

Adorazione Eucaristica
XVII Domenica B

«Mio Dio! Io credo, adoro, spero e Vi amo! Vi domando perdono per quelli che non credono, non adorano, non sperano e non Vi amano» (Fatima, primavera 1916).

«Santissima Trinità, Padre, Figlio e Spirito Santo, Vi adoro profondamente e Vi offro il preziosissimo corpo, sangue, anima e divinità di Gesù Cristo, presente in tutti i tabernacoli della terra, in riparazione degli oltraggi, sacrilegi e indifferenze con cui Egli stesso è offeso. E, per i meriti infiniti del suo santissimo Cuore e del Cuore Immacolato di Maria, Vi chiedo la conversione dei poveri peccatori» (Fatima, autunno 1916).

Vieni, o Spirito Creatore, visita le nostre menti, riempi della tua grazia i cuori che hai creato. O dolce consolatore, dono del Padre altissimo, acqua viva, fuoco, amore, santo crisma dell'anima. Dito della mano di Dio, promesso dal Salvatore, irradia i tuoi sette doni, suscita in noi la parola. Sii luce all'intelletto, fiamma ardente del cuore, sana le nostre ferite col balsamo del tuo amore. Difendici dal nemico, reca in dono la pace, la tua guida invincibile ci preservi dal male. Luce d'eterna sapienza, svelaci il grande mistero di Dio Padre e del Figlio uniti in un solo Amore. Amen.

O Dio, nostra forza e nostra speranza, senza di te nulla esiste di valido e di santo; effondi su di noi la tua misericordia perché, da te sorretti e guidati, usiamo saggiamente dei beni terreni nella continua ricerca dei beni eterni.

O Padre, che nella Pasqua domenicale ci chiami a condividere il pane vivo disceso dal cielo, aiutaci a spezzare nella carità di Cristo anche il pane terreno, perché sia saziata ogni fame del corpo e dello spirito.

Canto al Vangelo (*Lc 7,16*)

Un grande profeta è sorto tra noi, e Dio ha visitato il suo popolo.

Vangelo (*Gv 6,1-15*)

In quel tempo, Gesù passò all'altra riva del mare di Galilea, cioè di Tiberiade, e lo seguiva una grande folla, perché vedeva i segni che compiva sugli infermi. Gesù salì sul monte e là si pose a sedere con i suoi discepoli. Era vicina la Pasqua, la festa dei Giudei. Allora Gesù, alzati gli occhi, vide che una grande folla veniva da lui e disse a Filippo: «Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?».

Diceva così per metterlo alla prova; egli infatti sapeva quello che stava per compiere. Gli rispose Filippo: «Duecento denari di pane non sono sufficienti neppure perché ognuno possa riceverne un pezzo». Gli disse allora uno dei suoi discepoli, Andrea, fratello di Simon Pietro: «C'è qui un ragazzo che ha cinque pani d'orzo e due pesci; ma che cos'è questo per tanta gente?». Rispose Gesù: «Fateli sedere». C'era molta erba in quel luogo. Si misero dunque a sedere ed erano circa cinquemila uomini. Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti, e lo stesso fece dei pesci, quanto ne volevano. E quando furono saziati, disse ai suoi discepoli: «Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto». Li raccolsero e riempirono dodici canestri con i pezzi dei cinque pani d'orzo, avanzati a coloro che avevano mangiato. Allora la gente, visto il segno che egli aveva compiuto, diceva: «Questi è davvero il profeta, colui che viene nel mondo!». Ma Gesù, sapendo che venivano a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sul monte, lui da solo.

Pausa di silenzio canto

1L. «Nell'odierna domenica abbiamo iniziato la lettura del capitolo 6° del Vangelo di Giovanni. Il capitolo si apre con la scena della moltiplicazione dei pani, che poi Gesù commenta nella sinagoga di Cafarnaon, indicando in Se stesso il "pane" che dona la vita. Le azioni compiute da Gesù sono parallele a quelle dell'Ultima Cena: "Prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti" - così dice il Vangelo (Gv 6,11). L'insistenza sul tema del "pane", che viene condiviso, e sul rendere grazie (v.11, in greco *eucharistesas*), richiamano l'Eucaristia, il Sacrificio di Cristo per la salvezza del mondo.

