

## Adorazione Eucaristica

XIX<sup>a</sup> Domenica del Tempo Ordinario Anno “B”



*Canto iniziale*

*Tutti: “Guida, o Padre, la tua Chiesa pellegrina nel mondo, sostienila con la forza del cibo che non perisce, perché perseverando nella fede di Cristo giunga a contemplare la luce del tuo volto.” (Colletta)*

**1 L. I segni della presenza di Dio accanto al suo popolo in cammino nel deserto furono particolarmente due: il pane venuto dal cielo (manna) e l'acqua scaturita dalla roccia: sono anche i segni attraverso i quali Dio fa sentire la sua presenza efficace al suo fedele profeta.**

**2 L. Gesù, sacramento vivente del Padre in mezzo agli uomini, lascia un segno che non è soltanto indicativo della presenza, ma efficace di essa.**

*Canto al Vangelo (Gv 6,51)*

*T. Alleluia, alleluia.*

*Presidente Assemblea: "Io sono il pane vivo, disceso dal cielo, dice il Signore, se uno mangia di questo pane vivrà in eterno."*

*T. Alleluia.*

**+ Dal Vangelo secondo Giovanni: (Gv 6,41-51)**

**In quel tempo, i Giudei si misero a mormorare contro Gesù perché aveva detto: «Io sono il pane disceso dal cielo». E 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”?». Gesù rispose loro: «Non mormorate tra voi. Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Sta scritto nei profeti: “E tutti saranno istruiti da Dio”. Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna. Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. 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».**

*Parola del Signore.*

## Pausa di Silenzio

**1 L.** L'esperienza serena del pasto familiare e la scoperta dei profondissimi significati umani che sono nascosti nelle espressioni e nei gesti quotidiani che la famiglia compie quando si siede a tavola, sono la strada più semplice e, catechisticamente, più valida per introdurre ad una comprensione ricca ed autentica dell'Eucaristia.

**2 L.** Mangiare il Pane di vita significa credere in Gesù, unirsi a lui, per essere una sola cosa con lui. Sotto i segni del pane e del vino condivisi, Gesù si rende presente a noi e ci da la possibilità di vivere in lui, di comunicare, cioè, alla sua vita nello Spirito Santo. I doni che avevamo presentato al Padre nel rito delle offerte, ci vengono da lui restituiti come “Pane del cielo”, come pegno di vita eterna, nel momento della Comunione eucaristica.

**ABBASSARE LUCI**

**Canto**

**Tutti**

**Dal Salmo 33: Rit.** 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 rallegrino. **Rit.**

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. **Rit.**

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. **Rit.**

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. **Rit.**

### **Pausa di Silenzio**

**1 L.** Nel Vangelo Gesù si presenta nuovamente come «il pane vivo disceso dal cielo». Dice:

**2 L.** «Il nutrimento terreno non basta». Le vostre vie, le ideologie, la politica, l'economia, da sole non risolvono i nostri problemi, non vanno alla radice delle cose.

**1 L.** «I vostri padri hanno mangiato la manna e sono morti. Io sono il vero pane disceso dal cielo. Solo chi mangia questo pane, chi, cioè, accoglie la mia parola - chi ha fede, ha la pienezza della vita», e troverà le motivazioni profonde per la propria esistenza e per il proprio impegno.

**2 L.** Condividendo il nostro difficile destino di uomini, Gesù si fa presenza capace di rivelare il suo progetto di umanità e, dunque, di comunicare le ragioni autentiche e i fini ultimi del nostro vivere.

**1 L.** Questo dono non ha apparenza esteriore, né splendore umano. Ciò che ci viene dato è la vita apparentemente povera di Gesù che diventa rivelazione del senso profondo della nostra vita. Dio sceglie i mezzi poveri.

**2 L.** Già nella vicenda del profeta Elia la focaccia e l'orcio d'acqua che gli sono offerti sono il segno della povertà elementare con cui Dio ci viene incontro.

**1 L.** Non un cavallo bardato, una scorta armata, uno strumento, cioè, di potenza e di sicurezza, ma solo il cibo necessario per proseguire il cammino.

**2 L.** Gesù ci offre solo una parola disarmata e una presenza invisibile.

**1 L.** Il pane e l'acqua sono le immagini di questa scelta di Dio, del tutto omogenea con la natura della fede, che è dono di amore e di rispetto per l'uomo e non di efficienza.

**2 L.** I mezzi poveri rispettano la nostra condizione umana, mentre i mezzi potenti ci modellano secondo schemi svuotati di umanità.

