

Anche per chi partecipa alla messa, il foglietto è l'occasione per leggere e meditare le letture prima della celebrazione o per continuare la preghiera personale a casa dopo la messa, nel corso della settimana.

Il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo

Preghiera a casa – XIX domenica del Tempo ordinario

Vi invitiamo a mettere nell'angolo della preghiera il vangelo, una candela accesa **un giornale** e **un cestino contenente alcune fette di pane**. Quando tutto è pronto, uno della famiglia inizia col segno della croce.



G. Siamo riuniti nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.
Amen.

G. Il pane della vita, dice Gesù, è un pane che *discende* dal cielo: il pane della vita non percorre una via di ascesa, di salita, di successo, ma di discesa, di abbassamento, di spogliazione. Questa è la logica del pane della vita: non i tratti dello splendore e della potenza, ma i tratti della debolezza, del servizio, della storia comune e dell'amore fino alla fine. La logica di Gesù è quella di *discendere*, di farsi vicino agli uomini, di cercare non il proprio interesse, ma il bene di tutti. Chiediamo al Signore di saperci nutrire di questo pane.

Breve silenzio

G. Padre di tutti, che ci accompagni e ci guidi nel cammino della vita,
manda su di noi il tuo Spirito,
perché ci nutriamo del pane vivo della tua Parola,
cibo che dà senso pieno alle nostre storie.
Benedetto nei secoli dei secoli.
Amen.

Sono riportate tutte le letture della messa domenicale. Nel caso in cui siano presenti alla preghiera dei bambini, potete scegliere se leggerle tutte o solo quelle che ritenete più opportune.

Dal primo libro dei Re (19,4-8)

In quei giorni, Elia s'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». Si coricò e si addormentò sotto la ginestra. Ma ecco che un angelo lo toccò e gli disse: «Alzati, mangia!». Egli 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.

Tornò per la seconda volta l'angelo del Signore, lo toccò e gli disse: «Alzati, mangia, perché è troppo lungo per te il cammino». Si 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

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 rallegriano. **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.*

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini (4,30-5,2)

Fratelli, sorelle, non vogliate rattristare lo Spirito Santo di Dio, con il quale foste segnati per il giorno della redenzione. Scompaiano da voi ogni asprezza, sdegno, ira, grida e maldicenze con ogni sorta di malignità. Siate invece benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo. Fatevi dunque imitatori di Dio, quali figli carissimi, e 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

Alleluia, alleluia. Io sono il pane vivo, disceso dal cielo,
dice il Signore, se uno mangia di questo pane vivrà in eterno. *Alleluia.*

Dal Vangelo secondo Giovanni (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

Lode a Te o Cristo

Riflessione (chi guida la preghiera può commentare il vangelo con sue parole oppure leggendo la riflessione che segue).

L'uomo ricerca successo, potere, vuole occupare i primi posti e per i posti d'onore è pronto a sgomitare e ad usare la schiena degli altri come trampolino di lancio per i propri successi. L'uomo cerca sempre di ascendere, di salire. Il pane della vita, dice Gesù, è invece un pane che *discende* dal cielo (4 volte torna questa espressione nel vangelo ascoltato): il pane della vita non percorre una via di ascesa, di salita, di successo, ma di discesa, di abbassamento, di spogliazione. Questa è la logica del pane della vita: non i tratti dello splendore, della ricchezza e della potenza, ma i tratti della debolezza, del servizio, della storia comune e dell'amore fino alla fine. La logica di Gesù è quella di *discendere*, di farsi vicino agli uomini, di cercare non il proprio interesse ma il bene di tutti.

Il vangelo ci invita a mangiare questo pane disceso dal cielo (v. 50-51). Mangiare questo pane, non significa solo fare la comunione tutte le domeniche. Certo, fare la comunione è un segno importante che deve però rimandare alla nostra vita quotidiana. Gesù ricorda che il pane che lui ci offre "è la sua carne per la vita del mondo". Mangiare il pane disceso dal cielo significa quindi vivere una relazione viva con il Dio di Gesù Cristo, significa nutrirsi giorno per giorno del vangelo, cercando di vivere come Gesù, offrendo la propria vita per il mondo, perché anche noi possiamo essere pane buono per gli altri.

