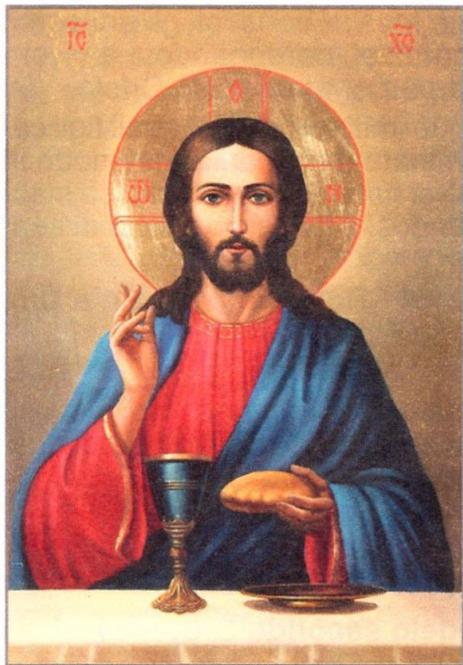




# LA DOMENICA



## UNA FEDE NUTRITA DI EUCARISTIA

«Io sono il pane vivo disceso dal cielo» è la rivelazione stupefacente che Cristo offre alla Chiesa e al mondo. Contemporaneamente ci dice che chi si nutre di lui vivrà per sempre. I “segni” che indicano la presenza di Dio accanto al popolo d’Israele in cammino nel deserto sono due: il pane venuto dal cielo e l’acqua scaturita dalla roccia. Nella liturgia odierna questi stessi “segni” vengono dati da Dio al suo profeta (*I Lettura*). Rifocillato da questo nutrimento, Elia riprende il suo cammino, superando il momentaneo avvilitamento, e giunge alla montagna di Dio.

L’amore totalmente gratuito di Dio, che si è preso cura di noi fin dal giorno in cui siamo diventati suoi figli con il Battesimo, ci obbliga a bandire dalla nostra vita tutto ciò che può violare la carità, come l’ira, l’odio, l’egoismo, la sopraffazione (*II Lettura*). Cristo stesso ci ha indicato la via: come lui si è donato per il nostro riscatto, così anche noi ci dobbiamo rendere disponibili al prossimo per aiutarlo a riscattarsi dalle tante ingiustizie. Di fronte a un uditorio incredulo e ostile, Gesù afferma di essere “il pane della vita” (*Vangelo*). E insiste per convincerci a mangiare questo pane di vita eterna. **don D.B.**

■ Anche oggi la liturgia ci parla del pane della vita. Effettivamente, colui di cui ascoltiamo la Parola e del cui corpo e sangue ci nutriamo nell’Eucaristia è lo stesso che ha promesso: «Io sono il pane della vita... il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia».

**ANTIFONA D’INGRESSO** (Cf. Sal 73/74,20.19.22) in piedi

**Volgi lo sguardo, Signore, alla tua alleanza, non dimenticare per sempre la vita dei tuoi poveri. Alzati, o Dio, difendi la mia causa, non dimenticare la supplica di chi ti invoca.**

Celebrante - Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Assemblea - **Amen.**

C - La pace, la carità e la fede da parte di Dio Padre e del Signore Gesù Cristo siano con tutti voi. A - **E con il tuo spirito.**

**ATTO PENITENZIALE** *si può cambiare*

C - Fratelli e sorelle, all’inizio di questa celebrazione eucaristica, invochiamo la misericordia di Dio, fonte di riconciliazione e di comunione.

*Breve pausa di silenzio.*

C - Pietà di noi, Signore.

A - **Contro di te abbiamo peccato.**

C - Mostraci, Signore, la tua misericordia.

A - **E donaci la tua salvezza.**

C - Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna. A - **Amen.**

– Signore, pietà.

**Signore, pietà.**

– Cristo, pietà.

**Cristo, pietà.**

– Signore, pietà.

