



**CHI MANGIA
QUESTO PANE
VIVRÀ IN ETERNO**

CENACOLO GAM

DOMENICA 11 GIUGNO 2023

SOLENNITÀ DEL SANTISSIMO CORPO E SANGUE DI CRISTO

A Gesù



per Maria

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

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

*Se lo Spirito di Dio,
che ha risuscitato Gesù dai morti,
abita in voi,
colui che ha risuscitato Cristo
dai morti darà la vita
anche ai vostri corpi mortali
per mezzo del suo Spirito
che abita in voi (Rm 8).*



*La Scrittura deve essere letta e interpretata con l'aiuto dello
stesso Spirito mediante il quale è stata scritta. (Dei Verbum 12)*

Lettura corale

- 1 Vieni, Santo Spirito,
manda a noi dal cielo
un raggio della tua luce.
Vieni, padre dei poveri,
vieni, datore dei doni,
vieni, luce dei cuori.
- 2 Consolatore perfetto
ospite dolce dell'anima,
dolcissimo sollievo.
Nella fatica, riposo,
nella calura, riparo,
nel pianto, conforto.
- 3 O luce beatissima,
invadi nell'intimo
il cuore dei tuoi fedeli.
- 4 Senza la tua forza,
nulla è nell'uomo,
nulla senza colpa.
Lava ciò che è sordido,
bagna ciò che è arido,
sana ciò che sanguina.
Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è gelido,
drizza ciò ch'è sviato.
- 5 Dona ai tuoi fedeli
che solo in te confidano
i tuoi santi doni.
Dona virtù e premio,
dona morte santa,
dona gioia eterna. Amen.

CHI MANGIA QUESTO PANE VIVRÀ IN ETERNO

Rosario e Parola di Dio dal Vangelo di San Giovanni Gv 6,51-58
Meditiamo il mistero di Gesù Pane vivo disceso dal cielo.

Padre nostro...

1ª AVE MARIA

In quel tempo, Gesù disse alla folla: «Io sono il pane vivo, disceso dal cielo.

L'idea fondamentale dell'ebraismo è che Dio è vivo e dà la vita. Gesù dice: «Io sono la Vita; io sono la vera vite; io sono il pane; io sono la Risurrezione, io sono il pane vivo disceso dal cielo». Nell'Eucaristia si verifica l'annientamento di Gesù, la sua kenosis. È il paradosso di Dio: infinitamente lontano e infinitamente vicino; infinitamente trascendente ed infinitamente immanente. La doppia affermazione che Gesù è il pane vivo e che è la vita, introduce al mistero eucaristico.



Ave, o Maria...

Clicca qui per ascoltare e scaricare il canto

Canto: O Dio, tu sei il mio Dio, all'aurora ti cerco,
di te ha sete l'anima mia;
a te anela la mia carne
come terra deserta, senz'acqua.
** Mi sazierò al celeste banchetto
e con voci di gioia ti loderò la mia bocca;
esulto con Maria all'ombra delle tue ali
e a te si stringe l'anima mia (*Bis).*

2ª AVE MARIA

Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo».

La carne nel linguaggio di San Giovanni, indica sempre la natura umana nella sua fragilità, nei suoi limiti. Gesù uomo Dio diventa cibo, pane che si mangia. Qui c'è il sacrificio redentivo di Gesù che dà la sua vita «per la vita del mondo». L'oblazione di Gesù è stata libera: il suo sacrificio ci libera dai peccati.

Ave, o Maria... - Canto -

3ª AVE MARIA

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

L'incredulità dei Giudei è sempre più evidente: rifiutano di ammettere l'origine divina di Gesù, non comprendono le sue parole e si domandano come può dare il suo corpo da mangiare. Questa parola *come*, la si trova sempre quando Gesù parla di novità assolute che superano ogni comprensione. La fede è accettazione e accoglienza piena di Gesù che si dà a noi come cibo, per la vita eterna. *Ave, o Maria... - Canto -*

4ª AVE MARIA

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.

Gesù si autodefinisce: “Figlio dell'uomo”, perché vuole nascondersi e nello stesso tempo rivelarsi, cioè rispetta la nostra libertà. La cosa più bella è il nostro sì libero. Gesù non ritira la sua parola. La condizione per avere la vita eterna, mangiare e bere il corpo e il sangue di Gesù, avere il perdono dei peccati, lavare le vesti nel sangue dell'Agnello: questo si verifica solo nell'Eucaristia. *Ave, o Maria... - Canto -*

5ª AVE MARIA

Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno.

Gesù sottolinea l'importanza del sangue: della Nuova Alleanza, del patto di amicizia, di comunione e di intimità con Dio. L'Eucaristia è un condensato della creazione e della redenzione: *E lo risusciterò nell'ultimo giorno.* Questa risurrezione, questo traguardo finale verso cui siamo avviati finirà, ci saranno cieli nuovi e terra nuova. Scatta questa legge fondamentale: più saremo trasparenza di Gesù, più faremo trasparire tutto l'universo attraverso questa luce eucaristica.

