelli che non riconoscono in Cristo il vero Dio. Ma Egli è in noi con la sua carne e noi siamo in Lui.

## ✠ SPUNTI PER LA MEDITAZIONE E L'ATTUALIZZAZIONE

Il tema del banchetto nella pericope odierna è presente attraverso i suoi elementi costitutivi: pane e vino, mangiare e bere. Però, oltre che comprenderlo nel suo significato mistico e sacramentale, vediamo l'aspetto storico-liturgico. La nostra Eucaristia ha, come la cena pasquale ebraica, l'aspetto di banchetto, festa, sacrificio, memoriale, comunione, lode; ed è composta di due “parti” principali: la Parola e il Corpo di Cristo.

Nell'*Imitazione di Cristo*, importante testo medievale di asceti, colui che vuol seguire Cristo dice “due cose mi sono necessarie nella prigione di questo mio corpo: cibo e luce. Per questo tu donasti a me, infermo, il tuo corpo a ristoro (= nutrimento)

---

<sup>3</sup> A. FILIPPI, *Le chiavi della Bibbia di Gerusalemme*, Ed. EDB Bologna 2013, p.118; AA.VV., *Bibbia per la formazione cristiana*, Ed. EDB 2012, p.1979.

<sup>4</sup> Cf. Ap 3,20;

A. FILIPPI, *Le chiavi della Bibbia di Gerusalemme*, Ed. EDB Bologna 2013, p.305; AA. VV., *La Bibbia Nazaret*, Ed. Ancora 2013, p.1632.

<sup>5</sup> AA.VV., *Bibbia per la formazione cristiana*, Ed. EDB 2012, p.554 [Leggere l'introduzione a questa pericope].

dell'anima e del corpo mio, e ponesti la tua parola come luce al mio cammino" (Sal 119,105).<sup>6</sup>

Che cosa è dunque questo Sacramento, tanto importante per la vita del cristiano e così poco compreso? Dobbiamo abituarci a vivere la partecipazione all'Eucaristia nello spirito di quanto abbiamo letto nell'Imitazione di Cristo.

1. Iniziamo con la liturgia della Parola domenicale: essa non è una introduzione al banchetto eucaristico (che Paolo chiama in 1Cor 10,21 *mensa del Signore*) vero e proprio (e quindi qualcosa che si può anche saltare), **ma** una parte essenziale di esso, da non perdere a nessun costo.
2. Inoltre occorrerebbe che tutti si comunicassero anche al Sangue del Signore *se non bevete il suo sangue...non avete in voi la vita* dice il v.53; alla realtà del suo Sangue Gesù ha legato alcuni effetti particolari, e cioè: la remissione dei peccati, l'alleanza, lo Spirito Santo (Mt 26,28).  
È, quindi, necessaria la comunione al Corpo ed al Sangue per non privare il Sacramento della sua piena efficacia che è legata proprio ai segni.
3. Ancora, l'Eucaristia è un banchetto se in esso regna la fraternità, l'accoglienza, l'aspettarsi reciproco, la gioia del sentirsi fratelli (ed ecco il recarsi ordinatamente, in fila, cantando insieme, per prendere la comunione).
4. L'Eucaristia è l'immagine del Regno. Celebra il già (la pienezza della grazia e della gioia messianica), ricordandoci che lo Sposo è già con noi (Mc 2,19).

Ci ricorda che noi, pagani di un tempo, non siamo più i cagnolini che si nutrono delle briciole (Mt 15,27); ma che ci nutriamo della pienezza dei beni perchè tutto è nostro e noi siamo di Cristo (1Cor 3,22ss).

*Cristo, dunque, è l'Eucaristia e l'Eucaristia è la persona stessa del Cristo.*

Ideale commento a questo discorso nella sinagoga di Cafarnao è 1Cor 10,16: *il 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?*

La frase che Gesù pronuncia nel Vangelo di oggi: (v. 51c): *"il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo"* è considerata dagli studiosi la formula della consacrazione eucaristica in uso nelle chiese giovanee, ricalcata sulle parole dell'istituzione dell'Eucaristia nell'Ultima Cena, che il quarto Vangelo non descrive.

---

<sup>6</sup> AA. VV., *La Bibbia Nazaret*, Ed. Ancora 2013, p.999.

Ricordiamo che in aramaico, la lingua parlata da Gesù, invece di corpo si usava, sempre per indicare tutta la persona, il termine carne.

