



GESÙ SENTÌ COMPASSIONE E GUARÌ I LORO MALATI

CENACOLO GAM

XVIII DOMENICA DEL TEMPO ORDINARIO 2 AGOSTO 2026

A Gesù



per Maria

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

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

*Tutti quelli che sono guidati
dallo Spirito di Dio,
questi sono figli di Dio.
E voi non avete ricevuto uno spirito
da schiavi per ricadere nella paura,
ma avete ricevuto lo Spirito
che rende figli adottivi,
per mezzo del quale gridiamo:
«Abbà! Padre!» (Rm 8).*



La “conoscenza” del Padre e del Figlio si chiama Spirito Santo. Egli è il soffio di Vita eterna in 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.

Canto

2 Consolatore perfetto
ospite dolce dell'anima,
dolcissimo sollievo.
Nella fatica, riposo,
nella calura, riparo,
nel pianto, conforto.

Canto

3 O luce beatissima,
invadi nell'intimo
il cuore dei tuoi fedeli.

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

Canto

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 ch'è sviato.

Canto

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.

Canto

GESÙ SENTÌ COMPASSIONE E GUARÌ I LORO MALATI

Rosario e Parola di Dio dal Vangelo di san Matteo 14,13-21

Meditiamo il mistero della moltiplicazione dei pani.

Padre nostro...

1ª AVE MARIA

In quel tempo, avendo udito della morte di Giovanni Battista, Gesù partì di là su una barca e si ritirò in un luogo deserto, in disparte.

In disparte, cioè lontano dalla folla, dall'attività e dall'apostolato. In disparte indica luogo solitario, luogo di preghiera e di riposo. La preghiera è tonificante. Gesù sceglie le zone di silenzio dove si può rimanere in ascolto di Dio che parla pianissimo. Quindi per ascoltare Dio che parla bisogna essere in luogo adatto e avere l'orecchio addestrato, attentissimo.

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 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

Ma le folle, avendolo saputo, lo seguirono a piedi dalle città.
Ma le folle, avendolo saputo, lo seguirono a piedi dalle città.

Le folle seguono Gesù per ascoltare la sua parola: ecco la fame segreta di ogni cuore umano. Ogni uomo sente il bisogno di incontrare Dio. Il Signore ha voluto rendersi presente a noi con la sua parola e il suo corpo. Quando siamo nutriti dalla Parola di Dio e dall'Eucaristia, noi troviamo la forza di amare Dio e il nostro prossimo.

Ave, o Maria... - Canto

3ª AVE MARIA

Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, sentì compassione per loro e guarì i loro malati.

Gesù vide una grande folla. Ecco il primo gesto dell'amore: vedere, fare attenzione agli altri. Gesù vide la folla e ne ebbe compassione; avere compassione patire insieme, capire l'altro. Come agisce Gesù per riunire tutta quella folla sbandata? Si mise a istruirli a lungo. È la Parola di Dio



che unifica, che ci fonde insieme. Il sogno di Dio è di fare di noi una comunità di amore.

Ave, o Maria... - Canto

4^a AVE MARIA

Sul far della sera, gli si avvicinarono i discepoli e gli dissero: «Il luogo è deserto ed è ormai tardi; congeda la folla perché vada nei villaggi a comprarsi da mangiare».

Il racconto della moltiplicazione dei pani, riportato da tutti e quattro gli evangelisti, fu ritenuto l'episodio centrale della vita pubblica di Gesù. All'ora del pasto, in un luogo deserto, gli apostoli cercano di licenziare la folla per ritrovarsi fra di loro e condividere quello che hanno. Ma Gesù li sollecita a invitare tutti alla loro tavola perché anch'essi prendano parte alla sua missione e ne condividano sia il peso che la grazia.

Ave, o Maria... - Canto

5^a AVE MARIA

Ma Gesù disse loro: «Non occorre che vadano; voi stessi date loro da mangiare».

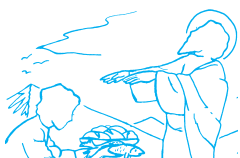
Gesù mette alla prova la fede di coloro che stanno attorno a lui. La reazione dei discepoli è una constatazione dell'incapacità dell'uomo di risolvere i problemi in modo valido. Noi siamo portati a risolvere i problemi solo umanamente e materialmente, Gesù invece vuole che noi leviamo gli occhi al cielo e ci fidiamo di lui. La fede in Dio è abbandonarsi totalmente come figli al Padre.

Ave, o Maria... - Canto

6^a AVE MARIA

Gli risposero: «Qui non abbiamo altro che cinque pani e due pesci!». Ed egli disse: «Portatemeli qui».

