G.A.M. Gioventù Ardente Mariana

NON ABBIAMO CHE CINQUE PANI E DUE PESCI

22 giugno 2025

Solennità del Santissimo Corpo e Sangue del Signore

CENACOLO GAM

A Gesù

per Maria

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

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

La speranza non delude,
perché l'amore di Dio
è stato riversato
nei nostri cuori
per mezzo dello Spirito Santo
che ci è stato dato (Rm 5).

Lo Spirito Santo è l'amore tra il Padre e il Figlio ed è l'amore che Dio ha per noi. *- Servo di Dio don Carlo De Ambrogio -*

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.
Senza la tua forza,
nulla è nell'uomo,
nulla senza colpa.

4 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 che 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.

NON ABBIAMO CHE CINQUE PANI E DUE PESCI

Rosario e Parola di Dio
dal Vangelo secondo Luca 9,11b-17

Meditiamo il miracolo della moltiplicazione dei pani.
Padre nostro...

1ª AVE MARIA

In quel tempo, Gesù prese a parlare alle folle del regno di Dio.
La moltiplicazione dei pani operata da Gesù per sfamare la folla che lo segue è raccontata dai tutti e quattro gli evangelisti non per farci ammirare uno spettacolare prodigio, ma per farci notare che l'entusiasmo della folla si basa su un grave equivoco. Solo più tardi i discepoli capiranno che il miracolo dei pani era un segno, che doveva orientare decisamente la folla verso la persona di Gesù e verso il suo totale dono d'amore, l'Eucaristia.
Ave, o Maria...

Clicca sulle parole del canto per ascoltarlo

Canto: Non ho, tu lo sai, che cinque pani e due pesci
è poco ma è tutto qui
è tutto quel che ho, accettalo Signor!
Io sono giovane, solo un ragazzo ma
il tuo Nome è è scritto dentro di me.
Sarò sicuro se tu dolce Mamma sai
che la mia vita io la dono tutta a te.
Non ho, tu lo sai, che oggi per amarti Gesù!

2ª AVE MARIA

Gesù prese a parlare alle folle del regno di Dio e a guarire quanti avevano bisogno di cure.
Questa annotazione ci rivela che ancor prima di guarire le anime Gesù vuol guarire i corpi, perché la salvezza che egli viene a portare è totale. Dio vuole salvare l'uomo intero, anima e corpo. Servire Dio soltanto con il corpo sarebbe un'azione da schiavi; servirlo soltanto con l'anima sarebbe in contrasto con la nostra natura umana. Sant'Ireneo affermava che «la gloria di Dio è l'uomo vivente». *Ave, o Maria... - Canto*

3ª AVE MARIA

Gesù prese a guarire quanti avevano bisogno di cure.
Avevano bisogno di cure. Viene allora da domandarsi: perché Gesù fa tali miracoli senza cambiare le situazioni così che quei saziati di un giorno si ritrovano presto miseri e affamati come prima? Perché lo scopo di Gesù nell'operare i miracoli non è quello di cambiare le situazioni sociali ma di cambiare gli uomini dal di dentro perché, una volta rinnovati dal Vangelo e dall'Eucaristia, operino i miglioramenti sociali necessari al bene di tutti. *Ave, o Maria... - Canto*

4ª AVE MARIA

Il giorno cominciava a declinare.
Indicazione preziosa e commovente che ci riporta subito al racconto dell'Ultima Cena nella quale Gesù istituì l'Eucaristia. Ci ricorda pure l'episodio in cui i discepoli di Emmaus dicono allo Sconosciuto: *Rimani con noi, perché si fa sera e il giorno volge ormai al declino.* Accostata a questi due momenti della vita di Gesù la moltiplicazione dei pani diventa profezia e richiamo prezioso a ciò che Gesù confermerà nell'Ultima Cena ripetendo il gesto di benedire i pani, spezzarli e darli ai suoi discepoli perché ne mangino e si sazino.
Ave, o Maria... - Canto

5ª AVE MARIA

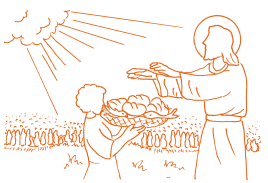
I Dodici gli si avvicinarono dicendo: «Congeda la folla perché vada nei villaggi e nelle campagne dei dintorni, per alloggiare e trovare cibo: qui siamo in una zona deserta».
La sottolineatura al luogo deserto ha un significato importante: ci ricorda il cammino del popolo d'Israele che, lasciata la terra di schiavitù, si era posto in cammino verso la libertà e lungo il viaggio era stato alimentato con la manna. Proprio nella zona deserta, la parola di Gesù si fa pane e l'uomo trova qui il suo riposo perché *lui solo ha parole di vita eterna.* *Ave, o Maria... - Canto*