## ☑ NOTE PER UNA GRIGLIA DI LETTURA

**Carne, mondo:** vedi XIX domenica.<sup>7</sup>

**Come:** ultima interruzione dei Giudei, che capiscono sempre meno perché non si trovano sul piano della fede. Seguendo la sua abitudine, Gesù non risponderà: questa dottrina può essere compresa solo dalle comunità cristiane alle quali Giovanni rivolge il suo Vangelo. Inoltre è inconcepibile che i Giudei prima della morte di Gesù potessero capire ed ammettere un simile discorso.

**In verità, in verità:** è la trasposizione dell'ebraico "amèn" = certamente, veramente, sinceramente (amèn = essere saldi, avere fede).

Gesù lo usa quando il suo insegnamento è impartito con autorità ed autonomia. È come se affermasse "**Io vi dico**". I profeti usavano le parole "*dice il Signore*".

Il termine è usato 12 volte da Marco; 30 da Matteo; 5 da Luca; 25 da Giovanni e nelle forma raddoppiata *amèn, amèn*.

**Se non mangiate:** (al v. 54 ) il verbo in greco non è il termine normale per indicare il mangiare, il cibarsi, ma è un termine più rozzo cioè rosicchiare, masticare. Teologicamente, il concetto ci dice che non è sufficiente che Gesù si doni; bisogna ancora che lo si accolga con fede.

L'entrata del Verbo nella nostra carne ci dà la vita, solo se crediamo che Egli è in profonda comunione con la nostra debolezza umana e che, per mezzo della sua morte, ci dona realmente la vita (sottinteso: non la vita eterna sulla terra, ma la vita eterna, paradisiaca, dopo la morte fisica).

**Sangue:** carne e sangue indicano l'essere umano nella sua totalità. Gesù chiede ai suoi discepoli di entrare in comunione con Lui, per mezzo della sua vita donata, del suo sangue versato, facendone nutrimento della loro (e nostra, oggi) esistenza e sostanza della loro (e nostra) fede.

Gesù chiese allora (e chiede oggi a noi) di essere assimilato come si assimila il pane ed il vino nella vita terrena. Nella Bibbia (Gen 9,4-5) il sangue è la vita: e Dio proibisce non solo di versare il sangue (di altri uomini), ma anche di nutrirsi (di quello degli animali) perché la vita appartiene a Dio. Questa proibizione è tolta con la totale inversione operata da Gesù: non è più soltanto

---

<sup>7</sup> AA.VV., *Bibbia per la formazione cristiana*, Ed. EDB 2012, p.1276 [Per la parola "mondo"]; AA. VV., *La Bibbia Nazaret*, Ed. Ancora 2013, p.1695 [Per la parola "mondo"].

tutta la vita che risale a Dio, ma è anche la vita di Dio che scende in noi, che ci è donata, e che ci “divinizza”.

**Risusciterò:** Giovanni, presentando Gesù come il pane della vita che dona l’immortalità (perché è presentata come frutto della fede in Gesù *chi crede ha la vita eterna* - 6,47), sembra rievocare da vicino l’immagine dell’albero della vita nel Paradiso terrestre, (cf. Gen 2,9; 3,3.22).

Nel discorso di Cafarnaò il Verbo incarnato è la persona divina che realizza il desiderio più profondo dell’uomo: sin dall’inizio della sua storia: l’uomo vuol vivere per sempre, aspira all’immortalità, non vuol morire e il Cristo di San Giovanni appaga anche questo desiderio, questo bisogno vitale della creatura, a patto che noi, creature, si creda esistenzialmente nella sua persona divina.

**Vero cibo, vera bevanda:** siamo invitati a superare i segni per raggiungere una persona viva che dona se stessa. Gesù è *la luce vera* 1,9; *la vera vite* 15,1. Allo stesso modo, Egli è nell’Eucaristia il *vero pane*, più vero e più vitale del pane di ogni giorno.

**Rimane:** la vecchia traduzione Cei diceva “dimora”. L’intimità tra il Signore ed il discepolo (e noi, oggi) diventa tanto profonda che questi vive per il Cristo, come il Verbo incarnato vive per il Padre (6,57).

Il rimanere, del discepolo in Cristo e di Cristo nel discepolo, può essere definito la formulazione cristologica della Nuova Alleanza, già predetta da Ger 31,31 e Ez 36,23-27. Questi profeti, nel VI secolo a. C., avevano preannunciato, per l’era escatologica, una nuova alleanza, caratterizzata dall’immanenza di Jahvè nel cuore dei suoi fedeli, mediante la legge interiore dello Spirito.

