



Cristo, vero Cibo di ogni uomo

a cura di Don Francesco Pierpaoli

Accoglienza

Cristo si propone come vero cibo di ogni uomo. Egli convoca i suoi figli per la Santa Cena, svela il senso delle Scritture e spezza il pane per loro. E la comunità dei credenti consacra alla Trinità la sua lode.

Accogliamoci gli uni gli altri e disponiamoci a comprendere il significato profondo dell'Adorazione.

Invitatorio

(dagli *Inni liturgici* di David Maria Turolfo)

**Rit. Dio non ha risparmiato il suo unico Figlio.
Venite, adoriamo!**

La luce vera che illumina l'uomo è solo il Figlio risorto e vivente, l'Agnello assiso sul libro e sul trono: a lui onore e potenza nei secoli. **Rit.**

Cristo Gesù, nostra pace e certezza, con te varchiamo sicuri il confine: sia fatto sempre il volere del Padre, nelle sue mani riposi ogni cuore. **Rit.**

A te ogni gloria, Gesù salvatore, a te che splendi da oltre la morte, insieme al Padre, insieme allo Spirito, eguale gloria nei secoli eterni. **Rit.**

Ogni fatica raccolga l'orante: per tutto il giorno al Padre cantiamo, uniti al Figlio nell'unico Spirito, cantiamo fino all'ultima sera. **Rit.**

Esposizione dell'Eucaristia

Canto

INVOCAZIONE DELLO SPIRITO SANTO

Invochiamo lo Spirito Santo: ci guidi ad adorare il Signore in spirito e verità.

Rit. Spirito di Dio, con la tua luce illumina i sensi, nei nostri cuori infondi l'amore.

Dice il Signore: Ecco, io sto alla porta e busso; se qualcuno ascolta la mia voce e mi apre, io verrò a lui, cenerò con lui e lui con me. **Rit.**

Non datevi pensiero per la vostra vita, di quello che mangerete, né per il vostro corpo come lo vestirete. La vita vale più del cibo, e il corpo più del vestito. **Rit.**

Guardate i corvi: non seminano e non mietono, non hanno ripostiglio né granaio, e Dio li nutre. Guardate



i gigli, come crescono: neanche il re Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. **Rit.**

Se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta via, quanto più voi. Abbiate fede. Non state con l'animo in ansia: il Padre vostro conosce i vostri bisogni. **Rit.**

Voi cercate anzitutto il regno di Dio, e le altre cose vi saranno date in aggiunta. Non si può servire a Dio e a mammona: il denaro esaltato fra gli uomini è cosa detestabile davanti a Dio. **Rit.**

Ricordate: il cuore è là dov'è il vostro tesoro. Chiunque non rinuncia a tutti i suoi averi, mai potrà essere discepolo del Signore. **Rit.**

Silenzio

Preghiamo

Vieni, Spirito Santo di Dio, vieni, ricrea e orna la terra: visita i cuori dei tuoi fedeli, riempi le menti di grazia divina.

Introduzione all'Adorazione

Tutta la storia adora

(cfr. *Preghiera eucaristica V/b*)

La nostra adorazione contempla Cristo Gesù che si presenta a noi come pane

di vita. Egli, parola vivente del Padre, è la via che ci guida, la verità che ci fa liberi, la vita che ci riempie di gioia. Gesù ci ha rivelato che Dio è Padre e che è giusto rendergli grazie per le grandi cose che ha compiuto dalla creazione ai nostri giorni. Il Signore custodisce il mondo con immenso amore, veglia su tutte le



creature e riunisce in una sola famiglia gli uomini creati per la gloria del suo nome, redenti dalla croce del suo Figlio, segnati dal sigillo dello Spirito.

Questi doni della sua benevolenza suscitano nei fedeli il rendimento di grazie. Con l'adorazione del corpo santo di Cristo noi glorifichiamo il Padre che ci sostiene sempre sul nostro cammino, soprattutto quando il suo Figlio ci raduna per la Santa Cena, ci svela il senso delle Scritture e spezza il pane per noi.