E chi si nutre del pane che discende *ha la vita eterna*, dice Gesù. Gesù non dice *avrà*, ma *ha* già ora. La vita eterna, infatti, non è solo risurrezione, vita oltre la morte; la vita eterna è vita piena già ora: chi cerca di vivere come ha vissuto Gesù, chi si fa pane per gli altri ha già ora una vita piena di senso, abitata da una gioia intima e profonda che nulla e nessuno ci può togliere. Perché ciò che dà senso pieno al nostro vivere non è pensare solo a se stessi e ascendere, ma è discendere e donarsi agli altri.

Nutrirsi del pane della vita, non è semplice; tante volte più che di un pane che discende, noi preferiamo nutrirci di un pane che sale. E proprio il vangelo smaschera tre sottili resistenze che tante volte scattano in ciascuno noi, resistenze che ci impediscono di nutrirci del pane della vita che discende:

- il pregiudizio: *Costui non è forse Gesù? Di lui non conosciamo il padre e la madre?* È la tentazione di chi crede di sapere già tutto e non si lascia mettere in discussione dal vangelo. È la tentazione di chi si sente arrivato e a posto. Si nutre del pane disceso dal cielo solo chi è umile, accetta una visione diversa delle cose e si lascia cambiare dal vangelo.
- restare legati al passato, alle tradizioni, il chiudersi alla novità. Alla folla e ai giudei che al v. 31 (ascoltato domenica scorsa) avevano domandato a Gesù: “Quale opera fai? I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto...”, Gesù (nel testo ascoltato oggi) risponde: “*I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti*”. Certo, la manna ha sostenuto i padri nel deserto, ora però si tratta di vivere non voltati indietro, ma avanti, cercando il pane che dà vita. Il vangelo ci invita ad abbandonare la logica archeologia del “si è sempre fatto così” e ci invita a lasciarci rinnovare ogni giorno dal pane vivo.
- La terza resistenza che tante volte viviamo è la *mormorazione*. Non è ancora sport olimpico, ma si tratta dello sport nazionale più praticato soprattutto nelle parrocchie. Nel capitolo sesto di Giovanni, proprio la mormorazione è il contrario della fede e sfocia in una contrapposizione aperta nei confronti di Gesù. La mormorazione è uno sport molto praticato sia nel mondo ecclesiale che fuori. Un aspetto della mormorazione è la lamentela sterile, propria di chi critica senza poi impegnarsi per costruire. La mormorazione, come ha ricordato papa Francesco è “una malattia grave, che inizia semplicemente, magari solo per fare due chiacchiere, e si impadronisce della persona facendola diventare 'seminatrice di zizzania' e in tanti casi “omicida a sangue freddo” della reputazione degli altri. È la malattia delle persone vigliacche, che non avendo il coraggio di aprirsi alla verità, cercano di mettere a tacere la verità parlando dietro le spalle”.

Esiste un pane di vita, ma esiste anche un pane di morte: è il pane del pregiudizio, della nostalgia e della mormorazione. Si tratta di un pane che non nutre e che uccide. Chiediamo al Signore, il coraggio di saper andare in crisi di fronte alla logica del pane disceso dal cielo, chiediamo al Signore di diventare anche noi pane di vita, pane offerto e spezzato per gli altri, per sperimentare già qui ed ora la gioia piena.

Silenzio

Preghiera

G.: Alle preghiere rispondiamo: **Venga il tuo regno, Signore!**

Padre dei credenti che nutri ogni giorno i tuoi figli con il pane della Parola e dell’Eucaristia: dona alla tua chiesa di custodire con gratitudine questi doni e di testimoniare con franchezza e credibilità il Vangelo della vita, preghiamo.