**Padre:** la vita che Gesù comunica agli uomini ha la sua sorgente nel Padre. Colui che si nutre della sua carne e del suo sangue vivrà dunque la stessa vita di Dio (Padre e Figlio e quindi Trinità).

**Pane:** due domeniche fa, nella XVIII Domenica abbiamo letto i versetti 24-35 di questo capitolo 6 e Gesù ha risposto alla richiesta della folla che gli chiedeva di ripetere il miracolo della manna (il frutto di una tamerice del Sinai) affermando che il pane della vita, dato da Dio, è Lui. Poi Domenica scorsa, la XIX al v. 50, Gesù ripete il concetto che il pane dell’AT fa morire mentre la missione del Figlio consiste nel dare la vita eterna, cioè l’immortalità. Ed oggi ci fa capire che il pane donato è la carne del Figlio dell’uomo per la vita del mondo.

## ***Preghiamo il Signore “cuore a cuore”***

***Signore,  
ad ogni Eucaristia  
Tu vieni a me ed io vengo a Te.  
Signore,  
rimani sempre in me  
ed io conoscerò la profondità del tuo amore!  
Signore,  
se Tu vieni in me,  
io potrò compiere la tua volontà,  
la volontà del Padre tuo e Padre nostro.  
Signore,  
aiutami ad essere certo/a della vita eterna.  
Signore, aumenta la mia fede!  
Amen.***

### **IL BANCHETTO DELLA VITA PIENA <sup>8</sup>**

***Gianfranco Ravasi***

Nel suo *Breviario tedesco* Brecht ironizzava: «Per chi sta in alto discorrere di mangiare è cosa bassa. Si capisce: loro hanno già mangiato!». Questa volta, però, anche coloro che stanno in alto hanno compreso che è necessario parlare di una realtà quotidiana com'è il cibo e l'Expo di Milano ne è un'attestazione esplicita. Anche a livello alto si è, infatti, consapevoli che il cavaliere nero dell'Apocalisse (6,5-6), che regge una bilancia per misurare le derrate alimentari, continua ancora oggi a correre per tante regioni del nostro pianeta ove, purtroppo, spesso convivono quelli che hanno più cibo che appetito e quelli che hanno più appetito che cibo.

È noto che la famosa frase assonante *Der Mensch ist was er isst*, «l'uomo è ciò che mangia» del filosofo ottocentesco Feuerbach, è considerata come un emblema del materialismo. In realtà, però, potrebbe essere assunta con un'altra interpretazione. Il cibo, infatti, in tutte le culture è anche simbolo di comunione nella gioia (si pensi alle parabole nuziali di Gesù che comprendono un banchetto), nel dolore («mangiare il pane del lutto» è una nota locuzione biblica, e i pasti funebri sono ancora praticati in molte nazioni), nell'ospitalità (basti leggere la deliziosa scenetta narrativa di Abramo che accoglie i tre ospiti ignoti nel capitolo 18 della Genesi).

---

<sup>8</sup> G. RAVASI, *Expo 2015 - Il banchetto della vita piena* in *Avvenire* venerdì 30 gennaio 2015.

Aveva ragione il magistrato francese Anthelme Brillat-Savarin quando osservava nella sua celebre *Fisiologia del gusto* (1825) che «gli animali si nutrono, l'uomo mangia, l'uomo di spirito pranza». Se ci avviassimo sulla strada della simbologia religiosa del cibo, dovremmo, in pratica, allestire un intero orizzonte metaforico: c'è il banchetto pasquale esodico, quello liturgico dei 'sacrifici di comunione' nel tempio con le carni immolate, c'è il banchetto messianico ed escatologico, segno di pienezza e di gioia, c'è quello sapienziale di stampo etico (si legga il capitolo 9 dei Proverbi) e c'è la cena eucaristica di Cristo, per non parlare poi della morale raffigurata proprio in apertura alla Bibbia con l'immagine di un frutto «buono da mangiare, gradevole agli occhi e desiderabile», quello dell'albero della conoscenza del bene e del male (Gen 3,6).

