

## Terza Domenica di Pasqua

*Atti 2,14.22-33; 1 Pt 1,17-21; Lc 24,13-35*

“Dal dolore all’abbondanza: incontri con il Signore Risorto”

### INTRODUZIONE

Molto tempo fa, in un piccolo villaggio, un uomo era conosciuto per coltivare i giardini più belli. Ogni primavera iniziava seminando piccoli semi nella terra nuda, curandoli con attenzione, annaffiandoli e proteggendoli dal vento. I vicini gli chiedevano spesso: “Perché metti tanto impegno in semi che forse non cresceranno mai?” Ed egli rispondeva con un sorriso: “Confido che la vita fiorirà; lo fa sempre, se ce ne prendiamo cura e sappiamo attendere con pazienza.”

Oggi ci raduniamo come famiglia parrocchiale per celebrare la Terza Domenica di Pasqua. Come quel giardiniere, portiamo i nostri cuori—talvolta vuoti, talvolta appesantiti dal dolore, dal dubbio o dalla paura—e li presentiamo a Dio. Confidiamo che, come per i semi, la vita di Dio metterà radici, trasformerà la nostra tristezza in gioia e si rivelerà in modi inattesi.

Prepariamoci a camminare insieme in questa Eucaristia, pronti a riconoscere il Signore Risorto nei momenti ordinari, nelle nostre preghiere condivise e nello spezzare il pane.

### ATTO PENITENZIALE

Signore Gesù Cristo,

- a volte ci sentiamo soli e abbandonati; rimani con noi. Signore, pietà.
- a volte non vediamo più la strada da percorrere; sii tu la nostra via. Cristo, pietà.
- a volte ci manca il coraggio di fare nuovi passi; rafforzaci con il tuo Spirito. Signore, pietà.

### PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Il buon Dio tolga da noi ogni colpa ed errore, tutto ciò che ci separa da Lui e dal suo amore, e ci rafforzi per camminare fedelmente nelle sue vie, certi della sua presenza nella nostra vita quotidiana. Amen.

## **INVITO AL GLORIA**

Alziamoci ora e uniamoci al canto di lode, celebrando la gioia del Signore risorto, che trasforma la tristezza in gioia e il vuoto in abbondanza.

## **COLLETTA**

Dio buono, ti ringraziamo per il dono di ogni giorno, per i modi in cui la tua presenza rinnova i nostri cuori e per la speranza che il tuo Spirito semina in noi. Perdona quando non confidiamo nella tua guida o quando dimentichiamo che sei vicino nei momenti ordinari. Donaci il coraggio di aprire pienamente il nostro cuore alla tua Parola e al tuo amore.

Il tuo Spirito ci sostenga nel camminare fedelmente, condividendo la tua gioia e la tua misericordia con gli altri, e la tua Parola illumini la nostra mente e accenda i nostri cuori d'amore per te.

Amen.

## **OMELIA: “DAL DOLORE ALL’ABBONDANZA: INCONTRI CON IL SIGNORE RISORTO”**

Alcuni anni fa, un gruppo di pellegrini intraprese un lungo viaggio verso la città santa di Gerusalemme. Tra loro c'era un'anziana donna che aveva percorso innumerevoli chilometri—verso Lourdes, Fatima, Santiago de Compostela. Ma ciò che contava di più, diceva agli altri, non era la distanza né i monumenti visitati; erano le storie ascoltate lungo il cammino—le preghiere sussurrate, i dolori condivisi, le gioie che trovavano voce nella compagnia. “Viaggiamo insieme,” diceva, “e nell’ascoltarci gli uni gli altri, Dio si rivela a noi.”

Una volta raccontò che durante un pellegrinaggio aveva camminato accanto a una giovane madre che aveva appena perso il suo bambino. Camminarono in silenzio per ore, finché le parole arrivarono. “Non aveva bisogno di consigli,” disse l'anziana pellegrina, “ma di presenza.” E da qualche parte, tra lacrime e passi silenziosi, la fede si riaccese. A volte Dio non parla dal cielo; parla attraverso il ritmo costante dei passi fatti insieme.

Oggi il Vangelo ci invita a un viaggio simile—non attraverso paesaggi esterni, ma attraverso il terreno del nostro cuore. Due discepoli si allontanano da Gerusalemme, tristi e scoraggiati. Le loro speranze erano legate a quella città: credevano che lì il Messia avrebbe redento Israele. Ma la crocifissione ha infranto quelle speranze. Gerusalemme, un tempo piena di promessa, ora sembra vuota.

E non è forse così anche nella nostra vita? Un sogno crolla. Arriva una diagnosi. Una relazione finisce. Una preghiera sembra senza risposta. Portiamo dolore, delusione, paura e dubbio, pensando che allontanarci ci risparmierebbe sofferenza. Eppure, spesso, proprio il luogo da cui fuggiamo contiene la guarigione che cerchiamo.

Quante volte evitiamo conversazioni, ricordi o responsabilità perché ci ricordano il dolore? E tuttavia la grazia ci attende proprio lì.

Mentre camminano, i discepoli si raccontano la storia di Gesù—la sua missione, la sua morte e il sepolcro vuoto. Ecco la prima lezione per noi: c'è guarigione nel

raccontare la propria storia. Il dolore non espresso diventa più pesante; il dolore condiviso si alleggerisce. Condividere il dolore—la perdita di una persona cara, una crisi di salute, una relazione spezzata o una fede scossa—permette alla presenza di Dio di entrare.

Una volta ho incontrato un uomo che aveva perso il lavoro dopo decenni di servizio fedele. Per mesi si chiuse nel silenzio per vergogna. Ma una sera, durante un incontro parrocchiale, trovò il coraggio di parlare della sua paura e della sua umiliazione. Altri, in silenzio, condivisero le proprie difficoltà. Quella sera non risolse subito il problema, ma qualcosa cambiò: l'isolamento lasciò spazio alla solidarietà, la vergogna alla dignità. Dio era entrato attraverso il dialogo.

A volte chi ascolta è uno sconosciuto—proprio come nel Vangelo, dove uno sconosciuto si unisce a loro lungo la strada. Egli ascolta senza giudicare e inizia a raccontare una storia più grande: la storia di Dio. Una storia di sofferenza che conduce alla risurrezione. E i loro cuori ardono.

L'incontro con il Signore risorto spesso inizia nei momenti ordinari—una conversazione, l'ascolto, l'essere ascoltati. Un semplice esempio lo mostra bene: un insegnante notò uno studente silenzioso e chiuso. Una mattina lo ringraziò per nome per un piccolo gesto di gentilezza. Il suo volto si illuminò. Quel piccolo riconoscimento cambiò la sua giornata. Anni dopo dirà che quel momento gli fece capire che era importante.

Così è con Cristo risorto: ci incontra nei momenti ordinari, ci vede, ci chiama, trasforma la speranza e illumina la disperazione con la gioia. Spesso non è il miracolo straordinario, ma la semplice certezza: “Ti vedo. Sono con te.”

Ora andiamo con il cuore sulle rive del lago di Galilea all'alba. I discepoli tornano a pescare, stanchi e a mani vuote. La notte è alle loro spalle; il mattino davanti a loro. Tornano a ciò che è familiare. Quando i sogni crollano, spesso ci rifugiamo nella routine.

Uno sconosciuto sta sulla riva, vicino a un fuoco di brace, con pane e pesce pronti. Chiede: “Avete qualcosa da

mangiare?” Rispondono con sincerità: “No, non abbiamo nulla.” Che forza ha questa sincerità! Nessuna scusa, nessuna finzione, solo verità.

Poi dice: “Gettate la rete dalla parte destra della barca.” Esitano, ma obbediscono—e le reti si riempiono. Uno di loro esclama: “È il Signore!”

Ecco un'altra verità: la risurrezione accade nella vita ordinaria. Nei momenti di fallimento, di scoraggiamento e di vuoto, Gesù appare. Incontra la nostra paura con il nutrimento, lo scoraggiamento con la guida, la disperazione con l'abbondanza.

Un pescatore di un antico villaggio di mare mi disse una volta: “Il miracolo non erano i pesci, ma il coraggio di riprovare.” Quella notte gli rimase nel cuore non per il pescato, ma per la speranza ritrovata.

Quante volte siamo invitati a “gettare di nuovo le reti”? A perdonare ancora. A riprovare ancora. A fidarci ancora. A amare ancora. La risurrezione spesso inizia con un nuovo tentativo fatto nella fede.

Il riconoscimento del Signore risorto avviene

gradualmente. I discepoli di Emmaus lo riconoscono nel cammino, nella Parola che accende il cuore e nello spezzare il pane. La fede raramente è un lampo; più spesso è un'alba.

Così Gesù ci chiama a incontrarlo pienamente—non come ospite di passaggio, ma come Signore della nostra vita.

L'incontro trasforma la routine in esperienza di risurrezione.

Una giovane donna, tornata al suo paese dopo anni, temeva di essere dimenticata. Qualcuno la salutò dicendo: “Spero che ti ricordi di me.” Il suo cuore si riempì di gioia.

Più tardi disse: “Non ero mai stata davvero sola. Ero ricordata.” Così incontriamo Gesù: con timore, con desiderio, ma accolti pienamente. Il Risorto ci ricorda, ci chiama per nome, ci attende.

Una parrocchiana, Ruth, vedova e forte, diceva: “Non sempre mi sento forte, ma mi presento.” E in questa fedeltà quotidiana scoprì che Dio moltiplica i piccoli gesti. Così è con Gesù: prende ciò che è semplice e lo trasforma in abbondanza.

Gli incontri pasquali ci chiamano ad agire: a testimoniare, ad amare, a sostenere chi è nel bisogno. Nella vita quotidiana, il Signore ci invita a fidarci e a riprovare.

Un giovane, camminando verso Santiago dopo la morte del padre, scoprì lungo il cammino piccoli segni di speranza. Scrisse: “Pensavo di essere solo. Ora vedo che sono stato accompagnato.” Dio era con lui, trasformando il dolore in gioia.