Ave, o Maria... - Canto -

6ª AVE MARIA

Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

Come durante l'esodo dall'Egitto il sangue dell'agnello difese gli Israeliti dall'angelo della morte, così il sangue di Gesù custodirà e salverà il nuovo Israele dalla morte eterna. Come gli Israeliti ricevettero nel deserto la manna dal cielo così l'Israele spirituale, la Chiesa, durante il suo pellegrinaggio terreno attraverso i secoli riceverà da Cristo la vera manna che è il suo corpo che darà la forza di avanzare.



Ave, o Maria... - Canto -

7ª AVE MARIA

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

Rimanere è un verbo che faceva sognare gli ebrei, popolo nomade, esiliato, alla ricerca di una dimora. Dio ha voluto dimorare, fare presenza in mezzo a noi. Con la comunione eucaristica si ha un'unione intima e feconda come quella della vite e i tralci, di sposo e di sposa. La dimora che è reciprocità, io in lui e lui in me, è una permanenza di amore che si ha nell'Eucaristia. *Ave, o Maria... - Canto -*

8ª AVE MARIA

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.

Gesù vive per il Padre, è l'inviato del Padre; per suo mezzo

abbiamo una triplice vita: vita del Padre, vita del Figlio, vita del credente; questa vita si chiama Spirito Santo. È lo Spirito che vivifica: è l'inizio della trasfigurazione che non si riesce a definire perché ci supera e ci trascende.

Ave, o Maria... - Canto -

9ª AVE MARIA

Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono.

Tra la manna del deserto e il pane del cielo c'è una differenza essenziale. Nonostante le circostanze in cui venne dispensata agli ebrei, la prima era soltanto terrestre e non poteva procurare una vita duratura. Il pane che Gesù offre al mondo è lui stesso, è trascendente: chi mangia non morrà ma vivrà.



Ave, o Maria... - Canto -

10ª AVE MARIA

Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

Gesù insegna che è indispensabile assimilare il suo corpo e il suo sangue per avere la vita eterna e che andare realmente a lui non è un potere dell'uomo, ma è un dono di Dio. La fede non è un'adesione è un dono, il credere all'Eucaristia è un dono.

Ave, o Maria... - Canto - Gloria al Padre...

LA PAROLA DI DIO MI INTERROGA

Io sono il pane vivo, disceso dal cielo.

Ringrazio Gesù per essersi donato a me nell'Eucaristia come pane vivo disceso dal cielo?

Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno.

Mi nutro di Gesù Eucaristia per avere la vita eterna?

Come può costui darci la sua carne da mangiare?

Credo che Gesù è realmente presente nell'Eucaristia?

Accetto e accolgo con fede questo grande Mistero di amore?

Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

Ricevo con fede e in grazia di Dio l'Eucaristia, cibo e bevanda di vita eterna?

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

Adoro Gesù presente nell'Eucaristia?

Rimango unito a Gesù nell'adorazione personale?

Colui che mangia me vivrà per me.

Amo lo Spirito Santo? Mi lascio guidare dallo Spirito Santo?

SALMO 147

LA GERUSALEMME RIEDIFICATA

SPUNTO DI MEDITAZIONE

Vieni, ti mostrerò la fidanzata, la sposa dell'Agnello

(Apocalisse 21,9).

Clicca qui per ascoltare e scaricare il canto
CANTO

Glorifica il Signore Jerushalaim,
loda il tuo Dio, Sion.

Egli dona la pace,
ti sazia con fior di frumento,
manda la sua Parola
che rinnova tutta la terra.

Glorifica il Signore Jerushalaim,
il tuo Dio è in mezzo a te.

E vidi la nuova Sion,
la Vergine Immacolata,
Madre dell'Emmanuele,
la Dimora di Dio con noi.

TESTO DEL SALMO

Alleluia.

**Glorifica 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.**

**Egli ha messo pace nei tuoi confini
e ti sazia con fior di frumento.**

(Canto) - selà -

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

**Fa scendere la neve come lana,
come polvere sparge la brina.**

**Getta come briciole la grandine,
di fronte al suo gelo chi resiste?**

**Manda una sua parola ed ecco si scioglie,
fa soffiare il vento e scorrono le acque.**

(Canto) - selà -

**Annunzia a Giacobbe la sua parola,
le sue leggi e i suoi decreti a Israele.**

**Così non ha fatto con nessun altro popolo,
non ha manifestato ad altri i suoi precetti.**

(Canto) - selà -

DOSSOLOGIA

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo...