I pranzi hanno un rilievo curioso all'interno della storia di Gesù. Egli, infatti, accetta spesso di sedere a mensa, senza badare molto alle persone che lo invitano: una volta è un fariseo ad averlo come ospite, altre volte è un pubblicano come Zaccheo o Matteo. Anzi, a un certo momento si mormorerà di Lui: «Costui riceve i peccatori e mangia con loro» (Lc 15,2). Inoltre Gesù ama usare il simbolo del banchetto, soprattutto nuziale, per parlare del Regno di Dio: si pensi alla parabola degli invitati a nozze (Mt 22,1-14) o a quella delle vergini stolte e prudenti (Mt 25,1-13). Si arriverà persino a dire che Egli è «un mangione e beone, amico dei pubblicani e dei peccatori», in contrasto con l'ascetico Battista «che non mangia pane e non beve vino» (Lc 7,33-34).

Nella tradizione cristiana le due prime opere di misericordia 'corporale' sono proprio il «dar da mangiare agli affamati e dar da bere agli assetati». Ci sono due scene emblematiche al riguardo nella Bibbia. La prima è quella in cui Dio si premura di procurare - come un padre di famiglia - il cibo e l'acqua al suo popolo in marcia nel deserto (l'acqua che scaturisce dalla rupe, la manna e le quaglie). L'altra scena è quella di Gesù che imbandisce pane e pesci per la folla che lo sta seguendo, moltiplicando quel poco cibo che era a loro disposizione.

Noi ora ci accontenteremo solo di porre su un'ideale tavola due cibi molto semplici, reali e metaforici al tempo stesso: il pane e il vino. Paul Claudel nel suo *Annunzio a Maria* scriveva: «Interroga la vecchia terra, ti risponderà col pane e col vino». Essi sono gli archetipi dell'alimentazione, tant'è vero che in ebraico *lehem*, «pane», ha la stessa radice del vocabolo che indica la «guerra», proprio perché si tratta di una conquista primaria dell'esistenza. Un autore spirituale, il gesuita Charles Pierre, dichiarava: «Il pane conserva quasi una maestà divina. Mangiarlo nell'ozio è da parassita; guadagnarlo laboriosamente è un dovere; rifiutarsi di dividerlo è da crudeli». Ora, nella Bibbia col pane si rimanda al cibo in senso generale, tant'è vero che «mangiare il pane» è un'espressione che significa semplicemente 'cibarsi'.

Nel Vicino Oriente non si può dare il pane agli animali; se si inciampa in un pane caduto per terra, lo si raccoglie e pulisce, e ancor oggi gli arabi non tagliano il pane col coltello per non 'ucciderlo', considerandolo quasi una creatura vivente. Il pane dei poveri era di orzo, essendo il frumento raro e pregiato. È noto, però, che il

pane più comune era quello azzimo, cioè una specie di sfoglia non lievitata, di facile preparazione nel deserto e senza forno (bastava una lastra riscaldata di pietra o di metallo). Il vero impegno religioso - ammoniva Isaia (25,7) - consiste nel «dividere il pane con l'affamato». Anzi, come dovrebbe essere vero anche per noi cristiani (lo è per l'usanza musulmana del Ramadan), il digiuno non è una dieta o un gesto masochistico, bensì un atto penitenziale di distacco dal benessere per trasformarlo in carità per i miseri.

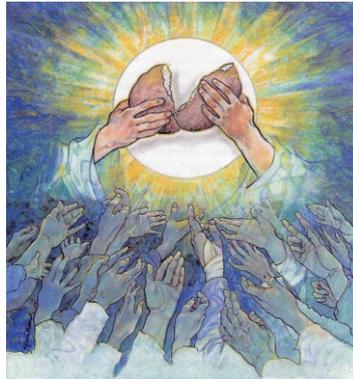
Esemplari sono ancora le parole di Isaia: «È questo il digiuno che io (il Signore) voglio: sciogliere le catene inique, togliere i legami del giogo, rimandare liberi gli oppressi e spezzare ogni giogo. Non consiste forse (il vero digiuno) nel dividere il pane con l'affamato, nell'introdurre in casa i miseri, i senzatetto, nel vestire uno che vedi nudo?» (58, 6-7). Gesù ha dato un rilievo spirituale ulteriore al pane: l'Eucaristia nel linguaggio neotestamentario era definita come «la frazione del pane» (Atti 2,42) perché con quel gesto si segnalava la comunione di tutti i fedeli con Cristo e tra loro. In quel rito tipicamente cristiano in cui il pane diventa il corpo di Cristo che si dona e comunica ai credenti, si ha un'altra presenza 'materiale' trasfigurata nel segno efficace del sangue di Cristo, ossia il vino.