Carissimi, in questo tempo pasquale, possiamo anche noi incontrare il Signore risorto nella vita quotidiana—nelle parole, nel pane, nei piccoli gesti. Condividiamo le nostre storie e apriamo il cuore all'amore di Dio.

E quando il nostro cuore arde, non restiamo fermi.

Alziamoci. Torniamo alle nostre “Gerusalemme”.

Annunciamo con gioia la sua presenza. Amen.

### **INVITO ALLA PROFESSIONE DI FEDE**

Ora insieme professiamo la fede in Colui che cammina con noi, risveglia la vita in noi e ci attira a sé.

## **INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Oggi portiamo i nostri doni di pane e vino, le nostre fatiche quotidiane, le speranze e le difficoltà. Preghiamo perché le nostre offerte siano gradite a Dio Padre onnipotente.

## **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Signore Gesù, dopo la tua risurrezione hai preparato un semplice pasto per i tuoi discepoli sulle rive del lago di Tiberiade e ti sei rivelato a loro nel pane e nel pesce. Oggi ti offriamo questi doni di pane e vino insieme alla nostra vita, alle nostre gioie e difficoltà, speranze e timori.

Trasformali, Signore, perché diventino nutrimento per la nostra anima e segno della tua presenza in mezzo a noi. Fa' che riconosciamo il tuo amore nelle cose semplici, la tua guida nella vita quotidiana e la tua abbondanza anche nei momenti di vuoto. A te onore e gloria, Signore risorto, ora e sempre. Amen.

## **PREFACIO**

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.

Tu hai trasformato la disperazione in speranza, la tristezza in gioia e il vuoto in abbondanza. Attraverso i discepoli sulla via di Emmaus ci hai mostrato che il riconoscimento della tua presenza spesso avviene nel silenzio: nella conversazione, nella Scrittura che ci viene spiegata, nello spezzare il pane e nei più semplici gesti di amore.

Ci insegni che la risurrezione non è soltanto un evento del passato, ma una realtà viva nelle nostre vite:

nell'incoraggiamento di un amico, nel nutrimento di un pasto condiviso, nella guida che ci conduce dalla paura alla fiducia. Tu ci incontri là dove siamo e trasformi i momenti ordinari in segni della tua gloria.

E così, con tutti gli angeli e i santi, con i cuori ardenti di stupore per la tua presenza in mezzo a noi, proclamiamo il mistero della gioia pasquale:

Santo, Santo, Santo il Signore Dio dell'universo...

## **INVITO AL PADRE NOSTRO**

Il Signore risorto è qui, in mezzo a noi, nel pane e nel vino, nei doni semplici e nella vita condivisa. Con fiducia e speranza, preghiamo ora il Padre nostro:

## **EMBOLISMO**

Liberaci, o Signore, da ogni cecità del cuore e da tutto ciò che ci impedisce di riconoscere la tua presenza. Tu ti riveli non solo nei segni grandi, ma anche nel semplice spezzare del pane, nel lavoro fedele e nei gesti umili di amore. Concedi che, nutriti da questa Eucaristia, possiamo riconoscerti nei momenti ordinari della nostra vita e seguirti con cuore rinnovato, mentre attendiamo con beata speranza la tua venuta gloriosa come nostro Salvatore.

## **PREGHIERA PER LA PACE**

Signore Gesù Cristo, che hai detto ai tuoi Apostoli: Vi lascio la pace, vi do la mia pace, non guardare ai nostri peccati ma alla fede della tua Chiesa, e donale unità e pace secondo la tua volontà.

Tu che ti sei rivelato ai discepoli nella loro paura e li hai riempiti di coraggio, calma le nostre ansie e rafforza la

nostra fiducia. Rendici strumenti della tua pace nelle nostre case e nelle nostre comunità, affinché attraverso le nostre parole e le nostre azioni gli altri possano riconoscerti come il Signore risorto.

Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

## **INVITO ALLA COMUNIONE**

Come ti sei rivelato ai discepoli sulla via di Emmaus e sulla riva del mare di Tiberiade, vieni ora incontro a noi in questo pane e in questo vino. Venite con il cuore aperto, venite con fiducia, venite così come siete, e lasciate che Egli trasformi la vostra vita ordinaria in abbondanza, la vostra paura in coraggio, il vostro dolore in gioia. Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

## **MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE**

I discepoli riconobbero Gesù nei momenti ordinari—nel raccontarsi le loro storie, nell'ascolto della Scrittura e nello spezzare il pane. Anche noi siamo chiamati a riconoscerlo oggi: nei piccoli gesti di gentilezza, nello sforzo condiviso, nelle conversazioni che fanno ardere il cuore. Portiamo questa consapevolezza nella nostra vita quotidiana,

confidando che il Signore risorto trasforma le nostre abitudini in incontri con la sua abbondanza e il suo amore.

### **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

Signore Dio, attraverso la morte e risurrezione del tuo Figlio, hai fatto scaturire la vita dalla disperazione e la speranza dal vuoto. Le grazie che abbiamo ricevuto oggi approfondiscano la nostra fiducia in te, rafforzino i nostri cuori e ci aiutino a riconoscere la tua presenza nei momenti ordinari della nostra vita. Mandaci nel mondo come testimoni del tuo amore e della tua gioia, perché gli altri possano vedere il Cristo risorto in noi. Per Cristo nostro Signore. Amen.

### **BENEDEZIONE**

Il Signore riempia le vostre mani di cura e disponibilità a servire, doni ai vostri piedi il coraggio per cammini nuovi, renda le vostre orecchie attente alle voci del bisogno e della speranza, apra i vostri occhi alla bellezza e alla misericordia che vi circondano, faccia che la vostra bocca pronunci parole che portino incoraggiamento, conforto e gioia, e doni al vostro cuore fiducia, sicurezza e pace.

E la benedizione di Dio misericordioso, Padre, Figlio ✠ e Spirito Santo, discenda su di voi e su tutti i vostri cari e rimanga sempre con voi. Amen.

### **CONGEDO**

Andate in pace, portando nella vostra vita quotidiana la gioia e la presenza del Signore risorto.

### **PENSIERO DA PORTARE A CASA**

Confidate che Dio è presente nei momenti ordinari: nei pasti condivisi, nelle conversazioni, nei gesti di gentilezza e nelle occupazioni quotidiane. Quando apriamo il cuore, anche il gesto più piccolo diventa segno della sua abbondanza, e il dolore si trasforma in speranza e gioia. Gettate ancora una volta le vostre reti e scoprite il Signore risorto all'opera nella vostra vita.

## Lunedì della 3ª settimana di Pasqua

*Atti 6,8-15; Gv 6,22-29*

### INTRODUZIONE

Una giovane donna acquistò una piccola pianta in vaso. Se ne prendeva cura con attenzione, annaffiandola ogni giorno, dandole luce e persino parlandole. Eppure, nonostante tutte le sue cure, la pianta sembrava appassire. Frustrata, la portò da un giardiniere che le disse con dolcezza: “Le stai dando ciò di cui ha bisogno in superficie, ma ha bisogno anche di un terreno ricco e di spazio per crescere. Il vero nutrimento viene dalle radici.” Questo ci ricorda la folla nel Vangelo di oggi. Essi seguirono Gesù dopo che aveva sfamato migliaia di persone, sperando di ricevere altro pane. Gesù riconosce il loro bisogno, ma li invita ad andare più in profondità. Dice loro: “Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna.” Li conduce oltre la loro fame immediata verso il nutrimento più profondo che solo Dio può dare.

In molti modi, la nostra vita può assomigliare a quella

pianta che fatica a crescere. Lavoriamo duramente per soddisfare i nostri bisogni quotidiani—cibo, sicurezza, successo e conforto. Queste cose sono importanti, ma non possono colmare pienamente il desiderio più profondo del cuore umano. Sotto tutti i nostri sforzi c'è una fame più grande: il desiderio di senso, di un amore che duri, e della presenza di Dio nella nostra vita.

Mentre ci riuniamo per questa Eucaristia, il Signore ci invita a venire a Lui con questa fame più profonda. In questa celebrazione Egli ci offre il Pane della Vita, la sua stessa presenza. Apriamo il nostro cuore per ricevere quel nutrimento che rafforza la nostra fede e ci conduce alla vita eterna.

### ATTO PENITENZIALE

Signore Gesù, tu ci nutri con il Pane della Vita e sazi la nostra fame più profonda. Signore, pietà.

Cristo Gesù, aiutaci a cercare te sopra ogni cosa, non solo i doni che ci offri. Cristo, pietà.

Signore Gesù, perdonaci quando inseguiamo cose che passano invece del nutrimento eterno. Signore, pietà.

## **PREGHIERA DI ASSOLUZIONE**

Dio onnipotente, tu ci offri il Pane della Vita, il cibo che veramente sazia.

Perdonaci quando cerchiamo soltanto piaceri o consolazioni temporanee.

Rinnova i nostri cuori perché possiamo avere fame di te sopra ogni cosa, e accogliere la tua grazia con fede e gratitudine; e guidaci alla vita eterna. Amen.

## **COLLETTA**

Padre misericordioso,  
tu sazi i bisogni più profondi del nostro cuore attraverso Gesù Cristo, tuo Figlio.

Insegnaci a cercarlo sopra ogni cosa,  
ad avere fame e sete della vita eterna,  
e a confidare che la tua presenza è il cibo che dura per sempre.

Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio,  
che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo,  
Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

## **OMELIA**

Un uomo raccontava di essersi perso durante un'escursione in montagna. Dopo ore di cammino si sentiva molto affamato e assetato. Alla fine giunse a una piccola capanna e bussò alla porta. Una donna anziana lo accolse e gli diede un po' di pane e acqua. Mentre mangiava, notò il calore del fuoco e la bontà della donna che ascoltava la sua storia. Più tardi disse: "All'inizio pensavo di aver bisogno solo di pane e acqua. Ma ciò di cui avevo veramente bisogno era il calore di una casa e qualcuno che si prendesse cura di me."