Cinque pani e due pesci sono poca cosa per cinquemila uomini: gli apostoli senza Gesù hanno le mani vuote. Diffondere il regno di Dio, come anche mitigare la fame nel mondo, supera le forze umane. Quando l'uomo riconosce la propria insufficienza, attira l'onnipotenza divina. Nelle mani di Cristo i cinque pani e i due pesci diventano cibo sufficiente per tutti, e ce ne sarà anche in sopravanzo.



Ave, o Maria... - Canto

7^a AVE MARIA

E, dopo aver ordinato alla folla di sedersi sull'erba, prese i cinque pani e i due pesci.

L'erba indica che si è in primavera, quando la natura si rinnova, segno della trasformazione cosmica di tutto l'universo, segno di risurrezione. La moltiplicazione dei pani annuncia l'Eucaristia e insegna la generosità di Dio. Gesù dice: *Fateli sedere, istruiteli*. La folla ha fame della Parola di Dio. L'Eucaristia è legata alla Risurrezione.

Ave, o Maria... - Canto

8ª AVE MARIA

Alzò gli occhi al cielo, recitò la benedizione, spezzò i pani e li diede ai discepoli, e i discepoli alla folla.

Gesù prese i cinque pani e, levati gli occhi al cielo, li benedisse, li spezzò e li diede ai discepoli. E poi incarica i discepoli di distribuirli alla folla. Gesù durante l'Ultima Cena, prese del pane e, dopo aver reso grazie, lo spezzò e lo diede ai suoi discepoli: questo miracolo prefigura e anticipa il dono dell'Eucaristia.

Ave, o Maria... - Canto

9ª AVE MARIA

Tutti mangiarono a sazietà, e portarono via i pezzi avanzati: dodici ceste piene.

Gesù opera il miracolo attraverso gli apostoli: sono essi a disporre il popolo e a distribuire pane e pesci. Sotto le loro mani si moltiplicano pani e pesci. Così avverrà sempre del pane eucaristico e della Parola di Dio. Le ceste avanzate indicano che ogni apostolo, dopo aver tutto distribuito, si ritrova il dono centuplicato: Gesù è un cibo inesauribile per una fame inesauribile.

Ave, o Maria... - Canto

10ª AVE MARIA

Quelli che avevano mangiato erano circa cinquemila uomini, senza contare le donne e i bambini.

Gli uomini sono cinquemila. Le donne e i fanciulli non vengono contati. Tutti mangiarono a sazietà. L'Eucaristia è il vertice della evangelizzazione. La Messa è la massima e migliore evangelizzazione, è il punto più alto dell'evangelizzazione. È la Parola di Dio che fa l'Eucaristia, è la Parola di Dio che fa la Chiesa, è la Parola di Dio che fa comunità e crea la comunione.

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

LA PAROLA DI DIO MI INTERROGA

- Credo nella presenza reale di Gesù, presente in Corpo, Anima e Divinità nell'Eucaristia?
- Come lo adoro? Come lo amo e lo ricevo nel mio cuore?
- Partecipo con fede alla Santa Messa?
- Ringrazio Gesù, pane vivo disceso dal cielo, che mi ama e ha donato se stesso per me?

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.

SALMO 144

LODE ALLA MAESTÀ DIVINA

SPUNTO DI MEDITAZIONE

Imperscrutabili sono le ricchezze di Cristo. Si manifesta per mezzo della Chiesa la multiforme sapienza di Dio, secondo il disegno eterno che ha attuato in Cristo nostro Signore

(cfr Efesini 3,8-11).

Clicca sulle parole del canto per ascoltarlo

CANTO

O Dio, mio Re, voglio esaltarti
e benedire il tuo nome in eterno e per sempre.
O Dio, mio Re, ricco di grazia
e paziente verso tutti, misericordioso e buono.
Rallegrati Maria, piena di grazia,
Immacolata sei Regina, Madre di misericordia.

TESTO DEL SALMO

O Dio, mio re, voglio esaltarti
e benedire il tuo nome in eterno e per sempre.

Ti voglio benedire ogni giorno,
lodare il tuo nome in eterno e per sempre.

Grande è il Signore e degno di ogni lode,
la sua grandezza non si può misurare.

(Canto) - selà -

Una generazione narra all'altra le tue opere,
annunzia le tue meraviglie.

Proclamano lo splendore della tua gloria
e raccontano i tuoi prodigi.

Dicono la stupenda tua potenza
e parlano della tua grandezza.

Diffondono il ricordo della tua bontà immensa,
acclamano la tua giustizia.