Questa bevanda aveva per la Bibbia anche un valore immediato e realistico, essendo espressione della festa e dell'allegria. Il Salmo 104,15 lo canta come ciò che «allietta il cuore dell'uomo». L'era messianica è dipinta sotto immagini 'enologiche': «Verranno giorni in cui dai monti stillerà il vino nuovo e colerà giù dalle colline»; «Preparerà il Signore degli eserciti un banchetto di vini eccellenti, di cibi succulenti, di vini raffinati» (Am 9,14 e Is 25,6). Nella Bibbia, a partire da Noè, il vino costituisce una presenza semplice e spontanea, con le sue capacità di generare gioia, amore, amicizia, festa ma anche con i suoi rischi. Al riguardo evochiamo due passi molto brillanti. Il Siracide, sapiente del II secolo a.C., scrive: «Non fare forte uso del vino perché ha mandato molti in rovina... Il vino è come la vita per gli uomini, purché tu lo beva con misura. Che vita è quella di chi non ha vino? Esso, infatti, fu creato per la gioia degli uomini. Allegria del cuore e gioia dell'anima è il vino bevuto a tempo e a misura. Amarezza dell'anima è il vino bevuto in quantità, con eccitazione e per sfida. L'ubriachezza accresce l'ira dello stupido a sua rovina...» (31,25-30). Nei Proverbi, invece, si ha un ritratto vivace dell'ubriaco: «Non guardare il vino quando rospeggia, quando scintilla nella coppa e scende piano piano; finirà col morderti come un serpente. I tuoi occhi vedranno cose strane e la tua mente dirà cose sconesse. Ti parrà di giacere in alto mare o di dormire in cima all'albero maestro...» (si legga Pr 23,29-35).

La religione cristiana non è, dunque, una vaga emozione interiore che ci invita a decollare dalla realtà verso cieli mitici e misticheggianti. È una fede legata ai corpi, alla storia, all'esistenza. Una società sbrigativa e superficiale che ingurgita cibi a caso in un *fast food*, che ignora lo spreco alimentare, che si infastidisce quando si evoca lo spettro della fame nel mondo, che si oppone all'ospitalità, ha perso non solo la dimensione simbolica del cibo ma anche la spiritualità che in quel segno è celata. Per

questo ritornare alla civiltà e alla simbologia del cibo ha un valore culturale e spirituale. Forse non esagerava lo scrittore inglese Charles Lamb, vissuto tra il Sette e l'Ottocento, quando nei suoi *Saggi di Elia* scriveva: «Detesto l'uomo che manda giù il suo cibo affermando di non sapere che cosa mangia. Dubito del suo gusto in cose più importanti».

## LA SANTA MESSA



Il nostro Salvatore nell'ultima cena, la notte in cui fu tradito, istituì il sacrificio eucaristico del suo corpo e del suo sangue, onde perpetuare nei secoli fino al suo ritorno il sacrificio della croce, e per affidare così alla sua diletta sposa, la Chiesa, il memoriale della sua morte e della sua resurrezione: sacramento di amore, segno di unità, vincolo di carità, convito pasquale, nel quale si riceve Cristo, l'anima viene ricolma di grazia e ci è dato il pegno della gloria futura.

Perciò la Chiesa si preoccupa vivamente che i fedeli non assistano come estranei o muti spettatori a questo mistero di fede, ma che, comprendendolo bene nei suoi riti e nelle sue preghiere, partecipino all'azione sacra consapevolmente, piamente e attivamente; siano formati dalla Parola di Dio; si nutrano alla mensa del corpo del Signore; rendano grazie a Dio; offrendo la vittima senza macchia, non soltanto per le mani del sacerdote, ma insieme con lui, imparino ad offrire se stessi, e di giorno in giorno, per la mediazione di Cristo, siano perfezionati nell'unità con Dio e tra di loro, di modo che Dio sia finalmente tutto in tutti (SSC 47-48).



Fate questo  
in memoria di me

"Ora, mentre mangiavano, Gesù prese il pane e, pronunciata la benedizione, lo spezzò e lo diede ai discepoli dicendo: "Prendete e Mangiate; questo è il mio Corpo. Poi prese il calice e, dopo aver reso grazie, lo diede loro, dicendo: Bevetene tutti, perché questo è il mio sangue dell'Alleanza, versato per molti, in remissione dei peccati" (Mt 26,26-28; cf. Mc 14,22-25; Lc 22,19-20).

