

XX Domenica TO - B

Antifona

O Dio, nostra difesa,
contempla il volto del tuo Cristo.
Per me un giorno nel tuo tempio,
è più che mille altrove. (Sal 83,10-11)

Colletta

O Dio, che hai preparato beni invisibili
per coloro che ti amano,
infondi in noi 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 della vita,
che in questo giorno santo
ci fai tuoi amici e commensali,
guarda la tua Chiesa che canta nel tempo
la beata speranza della risurrezione finale,
e donaci la certezza di partecipare
al festoso banchetto del tuo regno.
Per il nostro Signore Gesù Cristo...

Prima Lettura

Dal libro dei Proverbi (Pr 9,1-6)

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

Salmo Dal Salmo 33 (34)

R. Gustate e vedete com'è buono il Signore.
Benedirò il Signore in ogni tempo,
sulla mia bocca sempre la sua lode.
Io mi glorio nel Signore:
i poveri ascoltino e si rallegriano. R.

Temete il Signore, suoi santi:

nulla manca a coloro che lo temono.
I leoni sono miseri e affamati,
ma a chi cerca il Signore non manca alcun bene. R.

Venite, figli, ascoltatevi:
vi insegnerò il timore del Signore.
Chi è l'uomo che desidera la vita
e ama i giorni in cui vedere il bene? R.

Custodisci la lingua dal male,
le labbra da parole di menzogna.
Sta' lontano dal male e fa' il bene,
cerca e persegui la pace. R.

Seconda Lettura

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini (Ef 5,15-20)

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

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

Acclamazione al Vangelo

Alleluia, alleluia.

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

Alleluia.

Vangelo

Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 6,51-58)

In quel tempo, Gesù disse alla folla: «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».

Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

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. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché 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 e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me.

Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

Preghiera sulle offerte

Accogli i nostri doni, Signore,

in questo misterioso incontro

tra la nostra povertà e la tua grandezza:

noi ti offriamo le cose che ci hai dato,

e tu donaci in cambio te stesso.

Per Cristo nostro Signore.

Antifona alla comunione

Presso il Signore è la misericordia,
e grande presso di lui la redenzione. (Sal 129,7)

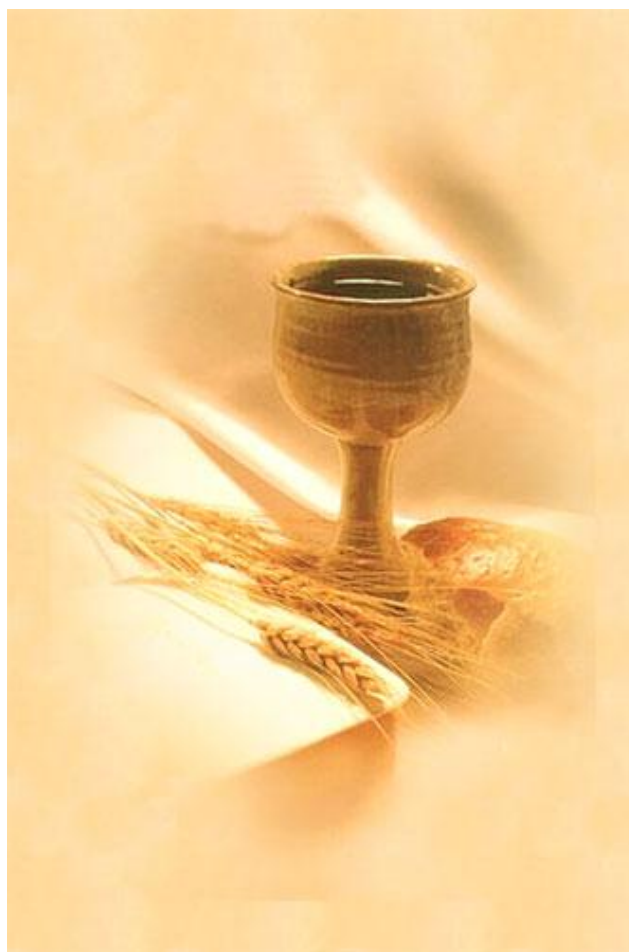
* B

Dice il Signore: «Io sono il pane vivo disceso dal cielo:
se uno mangia di questo pane, vivrà in eterno». (Gv 6,51-52)

Preghiera dopo la comunione

O Dio, che in questo sacramento
ci hai fatti partecipi della vita del Cristo,
trasformaci a immagine del tuo Figlio,
perché diventiamo coeredi della sua gloria nel cielo.
Per Cristo nostro Signore.

Mangiare per vivere



Il Signore ci invita oggi al banchetto della vita per riscoprire la sorgente profonda di ciò che siamo e di ciò che siamo chiamati ad essere. La Parola di questa liturgia domenicale ci costringe a chiederci: cosa ci fa vivere? Di cosa si nutre la nostra vita? Dov'è la nostra sorgente? La nostra vita fisica e spirituale ha bisogno di essere alimentata ed il cibo di cui ci nutriamo è fondamentale perché dice ciò che diventeremo. Quando mangiamo, noi assimiliamo il cibo perché diventi il nostro corpo. Ma, quando mangiamo alla mensa che il Signore ci dona, è il nostro corpo che diventa Lui, come affermava S. Agostino parlando del Pane vivo, il Signore Gesù che si offre nell'eucarestia.