Padre di tutti i viventi, ti preghiamo per tutte le donne e per tutti gli uomini che sono sfruttati nel loro lavoro: ogni uomo si impegni per lottare contro il caporalato e contro tutto ciò che non rispetta i diritti di ogni lavoratore, preghiamo.

Padre della comunione, che ci ammaestri attraverso Gesù, tienici lontano dalla mormorazione che distrugge le nostre relazioni e aiutaci ad essere costruttori attivi della nostra comunità, preghiamo.

Padre della misericordia, tu ci doni il pane vivo disceso dal cielo: insegnaci ad abbassarci per farci vicini alle persone che incontriamo nel nostro cammino e per condividere le loro gioie e i loro dolori, preghiamo.

Preghiere spontanee

Momento celebrativo

Gesù è il pane che discende nel mondo e lo nutre con il suo amore. Mangiamo il pane e scriviamo il nostro nome sul giornale come desiderio di immergerci nella nostra storia donandoci così come Gesù si è donato.

Padre nostro

“Avete il vaccino per salvarvi dal Covid e non lo volete usare?”

di Giacomo Galeazzi in www.lastampa.it del 25 luglio 2021

Nelle missioni fa scalpore il negazionismo no vax dell'Occidente. «In Africa meno del 2% della popolazione è stata raggiunta dalla vaccinazione. Non sappiamo qual è la situazione nella savana, nelle campagne - afferma il missionario comboniano, padre Giulio Albanese -. La salute è un dono di Dio e il vaccino è salute, salvezza. Rifiutarlo come avviene in Occidente è una forma incomprensibile di oscurantismo. Significa tornare alle logiche medievali, all'oscurantismo peggiore. Nessuno può permettersi di essere negazionista di fronte a una tragedia collettiva di queste dimensioni». Padre Giulio è stato il responsabile delle riviste delle Pontificie Opere Missionarie, dal 2018 è membro del Comitato per gli interventi caritativi a favore dei Paesi del Terzo Mondo della Conferenza episcopale italiana, prosegue: «Il negazionismo e l'irrazionalità no vax in Occidente dimostrano la necessità di una formazione degli adulti. Pensiamo ai nostri nonni. Perché loro non si sono fatti questi assurdi problemi con il vaccino per la poliomielite e il vaiolo?».

Don Aldo Buonaiuto, sacerdote di frontiera della Comunità Papa Giovanni XXIII è impegnato da anni nei corridoi umanitari nel canale di Sicilia. «In Africa ancora oggi si verificano stragi terrificanti per una banale indisposizione che un antibiotico potrebbe curare in pochi minuti. E intanto l'uomo occidentale non trova di meglio che tirare in ballo marziani, 5G, nanochip, inesistenti linee cellulari nel tentativo di gettare al vento ciò che sta scudando milioni di fragili e consentendo alla sanità pubblica di rimettersi faticosamente in piedi dopo il primo tsunami pandemico- afferma don Buonaiuto-. Le immagini sconvolgenti delle vittime di Covid abbandonate lungo le strade nei paesi poveri interpellano la nostra coscienza e rendono ancora più stridente la diffusa sottovalutazione della tragedia in atto. Quanto più si estende la macchia nera di morte del “virus killer”, tanto più risulta incomprensibile la negazione di una situazione globalmente devastante». Aggiunge don Buonaiuto: «Nelle stesse ore in cui in Amazzonia o in Indonesia perdono la vita migliaia di innocenti per la mancanza di minimi strumenti sanitari, come una bombola di ossigeno o la possibilità di un supporto medico, in Occidente si edificano colossali teorie cospirazioniste per rigettare rimedi sicuri ed efficaci quali le vaccinazioni di massa. Tutto ciò è «frutto di una mentalità visionaria che vede il male dove è il bene e il bene dove è il male. Senza le scoperte scientifiche moriremmo ancora per patologie oggi derubricate a banali malanni. Prima della penicillina bastava un semplice taglio per rischiare la cancrena. Senza antitetanica qualunque incidente domestico poteva rivelarsi letale. La nota più stonata, poi, è quella di chi non trova di meglio che crocifiggere papa Francesco per il buon senso con cui ha definito un dovere morale vaccinarsi e un obbligo internazionale garantire le dosi anche alle nazioni più indigenti. Insomma, i principi non negoziabili, la fedeltà all'auctoritas papale valgono a intermittenza, solo quando servono a supportare alcune posizioni a scapito di altre. Del resto il Magistero parla chiaro sulla totale complementarietà tra fede e scienza- sottolinea don Buonaiuto-. Non può quindi che lasciare allibiti il revival di un cavallo di battaglia delle epoche più buie: il braccio di ferro tra fede e ragione. L'errore di scontrarsi sui vaccini anche in nome di presunte ragioni identitarie era già stato confutato nell'enciclica del '98 da San Giovanni Paolo II. Il cristianesimo non presuppone affatto un conflitto inevitabile tra la fede soprannaturale e il progresso scientifico. Il punto di partenza stesso della rivelazione biblica è l'affermazione che Dio ha creato gli esseri umani, dotati di ragione - evidenzia don Buonaiuto-. La scienza, nel rispetto dei valori inviolabili della dignità umana, ha contribuito alla protezione dell'ambiente, al progresso dei Paesi in via di sviluppo, alla lotta contro le epidemie e all'aumento della speranza di vita. Rappresenta, quindi, un dono provvidenziale ed è di per se stessa parte del piano del Creatore. Fede e scienza alleate per il bene comune. A meno che non si voglia regredire all'epoca in cui si condannava Gesù perché guariva le persone anche di sabato».

