



*Ave Mamma, piena di grazia
Madre di Dio e della Chiesa*

Per me **C**risto

IO SONO IL PANE VIVO DISCESO DAL CIELO

Prima Lettura

(Dal libro del Deuteronomio 8,2-3.14b-16a)

Ti ha nutrito con la manna nel deserto

Mosè parlò al popolo dicendo:

«Ricòrdati di tutto il cammino che il Signore, tuo Dio, ti ha fatto percorrere in questi quarant'anni nel deserto, per umiliarti e metterti alla prova, per sapere quello che avevi nel cuore, se tu avresti osservato o no i suoi comandi.

Egli dunque ti ha umiliato, ti ha fatto provare la fame, poi ti ha nutrito di manna, che tu non conoscevi e che i tuoi padri non avevano mai conosciuto, per farti capire che l'uomo non vive soltanto di pane, ma che l'uomo vive di quanto esce dalla bocca del Signore.

Non dimenticare il Signore, tuo Dio, che ti ha fatto uscire dalla terra d'Egitto, dalla condizione servile; che ti ha condotto per questo deserto grande e spaventoso, luogo di serpenti velenosi e di scorpioni, terra assetata, senz'acqua; che ha fatto sgorgare per te l'acqua dalla roccia durissima; che nel deserto ti ha nutrito di manna sconosciuta ai tuoi padri».

★ Il Deuteronomio è il libro per eccellenza del ricordo, del memoriale. Questo secondo discorso di Mosè è un appello alla memoria del popolo: *ricòrdati, non dimenticare*. Evocando il passato, la comunità dei credenti constata che tutto le viene da Dio. Scopre di essere un popolo in cammino verso Dio: l'itinerario parte dalla schiavitù e sfocia nella libertà, attraverso un percorso di povertà, di sforzo, di sopportazione e di pazienza.

★ Il Signore tuo Dio ti ha condotto per questo deserto grande e spaventoso per umiliarti e metterti alla prova. La prova del deserto, della lunga marcia, della povertà, della fame e della sete è stata essenzialmente una prova di fede: Dio voleva spogliare il suo popolo di tutto ciò che lo appesantiva e nell'umiltà stimolarlo ad aver fiducia in Colui che l'aveva chiamato a una simile avventura, a vivere cioè della Parola che esce dalla bocca del Signore. A chi crede, non manca nulla.

★ Non dimenticare che il Signore ti ha nutrito di manna. A ogni tappa del duro cammino infestato di serpenti velenosi e

di scorpioni, immagini del demonio, Dio faceva trovare il pane e l'acqua indispensabili. L'essenziale era ascoltare, obbedire e seguire Dio. Il nutrimento della fede non si può raffrontare con i cibi terrestri. I credenti del nuovo popolo di Dio non devono avere che una fame e una sete sola: fame e sete della Parola di Gesù e dell'Eucaristia. È la Parola di Dio che crea l'Eucaristia; ed è l'Eucaristia che proclama la Parola.

Salmo Responsoriale

(Dal Salmo 147)

Loda il Signore, Gerusalemme

Celebra il Signore, Gerusalemme,
loda il tuo Dio, Sion,
perché ha rinforzato le sbarre delle tue porte,
in mezzo a te ha benedetto i tuoi figli. **R.**

Egli mette pace nei tuoi confini
e ti sazia con fiore di frumento.

Manda sulla terra il suo messaggio:
la sua parola corre veloce. **R.**

Annuncia a Giacobbe la sua parola,
i suoi decreti e i suoi giudizi a Israele.
Così non ha fatto con nessun'altra nazione,
non ha fatto conoscere loro i suoi giudizi. **R.**

Seconda Lettura

(Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi 10,16-17)

Un solo pane, un solo corpo

Fratelli, 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? Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo: tutti infatti partecipiamo all'unico pane.

★ Il calice della benedizione ci introduce nell'atmosfera della Pasqua del Cristo: con la Pasqua o cena pasquale, Gesù fece il passaggio da questo mondo al Padre (Gv 13,1) e con lui o meglio, in lui, lo fece fare a tutta l'umanità e all'universo intero. Con il sangue, si entra nel mistero del sacrificio della croce; ma il sacrificio del vero Agnello pasquale rese sacra, cioè fece passare dalla condizione terrestre e carnale

alla condizione celeste e spirituale la natura umana del Cristo e, in essa, l'umanità intera.