**Signore, pietà.**

**INNO DI LODE**

**Gloria a Dio nell’alto dei cieli e pace in terra agli uomini, amati dal Signore.** Noi ti lodiamo, ti benediciamo, ti adoriamo, ti glorifichiamo, ti rendiamo grazie per la tua gloria immensa, **Signore Dio, Re del cielo, Dio Padre onnipotente.** Signore, Figlio unigenito, Gesù Cristo, **Signore Dio, Agnello di Dio, Figlio del Padre,** tu che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi; **tu che togli i peccati del mondo, accogli la nostra supplica;** tu che siedi alla destra del Padre, abbi pietà di noi. **Perché tu solo il Santo,** tu solo il Signore, **tu solo l’Altissimo, Gesù Cristo, con lo Spirito Santo:** nella gloria di Dio Padre. **Amen.**

**ORAZIONE COLLETTA**

C - Dio onnipotente ed eterno, guidati dallo Spirito Santo, osiamo invocarti con il nome di Padre: fa’ crescere nei nostri cuori lo spirito di figli adottivi, perché possiamo entrare nell’eredità che ci hai promesso. Per il nostro Signore Gesù Cristo... A - **Amen.**

Oppure:

C - O Padre, che guidi la tua Chiesa pellegrina nel mondo, sostienila con la forza del cibo che non perisce, perché, perseverando nella fede e nell'amore, giunga a contemplare la luce del tuo volto. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

A - Amen.

## LITURGIA DELLA PAROLA

### PRIMA LETTURA

1Re 19,4-8

seduti

Con la forza di quel cibo camminò fino al monte di Dio.

#### Dal primo libro dei Re

In quei giorni, Elia <sup>4</sup>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». <sup>5</sup>Si coricò e si addormentò sotto la ginestra.

Ma ecco che un angelo lo toccò e gli disse: «Alzati, mangiala!». <sup>6</sup>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.

<sup>7</sup>Tornò per la seconda volta l'angelo del Signore, lo toccò e gli disse: «Alzati, mangiala, perché è troppo lungo per te il cammino». <sup>8</sup>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. A - Rendiamo grazie a Dio.

### SALMO RESPONSORIALE

Dal Salmo 33/34

**R** Gustate e vedete com'è buono il Signore.

Sol La 6  
Gu - sta - te e ve - de - te co - m'è  
Re 7 Sol  
buo - no il Si - gno - re.

Benedirò il Signore in ogni tempo, / sulla mia bocca sempre la sua lode. / Io mi glorio nel Signore: / i poveri ascoltino e si rallegrino. **R**

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. **R**

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. **R**

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. **R**

### SECONDA LETTURA

Ef 4,30-5,2

Camminate nella carità come Cristo.

#### Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

Fratelli, <sup>30</sup>non vogliate rattristare lo Spirito Santo di Dio, con il quale foste segnati per il giorno della redenzione.

<sup>31</sup>Scompaiano da voi ogni asprezza, sdegno, ira, grida e maldicenze con ogni sorta di malignità. <sup>32</sup>Siate invece benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo.

<sup>5,1</sup>Fatevi dunque imitatori di Dio, quali figli carissimi, <sup>2</sup>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. A - Rendiamo grazie a Dio.

### CANTO AL VANGELO

(Gv 6,51)

in piedi

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

### VANGELO

Gv 6,41-51

Io sono il pane vivo, disceso dal cielo.



#### Dal Vangelo secondo Giovanni

A - Gloria a te, o Signore.

In quel tempo, <sup>41</sup>i Giudei si misero a mormorare contro Gesù perché aveva detto: «Io sono il pane disceso dal cielo». <sup>42</sup>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"?».

<sup>43</sup>Gesù rispose loro: «Non mormorate tra voi. <sup>44</sup>Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. <sup>45</sup>Sta scritto nei profeti: "E tutti saranno istruiti da Dio". Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. <sup>46</sup>Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. <sup>47</sup>In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna.

<sup>48</sup>Io sono il pane della vita. <sup>49</sup>I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; <sup>50</sup>questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia.

<sup>51</sup>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. A - Lode a te, o Cristo.