LETTURA CON ISRAELE

- * Questo salmo è divenuto celebre perché spesso messo in musica in latino: *Lauda, Jerusalem, Dominum*. Queste parole iniziali costituiscono il tipico invito degli inni salmici a celebrare e lodare il Signore: ora è Gerusalemme, personificazione del popolo, ad essere interpellata perché *esalti e glorifichi il suo Dio*.
- * Si ricorda il motivo per cui la comunità orante deve far salire al Signore la sua lode: Dio ha liberato Israele dall'esilio babilonese e ha dato sicurezza al suo popolo *rinforzando le sbarre delle porte della città*.
- * Il Signore ritorna ad essere il costruttore della Città Santa: nel tempio risorto Egli benedice di nuovo i suoi figli. Gerusalemme è tornata ad essere un'oasi di serenità e di pace.
- * Dio offre ad Israele il dono della Rivelazione e la missione unica tra le genti di proclamare al mondo la Parola di Dio. È una missione profetica e sacerdotale *perché qual grande nazione ha leggi e norme giuste come è tutta questa legislazione che io oggi vi espongo?* (Deuteronomio 4,8).

(Canto)

LETTURA CON GESÙ

- * *Il fior di frumento* ha fatto pensare al grande dono del pane eucaristico. Origene ha identificato quel frumento come segno di Cristo stesso e, in particolare, della Sacra Scrittura.
- * Questo è il suo commento: «Nostro Signore è il grano di frumento che cadde a terra, e si moltiplicò per noi. Ma questo grano di frumento è superlativamente copioso. La parola di Dio è superlativamente copiosa, racchiude in se stessa tutte le delizie. Tutto ciò che tu vuoi, proviene dalla parola di Dio, allo stesso modo che raccontano i Giudei: quando mangiavano la manna, essa, nella loro bocca, prendeva il gusto di quanto ciascuno desiderava. Così anche nella carne di Cristo, che è la parola dell'insegnamento, cioè la comprensione delle sante Scritture, quanto grande è il desiderio che ne abbiamo, altrettanto grande è il nutrimento che ne riceviamo. Se sei santo, trovi refrigerio, se sei peccatore, trovi tormento» (Origene).
- * Il Signore agisce con la sua Parola nella creazione e nella storia. Si rivela in modo esplicito attraverso la Bibbia e in pienezza nel Figlio. Sono due doni diversi, ma convergenti, del suo amore.

(Canto)

LETTURA GAM, OGGI

- * Giovane, fa' tuo l'inno di esultanza, di lode e gioia cosmica per l'azione creatrice divina. Contempla la Parola divina che

irrompe per dar vita ad ogni essere. Simile a un messaggero essa corre per gli spazi immensi della terra. Ed è subito un fiorire di meraviglie.

- * Contempla il quadro invernale che il salmista invita a scoprire tra le meraviglie del creato: *la neve* è simile a lana per il suo candore, *la brina* con i suoi grani sottili è come polvere del deserto, *la grandine* è simile a *briciole di pane* gettate per terra, *il gelo* rapprende la terra e blocca la vegetazione.
- * E sempre per azione della Parola divina, ecco riapparire la primavera: *il ghiaccio si scioglie, il vento caldo soffia e fa scorrere le acque*, ripetendo così il perenne ciclo delle stagioni e quindi la stessa possibilità di vita per uomini e donne.
- * Giovane, tu hai un compito specifico: far risuonare nel mondo la Parola di Dio, che è viva, creatrice ed efficace. Allora prega così: «Signore Gesù, per intercessione della beata Vergine Maria, Stella dell'evangelizzazione, aiutami a compiere la missione che mi hai affidato: annunciare a tutti il Vangelo per preparare la civiltà dell'amore e la primavera della Chiesa, perché venga il tuo Regno di Amore e di Pace in tutti gli uomini che il Signore ama. Amen».

(Canto)

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

*Con i simboli è annunciato,
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.*



LA PAROLA DI PAPA FRANCESCO

IL PANE CHE NOI SPEZZIAMO NON È FORSE COMUNIONE CON IL CORPO DI CRISTO?



«*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?*». Queste parole esprimono l'effetto mistico o possiamo dire l'effetto spirituale dell'Eucaristia: esso riguarda l'unione con Cristo, che nel pane e nel vino si offre per la salvezza di tutti.

Gesù è presente nel sacramento dell'Eucaristia per essere il nostro nutrimento, per essere assimilato e diventare in noi quella forza rinnovatrice che ridona energia e ridona voglia di rimettersi in cammino, dopo ogni sosta o dopo ogni caduta.

Il secondo effetto è quello comunitario ed è espresso da San Paolo con queste parole: «Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo».

Si tratta della comunione reciproca di quanti partecipano all'Eucaristia, al punto da diventare tra loro un corpo solo, come unico è il pane che si spezza e si distribuisce. Siamo comunità, nutriti dal corpo e dal sangue di Cristo.