Quell'esperienza riflette qualcosa di vero per tutti noi. Conosciamo bene la fame fisica. Quando abbiamo fame, cerchiamo il cibo. Gesù lo comprendeva molto bene. Nel Vangelo di oggi aveva appena sfamato una grande folla con cinque pani e due pesci. I bisogni materiali delle persone gli stavano molto a cuore. Nutriva gli affamati, guariva i malati e invitava chi aveva molto a condividere con chi aveva poco.

Eppure la folla torna a cercarlo. Attraversano il lago per

trovarlo. La loro ricerca è buona, ma Gesù mette delicatamente in discussione le loro motivazioni. Lo cercano perché vogliono altro pane. Allora dice loro: “Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna.”

A un certo livello, siamo tutti cercatori. C'è un'inquietudine nel cuore di ogni uomo. Sant'Agostino lo ha espresso bene: “Il nostro cuore è inquieto finché non riposa in Dio.” Cerchiamo felicità, pace e senso, spesso in molti luoghi. Ma Gesù ci ricorda che la nostra fame più profonda è spirituale.

A volte possiamo avvicinarci al Signore soprattutto per ciò che può darci—aiuto nei nostri problemi o soluzioni alle nostre preoccupazioni. Ma il Vangelo ci invita a qualcosa di più profondo: non solo cercare i doni del Signore, ma cercare il Signore stesso. Gesù ci offre il cibo che davvero sazia: la vita e la presenza di Dio.

C'è una semplice storia di un bambino che chiese alla madre perché stesse pregando in chiesa. Lei rispose: “Sto chiedendo a Dio di darci ciò di cui abbiamo bisogno.”

Il bambino rifletté un momento e disse: “Perché non chiedi semplicemente a Dio di restare con noi?”

In molti modi questo è il cuore del Vangelo di oggi. Il dono più grande che Gesù ci offre non è qualcosa che Egli dà, ma se stesso: il cibo che rimane per la vita eterna e che sazia la fame più profonda del nostro cuore.

### **INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Presentando questi doni, offriamo anche i nostri cuori e il desiderio di essere nutriti dal Pane della Vita.

Pregate, fratelli e sorelle, perché il mio sacrificio e il vostro sia gradito a Dio, Padre onnipotente.

### **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Signore Dio, accogli i doni che ti presentiamo e trasformali nel Corpo e Sangue di Cristo, vero Pane della Vita.

Partecipando a questa Eucaristia, fa' che desideriamo soltanto ciò che dura, e siamo rafforzati per seguire fedelmente Gesù, attirando altri al nutrimento del tuo amore.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

## **PREFACIO**

È veramente cosa buona e giusta renderti grazie, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

Tu nutri il tuo popolo con il Pane della Vita, Gesù Cristo, tuo Figlio, che sazia la fame dei nostri cuori e nutre le nostre anime. Con il suo insegnamento, la sua presenza e i suoi Sacramenti, egli apre gli occhi dei ciechi, rafforza i deboli, consola gli afflitti e risveglia la speranza nei cuori di tutti coloro che ti cercano.

Per mezzo di lui impariamo che il desiderio più profondo di ogni cuore umano è per te solo. Egli ci chiama alla fede, alimenta la nostra speranza e ci ispira ad amare con coraggio e generosità. In lui riconosciamo la vita eterna che comincia già ora, una vita che trasforma noi e il mondo che ci circonda.

Accogliendolo nell'Eucaristia, egli ci attira in comunione con te, fonte di ogni bene, riempiendo i nostri cuori di gioia, rinnovando le nostre forze e rendendoci capaci di condividere la tua misericordia con tutti.

Con gli angeli e i santi, cantiamo la tua gloria e

proclamiamo il tuo nome: Santo, Santo, Santo...

## **INVITO AL PADRE NOSTRO**

Con fiducia, preghiamo il Padre che provvede a tutto ciò di cui abbiamo bisogno:

## **EMBOLISMO**

Liberaci, o Signore, da tutti i mali, e liberaci dalle distrazioni che ci impediscono di cercare la tua presenza. Il Pane della Vita nutra i nostri cuori e guidi i nostri passi, perché camminiamo nella fede, nella speranza e nella carità, nell'attesa della venuta del nostro Salvatore Gesù Cristo.

## **PREGHIERA PER LA PACE**

Signore Gesù Cristo,  
tu ci doni il Pane della Vita che sostiene e trasforma.  
Guarda la tua Chiesa e il mondo.  
Dove i cuori sono inquieti o in ricerca, dona la pace;  
dove le persone si perdono nelle cose del mondo, dona chiarezza;  
aiutaci a condividere con tutti il nutrimento del tuo amore.  
Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

## **INVITO ALLA COMUNIONE**

Cristo offre se stesso, il vero Pane della Vita,  
per nutrire le nostre anime.

Ecco l'Agnello di Dio,  
ecco colui che toglie i peccati del mondo.  
Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

## **MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE**

Il Pane della Vita che abbiamo ricevuto ci rafforza a  
cercare ciò che davvero sazia.

Portiamo questo nutrimento nella nostra vita quotidiana,  
offrendo amore, misericordia e bontà agli altri, come Cristo  
ha nutrito noi.

## **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

Signore Dio, tu sazi la nostra fame più profonda attraverso  
il Corpo e il Sangue di Cristo.

Questa Eucaristia ci rafforzi nel cercarti sopra ogni cosa, e  
la nostra vita rifletta il nutrimento e l'amore che abbiamo  
ricevuto.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

## **BENEDEZIONE**

Dio, che sazia i nostri cuori con il Pane della Vita,  
vi colmi di fede, speranza e carità.

Gesù Cristo vi sostenga nel cammino di ogni giorno,  
e lo Spirito Santo guidi i vostri passi,  
perché possiate camminare sempre nella sua presenza.  
E la benedizione di Dio onnipotente,  
Padre ✠ e Figlio ✠ e Spirito Santo,  
discenda su di voi e con voi rimanga sempre. Amen.

## **CONGEDO**

Andate in pace, cercando il Pane della Vita e condividendo  
il suo nutrimento con gli altri.

## **PENSIERO DA PORTARE A CASA**

La nostra fame più profonda è Dio stesso.

Cercate Gesù sopra ogni cosa e il vostro cuore sarà  
saziato.

## **Martedì, 3<sup>a</sup> Settimana di Pasqua**

*Atti 7,51–8,1; Gv 6,30–35*

### **INTRODUZIONE**

Un viaggiatore arrivò una volta in una piccola città dopo un lungo cammino. Era stanco e affamato, così andò subito in un ristorante e ordinò da mangiare. Mentre mangiava, notò qualcosa di interessante: le persone ai tavoli vicini non stavano solo gustando il cibo; ridevano, parlavano e condividevano storie. Più tardi, il viaggiatore disse che ciò che lo aveva soddisfatto di più non era stato soltanto il pasto, ma il senso di appartenenza e il calore umano che aveva sperimentato lì.

Nel Vangelo di oggi, la folla segue Gesù perché aveva mangiato il pane che Egli aveva moltiplicato il giorno prima. Ricordano il miracolo e ne vogliono ancora. Tuttavia, Gesù li guida con dolcezza oltre la loro fame immediata. Dice loro che Dio offre qualcosa di molto più grande del pane ordinario. «Io sono il Pane della Vita», dice. «Chi viene a me non avrà più fame e chi crede in me non avrà più sete».

Gesù ricorda a loro — e a noi — che la nostra fame più profonda non è soltanto di cibo, di successo o di sicurezza. Nel cuore di ogni persona c'è un desiderio di senso, di amore, di perdono e di speranza. Solo Dio può davvero saziare questa fame più profonda.

Mentre ci riuniamo per celebrare questa Eucaristia, veniamo davanti al Signore con le nostre fame e le nostre sete. Nella sua Parola e nel Pane della Vita, Gesù ci nutre con la sua presenza e ci rafforza per vivere nella fede, nella speranza e nella carità.

### **ATTO PENITENZIALE**

Signore Gesù, tu sei il Pane della Vita, sostieni i nostri cuori e guidi i nostri passi. Signore, pietà.

Cristo Gesù, perdonaci quando cerchiamo solo segni o miracoli invece della tua presenza. Cristo, pietà.

Signore Gesù, aiutaci a venire a te con cuore aperto, desiderosi di ciò che veramente sazia. Signore, pietà.

## **PREGHIERA DI ASSOLUZIONE**

Dio onnipotente, tu hai mandato il tuo Figlio a nutrirci con il Pane della Vita e a dissetare la nostra sete spirituale.

Perdona quando ci rivolgiamo a cose passeggere per soddisfare il nostro cuore.

Colmaci di fede e di fiducia,  
perché possiamo accostarci a Gesù con sincerità,  
ricevere il suo nutrimento e vivere secondo le sue vie.  
E conducici alla vita eterna. Amen.

## **COLLETTA**

Padre celeste, tu hai mandato il tuo Figlio, Gesù Cristo, per saziare la fame e la sete più profonde del nostro cuore.

Concedi che possiamo cercarlo sopra ogni cosa,  
riconoscere la sua presenza nella Parola e nel Sacramento, ed essere nutriti dal suo Spirito che dona la vita. Fa' che la nostra fede cresca attraverso questa Eucaristia e che viviamo come testimoni dell'amore e della misericordia di Cristo,  
che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo, Dio,  
per tutti i secoli dei secoli. Amen.

## **OMELIA**

Un ragazzo osservava un giorno sua nonna mentre impastava il pane. Le chiese: «Nonna, perché lavori così tanto solo per fare il pane?» Lei sorrise e disse: «Perché il pane dà la vita, figlio mio. Senza di esso non possiamo vivere». Il ragazzo annuì, ma solo più tardi nella vita avrebbe capito che esiste un altro tipo di pane, che nutre il cuore e l'anima ancora più del corpo.