La prima lettura e il vangelo di oggi ci invitano quindi ad una mensa, la mensa che ci fa vivere veramente.

Il testo dei Proverbi è un bellissimo invito che la Sapienza rivolge a tutti, senza distinzione, là dove è possibile ascoltare (*“sui punti più alti della città”*): *“Venite, mangiate il mio pane, bevete il vino che io ho preparato”*. A questo banchetto si mangia e si beve in abbondanza e parteciparvi significa trovare la vita. Il cibo offerto da “donna Sapienza” è una metafora per indicare una parola, un insegnamento che apre l’uomo alla speranza circa il suo avvenire e che gli insegna l’arte di vivere bene. *“Mangiare la sapienza”* vuol dire accogliere una parola che ci cambia la vita, ci pone in rapporto con un mondo “altro” da noi e che ci chiede di cambiare. Infatti il cibo offerto dalla Sapienza non è solo una parola che ci insegna qualcosa, ma, come il pane e il vino, è un nutrimento che riguarda la vita. Inoltre, la Sapienza offre la sua Parola come un ricco banchetto, con tutto quello che ogni banchetto implica: gioia, convivialità, comunione. Mangiare il pane e bere il vino della Sapienza significa quindi, prima di tutto, accogliere la Sapienza che ci invita, lasciare spazio all’altro, ascoltare l’altro che parla. Il pasto diviene una metafora dell’accoglienza o del rifiuto dell’altro e della sua parola.

Questo invito della Sapienza ci apre all’invito di un’altra “Sapienza”, Gesù, il Verbo di Dio che Giovanni nel suo Vangelo presenta come personificazione della Sapienza (soprattutto nel prologo Gv 1,1-18). Il Signore Gesù è divenuto per noi *“sapienza”* (afferma S. Paolo in 1Cor1,30) perché, nutrendoci di Lui alla sua mensa, coloro *“che vivono non vivano più per se stessi, ma per Lui”* che ha dato la vita per tutti (cfr. 2Cor 5,15).

Per questo la liturgia pone oggi le parole di Gesù del Vangelo in relazione al banchetto di “donna Sapienza” della prima lettura: per indicarci il vero banchetto a cui siamo invitati, quello dove Lui offre se stesso. Questa porzione del cap. 6 di Giovanni è quella che descrive con maggiore realismo il dono eucaristico che Gesù fa di sé. Poiché il vangelo di Giovanni non descrive l’istituzione dell’eucarestia nell’ultima cena, questo cap. 6 potrebbe essere definito il suo discorso eucaristico, la Parola dell’ultima cena che anticipa il dono del suo corpo e del suo sangue sulla mensa della croce. Mangiare la carne e bere il sangue del Figlio dell’uomo (cf. Gv 6,53-56) è la condizione necessaria per accogliere Gesù come il Dono inviato dal Padre, per riconoscere l’amore di Dio che si manifesta in Lui e nel suo dare la vita. Il darsi come cibo da parte di Dio (nella carne del Figlio) è il segno più evidente dell’amore di Dio che si dona perché non c’è niente di più “inerme” e necessario del pane che mangiamo per vivere. Partecipando all’eucaristia, quindi, noi confessiamo l’amore di Dio per noi e riconosciamo che questo amore è ciò che ci fa vivere.

“Mangiare la carne e bere il sangue” del Figlio significa anche assumere in noi la Sua vita, nella dimensione del suo consegnarsi nell’amore fino all’estremo. *“Colui che mangia me vivrà per me”* cioè vivrà una vita segnata dalla logica del dono, una *“vita per...”*, come quella di Gesù. Una vita impastata, spezzata e data dall’amore del Padre, per tutti gli uomini. Una vita data fino alla fine per l’“altro”, perché l’altro viva. La Vita, quella che rimane in terno, è solo una vita vissuta nell’amore “per...”. E la nostra vita è fatta per divenire una vita donata “per” l’altro, per Dio prima di tutto e poi per il fratello che Dio ama.

Questo avverrà quando mangiando la carne e bevendo il sangue del Figlio, lasceremo che la Sua vita prenda dimora in noi, cioè che divenga la logica interna della nostra vita. *“Non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me”* (Gal 2,20), dirà S. Paolo.

*“Quando abbiamo trovato l’amore, mangiamo il pane celeste.
Colui che trova l’amore, mangia Cristo in ogni momento e per questo diventa immortale.
Beato è colui che ha mangiato il pane dell’amore che è Gesù.
Colui che vive nell’amore in questa creazione,
respira la vita attingendola da Dio:
egli respira l’aria della resurrezione già qui, quell’aria di cui si deliziano i giusti nella resurrezione.
L’amore è il Regno promesso,
quel banchetto dove mangeremo amore.
L’amore basta a nutrire l’uomo più di ogni cibo e bevanda”
(Isacco di Ninive)*