

IL TUO CORPO E' PANE DI VITA

"In Gesù tutto è eccesso d'amore"
(p. F. Spinelli)

INVITO ALLA PREGHIERA

(oppure un canto adatto)

- G. Spirito del Battesimo,
T. restaura in noi l'immagine di Cristo.
- G. Spirito della Confermazione,
T. conferma la Chiesa nel tuo amore.
- G. Spirito dell'Eucaristia,
T. consumaci nell'unità.
- G. Spirito della Penitenza,
T. converti i nostri cuori.
- G. Spirito della santa Unzione,
T. deponi in noi il germe della futura risurrezione.
- G. Spirito del sacerdozio,
T. rendici veri adoratori del Padre.
- G. Spirito del santo vincolo,
T. santifica la Chiesa, Sposa di Cristo.

SONO ALLA TUA PRESENZA, SIGNORE

Gesù mio, oggi mi hai chiamato qui alla tua presenza, al tuo personale servizio, alla tua intima e amabile confidenza per farmi conoscere il più grande segreto del tuo amore che è il divino mistero dell'Eucaristia nel quale vivi per me. E' tanto grande e intenso il tuo desiderio di avere accanto a Te la compagnia degli uomini, che da tutte le chiese mandi per le città, per i paesi, per le case e per le vie uno dei tuoi angeli ad invitare e a sollecitare gli uomini perché si rechino alla tua mensa divina.

E quando l'angelo incontra indifferenza o resistenza, come si legge nel Vangelo, allora rivolge l'invito ai poveri, ai deboli, ai ciechi e ad altri infelici e li sollecita, quasi li costringe con ispirazioni irresistibili ad accorrere, ad entrare con gioia alla mensa preparata per loro dalla tua carità. Questo altare, dunque, è il tuo cenacolo, Gesù mio. E il mio Angelo Custode, vedendomi più povero di ogni altro, mi ha condotto e sospinto a presentarmi quest'oggi alla tua mensa, sicuro di rendere Te felice e di fare a me stesso il più grande bene. E' grande, Gesù, la tua carità! Tu tieni sempre imbandita la tua mensa eucaristica per ristorare e fortificare i deboli, per illuminare i ciechi, per raddrizzare gli storpi, per arricchire i poveri.

Gesù mio, ti ringrazio per la dolcezza e la tenerezza con cui sai attirare a Te l'amore di tutti i poveri. Sento ripetere da questo altare le tue parole piene di conforto: "Venite a me voi tutti che siete affaticati e oppressi ed io vi ristorerò".

Ma io non merito tanto. Ben vedi, o Signore, quanti limiti e difetti ci sono in me: povertà, debolezza, cecità e peccati di ogni genere; per cui più degli altri ho bisogno del tuo aiuto e della tua carità. Questo è il luogo dove ai tuoi invitati dai in cibo il tuo corpo e li disseti con il tuo sangue; qui li curi e li risani da ogni male; qui tu stesso mi hai chiamato per offrirmi le finezze del tuo amore. Tu sei qui quasi a mia disposizione, e io, avendo Te, non manco di nulla. Cosa posso desiderare di più caro, di più prezioso e di più puro? Non cerco altro! Non può esistere nulla né in cielo, né in terra, più buono di Te! Perciò solo in Te metto ogni mio desiderio e ogni mia speranza. Sì, voglio aggrapparmi a Te che sei il mio unico sostegno! ¹

TI ASCOLTO, SIGNORE

¹ cfr. F. SPINELLI, *Conversazioni eucaristiche*, pp. 107; 94-96

Dalla Prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi (11,23-26)

Io, infatti, ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi ho trasmesso: il Signore Gesù, nella notte in cui veniva tradito, prese del pane e, dopo aver reso grazie, lo spezzò e disse: «Questo è il mio corpo, che è per voi; fate questo in memoria di me». Allo stesso modo, dopo aver cenato, prese anche il calice, dicendo: «Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue; fate questo, ogni volta che ne bevete, in memoria di me». Ogni volta infatti che mangiate di questo pane e bevete di questo calice, voi annunziate la morte del Signore finché egli venga.

GUIDATO, ENTRO NELLA TUA PAROLA

Meditiamo tutti le parole con cui l'apostolo Paolo descrive l'istituzione di questo Santissimo Sacramento; ci accorgeremo come tutto manifesti un amore immenso. "Il Signore Gesù, nella notte in cui veniva tradito, prese il pane e, dopo aver reso grazie, lo spezzò e disse: Questo è il mio Corpo, che è per voi: fate questo in memoria di Me". O cristiani, quale violenza contengono le prime parole "nella notte in cui veniva tradito". In essa quante insidie gli venivano tese dal quel suo discepolo che Egli aveva tanto beneficato. In essa il popolo gli preparava innumerevoli insulti, obbrobri, tormenti e la stessa morte così infamante e crudele. Ebbene, proprio nel momento in cui si tramavano simili cose contro di Lui, Cristo che "scruta il cuore e la mente" degli uomini e vede tutto chiaramente, proprio in quel momento, in quell'ora, stava preparando agli uomini peccatori e a Lui ostili, benefici impensabili dava una meravigliosa medicina a noi ammalati; provvedeva un cibo soave a noi affamati. Uomo, guarda come ha contraccambiato le ingiurie, con quali benefici ha ricambiato le cattiverie. La meditazione di questa ora dovrebbe accenderti di amore per Dio e spingerti ad amare Colui che ha raggiunto con il suo amore te che lo tradisci. Meravigliosa profondità dell'amore!