**La Santa Messa è il memoriale della Passione, Morte e Risurrezione di Gesù.** Ciò significa che la Messa non è un ricordo di un avvenimento passato ma un rendere presenti oggi ciò che Gesù fece e disse durante l'ultima Cena. Partecipando alla Santa Messa ci uniamo al sacrificio di Gesù ed impariamo da Lui ad essere generosi e capaci di dare la vita come Lui. Quattro sono i momenti fondamentali della celebrazione eucaristica:

- |                          |                         |
|--------------------------|-------------------------|
| 1. Riti d'introduzione   | 3. Liturgia eucaristica |
| 2. Liturgia della Parola | 4. Riti conclusivi      |

## 1. RITI DI INTRODUZIONE

Gesù ci chiama, ci accoglie, ci raduna.

### Il Segno della Croce



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

Dopo il bacio dell'altare, simbolo di Cristo, la Messa inizia col segno della croce. Questo segno ci ricorda che Dio è Padre, Figlio e Spirito Santo e che Gesù si è incarnato, è morto e risorto per noi.

### Il Saluto del Celebrante

Il sacerdote ci saluta con questo o altro simile saluto: *“La grazia del Signore nostro Gesù Cristo, l'amore di Dio Padre e la comunione dello Spirito Santo sia con tutti voi.”* Questo saluto ci ricorda quello che S. Paolo inviò per lettera ai primi cristiani di Corinto. La parola di saluto è accompagnata dal gesto delle mani e delle braccia che si allargano e si richiudono: segno di accoglienza, di saluto, di pace e di annuncio che il Signore è presente, ci ama di un amore grande.



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



### L'Atto Penitenziale

(Confesso a Dio onnipotente)

Il sacerdote ci invita a riconoscere i propri peccati. Siamo fratelli ma non siamo buoni come vuole Gesù. In questo momento se noi siamo sinceramente pentiti ci vengono cancellati tutti i peccati veniali. Per i peccati gravi o mortali resta l'obbligo della Confessione.

## Gloria a Dio .....



È una preghiera antichissima che prende spunto dalle parole cantate dagli angeli la notte in cui il Salvatore del mondo è nato sulla terra dalla Beata Vergine Maria, Madre della Redenzione. Lo cantiamo e recitiamo tutte le domeniche e nei giorni di festa, escluse le domeniche di Avvento e di Quaresima. Esso esprime adorazione, gioia, ringraziamento.

### Colletta o Preghiera

Il celebrante in questo momento alza e allarga le braccia e nel silenzio ognuno di noi formula le sue richieste e il sacerdote raccoglie - da cui il nome di colletta dato alla preghiera - le intenzioni di tutta la Chiesa.



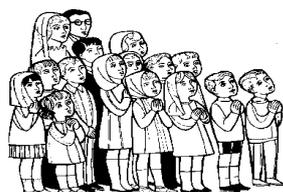
## 2. LITURGIA DELLA PAROLA

Il Padre ci raduna per donarci la sua Parola. La Parola di Dio è come un seme e il terreno è il nostro cuore. Nell'ascolto della Parola la comunità ricorda i grandi fatti compiuti da Dio nella storia degli uomini. È ammaestrata dagli insegnamenti di Cristo e dalla parola degli Apostoli.



- **Prima Lettura** - È tratta dall'Antico Testamento o dagli Atti degli Apostoli o dall'Apocalisse.
- **Salmo Responsoriale** - È una preghiera tratta dalla Bibbia.
- **Seconda Lettura** - È tratta dalle lettere di San Paolo o di altri Apostoli.
- **Vangelo** - È un brano tratto da uno dei quattro Vangeli (Matteo, Marco, Luca, Giovanni). Il Vangelo è particolarmente importante: è Gesù stesso che parla, e per questo l'ascoltiamo in piedi. È sempre il sacerdote che lo proclama perché è lui che nell'assemblea occupa il posto di Gesù. Anche il diacono, se presente, lo proclama.  
All'inizio del Vangelo, mentre rispondiamo "Gloria a Te o Signore" tracciamo un piccolo segno di croce sulla fronte, sulle labbra e sul cuore, per domandare che la Parola di Gesù entri nella nostra mente e possiamo parlare e amare come vuole il Signore.
- **Breve Omelia** - Il sacerdote ci riferisce la volontà attuale di Dio contenuta nella Parola proclamata.