Quel Pane ora è cibo di vita eterna: il ministro e i fedeli, invocando lo Spirito perché Cristo si rendesse presente in mezzo a loro, hanno celebrato il memoriale del Signore che, la vigilia della sua passione, mentre cenava con i suoi, prese il pane e il calice del vino, e disse: «Prendetene tutti perché questo è il mio corpo e il mio sangue offerti in sacrificio per voi. Fate questo sempre, in memoria di me, per la remissione dei vostri peccati».

Noi, che guardiamo adoranti l'ostia santa, crediamo

che Cristo si dona con il suo corpo e con il suo sangue, e che con il suo sacrificio apre a noi il cammino verso la dimora di Dio.

Ci doni, il Padre provvidente, lo Spirito dell'amore, lo Spirito di Cristo; fortifichi noi, suo popolo, con il Corpo e con il Sangue del suo Figlio e ad immagine di lui ci rinnovi.

Benedica il nostro Papa, il nostro Vescovo e tutto il popolo cristiano sparso sulla terra. I membri della Chiesa sappiano riconoscere i segni dei tempi e si impegnino con coerenza al servizio del Vangelo. Il Signore renda noi tutti aperti e disponibili verso i fratelli che incontriamo sul nostro cammino, perché possiamo condividere i dolori e le angosce, le gioie e le speranze, e progredire insieme sulla via della salvezza.

Si ricordi, nella sua bontà, dei nostri morti e di tutti i fedeli defunti che si sono addormentati nella pace del suo Cristo: li ammetta tutti a godere la luce del suo volto e la pienezza di vita della risurrezione. Conceda anche a noi, al termine di questo pellegrinaggio, di giungere alla dimora eterna dove egli ci attende.

E ora, insieme con la beata Vergine Maria, con gli apostoli, i martiri e i nostri santi protettori, innalziamo a lui l'inno di grazie e cantiamo la sua gloria:

Tutti Santo, santo, santo...

Preghiamo

O Dio, che nel mistero eucaristico ci hai dato il pane vero disceso dal cielo, fa' che viviamo sempre in te con la forza di questo cibo spirituale e nell'ultimo giorno risorgiamo gloriosi alla vita eterna.

Per Cristo nostro Signore.
Tutti Amen

Motivi di Lode e di Adorazione: Figure di Santi e Feste Liturgiche

Il loro esempio ci dia coraggio; la loro intercessione ci soccorra. Guardiamo alla loro vita nuova con le parole che la liturgia ci mette sulle labbra



Il calendario liturgico presenta in giugno (qualche volta in maggio) la *solennità della Santissima Trinità*: «Gloria a te, Trinità, uguale nelle Persone, unico Dio, prima di tutti i secoli, ora e sempre». «O Trinità beata, oceano di pace, la Chiesa a te consacra la sua lode perenne». La Chiesa, cioè, professando la vera fede, promette di riconoscere la gloria della Trinità e di adorare l'unico Dio in tre persone, fonte di ogni bene, sorgente immutabile della vita. Essa è il popolo santo radunato nel nome della Trinità e sua epifania ogni volta che si riunisce in assemblea nel nome di Cristo.

Il giovedì (o la domenica) dopo la Trinità, la Chiesa celebra la *solennità del Corpo e Sangue del Signore*,

portando in processione il pane consacrato. Nata in Belgio, questa festa fu estesa a tutta la Chiesa da papa Urbano IV nel 1264, anche in seguito al fatto miracoloso avvenuto a Bolsena, dove, durante la messa, dall'ostia consacrata uscì sangue. I fedeli che contemplano e adorano il pane consacrato fanno memoria delle parole del Signore: «Io sono il pane vivo disceso dal cielo; chiunque mangia di questo pane vivrà in eterno. La volontà del Padre mio è che chiunque vede il Figlio e crede in lui abbia la vita eterna e io lo risusciti nell'ultimo giorno». Al centro della festa è Gesù che si dona «pane vivo disceso dal cielo» per la vita del mondo.