(Canto) - selà -

Paziente e misericordioso è il Signore,
lento all'ira e ricco di grazia.

Buono è il Signore verso tutti,
la sua tenerezza si espande su tutte le creature.

Ti lodino, Signore, tutte le tue opere
e ti benedicano i tuoi fedeli.

Dicano la gloria del tuo regno
e parlino della tua potenza,
per manifestare agli uomini i tuoi prodigi
e la splendida gloria del tuo regno.

Il tuo regno è regno di tutti i secoli,

il tuo dominio si estende ad ogni generazione. (Canto) - selà -
Fedele è il Signore in tutte le sue parole,
santo in tutte le sue opere.
Il Signore sostiene quelli che vacillano
e rialza chiunque è caduto.
Gli occhi di tutti sono rivolti a te in attesa
e tu provvedi loro il cibo a suo tempo.
Tu apri la tua mano
e sazi la fame di ogni vivente.
Giusto è il Signore in tutte le sue vie,
santo in tutte le sue opere.
Il Signore è vicino a quanti lo invocano,
a quanti lo cercano con cuore sincero.
Appaga il desiderio di quelli che lo temono,
ascolta il loro grido e li salva.
Il Signore protegge quanti lo amano,
ma disperde tutti gli empi.
Canti la mia bocca la lode del Signore.
Ogni vivente benedica il suo nome santo,
in eterno e sempre.

(Canto) - selà -

DOSSOLOGIA

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

LETTURA CON ISRAELE

- * Il salmo 144 è una gioiosa lode al Signore esaltato come un sovrano amoroso e tenero, preoccupato per tutte le sue creature. Il Signore è invocato e descritto come re. Il centro spirituale di questo canto è una celebrazione intensa e appassionata della regalità divina.
- * Nella prima parte il salmo esalta la pietà, la tenerezza, la fedeltà e la bontà divina che si estendono a tutta l'umanità, coinvolgendo ogni creatura. Nella seconda parte il salmista punta la sua attenzione sull'amore che il Signore riserva in modo particolare al povero e al debole. Dio esprime la sua regalità nel chinarsi sulle creature più fragili e indifese.
- * Dio è prima di tutto un padre che *sostiene quelli che vacillano e fa rialzare coloro che sono caduti* nella polvere dell'umiliazione. Gli esseri viventi sono, in conseguenza, tesi verso il Signore quasi come mendicanti affamati ed Egli offre, come un genitore premuroso, il cibo a loro necessario per vivere.

(Canto)

LETTURA CON GESÙ

- * Il regno di Dio è la sede di una manifestazione di pietà, di tenerezza, di bontà, di grazia, di giustizia, come si ribadisce

a più riprese nel flusso dei versetti che contengono la lode.

- * *Il Signore è lento all'ira e ricco di grazia. C'è qui una preparazione alla professione di fede di San Giovanni apostolo che, nei confronti di Dio, dice semplicemente che Egli è Amore: Deus Caritas est (1 Giovanni 4,8.16).*
- * La sua misericordia è superiore a tutte le sue opere. La misericordia riempie il cielo, riempie la terra. Ecco perché la grande, generosa, unica, misericordia di Cristo, che riservò ogni giudizio per un solo giorno, assegnò tutto il tempo dell'uomo alla tregua della penitenza. Ecco perché il profeta Davide si affida tutto alla misericordia, lui che non aveva fiducia nella propria giustizia: Abbi pietà di me, o Dio per la tua grande misericordia. (Canto)

LETTURA GAM, OGGI

- * Giovane, ad un discepolo che gli esprimeva il desiderio di ricercare le cause delle diverse tentazioni che l'avevano assalito, Barsanufio, un asceta del VI secolo, rispondeva: "Fratello, non temere nulla delle tentazioni che sono sorte contro di te per provarti, perché il Signore non ti lascia in preda ad esse. Quando ti viene una di queste tentazioni, non affaticarti a scrutare di che cosa si tratta, ma grida il nome di Gesù: Gesù, aiutami. Ed egli ti ascolterà perché è vicino a quanti lo invocano. Non scoraggiarti, ma corri con ardore e raggiungerai la mèta, in Cristo Gesù Signore nostro".
- * Giovane, non sei in balia di forze oscure, né sei solo con la tua libertà: Gesù è con te. Affidati all'azione potente del Signore che ti ama e che ha su di te un meraviglioso disegno di Salvezza. Con te vuol preparare il Regno del Figlio dell'Uomo, la civiltà dell'amore e la primavera della Chiesa. (Canto)



Gesù disse ai discepoli: «Voi stessi
date loro da mangiare»