La comunione al corpo di Cristo è segno efficace di unità, di comunione, di condivisione. Non si può partecipare all'Eucaristia senza impegnarsi in una fraternità vicendevole, che sia sincera.

Ma il Signore sa bene che le nostre sole forze umane non bastano per questo. Anzi, sa che tra i suoi discepoli ci sarà sempre la tentazione della rivalità, dell'invidia, del pregiudizio, della divisione... Tutti conosciamo queste cose.

Anche per questo ci ha lasciato il Sacramento della sua Presenza reale, concreta e permanente, così che, rimanendo uniti a Lui, noi possiamo ricevere sempre il dono dell'amore fraterno. «*Rimanete nel mio amore*» (Gv 15,9), ha detto Gesù; ed è possibile grazie all'Eucaristia. Rimanere nell'amicizia, nell'amore.

LA PAGINA DEI BUCANEVE

IL VANGELO

PER I RAGAZZI



GESÙ PANE VIVO

• Gv 6, 51-58 • Corpus Domini



Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro:



Cosa mi insegna il Vangelo



A Gesù piace fare paragoni strani ma che ci aiutano a capire meglio argomenti difficili. In questo caso **SI PARAGONA AL PANE** un alimento base, semplice da fare ma fondamentale per il nostro sostentamento. Dice però che Lui è il **PANE VIVO**, venuto da cielo e fatto di carne. Sta parlando dell'**EUCARISTIA** dove l'**OSTIA** è il pane che **SI TRASFORMA IN GESÙ VIVO**, sceso dal cielo.



I Giudei rimangono stupiti e confusi perché non capiscono, ancora non conoscono l'Eucaristia ma ricordano che Dio mandò al **POPOLO D'ISRAELE** che moriva di fame nel deserto la **MANNA**, una specie di neve che loro potevano mangiare.



In questo caso il corpo di Cristo è **CIBO PER L'ANIMA**, ci unisce al Padre celeste e questa **COMUNIONE** fa sì che avremo la vita eterna.



QUANDO FAI LA
COMUNIONE È IL MOMENTO
PIÙ IMPORTANTE DELLA
SETTIMANA!

IN QUEL MOMENTO È
GESÙ CHE ENTRA DENTRO DI TE
E TI DÀ LA FORZA DI AFFRONTARE
LE DIFFICOLTÀ DELLA VITA, DI
VINCERE LE TENTAZIONI E DI
ESSERE PIÙ BUONO.



il mio PROPOSITO

Questa domenica durante la Consacrazione presterò molta attenzione alle parole che il sacerdote pronuncia.

FATTO

NON ANCORA



IL SERVO DI DIO DON CARLO DE AMBROGIO

UNA LAMPADA CHE ARDE E CHE SPLENDE

QUELLA SUA CALLIGRAFIA DA FANCIULLO

Carletto conservò, tutta la vita, una calligrafia di fanciullo da cui trasparivano il candore e l'innocenza, l'equilibrio e l'armonia interiore.

Quando, nel 1979, nacque il foglio volante GAM "Per me Cristo" per i fanciulli con le figurine e il testo del Vangelo manoscritto, Don Carlo, presentando il primo numero agli intimi collaboratori, disse sorridendo: «Adesso capisco perché a differenza degli altri

ho mantenuto sempre una scrittura da bambino; la Mamma - così egli amava chiamare la Madonna - voleva utilizzare anche questo per il Regno di Dio».

Tutto nella sua vita sarà finalizzato alla sua consacrazione e missione, sia perché lo Spirito Santo e l'Immacolata tessevano passo passo la trama del disegno del Padre, sia perché la sua volontà indirizzava tutto a quell'unico ideale: essere di Gesù e annunciare il Vangelo.

UN PUBBLICO INSOLITO

Al pomeriggio, eseguiti i compiti, correva all'asilo a suonare. La stanza del pianoforte dava sul piccolo orticello. Un giorno Carletto si accorse che tutti i coniglietti, orecchie drizzate, si erano radunati dinanzi alla vetrata e stavano immobili ad ascoltare. Preso dall'entusiasmo per quel pubblico insolito si diede a pestare con più impeto sui tasti e quelli spaventati scapparono. Allora riprese l'andatura tranquilla di prima e i timidi animaletti, uno dopo l'altro, tornarono ad ascoltare. Fu per lui come una rivelazione: intuì il legame strettissimo con la natura, con l'intero cosmo.

Più volte - divenuto Sacerdote - nel suo annuncio sottolineerà questa comunione con l'universo; «Se tocchi un fiore, tremano le stelle»; e parlerà di risurrezione cosmica in cui tutto l'universo - come dice S. Paolo - parteciperà alla gloria dei figli di Dio (cf Rm 8,22-23). Tutto per lui era segno.

Continua...