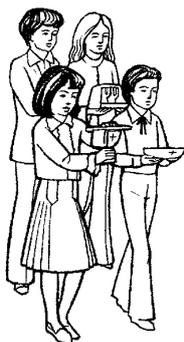
- **Momento di Silenzio** - Il silenzio che segue fa sì che la Parola proclamata entri nel nostro cuore, lo cambi e dimori per sempre affinché possiamo attingere ogni giorno per fare bene ogni cosa. Solo vivendo la Parola, l'Amore, Cristo Gesù, entrerà nel mondo e trionferà.
- **Credo** - È un compendio della nostra fede. Dopo aver ascoltato la Parola, recitando il Credo esprimiamo la nostra adesione in Dio Padre, Figlio e Spirito Santo.
- **Preghiera dei Fedeli o Preghiera universale** - È la preghiera di tutta l'assemblea: si prega per la santa chiesa, per coloro che ci governano, per coloro che si trovano in varie necessità, per tutti gli uomini e per la salvezza di tutto il mondo. Tutti vi partecipano ripetendo un'invocazione.



Lo scopo della preghiera dei fedeli è uno solo: consegnare la propria vita nelle mani del Signore perché Egli la diriga, la riempia di amore. Riempiti del suo Amore saremo capaci di sacrificare la nostra vita perché Dio venga riconosciuto nel mondo.

### 3. LITURGIA EUCARISTICA

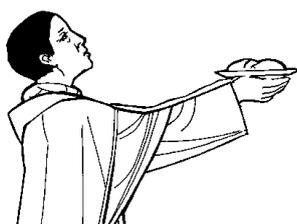
Con Gesù ringraziamo il Padre. Gesù ci invita a portare il pane e il vino come segno dell'offerta di noi stessi; attualizza per noi, oggi, la sua morte e la sua risurrezione; si dona a noi come nutrimento nel pane e nel vino.



#### Offertorio

Il pane e il vino portati all'altare sono frutto della terra e del nostro lavoro; in questo momento della Messa noi dobbiamo offrire a Gesù le nostre buone azioni, le nostre gioie e sofferenze, perché Lui le benedica insieme ai nostri doni e perché la nostra vita sia sempre unita alla sua. Lui cammina con noi, si fa nostro cibo e nostro compagno di viaggio, noi gli diciamo che vogliamo camminare con Lui a fianco.

#### Alzando le Ostie il sacerdote dice:



Benedetto sei tu, Signore, Dio dell'universo: dalla tua bontà abbiamo ricevuto questo pane, frutto della terra e del lavoro dell'uomo; lo presentiamo a te, perché diventi per noi cibo di vita eterna. Le gocce d'acqua aggiunte al vino sono segno della nostra unione con Cristo che ha voluto assumere la nostra natura umana.

### Alzando il Calice dice:

Benedetto sei tu, Signore, Dio dell'universo: dalla tua bontà abbiamo ricevuto questo vino, frutto della vite e del lavoro dell'uomo; lo presentiamo a te perché diventi per noi bevanda di salvezza.



**Lavabo** - Segue il gesto della lavanda delle mani che è un gesto di purificazione del sacerdote che esprime il desiderio d'essere meno indegno di celebrare l'Eucaristia. Mentre compie questo gesto dice: "Lavami, Signore, da ogni colpa, purificami da ogni peccato".

**Preghiera sulle offerte** - Deposte le offerte sull'Altare e compiuti i riti che accompagnano questo gesto, il sacerdote invita i fedeli a unirsi a lui nella preghiera e pronunzia l'orazione sulle offerte. Tale preghiera viene pronunciata a voce alta dal sacerdote, con le braccia allargate, a nome di tutta la comunità che, quindi, esprime la sua partecipazione stando in piedi e rispondendo "Amen".

**Prefazio** - "*È veramente cosa buona e giusta nostro dovere e fonte di salvezza [...]*" In questa preghiera ringraziamo Dio per gli innumerevoli frutti che la sua misericordia ha prodotto e produce nei cuori. Nell'introduzione di ogni prefazio si proclama che è dovere di ogni creatura rendere gloria a Dio, sempre e dovunque, in ogni tempo e in ogni luogo; è detto anche che rendere gloria è fonte di salvezza. Per lodarlo e benedirlo dobbiamo diventare una cosa sola con Gesù, dobbiamo amare come Gesù e per far ciò dobbiamo diventare Santi e fare della nostra vita un dono d'Amore per i nostri fratelli.

