



messa meditazione domenicale

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

Antifona d'ingresso Cfr. Sal 73,20.19.22

Volgi lo sguardo, Signore, alla tua alleanza, non dimenticare per sempre la vita dei tuoi poveri. Alzati, o Dio, difendi la mia causa, non dimenticare la supplica di chi ti invoca.

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

La grazia e la pace di Dio nostro Padre e del Signore nostro Gesù Cristo siano con tutti voi. **E con il tuo spirito.**

Atto penitenziale

Cristo si è fatto nostra Pasqua, sempre presente tra noi con i segni del suo amore. Ringraziamolo per i suoi doni e offriamogli un cuore contrito, disposto a riconoscere ogni mancanza.

Breve pausa di silenzio.

Signore, che ti sei fatto pane che ci sostiene nel cammino della vita, **Kýrie, eléison.**

Kýrie, eléison.

Cristo, che sei il vero alimento che nutre la nostra anima, **Christe, eléison.**

Christe, eléison.

Signore, che nell'Eucaristia ci hai dato il pegno della gloria futura, **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 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

Dio onnipotente ed eterno, guidati dallo Spirito Santo, osiamo invocarti con il nome di Padre: fa' crescere nei nostri cuori lo spirito di figli adottivi, perché possiamo entrare nell'eredità che ci hai promesso. Per il nostro Signore... **Amen.**

Oppure [Anno B]: O Padre, che guidi la tua Chiesa pellegrina nel mondo, sostienila con la forza del cibo che non perisce, perché, perseverando nella fede e nell'amore, giunga a contemplare la luce del tuo volto. Per il nostro Signore... **Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

Prima lettura

1Re 19,4-8

Con la forza di quel cibo camminò fino al monte di Dio.

Dal primo libro dei Re.

In quei giorni, Elia ⁴s'inoltrò nel deserto una giornata di cammino e andò a sedersi sotto una ginestra. Desideroso di morire, disse: «Ora basta, Signore! Prendi la mia vita, perché io non sono migliore dei miei padri».

⁵Si coricò e si addormentò sotto la ginestra. Ma ecco che un angelo lo toccò e gli disse: «Alzati, mangialo!». ⁶Egli guardò e vide vicino alla sua testa una focaccia, cotta su pietre roventi, e un orcio d'acqua. Mangiò e bevve, quindi di nuovo si coricò. ⁷Tornò per la seconda volta l'angelo del Signore, lo toccò e gli disse: «Alzati, mangia, perché è troppo lungo per te il cammino». ⁸Si alzò, mangiò e bevve. Con la forza di quel cibo camminò per quaranta giorni e quaranta notti fino al monte di Dio, l'Oreb.

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

Salmo responsoriale dal Salmo 33

R/. Gustate e vedete com'è buono il Signore.

FA DO

Gu - sta - te e ve - de - te co - m'è

Sib FA

buo - no il Si - gno - re.

Benedirà il Signore in ogni tempo, / sulla mia bocca sempre la sua lode. / Io mi glorio nel Signore: / i poveri ascoltino e si rallegriano. **R/.**

Magnificate con me il Signore, / esaltiamo insieme il suo nome. / Ho cercato il Signore: mi ha risposto / e da ogni mia paura mi ha liberato. **R/.**

Guardate a lui e sarete raggianti, / i vostri volti non dovranno arrossire. / Questo povero grida e il Signore lo ascolta, / lo salva da tutte le sue angosce. **R/.**

L'angelo del Signore si accampa / attorno a quelli che lo temono, e li libera. / Gustate e vedete com'è buono il Signore; / beato l'uomo che in lui si rifugia. **R/.**

Seconda lettura Ef 4,30 - 5,2

Camminate nella carità come Cristo.

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini.