★ *E il pane che noi spezziamo, non è forse comunione con il corpo di Cristo? L'Eucaristia è il mezzo e anche il segno efficace con cui entriamo in comunione con il Corpo risorto del Cristo; entriamo in Dio tutto in tutti; entriamo nel Regno di Dio in cui tutti saranno uno della unità stessa delle Tre Persone divine* (cf Gv 17,21-23).

★ *Poiché c'è un solo pane, noi, pur essendo molti, siamo un corpo solo: tutti infatti partecipiamo dell'unico pane.* Noi parliamo sovente di partecipazione: il termine è già in san Paolo e precisamente in senso eucaristico (I Cor 10,17 e 21). Le Costituzioni Apostoliche del 400 dopo Cristo chiamano l'Eucaristia *la santa partecipazione*. Non ci può essere comunione al Corpo e Sangue di Cristo senza comunione con i fratelli. Gesù ha istituito l'Eucaristia durante una cena e l'ha istituita sotto forma di cena: *Prendete e mangiate... bevetene tutti.* Ora, il pasto, la cena, è uno dei segni più naturali e più universali della fraternità che unisce fra loro quelli che partecipano alla stessa mensa. L'Eucaristia fa la Chiesa, fa la comunità cristiana.

Sequenza SS.mo Corpo e Sangue di Cristo

*Ecco il pane degli angeli
pane dei pellegrini,
vero pane dei figli:
non dev'essere gettato.*

*Con i simboli è annunziato,
in Isacco dato a morte,
nell'agnello della Pasqua,
nella manna data ai padri.*

*Buon pastore, vero pane,
o Gesù pietà di noi:*

*nutrici e difendici,
portaci ai beni eterni
nella terra dei viventi.*

*Tu che tutto sai e puoi,
che ci nutri sulla terra,
conduci i
tuoi fratelli
alla tavola del cielo
nella gioia
dei tuoi santi.*

Canto al Vangelo (cf Giovanni 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

(Dal Vangelo secondo Giovanni 6,51-58)

La mia carne è vero cibo

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».

★ *Io sono il pane vivo disceso dal cielo.* Disceso dal cielo: ecco il tema dell'Incarnazione. Il Verbo si è fatto carne: è la prima kènosi – abbassamento – di Dio. *La mia carne per la vita del mondo:* è il tema della seconda kènosi, la passione e morte di Gesù in croce. Con la frase *pane vivo disceso dal cielo* è la terza kènosi, la più profonda, quella eucaristica: è l'oscurità del Tabernacolo.

★ *Allora i Giudei si misero a discutere tra di loro: Come può costui darci la sua carne da mangiare?* Ecco un tentativo di razionalizzare. Chiedono una spiegazione. Gesù, come al solito, non spiega; afferma. Vuole che gli si creda, che si ascolti la sua parola. Chiede la fede; ma questa fede deve indurci a cambiar vita e a seguire lui. I Giudei si ingannano sul suo conto, attribuendogli origini solo umane. La sua vera origine è celeste, in una maniera infinitamente più misteriosa che la manna.

★ *La mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.* Carne e sangue: due parole che indicano totalità dell'essere umano. Cibo e bevanda: due parole che indicano totalità di alimento. *Il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo.* Ecco una frase fiammeggiante come un lampo. Richiama alla memoria l'altra frase pronunciata da Gesù nell'Ultima Cena sul pane senza lievito: *Questo è il mio corpo dato per voi.* Quante volte esce dalle sue labbra il verbo dare. Gesù dà la sua vita per le pecore; dice che non c'è più grande amore che dare la vita per coloro che noi si ama; Gesù dà la propria vita in riscatto; dà la vita per tutti.

★ *Chi mangia questo pane vivrà in eterno.* La vita di cui parla tanto spesso Gesù è una vita divina, perché è comunione con la stessa vita di Dio e ci inserisce nella Trinità; è una vita-dono, perché ci viene direttamente da Dio. È una vita che ci mette in comunione con il Padre; ci introduce nelle profondità della vita di Dio. L'Eucaristia è già quaggiù il momento privilegiato e la prima realizzazione di questa comunione. «Una sola cosa può salvare e lievitare il mondo: l'Eucaristia. Occorre riscoprire il Dio misterioso che vive nei nostri Tabernacoli».



Ultima Cena - Tainaja Večerija