Il venerdì che segue la seconda domenica di Pentecoste celebriamo come *Solennità il Sacratissimo Cuore di Gesù* per ricordare il petto squarciato del Cristo, da cui è nata la Chiesa. «Cristo ci ama e ci ha liberati con il suo sangue», proclama la liturgia della festa. E la preghiera mattutina invita ad adorare il cuore di Cristo ferito per i nostri peccati. I fedeli, radunati per la preghiera, supplicano: «Cuore di Gesù fa' il nostro cuore simile al tuo»: grande, generoso, pieno di misericordia e pronto al perdono che porta la pace.

Il mese di giugno fa memoria, inoltre, di santi importanti, a gloria di Dio e della sua Chiesa.

Il 1° giugno si festeggia *san Giustino*, filosofo e scrittore di opere a difesa della religione, morto martire nell'anno 163, durante la persecuzione dell'imperatore Marco Aurelio. Ci piace ricordare dei suoi scritti quello in cui racconta la celebrazione eucaristica domenicale. Nella sua *Prima Apologia*, (LXV-LXVII), composta verso l'anno 150, si legge: «*E nel giorno chiamato "del Sole" ci si raduna tutti insieme, abitanti delle città o delle campagne, e si leggono le memorie degli Apostoli o gli scritti dei Profeti, finché il tempo consente. Poi, quando il lettore ha terminato, il preposto con un discorso ci ammonisce ed esorta ad imitare questi buoni esempi. Poi tutti insieme ci alziamo in piedi ed innalziamo preghiere; e, come abbiamo detto, terminata la preghiera, vengono portati pane, vino ed acqua, ed il preposto, nello stesso modo, secondo le sue capacità, innalza preghiere e rendimenti di grazie, ed il popolo acclama dicendo: «Amen». Si fa quindi la spartizione e la distribuzione a ciascuno degli alimenti consacrati, ed attraverso i diaconi se ne manda agli assenti. I facoltosi, e quelli che lo desiderano, danno liberamente ciascuno quello che vuole, e ciò che si raccoglie viene depositato presso il preposto. Questi soccorre gli orfani, le vedove, e chi è indigente per malattia o per qualche altra causa, e i carcerati e gli stranieri che si trovano presso di noi: insomma, si prende cura di chiunque sia nel bisogno».*



Il 3 giugno è memoria dei *martiri ugandesi Carlo Lwanga e compagni*, messi a morte dal re, negli anni 1885-1887, per odio alla religione. Essi furono canonizzati da Paolo VI nel 1964. I primi santi africani.

L'11 la Chiesa ricorda *san Barnaba apostolo*, compagno di san Paolo. La preghiera del giorno chiede a Dio che il Vangelo di Cristo, testimoniato con coraggio apostolico da Barnaba, sia sempre annunciato fedelmente, con la parola e con le opere.

Il 13 festeggiamo *sant'Antonio di Padova*, portoghese di origine e sacerdote dei Frati Minori, celebre per l'instancabile predicazione compiuta in Italia e in Francia, e per le omelie ricche di profonda dottrina. La Chiesa dà lode a Dio onnipotente, che in sant'Antonio ha dato al popolo cristiano un convinto predicatore del Vangelo e un patrono pietoso dei poveri e dei sofferenti.

Il 24 giugno viene solennizzata la natività di *san Giovanni Battista*, chiamato fin dal seno materno ad essere profeta dell'Altissimo, ad andare «innanzi al Signore a preparargli le strade». Gesù stesso lo definì «il più grande fra i nati di donna». San Giovanni, che fu profeta franco e coraggioso della giustizia e della

verità, renda i cristiani testimoni leali e fermi della legge di Cristo Signore.

Il 28 ricordiamo *sant'Ireneo*, nato a Smirne verso il 130 e diventato vescovo di Lione, in Francia, dove morì martire. La liturgia della festa lo loda come uomo di pace, il quale, fedele nella vita al nome di Gesù, lottò con coraggio per l'unità della Chiesa. È sua la frase: «La gloria di Dio è l'uomo vivente».