Fratelli, ³⁰non vogliate rattristare lo Spirito Santo di Dio, con il quale foste segnati per il giorno della redenzione. ³¹Scompaiano da voi ogni asprezza, sdegno, ira, grida e maldicenze con ogni sorta di ma-

lignità. ³²Siate invece benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo. ⁵¹Fatevi dunque imitatori di Dio, quali figli carissimi, ²e camminate nella carità, nel modo in cui anche Cristo ci ha amato e ha dato se stesso per noi, offrendosi a Dio in sacrificio di soave odore.

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

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 Gv 6,41-51

Io sono il pane vivo, disceso dal cielo.

✠ Dal Vangelo secondo Giovanni.

In quel tempo, ⁴¹i Giudei si misero a mormorare contro Gesù perché aveva detto: «Io sono il pane disceso dal cielo». ⁴²E dicevano: «Costui non è forse Gesù, il figlio di Giuseppe? Di lui non conosciamo il padre e la madre? Come dunque può dire: "Sono disceso dal cielo"?». ⁴³Gesù rispose loro: «Non mormorate tra voi. ⁴⁴Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. ⁴⁵Sta scritto nei profeti: "E tutti saranno istruiti da Dio". Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. ⁴⁶Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. ⁴⁷In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna. ⁴⁸Io sono il pane della vita. ⁴⁹I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; ⁵⁰questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. ⁵¹Io 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».

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, il Signore ci raduna oggi in questa assemblea eucaristica per gioire della sua presenza e del conforto della Chiesa. Presentiamo a Lui con fiducia le nostre invocazioni per noi e per l'umanità intera.

Preghiamo insieme e diciamo:

R/. Gesù, Pane di vita nuova, ascoltaci.

1. Perché il Padre ci attiri a sé con la grazia del suo Santo Spirito e ci faccia riconoscere, accogliere e seguire il suo Figlio Gesù come Salvatore nostro e del mondo intero. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Perché possiamo accogliere con fede e gioia il Pane vivo che viene dal Cielo, Gesù, che nell'Eucaristia ci dona la sua vita nel tempo e per l'eternità, e ci chiama così ad essere suoi amici. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Perché lo Spirito Santo non debba rattristarsi dinanzi alle malignità, ai rancori, alle guerre e alle divisioni. Possa l'umanità accogliere i Suoi doni, così che tutti impariamo a trattarci con benevolenza, accogliendoci e perdonandoci. Noi ti preghiamo. **R/.**
4. Perché ogni famiglia sappia accogliere il dono dei figli, e i figli possano sperimentare la gioia della vita familiare, rispondendo alla propria vocazione, per il bene della nostra società e del mondo intero. Noi ti preghiamo. **R/.**

Signore Dio, affidiamo a te la nostra preghiera per poter godere del dono dell'unità in te e della tua pace. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. **Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

Preghiera sulle offerte

Accetta con bontà, o Signore, i doni della tua Chiesa: nella tua misericordia li hai posti nelle nostre mani, con la tua potenza trasformati per noi in sacramento di salvezza. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Prefazio [Si suggerisce il prefazio delle domeniche del Tempo Ordinario VII - M. R. pag. 365].

Antifona alla comunione

Gv 6,51

Dice il Signore: «Il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo».

Preghiera dopo la comunione

La partecipazione ai tuoi sacramenti ci salvi, o Signore, e confermi noi tutti nella luce della tua verità. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Calendario liturgico settimanale

9 - 15 agosto 2021

XIX del Tempo Ordinario - III del salterio

Lunedì 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]

Martedì 10 - S. Lorenzo, F

S. Bianco | B. Arcangelo Piacentini

[2Cor 9,6-10; Sal 111; Gv 12,24-26]

Mercoledì 11 - S. Chiara, M

S. Susanna | S. Rufino

S. Taurino | S. Tiburzio

[Dt 34,1-12; Sal 65; Mt 18,15-20]

Giovedì 12 - FERIA

S. Giovanna Francesca de Chantal, mf

S. Lelia | S. Ercolano | SS. Aniceto e Fozio

B. Innocenzo XI

[Gs 3,7-10.11.13-17; Sal 113A; Mt 18,21 - 19,1]