Nel Vangelo di oggi, Gesù si presenta come il Pane della Vita: «Chi viene a me non avrà più fame; chi crede in me non avrà più sete». Queste parole non sono solo poetiche. Sono un invito a riconoscere che la nostra fame e la nostra sete più profonde — il desiderio di amore, di perdono, di senso e di pace — possono essere saziati solo in Lui. Come il corpo desidera cibo e acqua, così il cuore desidera Dio. Eppure, a differenza della fame fisica, quella spirituale spesso passa inosservata finché non diventa un dolore silenzioso.

La gente, nel brano di oggi, chiede a Gesù un segno, qualcosa di straordinario per dimostrare che devono

credere in Lui. Ma Gesù rifiuta questo scambio. Invece, offre se stesso. Egli è il segno vivente, il sacramento della presenza di Dio. Non negozia né si esibisce per noi; semplicemente ci invita a venire, a fidarci, a credere. È una relazione che cresce mentre continuiamo a tornare a Lui, giorno dopo giorno, incontro dopo incontro.

La prima lettura di oggi ci presenta Stefano, il primo martire cristiano. Muore pregando: «Signore Gesù, accogli il mio spirito... non imputare loro questo peccato». Stefano riflette Gesù sulla croce — affidando la sua vita a Dio, perdonando i suoi persecutori, rivelando la misericordia di Dio anche nei suoi ultimi momenti. La sua testimonianza ci ricorda che la fede non riguarda solo ciò che crediamo, ma come viviamo — come permettiamo all'amore di Dio di plasmare la nostra risposta verso gli altri, anche verso coloro che ci fanno del male.

Il coraggio di Stefano ha anche seminato semi di trasformazione. Saulo, che più tardi diventerà Paolo, assistette alla sua morte e ne fu profondamente colpito. A volte la nostra fede, la nostra testimonianza, la nostra

disponibilità a fidarci e a perdonare, possono toccare gli altri in modi che forse non vedremo mai. I nostri piccoli atti di vivere l'amore di Dio diventano canali attraverso i quali Dio opera nel mondo.

Questo capitolo del Vangelo di Giovanni, ricco di immagini eucaristiche, ci ricorda che Gesù ci nutre in molti modi — attraverso la Parola, attraverso l'Eucaristia, attraverso il suo Spirito vivo nella Chiesa. La chiamata è semplice: venite e mangiate, venite e bevete, venite e credete. Solo avvicinandoci a Lui troviamo la forza di vivere come Egli ha vissuto, di perdonare, di fidarci, di amare.

Tutti noi abbiamo fame e sete — di senso, di amore, di speranza, di misericordia. Eppure Gesù dice: «Io sono sufficiente. Io sono il Pane della Vita». Ci invita a gustare e vedere quanto è buono il Signore, non in segni straordinari, ma nella sua presenza fedele.

Quel ragazzo divenne poi un uomo, e ogni volta che si sentiva vuoto o smarrito, ricordava il pane della nonna e, ancora di più, il Pane della Vita che Gesù offre. Imparò che non esiste fame o sete nella vita che Gesù non possa

saziare, se semplicemente andiamo a Lui.

Veniamo a Lui oggi, confidando nella sua promessa, e lasciamoci nutrire dal Pane della Vita, per vivere come Egli ha vissuto, amando e perdonando, rivelando la misericordia di Dio nelle nostre vite.

### **INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Presentando questi doni di pane e vino, portiamo anche i nostri cuori, la nostra fame e il nostro desiderio del Pane della Vita. E preghiamo perché il mio sacrificio e il vostro sia gradito a Dio, Padre onnipotente.

### **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Signore Dio, accogli le nostre offerte e trasformale nel Corpo e Sangue di Cristo, il vero Pane della Vita che nutre le nostre anime.

Mentre lo riceviamo in questa Eucaristia, rafforza la nostra fede, approfondisci la nostra fiducia e ispiraci a vivere con generosità, condividendo il tuo amore con tutti coloro che incontriamo, affinché, attraverso di noi, anche altri possano incontrare il Pane della Vita. Per Cristo nostro Signore. Amen.

### **PREFACIO**

È veramente cosa buona e giusta renderti grazie, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

Tu nutri il tuo popolo con il Pane della Vita, il tuo Figlio Gesù Cristo, che sazia la fame dei nostri cuori e nutre le nostre anime. Con la sua presenza egli rivela la profondità del tuo amore, apre gli occhi di coloro che sono ciechi alla tua verità e dona forza a tutti quelli che sono deboli o stanchi. Ci chiama non solo a cercare il sostentamento materiale, ma a riconoscere che i nostri bisogni più profondi sono solo in te. Insegnando, guarendo e donandosi nell'Eucaristia, egli risveglia la speranza, rafforza la fede e ispira l'amore nelle nostre vite. Mentre lo riceviamo nella Parola e nel Sacramento, egli nutre i nostri cuori, rinnova il nostro spirito e ci rende capaci di vivere come testimoni fedeli della tua misericordia. Trasforma il pane ordinario nel Pane della Vita e i cuori ordinari in canali del tuo amore.

Con gli angeli e i santi, uniamo le nostre voci in un canto di

lode senza fine, proclamando la tua gloria e cantando:  
Santo, Santo, Santo...

### **INVITO AL PADRE NOSTRO**

Preghiamo con fiducia il Padre nostro, che ci dona tutto ciò di cui abbiamo bisogno e sazia la fame dei nostri cuori:

### **EMBOLISMO**

Liberaci, o Signore, da ogni male e liberaci dal cercare segni vuoti o distrazioni invece della tua presenza.

Il Pane della Vita rafforzi i nostri cuori,  
guidi i nostri passi e nutra le nostre anime,  
affinché possiamo vivere nella fede, nella speranza e nella carità, sempre confidando nella promessa della vita eterna.

### **PREGHIERA PER LA PACE**

Signore Gesù Cristo, tu ci nutri con il Pane della Vita, sostenendoci e trasformandoci. Guarda la tua Chiesa e il mondo. Dove i cuori sono stanchi, dona incoraggiamento; dove sorgono dubbi e paure, dona fiducia; dove le persone hanno fame di amore e di misericordia, dona nutrimento. La tua pace abiti nei nostri cuori, guidi le nostre azioni e ci

ispiri a condividere la tua presenza che dona vita con tutti coloro che incontriamo.

Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

### **INVITO ALLA COMUNIONE**

Cristo si offre a noi, il vero Pane della Vita, per nutrire e sostenere le nostre anime.

Ecco l'Agnello di Dio,  
ecco colui che toglie i peccati del mondo.  
Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

### **MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE**

Il Pane della Vita rafforza i nostri cuori e le nostre anime. Lasciamo che la presenza di Gesù ci trasformi, nutra la nostra fede e ci ispiri a vivere con generosità, affinché altri possano sperimentare, attraverso di noi, l'amore e la misericordia di Dio.

### **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

Signore Dio, tu sazi la nostra fame più profonda attraverso il Corpo e il Sangue di Cristo. Questa Eucaristia ci rafforzi a cercarti sopra ogni cosa, a confidare nelle tue promesse

e a vivere come testimoni fedeli del tuo amore e della tua misericordia. Per Cristo nostro Signore. Amen.

## **BENEDEZIONE**

Dio, che ci nutre con il Pane della Vita,  
riempia i vostri cuori di fede, speranza e carità.  
Gesù Cristo vi fortifichi nel vostro cammino quotidiano  
e lo Spirito Santo guidi i vostri passi,  
affinché la vostra vita sia riflesso dell'amore che nutre di  
Cristo.

E la benedizione di Dio onnipotente,  
Padre ✠ e Figlio ✠ e Spirito Santo, discenda su di voi e  
con voi rimanga sempre. Amen.

## **CONGEDO**

Andate in pace, confidando in Cristo, il Pane della Vita,  
che vi nutre, vi guida e vi sostiene.

## **PENSIERO DA PORTARE A CASA**

Gesù è il Pane della Vita.  
Cercatelo sopra ogni cosa e il vostro cuore non avrà mai  
più fame né sete.

## **Mercoledì della 3ª Settimana di Pasqua**

*Atti 8,1-8; Giovanni 6,35-40*

## **INTRODUZIONE**

Una volta un'insegnante si accorse che uno dei suoi studenti aveva smesso di frequentare regolarmente le lezioni. Quando finalmente tornò, sembrava esitante e imbarazzato, aspettandosi di essere rimproverato per la sua assenza. Invece, l'insegnante lo accolse semplicemente e gli disse: «Sono contenta che tu sia tornato. Riprendiamo da dove avevi lasciato». Quella semplice accoglienza diede allo studente il coraggio di continuare e di non abbandonare i suoi studi.

Nel Vangelo di oggi, Gesù parla con lo stesso spirito di accoglienza e di rassicurazione. Egli dice: «Chi viene a me, io non lo respingerò». Queste parole rivelano il cuore di Dio—paziente, fedele e sempre pronto ad accogliere coloro che ritornano a Lui. Non importa quanto lontano qualcuno possa essersi allontanato, la porta della misericordia di Dio non è mai chiusa.

La prima lettura ci ricorda che anche in mezzo alla persecuzione, l'opera di Dio continua. I primi cristiani furono dispersi, eppure ovunque andavano portavano con sé la Buona Notizia. Ciò che sembrava una sconfitta divenne l'inizio di una vita nuova e di una nuova fede in molti luoghi.

Mentre ci raduniamo per celebrare questa Eucaristia, veniamo davanti al Signore con le nostre debolezze, le nostre fatiche e le nostre speranze. Nella sua misericordia Egli ci accoglie, ci rafforza e ci nutre con il Pane della Vita. Apriamo il nostro cuore alla sua grazia, confidando che Egli non respinge mai chiunque venga a Lui con fede.

### **ATTO PENITENZIALE**

Signore Gesù, tu ci chiami a te e non ci respingi mai.  
Signore, pietà.