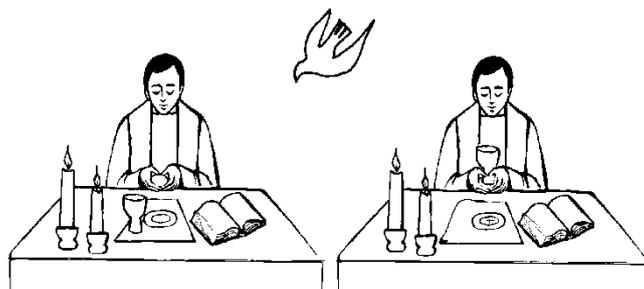


### Santo, Santo, Santo

Cantiamo insieme agli Angeli e ai Santi un inno di lode e di benedizione al Signore, di acclamazione e di esultanza per il Dio tre volte Santo che è Signore dell'universo. Uniamoci con gioia al coro degli Angeli, gustiamo questo momento come preludio di quel che celebriamo nel Paradiso quando, in virtù del mistero della morte e risurrezione di Gesù, vedremo la gloria di Dio e canteremo nell'unico coro degli Angeli e dei Santi le lodi del Signore.

### Consacrazione

Obbediente al comando "*Fate questo in memoria di me*" il sacerdote ripete il gesto e le parole del Signore sul pane e sul vino, invocando lo Spirito Santo.



Il pane e il vino dopo la consecrazione sono Corpo e Sangue di Gesù, cibo di vita eterna da Lui promesso: *“Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno”* (Gv 6,54).

Si prega per la Chiesa diffusa su tutta la terra perché Dio Padre la renda perfetta nell'amore in unione con il Papa, il nostro vescovo ed i sacerdoti. Preghiamo anche per i nostri fratelli defunti; ricordiamo Maria, gli apostoli, i martiri e i santi e infine chiediamo che di noi tutti abbia misericordia perché possiamo cantare la sua gloria.



### Padre Nostro

Come fratelli recitiamo la preghiera che ci ha insegnato Gesù. Poi il sacerdote prega Dio perché allontani da noi il male e ci doni sempre la pace.

### Scambio della Pace

Per accostarci alla mensa del Signore bisogna essere in pace con Dio e con i fratelli per questo ci si scambia un segno di amicizia e di pace. In questo momento nel dare la mano dobbiamo perdonare di cuore chi ci avesse offeso o non è in amicizia con noi, anche se non è lì presente.



### Comunione

Il sacerdote invita tutti alla Cena del Signore dicendo: *“Beati gli invitati alla Cena del Signore! Ecco l'Agnello di Dio, che toglie i peccati del mondo”*. E noi rispondiamo: *“O Signore, non sono degno di partecipare alla tua mensa; ma dì soltanto una parola, e io sarò salvato”*.



La Comunione al Corpo e al Sangue di Gesù è il cibo della vita nuova che unisce al Padre e ai fratelli; ci aiuta a fare della nostra vita un dono d'amore. Lo Spirito Santo fa della Chiesa un cuor solo ed un'anima sola.

### **Ringraziamento**



Segue un breve momento di silenzio, di contemplazione, di preghiera personale che è adorazione, lode, benedizione a Dio Padre per il dono che ci ha fatto. Gesù è dentro di noi e Gli parliamo come a un amico. Al silenzio adorante segue l'invito del sacerdote alla preghiera detta semplicemente: **dopo la Comunione.**

## **4. RITI CONCLUSIVI**

Sostenuti dalla grazia ricevuta nel sacramento ad opera dello Spirito Santo, ora siamo chiamati ad andare nel mondo a ricordare la Parola di Gesù a tutti gli uomini, attraverso la testimonianza della vita.

### **Benedizione e Congedo**



Con la benedizione termina la Santa Messa ed ognuno di noi è chiamato a fare ogni cosa bene. L'assemblea viene sciolta con l'invito ad andare in pace e a proseguire e a vivere nel mondo quanto in chiesa è stato celebrato.

### **La Messa è finita,**

Ma non finisce la nostra missione. Ognuno di noi, nutrito della Sua Parola e del Suo Corpo, dovrà andare nel mondo a portare ad ogni uomo il lieto annunzio della salvezza. Se partecipiamo con viva fede alla Santa Messa trasformeremo la nostra vita, diverremo Suo Volto nel mondo. Riempiti del Suo Amore usciremo dal tempio raggianti di gioia ed il mondo riconoscerà le Sue meraviglie, si innamorerà di Lui, di Gesù. Vergine Maria, Madre della Redenzione prega ed intercedi per noi presso il tuo Figlio Gesù. Abbiamo bisogno del tuo aiuto per svolgere questa missione di salvezza: camminare per ricordare la Parola di Gesù al mondo che l'ha dimenticata.