Venerdì 13 - FERIA

SS. Ponziano e Ippolito, mf

S. Cassiano | B. Marco d'Aviano

S. Giovanni Berchmans | S. Massimo Confessore

[Gs 24,1-13; Sal 135; Mt 19,3-12]

Sabato 14 - S. Massimiliano M. Kolbe, M

S. Arnolfo di Soissons | S. Ursicino

B. Elisabetta Renzi

[Gs 24,14-29; Sal 15; Mt 19,13-15]

Domenica 15 - Assunzione della B. V. Maria, S

S. Alfredo | S. Tarcisio [Tarsicio]

S. Stanislao Kostka

[Ap 11,19a; 12,1-6a.10ab; Sal 44; 1Cor 15,20-27a;

Lc 1,39-56]

IL PANE CHE DÀ LA VITA



LETTURA

La prima lettura ci offre un brevissimo cenno alla figura e all'azione di Elia, il profeta che ha parlato con Gesù sul monte della Trasfigurazione. La sua particolarità è data da una esistenza passata a combattere l'idolatria che continuamente si insinuava in mezzo al popolo. La Lettera agli Efesini ci presenta invece un brano esortativo e di sostegno alla vita e allo stile del vivere cristiano, che ci aiuta a verificare il nostro modo di rapportarci a Dio e agli altri. Il vangelo riprende il discorso di Gesù sul "pane di vita", nella versione di Giovanni.

MEDITAZIONE

La realtà dell'idolatria sovente richiamata e descritta dalla Bibbia si è trasformata, nel nostro mondo, perché non consiste più – salvo che in una distorta comprensione di Dio – nel rifiuto o nella lotta contro coloro che hanno una fede diversa o chiamano Dio con nomi diversi, ma si concretizza essenzialmente, come ci ricorda il primo comandamento, nel sostituire Dio, nel mettere altro al suo posto, a cominciare da noi stessi, quando abbiamo la pretesa di situarci al centro del mondo e degli altri, o quando poniamo denaro, ricchezza, potere, guadagno, dominio come scopo e fine ultimo della nostra vita, e a queste cose sacrificiamo

tutto e tutti. Le persone diventano lo strumento e l'oggetto della nostra onnipotenza e non valgono più nulla ai nostri occhi. Lo stesso mondo animale e naturale diventa solo una occasione di sfruttamento, di uso indiscriminato, con il reale pericolo di una progressiva distruzione di specie viventi e la riduzione del mondo e della terra ad un immenso immondezzaio. L'idolatria moderna è figlia di quella mentalità "usa e getta" di cui spesso anche noi siamo schiavi. Da molte parti vengono appelli a cambiare sistema di vita e di approccio agli altri, alle cose e alla natura vivente. Sappiamo di aver ricevuto un dono, ma non sempre siamo coscienti di doverlo tramandare perché anche altri ne possano godere. In coerenza con questa riflessione provocata dal brano sul profeta Elia, il vangelo pone l'accento sul titolo "pane di vita" o il "pane che dà la vita". Nessuno conosce la durata del tempo della propria esistenza, e questo può portare a posizioni culturali molto lontane tra di loro. Come ricorda la Bibbia, si può sfruttare per se stessi e il proprio godimento dei beni tutto il tempo che abbiamo, oppure viverlo responsabilmente e con gioia per migliorare questo mondo, per ridurre le sofferenze, per costruire ponti di fraternità, per vivere in definitiva in pienezza, per quanto ci è possibile.

PREGHIERA

Converti, Signore, il nostro egoismo e la nostra sete di potere perché invece di opprimere e schiavizzare portiamo pace e serenità, rispetto e attenzione alle diversità, facilitando e non ostacolando l'esistenza di coloro con cui viviamo.

AGIRE

Guardiamo e sorridiamo con simpatia alle persone che oggi incontriamo.

S.E. Mons. Roberto Farinella
Vescovo di Biella