### PROFESSIONE DI FEDE

in piedi

**Credo in un solo Dio, Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra, di tutte le cose visibili e invisibili.** Credo in un solo Signore, Gesù Cristo, unigenito Figlio di Dio, nato

dal Padre prima di tutti i secoli: **Dio da Dio, Luce da Luce, Dio vero da Dio vero**; generato, non creato, della stessa sostanza del Padre; per mezzo di lui tutte le cose sono state create. **Per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo, (a queste parole tutti si inchinano) e per opera dello Spirito Santo si è incarnato nel seno della Vergine Maria e si è fatto uomo. Fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato, morì e fu sepolto.** Il terzo giorno è risuscitato, secondo le Scritture, **è salito al cielo, siede alla destra del Padre.** E di nuovo verrà, nella gloria, per giudicare i vivi e i morti, e il suo regno non avrà fine. **Credo nello Spirito Santo, che è Signore e dà la vita, e procede dal Padre e dal Figlio.** Con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato, e ha parlato per mezzo dei profeti. **Credo la Chiesa, una, santa, cattolica e apostolica.** Professo un solo Battesimo per il perdono dei peccati. **Aspetto la risurrezione dei morti e la vita del mondo che verrà. Amen.**

### PREGHIERA DEI FEDELI

*si può adattare*

C - Fratelli e sorelle, al Padre, che ci dona in Gesù suo Figlio il Pane di vita per la nostra salvezza, eleviamo ora la preghiera della comunità, con la serena fiducia di essere esauditi nelle nostre necessità.

Lettore - Diciamo insieme:

**✠ Padre buono, ascoltaci.**

**1.** Per la santa Chiesa e i suoi ministri, per i missionari, per chi ha cura della dignitosa celebrazione del sacrificio eucaristico, per chi con fede cerca nel Pane di vita il vero nutrimento dell'uomo; noi ti preghiamo:

**2.** Per i Pastori, i catechisti e i maestri, per coloro che con le parole e le azioni sono chiamati a testimoniare la verità del Vangelo perché chi crede abbia la vita eterna; noi ti preghiamo:

**3.** Per le monache Clarisse, figlie di santa Chiara, per tutte le sorelle claustrali, per chi affidandosi alla provvidenza e alla misericordia del Padre celeste sceglie una vita di servizio nella povertà, per chi lotta e persevera fedele in una vocazione di consacrazione; noi ti preghiamo:

**4.** Per i popoli che vivono nella miseria e nelle varie forme di indigenza, per chi non ha pane e non vede rispettata la sua dignità, per chi si prende cura dei poveri e per chi lavora a favore della giustizia e della pace; noi ti preghiamo:

**5.** Per la nostra comunità, assetata della verità della Parola e affamata del Pane di vita, per chi tra noi ancora non sa perdonare e per chi è compassionevole e misericordioso; noi ti preghiamo:

*Intenzioni della comunità locale.*

C - Dio Padre onnipotente, ti abbiamo presentato le nostre suppliche. Fiduciosi a causa dei meriti del sacrificio del tuo Figlio Gesù nostro Signore, attendiamo di essere esauditi dal tuo amore. Per Cristo nostro Signore. A - Amen.

## LITURGIA EUCARISTICA

### ORAZIONE SULLE OFFERTE

*in piedi*

C - Accetta con bontà, o Signore, i doni della tua Chiesa: nella tua misericordia li hai posti nelle nostre mani, con la tua potenza trasformati per noi in sacramento di salvezza. Per Cristo nostro Signore. A - Amen.

### PREFAZIO

*Si suggerisce il Prefazio delle domeniche del T.O. IV: La storia della salvezza, Messale 3a ed., pag. 362.*

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno per Cristo Signore nostro. Egli, nascendo da Maria Vergine, ha rinnovato l'umanità decaduta; soffrendo la passione, ha distrutto i nostri peccati; risorgendo dai morti, ci ha aperto il passaggio alla vita eterna; salendo a te, o Padre, ci ha dischiuso le porte del regno dei cieli. Per questo mistero di salvezza, uniti agli angeli e ai santi, cantiamo senza fine l'inno della tua lode: Tutti - **Santo, Santo, Santo...**

### ANTIFONA ALLA COMUNIONE (Sal 147/148,12.14)

**Celebra il Signore, Gerusalemme! Egli ti sazia con fiore di frumento.**

*Oppure:*

*(Gv 6,51)*

**Dice il Signore: «Il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo».**

### ORAZIONE DOPO LA COMUNIONE

*in piedi*

C - La partecipazione ai tuoi sacramenti ci salvi, o Signore, e confermi noi tutti nella luce della tua verità. Per Cristo nostro Signore. A - Amen.