Il 29 Roma e la Chiesa tutta sono in festa per la solennità dei *santi Pietro e Paolo*. «O apostoli di Cristo, colonna e fondamento della città di Dio! Uniti nel martirio, voi salite alla gloria nel regno dei beati. La Chiesa, che



adunaste col sangue e la parola, vi saluta festante»: così invociamo nella liturgia delle Ore. E chiediamo a Dio: «Tu che ci allieti con la solenne celebrazione dei santi Pietro e Paolo, fa' che la Chiesa segua sempre l'insegnamento degli apostoli dai quali ha ricevuto il primo annuncio della fede. Non cessare di scegliere operai del Vangelo perché siano salve tutte le genti; difendi la tua Chiesa dagli errori e dalle inquietudini che sconvolgono la faccia della terra; proteggì il nostro Papa e raccogli il tuo popolo nell'unità e nella pace».

(Riflessione)

Salmo

Dio si rivela a chi lo cerca.

In giugno, la solennità del Corpo e Sangue del Signore coinvolge nella festa tutta la comunità cristiana. L'adorazione e la contemplazione del corpo santo di Cristo, racchiuso nel pane consacrato sull'altare, culmina in una processione cittadina. «Adoriamo Cristo Signore, pane della vita», invitano i pastori.

Lodiamo e ringraziamo Dio per questo dono con il salmo 111(110) e con l'acclamazione.

Rit. Ha lasciato un ricordo dei suoi prodigi: pietà e tenerezza è il Signore.

Renderò grazie al Signore con tutto il cuore, nel consesso dei giusti e nell'assemblea. Grandi sono le opere del Signore, le contemplino coloro che le amano. Le sue opere sono splendore di bellezza, la sua giustizia dura per sempre. **Rit.**

Ha lasciato un ricordo dei suoi prodigi: pietà e tenerezza è il Signore. Egli dà il cibo a chi lo teme, si ricorda sempre della sua alleanza. **Rit.**

Mostrò al suo popolo la potenza delle sue opere, gli diede l'eredità delle genti. Le opere delle sue mani sono verità e giustizia, stabili sono tutti i suoi comandi, immutabili nei secoli, per sempre, eseguiti con fedeltà e rettitudine. **Rit.**

Mandò a liberare il suo popolo, stabilì la sua alleanza per sempre. Santo e terribile il suo nome. Principio della saggezza è il timore del Signore, saggio è colui

che gli è fedele; la lode del Signore è senza fine. **Rit.**

Gloria al Padre... **Rit.**

Silenzio

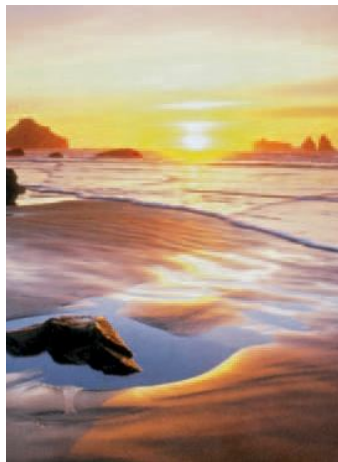
Preghiamo

O Padre, che hai compiuto opere mirabili lungo la storia e soprattutto nel tuo Figlio fatto carne, rivestisci del tuo santo timore che diventi in noi amore perfetto verso di te e verso tutte le creature.

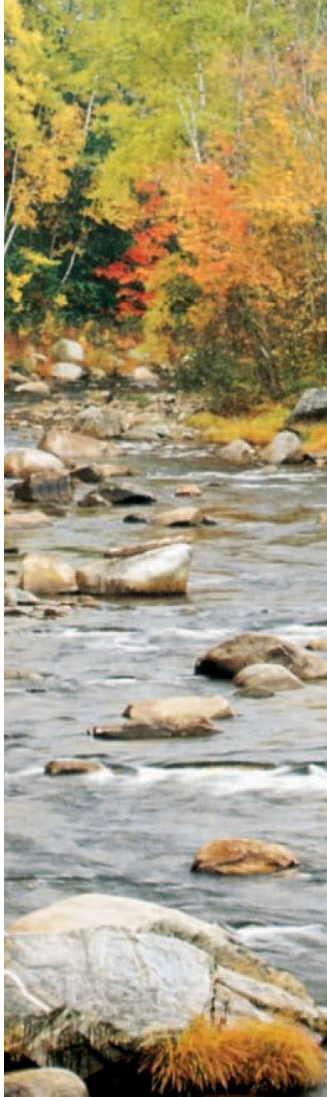
Tutti Amen.

