



messa meditazione domenicale

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.**

La pace, la carità e la fede da parte di Dio Padre e del Signore Gesù Cristo sia con tutti voi. **E con il tuo spirito.**

Atto penitenziale

Oggi, celebrando la vittoria di Cristo sul peccato e sulla morte, siamo chiamati a morire al peccato per risorgere alla vita nuova. Riconosciamoci bisognosi della misericordia del Padre.

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 Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli. **Amen.**

Oppure [Anno A]: O Padre, che apri la tua mano e sazi ogni vivente, fa' che nulla mai ci possa separare dal tuo amore, pane che nutre le profondità della vita e comunione con ogni creatura. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli. **Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

Prima lettura

Is 55,1-3

Venite e mangiate.

Dal libro del profeta Isaia.

Così dice il Signore: «O voi tutti assetati, venite all'acqua, voi che non avete denaro, venite; comprate e mangiate; venite, comprate senza denaro, senza paga-

re, vino e latte. ²Perché spendete denaro per ciò che non è pane, il vostro guadagno per ciò che non sazia? Su, ascoltate e mangerete cose buone e gusterete cibi succulenti. ³Porgete l'orecchio e venite a me, ascoltate e vivrete. Io stabilirò per voi un'alleanza eterna, i favori assicurati a Davide».

Parola di Dio.

Rendiamo grazie a Dio.

Salmo responsoriale

dal Salmo 144

R/. Apri la tua mano, Signore, e sazia ogni vivente.



Misericordioso e pietoso è il Signore, / lento all'ira e grande nell'amore. / Buono è il Signore verso tutti, / la sua tenerezza si espande su tutte le creature. **R/.**

Gli occhi di tutti a te sono rivolti in attesa / e tu dai loro il cibo a tempo opportuno. / Tu apri la tua mano / e sazi il desiderio di ogni vivente. **R/.**

Giusto è il Signore in tutte le sue vie / e buono in tutte le sue opere. / Il Signore è vicino a chiunque lo invoca, / a quanti lo invocano con sincerità. **R/.**

Seconda lettura

Rm 8,35.37-39

Nessuna creatura potrà mai separarci dall'amore di Dio, che è in Cristo.

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani.

Fratelli, ³⁵chi ci separerà dall'amore di Cristo? Forse la tribolazione, l'angoscia, la persecuzione, la fame, la nudità, il pericolo, la spada? ³⁷Ma in tutte queste cose noi siamo più che vincitori grazie a colui che ci ha amati. ³⁸Io sono infatti persuaso che né morte né vita, né angeli né principati, né presente né avvenire, né potenze, ³⁹né altezza né profondità, né alcun'altra creatura potrà mai separarci dall'amore di Dio, che è in Cristo Gesù, nostro Signore.

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

Mt 14,13-21

Tutti mangiarono a sazietà.



Dal Vangelo secondo Matteo.

In quel tempo, ¹³avendo udito [della morte di Giovanni Battista], Gesù partì di là su una barca e si ritirò in un luogo deserto, in disparte. Ma le folle, avendolo saputo, lo seguirono a piedi dalle città. ¹⁴Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, sentì compassione per loro e guarì i loro malati. ¹⁵Sul far della sera, gli si avvicinarono i discepoli e gli dissero: «Il luogo è deserto ed è ormai tardi; congeda la folla perché vada nei villaggi a comprarsi da mangiare». ¹⁶Ma Gesù disse loro: «Non occorre che vadano; voi stessi date loro da mangiare». ¹⁷Gli risposero: «Qui non abbiamo altro che cinque pani e due pesci!». ¹⁸Ed egli disse: «Portatemeli qui». ¹⁹E, dopo aver ordinato alla folla di sedersi sull'erba, prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò la benedizione, spezzò i pani e li diede ai discepoli, e i discepoli alla folla. ²⁰Tutti mangiarono a sazietà, e portarono via i pezzi avanzati: dodici ceste piene. ²¹Quelli che avevano mangiato erano circa cinquemila uomini, senza contare le donne e i bambini.

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 Gesù è qui in mezzo a noi: la sua Parola ci raduna intorno all'altare e il suo Pane ci fa diventare suo corpo. A Lui ci rivolgiamo con fiducia.

Preghiamo insieme e diciamo:

R/. Gesù, Parola e Pane di vita, ascoltaci.

1. Signore Gesù, come le folle del Vangelo ti seguiamo e ti rendiamo partecipe delle nostre speranze e delle nostre fatiche; il dono della tua Parola e l'offerta del tuo Corpo nel pane eucaristico ci sostengano nel cammino. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Signore Gesù, ti affidiamo il Papa, i vescovi, i sacerdoti, i diaconi che ci accompagnano nel nostro cammino di fede, che ci donano la tua presenza nell'Eucaristia e ti servono con carità. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Signore Gesù, sostieni coloro che cercano cibo, pace e giustizia. Tu che hai detto: "Date loro voi stessi da mangiare", aiutaci a condividere con i fratelli il pane, la casa, la fede. Noi ti preghiamo. **R/.**
4. Signore Gesù, durante questo periodo estivo, donaci uno sguardo capace di scoprire la bellezza delle cose e un cuore aperto alla vera amicizia, attenti gli uni ai bisogni degli altri. Noi ti preghiamo. **R/.**

Attraverso di te, Gesù, affidiamo al Padre, nell'amore dello Spirito Santo, il nostro bisogno e la nostra preghiera. Tu che vivi e regni 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 IX - M. R. pag. 367].