**PROPOSTE PER I CANTI:** da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi, 5a ed. - *Inizio:* Tutti accorriamo (753); Signore, sei venuto (728). *Salmo responsoriale:* M° S. Militello; *oppure:* Gustate e vedete (101). *Processione offertoriale:* Se voi avete fame (310). *Comunione:* Hai dato un cibo (658); Sei tu, Signore, il pane (719). *Congedo:* Cristo vive (635).

### PER ME VIVERE È CRISTO

Dio è la misura dell'uomo! Dunque l'uomo deve ritornare a questa fonte e a questa unica misura che è il Dio incarnato, Gesù Cristo. Deve costantemente riportarsi a lui, se vuole essere uomo e se desidera che il mondo sia umano.

– San Giovanni Paolo II

## Rallégrati, o paradiso, viene a te la Vergine Madre

L'itinerario liturgico-spirituale del mese di agosto trova il suo culmine nella solennità di *Maria assunta in cielo*: la gloria di Maria e la gioia dei cristiani, suoi figli; oltre la vita terrena con gli affanni e i dolori, la contemplazione di Dio nella beatitudine eterna.

Pur non conoscendo l'ultima dimora di Maria – se a Efeso o a Gerusalemme – amiamo pensare che il suo "transito" sia avvenuto fra il canto degli angeli e l'ombra degli antichi profeti. E sopra un monte! Il monte è il simbolo dell'incontro con Dio, del dialogo con Dio, della gloria. In tal senso, seguendo una antica tradizione (anche se i Vangeli non ne parlano) si potrebbe ipotizzare l'Assunzione di Maria dalla "collina dell'usignolo" a Efeso, nell'attuale Turchia, dove Maria sarebbe vissuta per un certo periodo con l'apostolo Giovanni.

Saliamo! E preghiamo ascoltando l'eco della preghiera dei salmi che Maria elevava a Dio Padre ogni giorno, guidati, in un primo momento, dalle parole ispirate, melodiose, suggestive di alcuni Padri della Chiesa che si fecero corifei delle prime comunità cristiane.

Iniziamo l'erta verso la cima del colle con le parole di sant'Efrem il Siro (306-373); allorché si avvide che i pagani cantavano inni, belli e solenni, agli dèi, il santo pensò bene di fare lo stesso in onore di Gesù Cristo e della Madonna. Nacque così una bellissima opera poetica e mistica che ancor oggi ispira le nostre preghiere. «Eccita le tue melodie, mia cetra / in lode di Maria Vergine / esalta e canta la storia / piena di meraviglia / della Vergine Figlia di Davide...». Con questa "ballata spirituale" ci inoltriamo nella salita pregando ancora con Romano il Melode, Timoteo di Gerusalemme, Andrea di Creta, Giovanni Damasceno, o con queste belle parole del monaco Teodoro Studita (759-826): «Rallégrati, o paradiso, giardino più beato dell'Eden nel quale è germogliata ogni pianta di virtù e si è manifestato l'albero della vita. Uniti a lui corriamo di nuovo verso la vita di un tempo, volgendo le spalle alla spada di fuoco di cui sta scritto in Genesi». **don Vincenzo Arnone**



60 Carlo Dolci, "Vergine Maria" (partic., XVII sec.)

XIX sett. del T.O. - III sett. del Salterio.