**1 L.** Conosciamo le tristi deviazioni dei poteri forti: totalitarismi, potenze economiche, imperi finanziari.

**2 L.** Il mezzo che il Signore ci offre come credenti, il pane che sostiene il cammino, non è la potenza dell'istituzione ecclesiastica, continuamente tentata di affidarsi alla logica di questo mondo, ma la parola del Vangelo, in cui solo la fede riesce a cogliere le ragioni alte del nostro vivere. Ecco alcune di queste parole:

**1 L.** «Il Padre vi ama».

**2 L.** «Chi ha il coraggio di perdere la propria vita, di sacrificare i propri egoismi per la vita nuova che il Vangelo propone, la ritrova pienamente realizzata».

**1 L.** «Il grano, morendo nella terra, trova la sua fecondità».

**2 L.** «Beati i poveri, coloro che hanno fame e sete di giustizia, perché saranno i protagonisti della storia nuova».

**1 L.** Parole di fronte alle quali sono facili lo scetticismo e il sorriso sufficiente.

**2 L.** Ma la fede è più forte di questo scetticismo. Se avessimo una fede piccola come il granello di senape potremmo spostare le montagne del nostro egoismo.

**1 L.** Il nostro compito di credenti, se viviamo la dimensione del nostro tempo, non è quello di diffondere certezze illusorie, ma piut-

tosto quello di attraversare il buio della situazione presente e di cercare dentro questo buio ragioni di speranza. È la forma più efficace di testimonianza.

**2 L.** Non è facile, ma il cristiano vede in questa vocazione il segno più alto della sua grandezza. Chiediamo di non cedere alla stanchezza, ma di trovare il coraggio di riprendere sempre il nostro cammino, sostenuti dalla forza del pane che Dio ci offre.

### **Tutti**

Il pane disceso dal cielo è vita del cielo che veste la storia.

Venuto nel mondo, il Pane del cielo ha dato speranza,

ha reso giustizia ai figli dispersi.

Mangiare quel pane è saziarsi di cielo,

piantare nel cuore il Regno beato,

se pane mangiato carne diventa,

il cielo trasforma la carne in beata.

Il cielo tra noi racconta il futuro,

i giorni pesanti consegna al domani

e mentre la lotta si avvanza sul campo spinato

la voce sussurra:

«Non abbiate paura, io ho vinto per voi».

Pane di cielo, forza nel tempo, dolce sostegno che sorreggi in battaglia,

dono di festa per ridere la vita, nulla manca a chi di Te si nutre.

Cielo in terra per innalzare al cielo la storia,

nutriti d'amore ogni cosa prende nuova sostanza,

tutto trasforma il Vero e il Bene, tutto rimane in attesa del Giorno.

Pane di cielo, nutrimento per la terra, chi lo mangia già abita in Alto,

paradiso nel cuore, sostegno perfetto.

Non so Signore se Tu, anche Tu,

come me, hai desiderato morire perché non ce la facevi più.

Certo hai gridato:

“Passi da me questo calice amaro”.

E il grido Tuo, o Gesù è il grido dei Tuoi,

è il grido dei poveri

ai quali è proibito anche sperare.

Desideri di solitudine ci circondano

e le preghiere sono solo parole  
smozzicate dal pianto.  
Eppure ci dici: “Sono il pane di vita,  
mangiate, vivrete”.  
Per amore diventato nostro cibo, vieni in noi.  
E con Te continuiamo ad andare  
e camminiamo ancora perché Tu ci sostieni.  
Tu, amante, cibo e sostegno del nostro andare.

### **Pausa di Silenzio**

**Canto:**

**Meditazione**

**Pregchiere spontanee**

**Padre Nostro**

**Segno di Pace**

### **Tutti**

#### **Preghiera per le vocazioni sacerdotali**

O Donaci santi ministri del tuo altare, che siano attenti e fervorosi  
custo-

di dell'Eucarestia, sacramento del dono supremo di Cristo per la  
redenzione del mondo.

Chiama ministri della tua misericordia, che, mediante il sacramento del-  
la Riconciliazione, diffondano la gioia del tuo perdono.

Fa', o Padre, che la Chiesa accolga con gioia le numerose ispirazioni  
dello Spirito del Figlio tuo e, docile ai suoi insegnamenti, si curi del-  
le vocazioni al ministero sacerdotale ed alla vita consacrata. Sostieni  
i Vescovi, i sacerdoti, i diaconi, i consacrati e tutti i battezzati in Cri-  
sto affinché adempiano fedelmente la loro missione al servizio del  
Vangelo.

Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore. Amen.

Maria, Regina degli Apostoli, prega per noi !

**BENEDETTO XVI**

**Canto di Compieta**

**Tantum Ergo**

## **Canto Finale**