LA PAGINA DEI BUCANEVE

IL VANGELO

PER I RAGAZZI



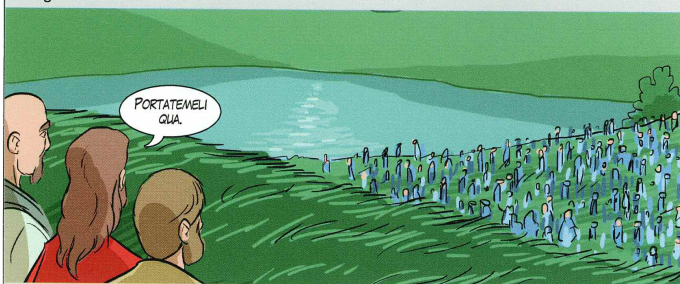
IL VANGELO DELLA DOMENICA

• MATTEO 14, 13-21 •

Quando Gesù ebbe udito ciò, partì di là su una barca e si ritirò in disparte, in un luogo deserto. E le folle, saputo, lo seguirono a piedi dalle città. E Gesù, smontato dalla barca, vide una grande folla e ne ebbe compassione, e ne guarì gli infermi. Poi, facendosi sera, i suoi discepoli gli si accostarono, e gli dissero:

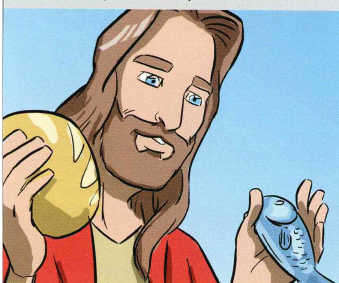


Ed egli disse:



Comandò quindi che le folle si sedessero sull'erba.

Poi prese i cinque pani e i due pesci e, alzati gli occhi al cielo, li benedisse; spezzò i pani e li diede ai discepoli e i discepoli, alle folle.



E tutti mangiarono e furono saziati; poi i discepoli raccolsero i pezzi avanzati in dodici ceste piene. Ora, coloro che avevano mangiato erano circa cinquemila uomini, senza contare le donne e i bambini.



Cosa mi insegna il Vangelo

E quando furono saziati, disse ai suoi discepoli:



Allora la gente, visto il segno che egli aveva compiuto, diceva:



Ma Gesù, sapendo che venivano a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sul monte, lui da solo.

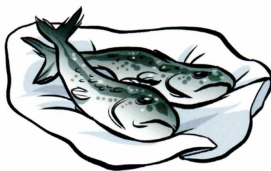
Questo brano ci parla di un miracolo straordinario che si realizza grazie alla **generosità** di un ragazzino.



Tantissima gente ha seguito Gesù su una montagna sopra il Lago di Tiberiade facendo tanta strada, per ascoltarlo e i malati, sperando in qualche guarigione.

Giunta l'ora del pranzo Gesù chiede ai discepoli come dare da mangiare a tanta gente, sembra impossibile trovare una soluzione, ma c'è un **ragazzino**, che non ci pensa due volte e vuole condividere con Gesù tutto quello ha: "cinque pani e due pesci".

Ma "Cosa sono per tanta gente?"



Gesù li prende e si siede, la gente lo osserva, cala il silenzio e pronuncia davanti alla cesta una **preghiera di benedizione** e poi la passa ai discepoli affinché diano da mangiare a tutti...
pani e pesci non finiscono mai... anzi avanzano!



TU SEI PIETRO E SU QUESTA PIETRA EDIFICHERÒ LA MIA CHIESA

La parola di Papa Leone XIV

VEGLIA DI PREGHIERA - BARCELLONA

2. Santo Padre, in un mondo dove le cose si gridano, ci sono aspetti della vita che rimangono nascosti, per vergogna, come la depressione, una malattia silenziosa che colpisce molte persone, giovani e adulti, e che porta con sé oscurità, isolamento e un dolore immenso. A volte questo dolore è così opprimente che l'idea di scomparire sembra l'unica via d'uscita. Io stessa ho lottato per uscire da questa malattia, in silenzio per anni, e un venerdì sera ho perso la battaglia e ho tentato di togliermi la vita. Sono qui perché Dio mi ha dato una seconda possibilità, e gli sarò eternamente grata; ma ci sono molti altri che continuano ad affrontare questa oscurità. Per questo, Le chiedo con tutto il cuore: dove possiamo vedere Dio quando l'oscurità è totale e non ce la facciamo più? Come possiamo avere fiducia in Dio, quando sembra che per nulla, nemmeno per noi stessi, ne valga la pena?