Antifona alla comunione

Mt 14,19

Gesù prese i cinque pani e i due pesci, li diede ai discepoli, e i discepoli alla folla.

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

3 - 9 agosto 2026

XVIII del Tempo Ordinario - II del salterio

Lunedì 3 - FERIA

S. Aspreno | S. Eufonio | S. Pietro | S. Martino
[Ger 28,1-17; Sal 118; Mt 14,22-36]

Martedì 4 - S. Giovanni M. Vianney, M

S. Onofrio | S. Raniero | SS. Giustino e Crescenzo
S. Eleuterio
[Ger 30,1-2.12-15.18-22; Sal 101; Mt 15,1-2.10-14]

Mercoledì 5 - FERIA - Dedicazione

della Basilica di S. Maria Maggiore, mf
S. Emidio | S. Venanzio | S. Osvaldo | S. Paride
S. Cassiano | S. Viatore
[Ger 31,1-7; Sal: da Ger 31,10-13; Mt 15,21-28]

Giovedì 6 - Trasfigurazione del Signore, F

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

Venerdì 7 - FERIA - SS. Sisto II e Compagni, mf

S. Gaetano, mf
S. Afra | S. Donato | S. Alberto | S. Donaziano
[Na 2,1-3; 3,1-3.6-7; Sal: da Dt 32,35-41; Mt 16,24-28]

Sabato 8 - S. Domenico, M

S. Ciriaco | S. Severiano | S. Maria Elena MacKillop
[Ab 1,12 - 2,4; Sal 9; Mt 17,14-20]

Domenica 9 - XIX del Tempo Ordinario (A)

S. Teresa Benedetta della Croce [Edith Stein]
S. Falco | S. Romano
[1Re 19,9a.11-13a; Sal 84; Rm 9,1-5; Mt 14,22-33]



Messa Meditazione quotidiana

Ogni giorno
una meditazione per te!

E-mail: info@edizioniart.it
Tel.: 06 44208393

LA CON-DIVISIONE DEI PANI



LETTURA

La fame della folla sollecita in Gesù il desiderio e il bisogno profondo di prendersi cura delle persone in modo integrale, secondo la dinamica fondamentale della sua incarnazione: è venuto per salvare “tutto l'uomo” – l'anima e il corpo – fino a portarlo alla comunione sostanziale con il Padre, “dandogli Se stesso da mangiare”. E lo stesso chiede di fare a noi suoi discepoli, di tutti i tempi e di tutti i luoghi. Come aveva profetizzato Isaia, il Signore “stabilisce un'alleanza eterna” e lo fa nel modo secondo noi meno “efficiente”: “apre le sue mani” e si lascia inchiodare alla croce, così “sazia il desiderio di ogni vivente”, la fame di felicità e la sete di un'appartenenza da cui “nulla potrà mai separarci”, secondo le parole dell'Apostolo Paolo.

MEDITAZIONE

In questa XVIII domenica del Tempo Ordinario siamo chiamati a riflettere sui desideri profondi che ci abitano, e sulla capacità di rimanere ancorati all'esperienza del Dio vivo e vero che si compromette con la nostra natura umana, che ci nutre di Sé e ci insegna a fare della nostra esistenza un “pane buono” per saziare a nostra volta la fame dei fratelli e delle sorelle accanto a noi. Il profeta annuncia un tempo in cui “mangiare cose buone e gustare cibi succulenti” sarà gratuito e

non frutto di fatica e di meriti. Tutto, infatti, è dono di Dio; come potremmo appropriarci di ciò che abbiamo semplicemente ricevuto? Il parallelo con la Parola che nutre la vita spirituale è esplicito: «Porgete l'orecchio e venite a me, ascoltate e vivrete». Ma il testo evangelico va oltre, facendo della nostra povertà l'occasione propizia per la solidarietà delle piccole cose: “cinque pani e due pesci” non sono magazzini e dispense, ma la ferialità di un pasto familiare. Direbbero i nostri vecchi: “Dove si mangia in quattro, si mangia anche in cinque”. La carità che si fa condivisione diventa il “cibo buono” dello stare insieme, che nutre il cuore mentre sostenta il corpo, che sazia prima l'anima che la carne. La folla è invitata a sedersi sull'erba, a contatto con la dimensione che avvicina originariamente l'uomo al resto del Creato. È Gesù che opera una nuova creazione nella “con-divisione” – non si parla di moltiplicazione – prendendo tra le mani il poco che abbiamo e rendendolo al Padre perché lo benedica, ma vuole aver bisogno dei suoi discepoli per distribuirlo alla folla, come di te e di me. Avanzano “dodici ceste”, una per ciascun Apostolo, perché l'amore sperimentato dalla comunione con il Maestro arrivi a tutti, dappertutto e in ogni tempo.

PREGHIERA

Dammi, Padre, la gioia di accogliere la chiamata a condividere quel poco che sono e che ho, perché si moltiplichi attorno a me il miracolo della solidarietà e della condivisione, che accende i cuori e li stringe in unità, famiglia di Dio che vive dell'amore tuo e nell'amore tra fratelli e sorelle.

AGIRE

Oggi è il giorno del Signore: dedico del tempo alla relazione con Lui e con coloro con cui condivido – nella gioia e nella fatica – il cammino della vita.

Monache dei Monasteri Cottolenghini