**12 L I cieli e la terra sono pieni della tua gloria.** Gesù afferma la propria libertà, in quanto Figlio di Dio Padre, e la nostra libertà, perché facendosi nostro fratello ci rende a nostra volta figli del Padre. *S. Giovanna F. de Chantal (mf); S. Lelia; S. Ercolano.* Ez 1,2-5.24-28c; Sal 148; Mt 17,22-27.

**13 M Quanto sono dolci al mio palato le tue promesse, Signore.** Dobbiamo diventare come bambini, che tutto sanno attendere dal Padre, certi di essere importanti per lui. *Ss. Ponziano e Ippolito (mf); S. Giovanni Berchmans.* Ez 2,8-3,4; Sal 118; Mt 18,1-5.10.12-14.

**14 M S. Massimiliano M. Kolbe (m, rosso). Più alta dei cieli è la gloria del Signore.** Nella comunità cristiana devono prevalere perdono, accoglienza e concordia. Lì c'è Cristo e lì si manifesta la benevolenza del Padre. *S. Ursicino.* Ez 9,1-7; 10,18-22; Sal 112; Mt 18,15-20.

**15 G ASSUNZIONE DELLA BEATA VERGINE MARIA (s, bianco). Risplende la regina, Signore, alla tua destra.** Imitiamo Maria nella fede e nell'umiltà, perché i prodigi che Dio ha compiuto in lei proseguano oggi nel corpo della Chiesa. *S. Tarcisio.* Ap 11,19a; 12,1-6a.10ab; Sal 44; 1Cor 15,20-27a; Lc 1,39-56.

**16 V La tua collera, Signore, si è placata e tu mi hai consolato.** Gesù apprezza sia il matrimonio sia il celibato: l'uno si fonda sulla fedeltà e sulla pazienza, l'altro apre alla trascendenza. *S. Stefano di Ungheria (mf); S. Teodoro; S. Rocco.* Ez 16,1-15.60.63 opp. 16,59-63; Cant. Is 12,2-6; Mt 19,3-12.

**17 S Crea in me, o Dio, un cuore puro.** Gesù ha compassione per tutti i piccoli della terra; fra questi i bambini che sono gli eredi del suo Regno. *S. Mirone; S. Chiara della Croce; S. Giovanna Delanoue.* Ez 18,1-10.13b.30-32; Sal 50; Mt 19,13-15.

**18 D XX Domenica del T.O. / B. XX sett. del T.O. - IV sett. del Salterio.** *S. Agapito; S. Elena; B. Paola Montaldi.* Pr 9,1-6; Sal 33; Ef 5,15-20; Gv 6,51-58.

**Elide Siviero**

### scintille<sup>x</sup>

Io penso che cosa meravigliosa sia la vita anche nei suoi aspetti più terribili; e la mia anima è piena di gratitudine e di amore verso Dio per questo.

– Beata Benedetta Bianchi Porro



**La tua rivista di liturgia, per una formazione a 360°**  
Ogni aspetto del celebrare è curato: spazio, tempo, gesti, parole, oggetti, vesti, canto, musica. La bellezza della liturgia continua stupirci! (cf. DD 23.65).



Abbon. Annuale: cartaceo € 27,00  
digitale € 10,00. Tel 06.65686121  
abbonamenti.vita@piediscepole.it

**LA DOMENICA.** Periodico religioso n. 3/2024 - Anno 102 - Dir. responsabile: Pietro Roberto Minali - Reg. Tribunale di Alba n. 412 del 28/12/1983. Piazza S. Paolo 14, 12051 Alba CN. Tel. 800 509645 - E-mail: [clienti.ladomenica@stpauls.it](mailto:clienti.ladomenica@stpauls.it) CCP 19729201 - Editore Periodici San Paolo S.r.l. - Dir. editoriale Gruppo San Paolo: Carlo Cibien - © Periodici San Paolo S.r.l. - Abbonamento annuo € 14 (minimo 5 copie). Stampa LENGLET IMPRIMEURS - Per i testi liturgici: 2020 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena; per i testi biblici: © 2007 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena. Nullaosta per i testi biblici e liturgici  
\* Marco Brunetti, Vescovo, Alba CN. R.D. M. Lauritano. 