Cristo Gesù, perdonaci quando ci allontaniamo da te e confidiamo nelle nostre forze invece che nella tua grazia.  
Cristo, pietà.

Signore Gesù, aiutaci a venire a te ogni giorno, confidando nella tua misericordia e seguendo il tuo cammino.  
Signore, pietà.

### **PREGHIERA DI ASSOLUZIONE**

Dio onnipotente,  
tu sei fedele e misericordioso, sempre pronto ad accoglierci di nuovo. Perdona i nostri peccati e le nostre mancanze, rafforza i nostri cuori con il tuo Spirito e rinnova in noi una fede salda,  
affinché possiamo venire a te con fiducia e camminare nelle tue vie, e conducici alla vita eterna. Amen.

### **COLLETTA**

O Dio, tu chiami tutti gli uomini alla pienezza della vita nel tuo Figlio. Concedi che non ci allontaniamo mai da Lui, ma confidiamo sempre nella sua misericordia, apriamo il nostro cuore al tuo Spirito e condividiamo con gli altri l'amore che riceviamo.

Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo, Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

## OMELIA

Un giovane mi raccontò una volta di quando aveva ferito profondamente i sentimenti di un amico. Per settimane lo evitò, pieno di vergogna e timoroso della sua reazione. Un giorno, inaspettatamente, l'amico gli si avvicinò con un sorriso e gli disse: «Ti perdono. Mi sei mancato». Quel semplice gesto di fedeltà e di apertura ristabilì completamente la loro amicizia. Gli ricordò che, per quanto possiamo allontanarci, alcuni legami non si spezzano mai se permettiamo che vengano guariti.

Nelle letture di oggi vediamo la stessa verità all'opera su una scala molto più grande. Nella prima lettura, Saulo—un uomo così zelante da lavorare per la distruzione totale della Chiesa nascente—diventerà l'apostolo Paolo, il più grande missionario della Chiesa primitiva. Come? Perché ha incontrato il Signore risorto. La sua storia ci dice qualcosa di straordinario: anche coloro che sembrano più lontani da Dio non sono mai fuori dalla portata del suo amore. La conversione di Paolo ci mostra che la fede trasforma e che il dono della vita eterna è offerto

liberamente a tutti coloro che vengono a Gesù, anche a quelli che un tempo gli si opponevano.

Il Vangelo rafforza questa bellissima verità. Gesù dice: «Chi viene a me, io non lo respingerò». La missione di Filippo in Samaria lo dimostra: persone che un tempo avevano rifiutato il messaggio di Gesù ora lo accolgono con gioia. La fedeltà di Dio non viene mai meno e l'offerta che Gesù fa di sé come pane di vita è costante. Possiamo allontanarci da Lui, possiamo inciampare o fallire, eppure Egli continua a invitarci a tornare, promettendo che chi crede non avrà più fame né sete spirituale.

Attraverso il battesimo e l'Eucaristia, sperimentiamo ogni giorno questa unione con Cristo. Come Paolo ha insegnato, il pane che spezziamo e il calice che benediciamo ci uniscono al corpo e al sangue di Cristo. La nostra comunione con Lui è un'anticipazione della vita eterna, una promessa che la morte non può annullare. E come i Samaritani che hanno aperto il loro cuore alla predicazione di Filippo, siamo chiamati a rispondere con

fede, accogliendo Gesù nella nostra vita con gratitudine e gioia.

Così, mentre viviamo la nostra giornata, ricordiamo: non importa il nostro passato, non importa quante volte ci siamo allontanati, il Signore non si allontana mai da noi. Egli è il pane della vita, l'amico fedele, il compagno sempre presente che ci chiama a tornare a casa.

Penso ancora a quel giovane e al suo amico. Come il perdono ha ristabilito la loro relazione, così la fedeltà di Gesù ristabilisce il nostro rapporto con Dio. Siamo invitati a continuare a venire a Lui, a continuare a credere e a sperimentare la gioia e la vita che Egli offre—per sempre.

### **INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Presentando questi doni, portiamo anche i nostri cuori, offrendo la nostra fiducia, le nostre speranze e il desiderio di essere uniti a Cristo.

E ora pregate, fratelli e sorelle, perché il mio sacrificio e il vostro siano graditi a Dio Padre onnipotente.

### **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

O Dio, accogli questi doni e trasformali nel Corpo e Sangue di Cristo, Pane della Vita, che ci guarisce e ci rafforza.

Questa Eucaristia approfondisca la nostra fede, ravvivi la nostra speranza e ispiri la nostra vita a riflettere la tua misericordia e il tuo amore.

Per Cristo nostro Signore, che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo, Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

### **PREFACIO**

È veramente cosa buona e giusta renderti grazie, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

Tu nutri il tuo popolo con il Pane della Vita, Gesù Cristo, tuo Figlio, che guarisce i nostri cuori, rafforza la nostra fede e rinnova la nostra speranza. Con la sua Parola e i Sacramenti, Egli porta riconciliazione, perdona i nostri peccati e trasforma la nostra vita, chiamandoci ad amarci e servirci gli uni gli altri.

Anche quando ci allontaniamo o veniamo meno, la tua misericordia non vacilla mai. In Cristo troviamo il coraggio di ritornare, la grazia di essere guariti e la forza di condividere il tuo amore. Egli nutre i nostri cuori e le nostre anime, risveglia la speranza negli stanchi e rafforza tutti coloro che ti cercano.

Con gli angeli e i santi, lodiamo il tuo nome e proclamiamo la tua gloria: Santo, Santo, Santo...

### **INVITO AL PADRE NOSTRO**

Preghiamo con fiducia il Padre nostro, che nutre, rafforza e rinnova i nostri cuori:

### **EMBOLISMO**

Liberaci, o Signore, da tutto ciò che ci separa da te e liberaci dalla paura, dal dubbio e dalla disperazione.

Il Pane della Vita rafforzi i nostri cuori, nutra le nostre anime e guidi i nostri passi, perché possiamo vivere con fedeltà, amare con generosità e confidare nella tua promessa di vita eterna.

### **PREGHIERA PER LA PACE**

Signore Gesù Cristo, tu rinnovi i nostri cuori e ci rafforzi con il Pane della Vita. Guarda la tua Chiesa e il mondo.

Dove i cuori sono feriti, porta guarigione;

dove sorgono dubbi, dona chiarezza;

dove le persone hanno fame di amore e di misericordia, dona nutrimento.

Fa' che la tua pace abiti nei nostri cuori,

guidi le nostre decisioni e ci renda strumenti del tuo amore.

Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

### **INVITO ALLA COMUNIONE**

Cristo offre se stesso, Pane della Vita,

per nutrire e sostenere i nostri cuori e le nostre anime.

Ecco l'Agnello di Dio,

ecco colui che toglie i peccati del mondo.

Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

## **MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE**

Il Pane della Vita ci rafforza e ci rinnova.

Lasciamo che la sua presenza guarisca i nostri cuori, rinnovi la nostra fede e ispiri gesti di amore, misericordia e generosità nella nostra vita quotidiana.

## **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

O Dio, in questa Eucaristia ci nutri con il Pane della Vita. Fa' che confidiamo sempre nella misericordia di Cristo, rimaniamo saldi nella fede e viviamo come testimoni del tuo amore e della tua grazia. Per Cristo nostro Signore. Amen.

## **BENEDEZIONE**

Dio, che nutre i nostri cuori con il Pane della Vita, vi colmi di fede, speranza e carità.

Gesù Cristo vi fortifichi in tutto ciò che fate e lo Spirito Santo guidi i vostri passi, perché la vostra vita rifletta la sua misericordia e compassione.

E la benedizione di Dio onnipotente,

Padre ✠ e Figlio ✠ e Spirito Santo, discenda su di voi e con voi rimanga sempre. Amen.

## **CONGEDO**

Andate in pace, confidando in Cristo, Pane della Vita, che vi rinnova, vi rafforza e vi guida.

## **PENSIERO DA PORTARE A CASA**

Gesù è il Pane della Vita, fedele anche quando vacilliamo.

Venite a Lui con fiducia, e il vostro cuore non avrà mai più fame né sete.

## **Giovedì della 3<sup>a</sup> Settimana di Pasqua**

*Atti 8,26–40; Giovanni 6,44–51*

### **INTRODUZIONE**

Una volta un insegnante notò uno studente seduto in silenzio in aula, che fissava un passaggio difficile di un libro. Dopo un po' di tempo, lo studente ammise: «Voglio capirlo, ma proprio non riesco a coglierne il senso».

L'insegnante si sedette accanto a lui e spiegò pazientemente il testo riga per riga. Improvvisamente il significato divenne chiaro, e il volto dello studente si illuminò di comprensione ed entusiasmo.

Qualcosa di simile accade nella prima lettura di oggi. Il funzionario etiope sta leggendo le Scritture ma non comprende ciò che legge. Dio manda Filippo a camminare accanto a lui, a spiegargli la Parola e a guidarlo alla fede e al battesimo. Ciò che era iniziato come una domanda diventa un momento di grazia e di trasformazione.

Nel Vangelo, Gesù ci ricorda che la fede stessa è un dono di Dio. «Nessuno può venire a me, se non lo attira il

Padre». Dio attira sempre le persone verso il suo Figlio—talvolta attraverso le Scritture, talvolta attraverso gli altri, e talvolta attraverso il silenzioso movimento dello Spirito Santo nei nostri cuori.

Mentre ci riuniamo per questa Eucaristia, ricordiamo che Dio continua a guidarci lungo il cammino della fede. Nella sua Parola e nel Pane della Vita, Egli ci nutre e ci attira sempre più vicino a sé. Apriamo i nostri cuori alla sua grazia e lasciamo che ci conduca più profondamente nella sua vita.

### **ATTO PENITENZIALE**

Signore Gesù, tu ci guidi anche quando siamo confusi o smarriti. Signore, pietà.

Cristo Gesù, perdonaci quando ignoriamo la tua guida e confidiamo solo nella nostra comprensione. Cristo, pietà.