6ª AVE MARIA

Gesù disse loro: «Voi stessi date loro da mangiare».
Gli apostoli prendono l'iniziativa con l'idea piuttosto comoda di rimandare la folla nei villaggi vicini. Gesù sembra nemmeno udire la loro richiesta e dice: *Date voi stessi da mangiare,* cioè chiede loro il dono di sé stessi. Gesù chiede ai discepoli di diventare essi stessi pane e di lasciarsi mangiare; chiede di diventare pane spezzato perché gli altri possano sfamarsi. Diventare pane vuol dire lasciarsi impastare da Dio, lasciarsi cuocere dal fuoco del suo Spirito e del suo amore, lasciarsi spezzare ed essere mangiato da tutti. Ecco allora che l'Eucaristia diventa vita che si fa dono quotidianamente e totalmente.
Ave, o Maria... - Canto

7ª AVE MARIA

Ma essi risposero: «Non abbiamo che cinque pani e due pesci, a meno che non andiamo noi a comprare viveri per tutta questa gente». C'erano infatti circa cinquemila uomini.
Gli rispondono: *Non abbiamo che cinque pani e due pesci, a meno che non andiamo noi a comprare viveri per tutta questa gente,* come a sottolineare l'impossibilità a risolvere il problema. I discepoli cercano una soluzione umana ma Gesù fa notare che umanamente la situazione è chiusa e i mezzi umani non sono



sufficienti a sfamare la folla, bisogna far ricorso alla fede: Dio provvederà, ma è necessario fidarsi di lui. Diffondere il Regno di Dio supera le forze umane.
Ave, o Maria... - Canto

8ª AVE MARIA

Egli disse ai suoi discepoli: «Fateli sedere a gruppi di cinquanta circa». Fecero così e li fecero sedere tutti quanti.
Gesù invita i discepoli ad agire ed essi eseguono senza esitare, anzi sembra che tutto si svolga senza la minima difficoltà. Il fatto di suddividere la gente in gruppi significa che Gesù non considera la folla una massa anonima o confusa, ma vuole che tra di loro si sentano persone unite attorno a Gesù. Anche noi che oggi celebriamo l'Eucaristia siamo viandanti che compiono il loro esodo e che si mettono in cammino per ascoltare Gesù ed essere curati e nutriti da lui. *Ave, o Maria... - Canto*

9ª AVE MARIA

Egli prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò su di essi la benedizione, li spezzò e li dava ai discepoli perché li distribuissero alla folla.
È Gesù che compie il miracolo in maniera sorprendente: moltiplica i pani e i pesci e li fa distribuire in abbondanza ai cinquemila uomini. Il clima e i gesti di Gesù sono gli stessi che Gesù compirà all'Ultima Cena, e sono i gesti che fin dai primi tempi della Chiesa ripete chi presiede la liturgia Eucaristica agendo *in persona Christi*, cioè al posto di Gesù È sempre lui, che dà la vita e fa vivere.
Ave, o Maria... - Canto

10ª AVE MARIA

Tutti mangiarono a sazietà e furono portati via i pezzi loro avanzati: dodici ceste.
I discepoli devono continuare quello che ha fatto Gesù: la Chiesa deve sfamare tutti, anche i più lontani, in proporzione della fame, del desiderio e della speranza che nutrono. L'Eucaristia è sempre un *dono più grande,* diversamente dalla manna del deserto limitata alla sola durata di un giorno. Con Gesù si entra in una economia più vasta: è lui il Pane della vita e non lo si può negare a nessuno. Gli Apostoli e i loro successori si troveranno sempre in mezzo a uomini affamati e sperimenteranno la dolorosa insufficienza delle loro sole forze e precetti d'uomo. L'EucarIstia è il cibo per tutti. *«Quando riceviamo l'Eucaristia Gesù sa che ne abbiamo bisogno, perché l'Eucaristia non è il premio dei santi ma il pane dei peccatori.* Per questo ci esorta: *«Non abbiate paura: Prendete e mangiate»* (Papa Francesco 6 giugno 2021).
Ave, o Maria... - Canto - Gloria.