Prossimi appuntamenti

Martedì 10 agosto

Festa di San Lorenzo

Messa ore 20:00 all'oratorio
di San Lorenzo

Mercoledì 11 agosto

Preghiera sulle letture
della domenica, ore 19 in chiesa

Giovedì 12 agosto

Messa alle ore 19:00

Davanti ad un quadro ...

Un pane spezzato posto su un tovagliolo sopra un tavolo su cui sono collocati ritagli di giornale: così si presenta il dipinto di Safet Zec intitolato *Pane spezzato* (2003).

Come ci ricorda il vangelo che abbiamo ascoltato, il pane della vita è un pane che *discende* dal cielo ed entra nella nostra storia, quella storia raccontata sui quotidiani, quella storia che è intreccio di gioie e dolori, di speranze e delusioni. Il pane della vita, infatti, non percorre una via di ascesa, di salita, di distacco, ma di discesa, di abbassamento, di spogliazione e di



vicinanza. Il pane della vita nutre e dà senso alla nostra quotidianità, discende nella nostra storia e la illumina. Questa è la logica del pane della vita: non i tratti dello splendore e della potenza di un Dio lontano, ma i tratti della debolezza, del servizio e dell'amore fino alla fine di un Dio che si fa carne e che si fa nostro compagno di viaggio. La logica di Gesù è quella di discendere, di farsi vicino a ciascuno di noi, di cercare non l'interesse personale, ma il bene di tutti.

Il vangelo ci invita a mangiare il pane disceso dal cielo. Mangiare questo pane, non significa solo fare la comunione tutte le domeniche. Fare la comunione è un segno importante che deve però rimandare alla nostra vita quotidiana. Gesù ricorda che il pane che lui ci offre "è la sua carne per la vita del mondo". Mangiare il pane disceso dal cielo, significa quindi vivere una relazione autentica con il Dio di Gesù Cristo, significa lasciarsi coinvolgere, nutrirsi giorno per giorno del vangelo, cercando di vivere giorno per giorno come Gesù, cioè offrendo la propria vita per il mondo.

Questo pane ci consente di vivere una vita piena: *chi crede ha la vita eterna*. Giovanni non scrive *avrà*, ma *ha* già ora. La vita eterna non è solo risurrezione e vita oltre la morte; la vita eterna è vita piena già ora: chi crede, chi cerca di vivere come ha vissuto Gesù, ha già ora una vita piena di senso, abitata da una gioia intima e profonda che nulla e nessuno ci può togliere.