Signore Gesù, aiutaci ad aprire il cuore alla chiamata del Padre e a seguirti fedelmente. Signore, pietà.

## **PREGHIERA DI ASSOLUZIONE**

Dio onnipotente, tu attiri tutti gli uomini al tuo Figlio e non cessi mai di guidarci.

Perdona i nostri dubbi, le nostre esitazioni e le nostre paure.

Rinnova i nostri cuori nella fede, colmaci del tuo Spirito e guidaci sulla via della verità, della misericordia e della vita eterna.

## **COLLETTA**

Signore Dio,

tu guidi il tuo popolo sul cammino della verità e della vita.

Concedi che, attenti alla tua Parola e guidati dal tuo Spirito,

possiamo rispondere con cuore aperto e fede generosa, accogliere il tuo Figlio nella nostra vita e crescere nella grazia del battesimo e dell'Eucaristia, affinché possiamo condividere il tuo amore con tutti.

Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo, Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

## **OMELIA**

Alcuni anni fa, un viaggiatore si trovava su un lungo viaggio in autobus attraverso un paese straniero. Aveva una mappa, alcune guide e un senso dell'orientamento, ma presto si rese conto che le strade erano confuse e che non capiva bene la lingua della gente del posto. Proprio quando cominciava a sentirsi smarrito e incerto, una persona del luogo si avvicinò, notò la sua difficoltà e gli offrì aiuto. Con quel sostegno, il viaggiatore trovò la strada, imparò cose nuove e alla fine raggiunse la sua destinazione con gioia e soddisfazione.

Le letture di oggi ci ricordano la stessa dinamica nel nostro cammino di fede. Nella prima lettura incontriamo un funzionario etiope che, tornando da Gerusalemme, legge le Scritture senza comprenderle pienamente. È un cercatore, affamato di significato, di verità. Filippo si affianca a lui, spinto dallo Spirito Santo, per spiegargli il passo che sta leggendo. Quel dialogo conduce al battesimo e a una vita nuova in Cristo. Questa storia ci mostra come i nostri incontri con Dio siano spesso mediati

attraverso gli altri. Come l'etiope aveva bisogno di Filippo, anche noi abbiamo bisogno di guide, maestri e compagni nel nostro cammino. E talvolta siamo chiamati a essere come Filippo, aiutando gli altri a compiere passi verso Cristo.

Il Vangelo di oggi completa splendidamente questo quadro. Gesù ci dice che «chiunque crede in me ha la vita eterna» e parla del pane che darà come sua carne per la vita del mondo. Qui Gesù introduce l'Eucaristia, la comunione suprema con Dio, ma ci mostra anche che la fede viene prima. Andiamo a Gesù attraverso la fede, attraverso la ricerca, prima di riceverlo sacramentalmente. La Parola di Dio nutre la nostra fede, il battesimo ci inserisce nella vita di Cristo, e l'Eucaristia ci sostiene lungo il cammino. Ogni passo si fonda sul precedente: parola, battesimo, Eucaristia—un cammino che ci conduce a una comunione sempre più profonda con Dio e tra di noi.

Notiamo anche il ruolo dello Spirito Santo in entrambe le letture. Lo Spirito spinge Filippo a incontrare l'etiope, muove l'etiope a cercare comprensione e guida

continuamente anche noi nella nostra vita. Tuttavia, come nella storia, contano anche la nostra disponibilità, le nostre domande e la nostra risposta. La fede è insieme dono e scelta—una collaborazione tra l'iniziativa di Dio e la nostra apertura.

La promessa di Gesù della vita eterna non è solo qualcosa da attendere dopo la morte; è una realtà che comincia qui e ora, nel nostro incontro con Lui. Ogni volta che ascoltiamo la Parola di Dio, riceviamo il battesimo o partecipiamo all'Eucaristia, il cielo tocca la terra e gustiamo la vita che non finisce. Fede, comprensione e comunione sacramentale operano insieme per attirarci sempre più vicino al Signore.

Concludo con un'altra storia. Una giovane donna si trovò un giorno a leggere un passo difficile della Bibbia, confusa e in ricerca. Pregò, e un'amica si offrì di leggere con lei, spiegandole ciò che non capiva. Mentre leggevano insieme, la fede cresceva, le domande trovavano risposta, e un desiderio di comunione più profonda la condusse ai sacramenti e a un incontro gioioso con Cristo. Come lei,

anche noi siamo invitati a essere cercatori, discepoli, destinatari e testimoni della fede. Dio ci incontra lungo la strada, nella Parola, nel battesimo e nell'Eucaristia, attirandoci sempre più vicino a sé, passo dopo passo, nella gioia e nella vita eterna.

### **INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Mentre portiamo all'altare il pane e il vino, offriamo anche i nostri cuori, la nostra disponibilità a lasciarci guidare da Cristo e il nostro desiderio di crescere nella fede, e preghiamo, fratelli e sorelle, perché il mio sacrificio e il vostro sia gradito a Dio, Padre onnipotente.

### **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Signore Dio, accogli questi doni e trasformali nel Corpo e Sangue di Cristo, il Pane della Vita che ci nutre e ci guida. Questa Eucaristia rafforzi la nostra fede, illumini la nostra comprensione e ispiri i nostri cuori a seguire la tua volontà. Ricevendo questo Pane santo, il tuo Spirito ci conduca sempre più vicino al tuo Figlio, perché la nostra vita renda testimonianza al tuo amore e alla tua misericordia. Per Cristo nostro Signore. Amen.

### **PREFACIO**

È veramente cosa buona e giusta renderti grazie, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

Tu guidi il tuo popolo con sapienza, attirando tutti i cuori al tuo Figlio, Gesù Cristo, Pane della Vita. Per mezzo di Lui, la tua Parola diventa chiara, il tuo amore si rivela e il tuo Spirito ci conduce verso la verità e la vita. Egli ci chiama quando siamo smarriti, dona la vista ai ciechi e sostiene chi è stanco.

Per mezzo di Cristo siamo attratti nella comunione con te, nutriti con il pane del cielo e resi capaci di condividere la tua misericordia con gli altri. Egli rivela il mistero del tuo amore, ci insegna le vie della fede e del servizio e trasforma i momenti ordinari in incontri con te.

Con gli angeli e i santi cantiamo la tua gloria e proclamiamo il tuo nome santo:

Santo, Santo, Santo...

### **INVITO AL PADRE NOSTRO**

Con fiducia preghiamo il Padre nostro, che ci guida e nutre i nostri cuori:

## **EMBOLISMO**

Liberaci, o Signore, da tutto ciò che ci allontana da te e liberaci dal dubbio, dalla paura e dalla confusione.

Il Pane della Vita guidi i nostri cuori e rafforzi la nostra fede, nutra le nostre anime e ci conduca sul tuo cammino, perché possiamo camminare con fiducia nella tua verità e vivere secondo la tua volontà, ora e sempre.

## **PREGHIERA PER LA PACE**

Signore Gesù Cristo, tu chiami tutti alla vita e alla fede, guidandoci con il tuo Spirito e nutrendoci con il Pane della Vita. Guarda la tua Chiesa e il mondo.

Dove i cuori sono smarriti, dona chiarezza; dove sorgono dubbi e paure, dona fiducia; dove il tuo amore è necessario, rafforza la nostra risposta. La tua pace abiti in noi, custodisca i nostri cuori e ci renda capaci di camminare nella tua verità e di condividere con tutti il tuo amore che dona vita. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

Amen.

## **INVITO ALLA COMUNIONE**

Cristo offre se stesso, il Pane della Vita, per nutrire la nostra fede, rafforzare la nostra speranza e guidare i nostri cuori. Ecco l'Agnello di Dio, ecco colui che toglie i peccati del mondo.

Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

## **MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE**

Il Pane della Vita ci rafforza, ci nutre e ci guida.

Lasciamo che la presenza di Cristo approfondisca la nostra fede, rinnovi la nostra speranza e ci renda capaci di vivere come testimoni della sua misericordia e del suo amore.

## **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

Signore Dio, attraverso questa Eucaristia ci nutri con il Pane della Vita. Fa' che rimaniamo attenti al tuo Spirito, cresciamo nella fede e nell'amore e camminiamo ogni giorno nella luce della tua misericordia. Per Cristo nostro Signore. Amen.

## **BENEDEZIONE**

Dio, che ci nutre e ci guida con il Pane della Vita, vi colmi di fede, speranza e carità.

Gesù Cristo vi fortifichi in ogni vostra opera,  
e lo Spirito Santo guidi i vostri passi, perché la vostra vita diventi riflesso della sua misericordia e della sua grazia.  
E la benedizione di Dio onnipotente,  
Padre ✠ e Figlio ✠ e Spirito Santo, discenda su di voi e con voi rimanga sempre. Amen.

## **CONGEDO**

Andate in pace,  
confidando in Cristo, Pane della Vita, che vi nutre, vi guida e vi fortifica.

## **PENSIERO DA PORTARE A CASA**

Gesù è il Pane della Vita,  
che ci guida anche quando il cammino sembra incerto.  
Seguitelo con fede, e il vostro cammino sarà colmo di luce e di speranza.

## **Venerdì della 3ª Settimana di Pasqua**

*Atti 9,1-20; Giovanni 6,52-59*

## **INTRODUZIONE**

Una volta un'insegnante chiese ai suoi studenti che cosa potesse cambiare completamente la vita di una persona. Alcuni dissero il successo, altri dissero la sofferenza, e alcuni dissero l'amore. Dopo averli ascoltati tutti, l'insegnante disse: "Spesso è un incontro con qualcuno che apre i nostri occhi e ci aiuta a vedere la verità in modo diverso." Quel momento di incontro può reindirizzare tutta la vita di una persona.

La prima lettura di oggi ci racconta proprio di un incontro di questo tipo. Saulo era in cammino verso Damasco, deciso a perseguire i seguaci di Gesù. Ma su quella strada incontrò il Signore risorto, e quell'incontro cambiò tutto. Il persecutore divenne credente, e il nemico della Chiesa divenne uno dei suoi più grandi missionari.