Salmo 109
Il Messia Re e Sacerdote

SPUNTO DI MEDITAZIONE

Bisogna che Egli regni finché non abbia posto tutti i suoi nemici sotto i suoi piedi (1 Corìnzi 15,25).

Clicca sulle parole del canto per ascoltarlo

CANTO Parola del Signore al mio Signore:
«Dal seno dell'aurora come rugiada ti ho generato.
Tu sei Sacerdote per sempre»;
il Signore è alla tua destra (2 v.).
Parola del Signore alla sua Ancella:
«Lo Spirito d'Amore scenderà su te, ti adombrerà:
darai alla luce un Figlio, il nome suo sarà Gesù;
è il Figlio dell'Altissimo Dio e regnerà per sempre».

TESTO DEL SALMO

Oracolo del Signore al mio Signore:
«Siedi alla mia destra,
finché io ponga i tuoi nemici
a sgabello dei tuoi piedi».
Lo scettro del tuo potere
stende il Signore da Sion:
«Domina in mezzo ai tuoi nemici.
A te il principato nel giorno della tua potenza
tra santi splendori;
dal seno dell'aurora,
come rugiada, io ti ho generato». *(Canto) - selà -*
Il Signore ha giurato e non si pente:
«Tu sei sacerdote per sempre
al modo di Melchisedek».
Il Signore è alla tua destra,
annienterà i re nel giorno della sua ira.
Lungo il cammino
si disseta al torrente
e solleva alta la testa. *(Canto) - selà -*

DOSSOLOGIA

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

LETTURA CON ISRAELE

* Il salmo 109 è un salmo regale che descrive l'investitura di un re, probabilmente della casa di Davide. Un profeta, a nome di Dio, invita il nuovo re a sedersi sul suo trono; gli porge lo scettro segno del potere e gli conferisce il

titolo più prestigioso: tu sei figlio di Dio. Per completare l'investitura, il re viene costituito sacerdote (ogni re, in Oriente, era anche sacerdote e offriva sacrifici al Signore). Infine il profeta gli promette ogni sorta di vittorie: egli sarà il giudice che annienterà i malvagi. Dio stesso combatterà con lui e per lui, alla sua destra, come sua forte e potente difesa.

* Questi salmi regali non sempre venivano composti in occasione di una vera e propria incoronazione di un re (la monarchia è durata troppo poco in Israele), ma erano ispirati dallo Spirito Santo per suscitare e accendere nel popolo l'attesa del Re-Messia, il vero liberatore, il Sommo ed eterno Sacerdote, il Figlio del Padre generato dal seno dell'aurora, cioè da sempre.

* Lungo il cammino si disseta al torrente e solleva alta la testa: è l'atteggiamento del vincitore. L'acqua è simbolo dello Spirito Santo. La Bibbia si apre e si chiude con un riferimento allo Spirito Santo: nel primo capitolo della Genesi (1,2) e nell'ultimo dell'Apocalisse (22,1). Si può così intravedere come tutto il piano del Padre, anche se infranto all'inizio, verrà portato a compimento per la vittoria del Re-Messia Gesù, con la forza dello Spirito Santo. *(Canto)*

LETTURA CON GESÙ

* Certamente il salmista non immaginava fino a che punto questo salmo si sarebbe realizzato nel Re-Messia, inviato da Dio nella pienezza dei tempi. Gesù stesso lo citerà per mettere in luce la sua regalità divina e messianica (Matteo 22,41-45).

* *Siedi alla mia destra.* Gesù è Re, ma il suo Regno non è di questo mondo; non ha la logica del dominio come i grandi della terra, ma del servizio: «Io sono in mezzo a voi come uno che serve» (Luca 22,27). È fondato non sul potere, ma sulla forza dell'amore: «Non c'è amore più grande che dare la vita» (Giovanni 15,13). Non si estende con supremazia e violenza, ma irradiando pace: «Io vi dono la mia pace» (Giovanni 14,27).