L'Evangelista osserva che la Pasqua, la festa, era ormai vicina (cfr v. 4). Lo sguardo si orienta verso la Croce, il dono di amore, e verso l'Eucaristia, il perpetuarsi di questo dono: Cristo si fa pane di vita per gli uomini. Sant'Agostino commenta così: "Chi, se non Cristo, è il pane del cielo? Ma perché l'uomo potesse mangiare il pane degli angeli, il Signore degli angeli si è fatto uomo. Se tale non si fosse fatto, non avremmo il suo corpo; non avendo il corpo proprio di lui, non mangeremmo il pane dell'altare" (*Sermone* 130,2). L'Eucaristia è il permanente grande incontro dell'uomo con Dio, in cui il Signore si fa nostro cibo, dà Se stesso per trasformarci in Lui stesso.

Nella scena della moltiplicazione, viene segnalata anche la presenza di un ragazzo, che, di fronte alla difficoltà di sfamare tanta gente, mette in comune quel poco che ha: cinque pani e due pesci (cfr Gv 6,8). Il miracolo non si produce da niente, ma da una prima modesta condivisione di ciò che un semplice ragazzo aveva con sé. Gesù non ci chiede quello che non abbiamo, ma ci fa vedere che se ciascuno offre quel poco

che ha, può compiersi sempre di nuovo il miracolo: Dio è capace di moltiplicare il nostro piccolo gesto di amore e renderci partecipi del suo dono. La folla è colpita dal prodigio: vede in Gesù il nuovo Mosè, degno del potere, e nella nuova manna, il futuro assicurato, ma si ferma all'elemento materiale, che hanno mangiato, e il Signore, “sapendo che venivano a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sul monte, lui da solo” (Gv 6,15). Gesù non è un re terreno che esercita il dominio, ma un re che serve, che si china sull'uomo per saziare non solo la fame materiale, ma soprattutto la fame più profonda, la fame di orientamento, di senso, di verità, la fame di Dio.

Cari fratelli e sorelle, chiediamo al Signore di farci riscoprire l'importanza di nutrirci non solo di pane, ma di verità, di amore, di Cristo, del corpo di Cristo, partecipando fedelmente e con grande consapevolezza all'Eucaristia, per essere sempre più intimamente uniti a Lui. Infatti “non è l'alimento eucaristico che si trasforma in noi, ma siamo noi che veniamo da esso misteriosamente cambiati. Cristo ci nutre unendoci a sé; ci attira dentro di sé” (Esort. Apost. *Sacramentum caritatis*, 70). Allo stesso tempo, vogliamo pregare perché non manchi mai a nessuno il pane necessario per una vita dignitosa, e siano abbattute le disuguaglianze non con le armi della violenza, ma con la condivisione e l'amore. Ci affidiamo alla Vergine Maria, mentre invociamo su di noi e sui nostri cari la sua materna intercessione» (BENEDETTO XVI, *Angelus*, 29-7-2012).

Pausa di silenzio canto

2L. «Il Vangelo di oggi (cfr Gv 6,1-15) presenta il racconto della moltiplicazione dei pani e dei pesci. Vedendo la grande folla che lo aveva seguito nei pressi del lago di Tiberiade, Gesù si rivolge all'apostolo Filippo e domanda: «Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?» (v. 5). I pochi denari che Gesù e gli apostoli possiedono, infatti, non bastano per sfamare quella moltitudine. Ed ecco che Andrea, un altro dei Dodici, conduce da Gesù un ragazzo che mette a disposizione tutto quello che ha: cinque pani e due pesci; ma certo – dice Andrea – sono niente per quella folla (cfr v. 9) Bravo questo ragazzo! Coraggioso. Anche lui vedeva la folla, e vedeva i suoi cinque pani. Dice: “Io ho questo: se serve, sono a disposizione”. Questo ragazzo ci fa pensare... Quel coraggio... I giovani sono così, hanno coraggio. Dobbiamo aiutarli a portare avanti questo coraggio. Eppure Gesù ordina ai discepoli di far sedere la gente, poi prende quei pani e quei pesci, rende grazie al Padre e li distribuisce (cfr v. 11), e tutti possono avere cibo a sazietà. Tutti hanno mangiato quello che volevano.