Nel Vangelo, Gesù parla di un altro incontro profondo: la nostra comunione con Lui attraverso il Pane della Vita. Ci

dice che chi mangia la sua carne e beve il suo sangue ha la vita eterna. Attraverso questa profonda unione con Cristo, anche le nostre vite vengono trasformate dall'interno.

Mentre ci raduniamo per celebrare questa Eucaristia, veniamo cercando proprio questo incontro che trasforma. Possano i nostri cuori essere aperti alla sua presenza, perché, nutriti dal Pane della Vita, possiamo crescere nella fede e condividere il suo amore con gli altri.

### **ATTO PENITENZIALE**

Signore Gesù, tu ci chiami alla comunione e trasformi la nostra vita. Signore, pietà.

Cristo Gesù, perdonaci quando resistiamo alla tua grazia e cerchiamo di affidarci alle nostre sole forze. Cristo, pietà.

Signore Gesù, aiutaci a confidare nella tua guida, a partecipare alla tua vita e a seguirti con fedeltà. Signore, pietà.

### **PREGHIERA DI ASSOLUZIONE**

Dio onnipotente, il tuo amore ci trasforma e la tua misericordia ci rinnova. Perdona i nostri peccati e le nostre mancanze,  
rafforza i nostri cuori con il tuo Spirito  
e guidaci alla vita eterna. Amen.

### **COLLETTA**

Signore Dio, tu ci nutri con il tuo Figlio, Pane della Vita, e ci attiri nella comunione con Te.

Concedi che, rafforzati da questa Eucaristia, possiamo seguire Cristo con coraggio, condividere il suo amore con gli altri ed essere trasformati nel cuore, affinché la nostra vita rifletta la tua misericordia e bontà. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo, Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

## OMELIA

Alcuni anni fa, un uomo che conosco stava viaggiando su una strada molto trafficata quando la sua auto si fermò improvvisamente. Era lontano da ogni aiuto e non sapeva cosa fare. Poi uno sconosciuto si fermò, gli offrì il suo aiuto e lo aiutò a ripartire in sicurezza. Quel semplice gesto di aiuto cambiò completamente il viaggio di quell'uomo in quel giorno—e non dimenticò mai la generosità e la cura che gli erano state mostrate.

In un certo senso, le letture di oggi ci invitano a vedere la nostra vita come un cammino nel quale anche noi dipendiamo dall'aiuto degli altri—e, in ultima analisi, dal Signore. Nella prima lettura, Saulo, poi Paolo, era in viaggio verso Damasco, convinto di difendere la volontà di Dio perseguitando i seguaci di Gesù. Ma improvvisamente il Signore risorto gli apparve, e tutto cambiò. Da persecutore violento, divenne un appassionato annunciatore del Vangelo. In un attimo, lo zelo di Paolo fu trasformato dall'amore; le sue energie e i suoi doni furono orientati all'annuncio di Cristo al mondo. Come l'uomo

sulla strada, egli comprese di non poter andare avanti da solo—dipendeva dal Signore e dal sostegno degli altri, come Anania, per iniziare la sua missione.

Nel Vangelo, ascoltiamo un linguaggio altrettanto sconvolgente: Gesù parla di darci la sua carne da mangiare e il suo sangue da bere. Per i suoi ascoltatori, suonava scandaloso. Per noi, è familiare come Eucaristia. Tuttavia il messaggio è chiaro: Gesù ci invita a una comunione intima con Lui, una comunione che dona la vita. Così come l'incontro di Paolo con Cristo lo trasformò radicalmente, anche la nostra comunione con Gesù nell'Eucaristia ci trasforma. Siamo attirati nella sua vita, ed Egli vive in noi, dandoci la forza di andare e condividere questo amore con il mondo.

Questa vita eucaristica non riguarda solo il ricevere—riguarda l'essere inviati. La missione di Paolo ci ricorda che l'amore di Cristo ci spinge. Come lui fu trasformato e inviato ad annunciare il Vangelo, così anche noi siamo rafforzati dall'Eucaristia per vivere l'amore di Cristo nelle nostre famiglie, nei luoghi di lavoro e nelle comunità.

L'Eucaristia ci rende sempre più pienamente il Corpo di Cristo nel mondo, plasmando le nostre parole, azioni e relazioni.

E proprio come Paolo ebbe bisogno di affidarsi agli altri a Damasco, ci viene ricordato che la nostra comunione con Gesù ci chiama anche all'umiltà. Non possiamo vivere questa vita in isolamento; abbiamo bisogno del sostegno, delle preghiere e dell'incoraggiamento dei nostri fratelli e sorelle nella fede. Attingendo la vita da Cristo, siamo resi capaci di dividerla con gli altri, di donare ciò che abbiamo ricevuto, proprio come fece Suor Gonzaga per i giovani che amava tanto.

Così oggi, mentre ci accostiamo all'Eucaristia, facciamo come mendicanti che si avvicinano a un Signore generoso—affamati di vita, desiderosi di essere trasformati, pronti ad essere inviati. Permettiamo a Cristo di vivere in noi, di guidarci e di renderci capaci di estendere il suo amore a tutti coloro che ci circondano.

E come quello sconosciuto che aiutò l'uomo sulla strada, siamo anche noi mani e cuore di Cristo nel mondo—pronti a sollevare gli altri, guidarli e aiutarli a incontrare l'amore vivificante di Dio. Amen.

### **INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Mentre portiamo all'altare questi doni, offriamo anche i nostri cuori, i nostri desideri e la nostra vita, affinché Cristo ci trasformi e ci invii a condividere il suo amore.

Pregate, fratelli e sorelle, perché il mio sacrificio e il vostro siano graditi a Dio, Padre onnipotente.

### **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Signore Dio, accogli questi doni e trasformali nel Corpo e nel Sangue di Cristo, Pane della Vita che ci nutre e ci rafforza. Questa Eucaristia ispiri i nostri cuori, rinnovi la nostra fede e ci renda capaci di vivere nell'amore, nella misericordia e nel servizio.

Per Cristo nostro Signore, che vive e regna con Te nell'unità dello Spirito Santo,  
Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

## **PREFACIO**

È veramente cosa buona e giusta renderti grazie,  
Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.  
Tu nutri il tuo popolo con il Pane della Vita, il tuo Figlio  
Gesù Cristo, che trasforma i nostri cuori, rafforza la nostra  
fede e rinnova la nostra speranza. Per mezzo di Lui, il tuo  
amore ci raggiunge anche quando siamo smarriti, stanchi  
o dubbiosi. Egli ci attira in una comunione intima con Te,  
nutre le nostre anime e ci rende capaci di condividere la  
tua misericordia con gli altri. Per mezzo di Cristo,  
sperimentiamo il mistero del tuo amore, riceviamo la forza  
di vivere con fedeltà e testimoniamo la tua bontà al mondo.  
In Lui, l'ordinario diventa straordinario, la nostra debolezza  
diventa forza e la nostra vita porta frutti di grazia e di  
amore.

Con gli angeli e i santi, glorifichiamo il tuo nome e  
proclamiamo la tua santità: Santo, Santo, Santo...

## **INVITO AL PADRE NOSTRO**

Preghiamo con fiducia il Padre nostro,  
che ci nutre, ci rinnova e ci rafforza:

## **EMBOLISMO**

Liberaci, o Signore, da tutto ciò che ci separa da te  
e liberaci dall'orgoglio, dalla paura e dal dubbio.  
Il Pane della Vita rafforzi i nostri cuori e nutra le nostre  
anime, ci guidi sul tuo cammino,  
affinché possiamo vivere nella fede, nella speranza e nella  
carità e testimoniare la tua misericordia e bontà nella  
nostra vita quotidiana.

## **PREGHIERA PER LA PACE**

Signore Gesù Cristo, tu ci nutri e ci rafforzi con il tuo Corpo  
e il tuo Sangue. Guarda la tua Chiesa e il mondo. Dove i  
cuori sono stanchi, porta rinnovamento;  
dove le persone lottano, dona speranza;  
dove c'è bisogno di amore, rendici capaci di donare con  
generosità.

La tua pace abiti nei nostri cuori, guidi i nostri passi  
e ci ispiri a vivere come testimoni della tua misericordia e  
del tuo amore che dona la vita. Tu che vivi e regni nei  
secoli dei secoli.

Amen.

## **INVITO ALLA COMUNIONE**

Cristo offre se stesso, il Pane della Vita,  
per nutrire i nostri cuori, rafforzare la nostra fede e guidare  
i nostri passi.

Ecco l'Agnello di Dio,  
ecco colui che toglie i peccati del mondo.  
Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

## **MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE**

Il Corpo e il Sangue di Cristo ci trasformano.  
Lasciamo che la sua presenza ci guidi, ci rafforzi e ci ispiri  
a vivere nella fede, nell'amore e nel servizio agli altri.

## **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

Signore Dio, attraverso questa Eucaristia ci nutri con il  
Pane della Vita.  
Fa' che rimaniamo fedeli a Cristo, rafforzati nella speranza  
e resi capaci di condividere il tuo amore nelle nostre  
famiglie, nelle comunità e nel mondo. Per Cristo nostro  
Signore.  
Amen.

## **BENEDEZIONE**

Dio, che ci nutre con il Pane della Vita,  
vi colmi di fede, speranza e carità.  
Gesù Cristo rafforzi i vostri cuori e guidi i vostri passi,  
e lo Spirito Santo vi renda capaci di vivere come testimoni  
della sua misericordia e della sua grazia.  
E la benedizione di Dio onnipotente,  
Padre ✠ e Figlio ✠ e Spirito Santo,  
discenda su di voi e con voi rimanga sempre. Amen.

## **CONGEDO**

Andate in pace,  
confidando in Cristo, Pane della Vita, che vi nutre, vi guida  
e vi rafforza.

