

## ASCOLTARE

La riforma liturgica promossa dal Concilio Vaticano II ha consegnato ai fedeli una festa per il dono dell'Eucaristia, con la quale tenere alto nel cuore dei credenti il posto centrale ed insostituibile di questo sacramento nella vita cristiana. La bellezza ed il dinamismo di questa festa sono evidenziate dalla ricca proposta di letture bibliche, nonché dalla splendida eucologia.

I cicli ABC fanno rivivere tre aspetti fondamentali dell'Eucaristia:

- ANNO A: la dimensione conviviale, anticipata nel prodigio della manna e dell'acqua scaturita dalla roccia;
- ANNO B: il Banchetto della nuova alleanza nel sangue di Cristo;
- ANNO C: l'azione di grazie al Padre per tutto ciò che ha fatto per l'umanità e soprattutto per il dono della sua vita in Cristo.

Tutta la liturgia è fare memoria di eventi che da passati diventano presenti: non vuote commemorazioni, ma dialogo con le proprie sorgenti, con la vita profonda.

L'Eucarestia è fare memoria dell'amore di Cristo che non ha tenuto per sé nemmeno il suo corpo e il suo sangue: *"Prendete e mangiatene; prendete e bevetene tutti!"* e neppure la sua vita: *"Io sarò con te tutti i giorni, fino al consumarsi del tempo"*. Quando facciamo la comunione ci accorgiamo che non possediamo né doni né primizie, ma solo una storia accidentata. Ma è nella nostra fragile storia che Dio prende dimora e nutre la nostra anima per mezzo di un "vel di pane".

## LODARE CANTANDO

### Canto di ingresso

*Come unico pane* (628)

*Adoriamo Gesù Cristo*, str. 3-5 (605-607)

*Cristo Gesù, Salvatore*, str. 1, 2, 7, 8, 10 (633)

*Gioia del cuore* (648)

*Ecco il tuo posto* (640)

*Il tuo popolo in cammino* (663)

*Molte le spighe* (679)

*Sei tu, Signore, il pane* (719)

*Vieni, fratello* (760)

Si veda anche:

M. Frisina "Pane di vita nuova" (album "Pane di vita nuova" 2000)

<https://www.youtube.com/watch?v=2TjvpY5dqTU>

### LITURGIA DELLA PAROLA

Prima lettura: Dt 8, 2-3.14b-16a (*Ti ha nutrito di un cibo che tu non conoscevi*)

Il **salmo responsoriale** (Sal 147) e il ritornello proprio del giorno si possono reperire in *Il canto del salmo responsoriale della domenica* (Elledici 2011, p. 8: **Loda il Signore, Gerusalemme**)

Oppure:

*Esalta il Signore, Gerusalemme* (144 ant. 1)

Seconda lettura: 1Cor 10, 16-17 (*Poiché vi è un solo pane, noi siamo un solo corpo*)

### Acclamazione al Vangelo

*Alleluia! Oggi la Chiesa*, str. 5 (258)

*Alleluia! A Cristo Signore*, str. 8 (262)

Vangelo: Gv 6, 51-58 (*La mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda*)

La lettura della **sequenza** "*Lauda Sion*" è facoltativa e può essere letta o cantata.

### Presentazione dei doni

L'altare appaia chiaramente come "mensa": se possibile, lo si prepari al momento della presentazione dei doni (n. 73 "Ordinamento Generale del Messale Romano").

[https://www.vatican.va/roman\\_curia/congregations/ccdds/documents/rc\\_con\\_ccdds\\_doc\\_20030317\\_ordinamento-messale\\_it.html#III.\\_LE\\_SINGOLE\\_PARTI\\_DELLA\\_MESSA](https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/ccdds/documents/rc_con_ccdds_doc_20030317_ordinamento-messale_it.html#III._LE_SINGOLE_PARTI_DELLA_MESSA)

Sarebbe particolarmente significativo iniziare la liturgia eucaristica con l'effettiva presentazione del pane e del vino da parte dei fedeli: durante la processione si potrà cantare uno dei seguenti canti:

*O Dio dell'universo* (308)

*O Signore, raccogli i tuoi figli* (697)

*Se voi avete fame* (310)

*Camminando con te* (540)

Segnaliamo anche un canto di Deflorian/DeFrancesco: *Pane e vino*. [qui lo spartito](#) [qui il commento](#)

Si dia risalto al gesto della "**Frazione del pane**" accompagnato dal canto dell'*Agnello di Dio* (381-387).

### Comunione

*Adoriamo Gesù Cristo*, str. 6-8 (605-607)

*Salmo 33 - Cristo Signore, tu vieni a noi* (103)

*Il Signore è il mio pastore* (661)

*Hai dato un cibo* (658)

*Mistero della cena* (678)

*Tu, fonte viva* (740)

*E venne il giorno* (646)

*Signore, sei tu il mio pastore* (727)

*Abbiamo mangiato il pane* (604)

*Cristo vive* (635)

*Dov'è carità e amore* (639)

*Luce sul cammino* (675)

*O Gesù, tu sei il pane* (692)

*Pane per noi spezzato* (812)

*Pane vivo, spezzato per noi* (699)

*Tendo la mano* (734)

Si veda anche:

A. Parisi: *Corpo e sangue di Cristo* [qui lo spartito](#)

M. Frisina: *O Sion Loda il salvatore* [qui lo spartito](#)

### TESTIMONIARE

Tutto il Vangelo va e viene tra due sole parole: il *pane* e la *vita*, mangiare e vivere.

Che cosa mi fa vivere? Io vivo soprattutto delle mie sorgenti e di tutti quei germi di vita che la mano viva del Creatore ha messo dentro di me.

Mosè dice: "*l'uomo non vive solo di pane!*". Anzi di solo pane l'uomo muore. "*Ma vive di quanto esce dalla bocca di Dio*" (Dt 8,3). Questa è la sorgente! Dalla bocca di Dio vengono parole che creano luce, acqua, terra, alito di vita che fanno di un gruppo di terra un uomo vivente (p. E. Ronchi).