In ascolto della Parola

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi
(1,18-19.22-25)



«Fratelli, la parola della croce è stoltezza per quelli che vanno in perdizione, ma per quelli che si salvano, per noi, è potenza di Dio. Sta scritto infatti: «Distruggerò la sapienza dei sapienti e annullerò l'intelligenza degli intelligenti». E mentre i Giudei chiedono i miracoli e i Greci cercano la sapienza, noi predichiamo Cristo cro-



cifisso, scandalo per i Giudei, stoltezza per i pagani, ma per coloro che sono chiamati, sia Giudei che Greci, predichiamo Cristo potenza di Dio e sapienza di Dio. Perché ciò che è stoltezza di Dio è più sapiente degli uomini, e ciò che è debolezza di Dio è più forte degli uomini».

(Contemplazione della Parola che dà la vita)

Lettura del Vangelo

Dal Vangelo secondo Giovanni
(6,30-35)

«In quel tempo, la folla disse a Gesù: «Quale segno tu fai perché vediamo e possiamo creder-ti? Quale opera compi? I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: “Diede loro da mangiare un pane dal cielo”». Rispose Gesù: «In verità, in verità vi dico: non Mosè vi ha dato il pane dal cielo, ma il Padre mio vi dà il pane dal cielo, quello vero; il pane di Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo». Al-

lora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane». Gesù rispose: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà più fame e chi crede in me non avrà più sete».

(Contemplazione della Parola che dà la vita)

Canto

Risposta di Preghiera

A Gesù, che ha lasciato un ricordo dei suoi prodigi offrendosi come pane di vita per i suoi fedeli, si innalzi la nostra lode e la nostra preghiera adorante. Diciamo:

Rit. Noi ti lodiamo e ti adoriamo, Signore.

Perché tu, che hai mostrato al tuo popolo la potenza delle tue opere, sei venuto a manifestare la pietà e la tenerezza del Padre, che si ricorda sempre della sua alleanza. **Rit.**

Perché tu, luce vera che illumina l'uomo e Agnello risorto assiso sul libro e sul trono, stai alla porta di ogni anima e, se qualcuno ascolta la tua voce e ti apre, entri a dimorare in lui. **Rit.**

Perché tu, nostro avvocato e intercessore presso il Padre, ci doni la fede nella provvidenza divina per liberarci da ogni ansia per il cibo, per il vestito e per ogni altro nostro bisogno terreno. **Rit.**

Perché tu, che vivi nella gloria della Trinità divina, doni ai tuoi fedeli di nutrirsi del pane vivo disceso dal

cielo, per compiere la volontà del Padre e avere la vita eterna nello Spirito. **Rit.**

Perché tu, che distruggi la sapienza dei sapienti e annulli l'intelligenza degli intelligenti, nella croce hai manifestato la potenza e la sapienza di Dio, e chi crede in te non avrà più fame e non avrà più sete. **Rit.**



Perché tu, pastore e guida del tuo popolo, hai suscitato nella Chiesa santi e sante come modelli nella fede e nostri intercessori presso il Padre. **Rit.**

Preghiamo

Guarda, o Padre, la Chiesa vergine sposa del tuo Figlio adornata di ogni virtù e dono dello Spirito e concedi a noi di seguire ciò che è vero e giusto ai tuoi occhi, per giungere alla fonte dell'eterna bellezza e del santo amore. Per Cristo, nostro Signore.

Tutti Amen.

A questo punto o si ripone l'Eucaristia con un canto adatto oppure se c'è la presenza di un sacerdote o di un diacono si può dare la Benedizione eucaristica seguendo il "rito dell'esposizione e della benedizione" (cfr Rito della comunione fuori della Messa e culto eucaristico, pp. 82-85).