* *Tu sei sacerdote per sempre:* Gesù è il Sommo ed eterno Sacerdote, la porta che ci introduce al Padre, una porta che lui stesso ha aperto morendo in croce: «Io sono la porta delle pecore. Chi entrerà per me sarà salvo» (Giovanni 10,7.9). È l'unico Mediatore e Pontefice, ponte di

congiunzione tra noi e il Padre: «Nessuno va al Padre se non per me» (Giovanni 14,6). *(Canto)*

LETTURA GAM, OGGI

* Giovane, nessuno più della Vergine Madre ha potuto penetrare le profondità abissali di questo salmo perché più di tutti è stata coinvolta nel Mistero del Figlio di Dio e Figlio suo. Ti occorre quindi andare a Lei per sondare l'infinito amore di Gesù, imparando da Lei a custodire e a meditare la Parola di Dio, per intravedere nelle pagine del Vangelo la meravigliosa Persona del Verbo di Dio fatto uomo. Gesù diverrà così il Re e il centro della tua vita. Saprai allora cos'è la gioia, perché - dice Sant'Atanasio - «Cristo risorto fa della vita dell'uomo una gioia perenne».
* Giovane, nel mondo sei costretto ad affrontare ogni sorta di battaglie, ma la tua vittoria è Gesù. È Lui che trionfa quando, con il suo aiuto, riesci a far trionfare il Bene sul male, la Verità sulla menzogna, l'Amore sull'odio e sulla violenza, la Grazia sul peccato... È Lui che diffonde il suo Regno quando tu testimoni e annunci la sua Parola.
* «Incontrare Gesù è la più meravigliosa avventura che possa capitare nella vita di un giovane» (San Giovanni Paolo II).

(Canto)

LA PAROLA DI DIO MI INTERROGA

- Ho fame di Gesù? Mi nutro della sua Carne e del suo Sangue?
- Accolgo il Signore nella Santa Comunione col dovuto raccoglimento?
- Ricevo la Santa Comunione in grazia di Dio?
- Alla domenica e nei giorni di festa partecipo all'Eucaristia?
- Arrivo puntuale alla Messa? Mi impegno a pregare e cantare insieme con gli altri?
- Sono distratto e faccio distrarre?

LA PAGINA DEI BUCANEVE

IL VANGELO PER I RAGAZZI

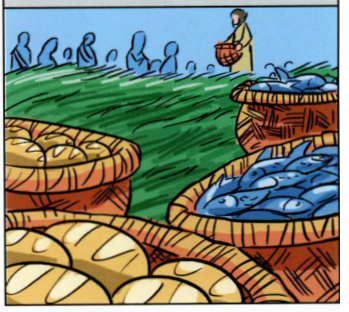
IL VANGELO DELLA DOMENICA • Lc 9, 11-17 •

In quel tempo, Gesù prese a parlare alle folle del regno di Dio e a guarire quanti avevano bisogno di cure. Il giorno cominciava a declinare e i Dodici gli si avvicinarono dicendo:

C'erano infatti circa cinquemila uomini. . Egli disse ai suoi discepoli:

Egli prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò su di essi la benedizione, li spezzò e li dava ai discepoli perché li distribuissero alla folla.

Tutti mangiarono a sazietà e furono portati via i pezzi loro avanzati: dodici ceste.



Cosa mi insegna il Vangelo

Nel Vangelo Gesù risponde ai discepoli che vogliono mandare a casa la gente dicendo: **date voi stessi da mangiare!**
Avrebbe potuto sfamarli da solo ma vuole che i discepoli si sentano **responsabili** della vita degli altri e **condividano** quello che hanno anche quando è poco.

Anche a noi dice che non importa se abbiamo poco, se sappiamo fare poco o poche cose; quello che interessa a Gesù è se siamo disposti a **condividere** ciò che abbiamo e ciò che siamo per il bene degli altri!

La vita è un dono che va donato agli altri!
SE LA TIENI SOLO PER TE, LA SPRECHI!

CONSACRAZIONE ALLA MAMMA CELESTE

Ave Mamma, piena di grazia, Madre di Dio e della Chiesa,
noi ci consacriamo al tuo Cuore Immacolato e addolorato.
Tienici sempre amorosamente per mano.

Tu sei Pietro e su questa pietra edificherò la mia chiesa

La parola di Papa Leone XIV

Gesù Cristo nostra speranza

«Coraggio! Alzati, ti chiama!»

Il personaggio che ci accompagna in questa riflessione ci aiuta a capire che non bisogna mai abbandonare la speranza, anche quando ci sentiamo perduti. Si tratta di Bartimeo, un uomo cieco e mendicante, che Gesù incontrò a Gerico (cfr Mc 10,40-52).