## **PENSIERO DA PORTARE A CASA**

Gesù è il Pane della Vita,  
che trasforma anche il più debole, il più piccolo o il più  
incerto tra noi.  
Offrigli il tuo cuore, ed Egli ti rafforzerà, ti guiderà e ti  
invierà a servire.

## **Sabato della 3<sup>a</sup> settimana di Pasqua**

*Atti 9,31-42; Gv 6,60-69*

### **INTRODUZIONE**

Un alpinista una volta ha descritto quanto possa essere difficile l'ultimo tratto di una scalata. L'aria diventa più rarefatta, il sentiero più ripido, e molti scalatori sono tentati di tornare indietro prima di raggiungere la vetta. Eppure, coloro che perseverano spesso dicono che la vista dalla cima rende ogni passo degno dello sforzo. Ciò che all'inizio sembrava troppo difficile diventa un momento di grande ricompensa.

Nel Vangelo di oggi, molti dei discepoli di Gesù affrontano un momento simile di decisione. Dopo aver ascoltato il suo insegnamento sul Pane della Vita, alcuni trovano le sue parole troppo difficili da accettare e se ne vanno. Gesù non li costringe a restare. Piuttosto, si rivolge ai Dodici e chiede: «Volete andarvene anche voi?». È un momento che rivela la natura personale della fede: ciascuno deve decidere se rimanere con Lui.

Pietro risponde con parole che risuonano attraverso i secoli: «Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna». La sua risposta ci ricorda che la fede non è sempre facile, ma è sempre fonte di vita.

Mentre ci riuniamo per questa Eucaristia, rinnoviamo la nostra decisione di rimanere con Cristo. Nutriti dalla sua Parola e rafforzati dal Pane della Vita, possiamo continuare a seguirlo con fiducia e perseveranza.

### **ATTO PENITENZIALE**

Signore Gesù, tu ci chiami a seguirti, anche quando il cammino è impegnativo. Signore, pietà.

Cristo Gesù, perdonaci quando ci allontaniamo dal tuo insegnamento o non confidiamo nella tua Parola che dona la vita. Cristo, pietà.

Signore Gesù, aiutaci a rimanere fedeli, a confrontarci con la tua verità e a vivere secondo la tua volontà. Signore, pietà.

## **PREGHIERA DI ASSOLUZIONE**

Dio onnipotente,  
tu ci chiami a seguire il tuo Figlio e a camminare nella sua verità che dona la vita. Perdona i nostri dubbi, la nostra debolezza e le nostre esitazioni. Rafforza i nostri cuori con il tuo Spirito,  
perché possiamo scegliere fedelmente di rimanere con Cristo e vivere nella sua luce e nel suo amore.  
Conducici un giorno alla vita eterna. Amen.

## **COLLETTA**

O Dio, tu ci chiami a rimanere fedeli al tuo Figlio e al suo insegnamento.

Concedi che, rafforzati dal tuo Spirito,  
possiamo accogliere la verità della Parola di Cristo,  
rimanere saldi nella fede  
e permettere all'Eucaristia di nutrirci e guidarci in ogni momento della nostra vita.

Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio,  
che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo,  
Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

## **OMELIA**

Alcuni anni fa, una giovane insegnante mi raccontò del giorno in cui introdusse un argomento impegnativo nella sua classe. Quasi subito, alcuni studenti si lamentarono: «È troppo difficile! Non capiamo!». Alcuni addirittura uscirono dall'aula per la frustrazione. Eppure, altri rimasero, determinati a comprendere, facendo domande e confrontandosi con le idee finché non divennero chiare. Quell'esperienza le rimase nel cuore: la verità spesso ci mette alla prova, e non tutti sono disposti a restare. Nel Vangelo di oggi vediamo una scena simile. Molti dei discepoli di Gesù ascoltano il suo insegnamento sul mangiare la sua carne e bere il suo sangue e dichiarano: «Questo linguaggio è duro». Non riescono ad accettare ciò che Gesù offre e se ne vanno. Gesù non li rincorre né attenua le sue parole; rimane fedele al disegno di Dio e alla vita che offre. Poi si rivolge ai Dodici e pone una domanda diretta: «Volete andarvene anche voi?». Qui vediamo la natura personale della fede. Seguire Gesù non è automatico, nemmeno per coloro che sono stati con

Lui per un certo tempo. La fede è un dono, sì, ma richiede anche una decisione consapevole, rinnovata ogni giorno. Come gli studenti che rimasero in aula, ciascuno di noi è invitato a confrontarsi con gli insegnamenti esigenti ma vivificanti di Gesù e a fare una scelta personale di rimanere con Lui.

La risposta di Pietro esprime il cuore di questa decisione: «Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna». Scegliendo di rimanere con Cristo, Pietro — e noi in lui — riconosciamo che non c'è vera vita lontano da Gesù. Questa decisione non è soltanto un momento unico. Ogni volta che ci riuniamo per l'Eucaristia, rinnoviamo questa scelta, riaffermando che vogliamo attingere vita dal Pane della Vita. L'Eucaristia è sia la fonte di questa vita sia la forza per viverla. E come Gesù chiama ciascuno dei Dodici a una decisione personale, così chiama anche ciascuno di noi, oggi, a dirgli sì, a lasciare che le sue parole plasmino le nostre azioni, le nostre scelte e le nostre relazioni.

Così, mentre usciamo oggi, riflettiamo su quella classe. Saremo come quelli che se ne sono andati alla prima

difficoltà, oppure come quelli che sono rimasti, decisi a confrontarsi con la verità, ad accoglierla e a lasciarla plasmare la loro vita? Facciamo nostre le parole di Pietro nel cuore e nella vita: «Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna». Amen.

### **INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Presentando il pane e il vino, offriamo anche i nostri cuori, il nostro impegno verso Cristo e il nostro desiderio di crescere nella fede.

Pregate, fratelli e sorelle, perché il mio sacrificio e il vostro sia gradito a Dio, Padre onnipotente.

### **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

O Dio, accogli questi doni e trasformali nel Corpo e Sangue di Cristo, il Pane della Vita che ci rafforza e ci guida. Questa Eucaristia approfondisca la nostra fede, fortifichi la nostra volontà e ci ispiri a seguire Cristo fedelmente, anche quando il suo cammino è esigente. Egli vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo, Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

## **PREFACIO**

È veramente cosa buona e giusta renderti grazie, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

Tu nutri il tuo popolo con il tuo Figlio, Gesù Cristo, Pane della Vita, che ci chiama a rimanere con Lui, ci insegna la verità e rafforza i nostri cuori.

Anche quando la tua Parola ci mette alla prova o sembra difficile da comprendere, Cristo rimane fedele e ci invita a sceglierlo ogni giorno.

Con la sua vita, morte e risurrezione, egli nutre le nostre anime, ridona speranza e ci rende capaci di vivere nella fedeltà.

Nell'Eucaristia ci sostiene, trasforma la nostra debolezza in forza e ci rende capaci di seguire il suo insegnamento, testimoniando la tua misericordia e il tuo amore.

Con gli angeli e i santi proclamiamo la tua gloria e cantiamo la tua santità: Santo, Santo, Santo...

## **INVITO AL PADRE NOSTRO**

Obbedienti alla parola del Salvatore e formati al suo divino insegnamento, osiamo dire:

## **EMBOLISMO**

Liberaci, o Signore, da tutto ciò che ci porta ad allontanarci dalla tua verità, e liberaci dal dubbio, dalla paura e dalla confusione.

Il Pane della Vita rafforzi i nostri cuori e nutra le nostre anime, ci guidi fedelmente sulla tua via e ci renda capaci di vivere secondo la tua Parola, perché la nostra vita sia testimonianza della tua misericordia, verità e amore.

## **PREGHIERA PER LA PACE**

Signore Gesù Cristo, tu ci chiami a rimanere fedeli e ci nutri con il tuo Corpo e il tuo Sangue. Guarda alla tua Chiesa e al mondo. Dove i cuori vacillano, dona coraggio; dove le persone sono confuse, dona chiarezza; dove la tua Parola è rifiutata, rafforza la fede e la perseveranza.

La tua pace dimori in noi, custodisca i nostri cuori e ci renda capaci di vivere fedelmente, seguendo il tuo insegnamento e condividendo il tuo amore con tutti. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

## **INVITO ALLA COMUNIONE**

Cristo si offre a noi come Pane della Vita, per nutrire la nostra fede, rafforzare i nostri cuori e guidare i nostri passi.

Ecco l'Agnello di Dio,  
ecco colui che toglie i peccati del mondo.

Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

## **MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE**

Il Pane della Vita ci rafforza, ci nutre e ci guida.

Lasciamo che la presenza di Cristo approfondisca la nostra fede, rinnovi il nostro coraggio e ci ispiri a rimanere testimoni fedeli del suo amore.

## **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

O Dio,

in questa Eucaristia ci nutri con il Pane della Vita.

Fa' che rimaniamo fedeli a Cristo, rafforzati nella speranza e resi capaci di vivere secondo il suo insegnamento, perché la nostra vita porti frutto nell'amore e nel servizio.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

## **BENEDEZIONE**

Dio, che ci nutre e ci rafforza con il Pane della Vita, vi colmi di fede, speranza e carità.

Gesù Cristo guidi i vostri passi, rafforzi i vostri propositi e lo Spirito Santo vi renda capaci di vivere fedelmente nella sua misericordia e grazia.

E la benedizione di Dio onnipotente,

Padre ✠ e Figlio ✠ e Spirito Santo, discenda su di voi e con voi rimanga sempre. Amen.

## **CONGEDO**

Andate in pace,

confidando in Cristo, Pane della Vita, che vi nutre, vi rafforza e vi guida.

## **PENSIERO DA PORTARE A CASA**

La fede richiede una scelta e un impegno quotidiani.

Rimanete con Cristo, lasciate che la sua Parola plasmi la vostra vita e attingete forza dal Pane della Vita in ogni momento.