Con questa pagina evangelica, la liturgia ci induce a non distogliere lo sguardo da quel Gesù che domenica scorsa, nel Vangelo di Marco, vedendo «una grande folla, ebbe compassione di loro» (6,34). Anche quel ragazzo dei cinque pani ha capito questa compassione, e dice: “Povera gente! Io ho questo...”. La compassione lo ha portato a offrire quello che aveva. Oggi infatti Giovanni ci mostra nuovamente Gesù attento ai bisogni primari delle persone. L’episodio scaturisce da un fatto concreto: la gente ha fame e Gesù coinvolge i suoi discepoli perché questa fame venga saziata. Questo è il fatto concreto. Alle folle, Gesù non si è limitato a donare questo – ha offerto la sua Parola, la sua consolazione, la sua salvezza, infine la sua vita –, ma certamente ha fatto anche questo: ha avuto cura del cibo per il corpo. E noi, suoi discepoli, non possiamo far finta di niente. Soltanto ascoltando le più semplici richieste della gente e ponendosi accanto alle loro concrete situazioni esistenziali si potrà essere ascoltati quando si parla di valori superiori.

L’amore di Dio per l’umanità affamata di pane, di libertà, di giustizia, di pace, e soprattutto della sua grazia divina, non viene mai meno. Gesù continua anche oggi a sfamare, a rendersi presenza viva e consolante, e lo fa attraverso di noi. Pertanto, il Vangelo ci invita ad essere disponibili e operosi, come quel ragazzo che si accorge di avere cinque pani e dice: “Io dò questo, poi tu vedrai...”. Di fronte al grido di fame – ogni sorta di “fame” – di tanti fratelli e sorelle in ogni parte del mondo, non possiamo restare spettatori distaccati e tranquilli. L’annuncio di Cristo, pane di vita eterna, richiede un generoso impegno di solidarietà per i poveri, i deboli, gli ultimi, gli indifesi. Questa azione di prossimità e di carità è la migliore verifica della qualità della nostra fede, tanto a livello personale, quanto a livello comunitario.

Poi, alla fine del racconto, quando tutti furono saziati, Gesù disse ai discepoli di raccogliere i pezzi avanzati, perché nulla andasse perduto. E io vorrei proporvi questa frase di Gesù: “Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto” (v. 12). Penso alla gente che ha fame e a quanto cibo avanzato noi buttiamo... Ognuno di noi pensi: il cibo che avanza a pranzo, a cena, dove va? A casa mia, cosa si fa con il cibo avanzato? Si butta? No. Se tu hai questa abitudine, ti do un consiglio: parla con i tuoi nonni che hanno vissuto il dopoguerra, e chiedi loro che cosa facevano col cibo avanzato. Non buttare mai il cibo avanzato. Si rifà o si dà a chi possa mangiarlo, a chi ha bisogno. Mai buttare il cibo avanzato. Questo è un consiglio e anche un esame di coscienza: cosa si fa a casa col cibo che avanza? Preghiamo la Vergine Maria, perché nel mondo prevalgano i programmi dedicati allo sviluppo, all’alimentazione, alla solidarietà, e non quelli dell’odio, degli armamenti e della guerra» (FRANCESCO, *Angelus*, 29-7-2018).

Pensieri di santa Teresa di Gesù Bambino

Gesù ha voluto che io sappia di essere stata amata di un amore di ineffabile provvidenza, affinché io l'ami alla follia (MA 120).

Fu durante il ritiro della seconda Comunione che mi vidi assalita dalla terribile malattia degli scrupoli (MA 121).

Restavo davanti al Santissimo Sacramento: era la mia sola consolazione, non era Gesù il mio unico amico? (MA 125).

Con quanta riconoscenza canto le misericordie del Signore! (MA 124).

Sapevo parlare solo a Gesù, le conversazioni con le creature, persino quelle pie, mi stancavano l'anima (MA 125).

Sentivo che era meglio parlare a Dio che parlare di Dio! (MA 125).

A volte mi sentivo sola e mi ripetevo: "La vita è la tua nave, non la tua dimora".

Queste parole sempre mi facevano rinascere la pace e la forza del cuore (MA 125).