Cosa possiamo fare quando ci troviamo in una situazione che sembra senza via d'uscita? Bartimeo ci insegna a fare appello alle risorse che ci portiamo dentro e che fanno parte di noi. Lui è un mendicante, sa chiedere, anzi, può gridare! Se desideri veramente qualcosa, fai di tutto per poterlo raggiungere, anche quando gli altri ti rimproverano, ti umiliano e ti dicono di lasciar perdere. Se lo desideri davvero, continua a gridare!

Bartimeo è cieco, ma paradossalmente vede meglio degli altri e riconosce chi è Gesù! Davanti al suo grido, Gesù si ferma e lo fa chiamare, perché non c'è nessun grido che Dio non ascolti, anche quando non siamo consapevoli di rivolgerci a lui (cfr Es 2,23). Sembra strano che, davanti a un uomo cieco, Gesù non vada subito da lui; ma, se ci pensiamo, è il modo per riattivare la vita di Bartimeo: lo spinge a rialzarsi, si fida della sua possibilità di camminare. Quell'uomo può rimettersi in piedi, può risorgere dalle sue situazioni di morte. Ma per fare questo deve compiere un gesto molto significativo: deve buttare via il suo mantello! Per un mendicante, il mantello è tutto: è la sicurezza, è la casa, è la difesa che lo protegge.

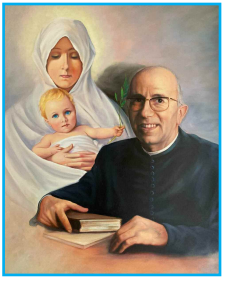
Anche la domanda che Gesù gli pone sembra strana: *«Che cosa vuoi che io faccia per te?»*. Ma, in realtà, non è scontato che noi vogliamo guarire dalle nostre malattie, a volte preferiamo restare fermi per non assumerci responsabilità. La risposta di Bartimeo è profonda: usa il verbo *anablepein,* che può significare *"vedere di nuovo",* ma che potremmo tradurre anche con *"alzare lo sguardo".* Bartimeo, infatti, non vuole solo tornare a vedere, vuole ritrovare anche la sua dignità! Per guardare in alto, occorre rialzare la testa. Per andare da Gesù e lasciarsi guarire, Bartimeo deve esporsi a Lui in tutta la sua vulnerabilità. Questo è il passaggio fondamentale per ogni cammino di guarigione.

Portiamo con fiducia davanti a Gesù le nostre malattie, e anche quelle dei nostri cari, portiamo il dolore di quanti si sentono persi e senza via d'uscita. Gridiamo anche per loro, e siamo certi che il Signore ci ascolterà e si fermerà.

IL SERVO DI DIO DON CARLO DE AMBROGIO

UNA LAMPADA CHE ARDE E CHE SPLENDE

NON MANDAVA MAI VIA NESSUNO



«Venivano tante persone a chiedergli aiuto finanziario - racconta il portinaio del n. 9 di Valdocco -. Don Carlo non mandava mai via nessuno a mani vuote. A volte erano veramente povere, altre volte, soprattutto trattandosi di immigrati ancora giovani, di cui conoscevo bene la posizione, gli dicevo: «Ma, Don Carlo, non hanno mica bisogno di aiuto questi, potrebbero andare a lavorare!». E lui: *«No, no, S., continuiamo sempre a fare il bene. A tutti».*

E andava anche in casa a portare aiuti. Nelle feste di Natale non dimenticava nessuno: andava personalmente a bussare alle porte di queste famiglie povere e consegnava denaro e altri doni». «Noi della portineria - dice una Suora - avevamo la possibilità di andare in cucina a prendere qualcosa da mangiare per i poveri, ma non potevamo dar loro dei soldi. Quando don Carlo s'imbatteva in qualcuno di essi entrando o uscendo, si fermava a salutarli e li rimandava sempre con qualche dono in denaro.

Un giorno venne un tipo piuttosto sospetto a chiedere soldi e la Suora anziana si impaurì e non sapeva come fare a cavarsela. Allora si rivolse a don Carlo che era in parlatorio con una persona. Le diede subito un po' di denaro per quell'uomo che se ne andò contento».

Edizione digitale su testi del Servo di Dio don Carlo De Ambrogio (1921-1979) a cura delle Figlie della Madre di Gesù del Movimento G.A.M. - Todocco - www.gamfmgtodocco.it