Prima di tutto, grazie per aver condiviso oggi la tua esperienza di sofferenza. Mi commuove che tu riesca a parlarne, che tu sia qui tra noi e che tu abbia trovato la forza di accogliere questa seconda possibilità che il Signore ti ha dato. Ti sei rialzato e hai ripreso il cammino, e questo è un miracolo meraviglioso che vediamo in molti personaggi del Vangelo: a contatto con Gesù, anche chi si sente perso ritrova fiducia nella vita, guarisce dalla malattia e può rialzarsi per tornare a vivere.

Nella tua domanda, hai fatto riferimento innanzitutto alla “malattia silenziosa” che è la depressione, ed è importante prendere coscienza di come la salute mentale sia sempre più minacciata nel contesto di società che si considerano avanzate. È un segnale che c'è qualcosa di profondamente sbagliato in una certa idea di crescita che sottopone le persone a pressioni, aspettative e tensioni che compromettono equilibri fondamentali.

Mentre ti ascoltavo, ho pensato a quelle ore di oscurità, di angoscia e di dolore che Gesù ha vissuto quando si avvicinava l'ora della sua morte. I Vangeli, nei momenti dell'Ultima Cena e della preghiera nel Getsemani, sottolineano che stava calando il pomeriggio, che stava calando la notte, così come poco prima di morire sulla croce ci dicono che «si fece buio su tutta la terra» (Mt 27,45; Lc 23,44). Ma, in realtà, non si tratta solo di una sofferenza personale; il Figlio di Dio sta assumendo nella propria carne tutta l'angoscia, la solitudine e la sofferenza dell'umanità. In quelle ore buie, morendo sulla croce, Gesù condivide il nostro dolore e ci rivela il volto di un Dio compassionevole, che porta il peso delle nostre pene, che soffre con noi, piange le nostre lacrime e rimane al nostro fianco con la sua presenza piena di amore e misericordia.

IL SERVO DI DIO DON CARLO DE AMBROGIO

UNA LAMPADA CHE ARDE E CHE SPLENDE

GUARDAVA AL TRAGUARDO: IL CIELO

Don Carlo era sempre così ottimista, irradiando fiducia e gioia, perché guardava sempre al traguardo finale, al Cielo. Fu l'apostolo del Cielo. Le realtà future, soprattutto il Paradiso, erano una nota dominante del suo annuncio. «Il Cielo

- diceva - è l'anelito ascensionale di ogni uomo. Ecco il cielo: contemplare la Gloria di Gesù. La Gloria è la divinità, la bellezza, l'amore. Dio è Amore, Dio è musica, Dio è gioia, è perfezione, luce, verità... Dio è tutto. È una realtà che ci invaderà l'anima e ci trasformerà: saremo lievitati da Dio. Adesso non possiamo capire; ci supera enormemente. Non ne abbiamo ancora esperienza, ma fra poco, chi prima, chi dopo, tutti ci andremo. Quella è la Casa. Noi ora siamo in transito; siamo come in una sala d'imbarco all'aeroporto, in attesa di salire sull'aereo. Tutto è pronto; l'unica cosa che ci è nascosta è l'ora in cui si sbarca. E a che serve allora tutto il resto? Uno lotta per costruire tutto quaggiù, e poi? È una domanda che ci martella dentro. E poi? La Parola di Dio nell'Apocalisse ci spalanca una balconata meravigliosa sull'infinito. Ci fa intravedere quello che saremo». «Al vincitore - dice Gesù - darò di prender posto accanto a me sul mio trono, come io dopo la mia vittoria ho preso posto accanto al Padre mio sul suo trono» (Ap 3,21).



«La morte - diceva ancora - non è altro che una porta che si spalanca sull'eternità; un salto tra le braccia del Padre. È un tornare a Casa: «Padre, io vengo a te» pregava Gesù (Gv 17,11)». «Don Carlo ci ha tolto la paura della morte - commenta la Signora A.M. -. Tutti abbiamo paura della morte, ma quando si incontra Gesù, attraverso l'annuncio di don Carlo, questa paura svanisce e prende posto la gioia della nuova nascita, cioè la gioia del Paradiso».

Dice C., una giovane GAM: «Don Carlo ci ha parlato del Paradiso, ma descrivendolo proprio come se noi in quel momento lo vedessimo. Ci faceva veramente vivere il Cielo in anteprima. Tante volte ricorreva all'esempio del traguardo, cioè diceva: come i ciclisti nella corsa hanno il punto morto che riescono a superare guardando lo striscione di arrivo, così è per noi guardando al traguardo finale del Paradiso.

Se fosse mancata questa certezza che lui infondeva, penso che non avremmo avuto quella generosità di impegnarci a lavorare per il Regno di Dio».