Essi ti stanno preparando la morte, o Cristo, e Tu lo sai; ma Tu pensi alla vita per loro. Ti stanno circondando di insidie e Tu decidi di liberarli dai lacci del demonio. Di che cosa mi debbo meravigliare maggiormente? Dell'ingratitude del traditore o della tua benevolenza? Di questa senz'altro, perché è tua prerogativa avere compassione e perdonare. Hai amato gli uomini sempre a tal punto che ben a diritto altrove hai affermato: "Sono venuto a portare il fuoco sulla terra e come vorrei che fosse già acceso". Quanto l'hai desiderato, quanto ti sei prodigato per questo, quali mezzi e strumenti hai usato!

Dapprima Dio creò l'uomo dal nulla e lo plasmò a sua immagine e somiglianza; lo collocò in un Paradiso di delizie; lo mise a capo di tutta la creazione; tutto fu creato a suo uso; ma, non contento di tutto ciò, pose al servizio dell'uomo gli stessi Angeli, creature intelligenti e così elevate, perché lo custodissero e fossero presenti a lui per tutto l'arco della sua vita. Ma Dio considerava tutto questo ancora un nulla: personalmente ha voluto scendere dal cielo sulla terra: si è fatto uomo; non ha disdegnato di assumere tutte le debolezze umane. Nella sua vita si è dato a noi come compagno di cammino; nella morte, come prezzo di riscatto; nel momento di accomiarsi da noi si è donato in cibo nel Santissimo Sacramento, promettendo di donarsi, alla fine, come premio nella gloria del cielo.

Ben a ragione possiamo esclamare: "Che cosa è l'uomo perché te ne ricordi, e il figlio dell'uomo perché te ne curi?". Per questo tu desideri così tanto di essere ben vivo nel suo pensiero da consegnarti a lui in questo meraviglioso Sacramento? Tu, che non hai bisogno di nulla, al quale appartengono i cieli e la terra, quale vantaggio, quale onore, quale gloria puoi aspettarti dall'uomo, visto che desideri così tanto di essere onorato da lui? Figli, bisogna che noi conosciamo bene l'immensità dell'amore divino! Da qui deriva il bene più grande per noi ed è per questo che il Signore ha voluto manifestarcelo con segni ed opere così numerose.²

Nel silenzio, rifletto

(Approfondisco: IRe 19,6-8; Mc 14,17-25; At 2,42-47; 1Cor 10,16-17)

PREGO CON LA TUA PAROLA

Rit. *Sei Tu Signore il Pane della vita*

Pane vivo che dà vita

² cfr. S. CARLO BORRAMEO, Omelie sull'Eucaristia e sul Sacerdozio, Paoline, 1984, p. 141 ss.

questo è tema del tuo canto, oggetto della lode.
Veramente fu donato
agli apostoli riuniti in fraterna e sacra cena. **Rit.**

Lode piena e risonante,
gioia nobile e serena sgorga oggi dallo spirito.
Questa è la festa solenne
nella quale celebriamo la prima sacra cena. **Rit.**

E' il banchetto del nuovo Re,
nuova pasqua, nuova legge; e l'antico è giunto a termine.
Cede al nuovo il rito antico,
la realtà disperde l'ombra; luce, non più tenebra. **Rit.**

Cristo lascia in sua memoria
Ciò che ha fatto nella cena: noi lo rinnoviamo.
Obbedienti al suo comando,
consacriamo il pane e il vino, ostia di salvezza. **Rit.**

E' certezza a noi cristiani:
si trasforma il pane in carne, si fa sangue il vino.
Tu non vedi, non comprendi
ma la fede ti conferma, oltre la natura. **Rit.**

E' un segno ciò che appare:
nasconde nel mistero realtà sublimi.
Mangi carne, bevi sangue;
ma rimane Cristo intero in ciascuna specie. **Rit.**

Chi ne mangia non lo spezza,
né separa, né divide: intatto lo riceve.
Siano uno, siano mille,
ugualmente lo ricevono: mai è consumato. **Rit.**

Vanno i buoni, vanno gli empi;
ma diversa ne è la sorte: vita o morte provoca.
Vita ai buoni, morte agli empi
nella stessa comunione ben diverso è l'esito! **Rit.**

Quando spezzi il sacramento, non temere, ma ricorda:
Cristo è tanto in ogni parte, quanto nell'intero.
E' diviso solo il segno, non si tocca la sostanza;
nulla è diminuito della sua persona. **Rit.**

Ecco il pane degli angeli, pane dei pellegrini,
vero pane dei figli: non dev'essere gettato.
Con i simboli è annunziato, in Isacco dato a morte,
nell'agnello della Pasqua, nella manna data ai padri. **Rit.**

Buon pastore, vero pane, o Gesù, pietà di noi:
nutrici e difendici, portaci ai beni eterni nella terra dei viventi.
Tu che tutto sai e puoi, che ci nutri sulla terra,
conduci i tuoi fratelli alla tavola del cielo
nella gioia dei tuoi santi. **Rit.**

ED ORA CONTEMPLA

L. Com'è bello, Signore, stare qui a parlare con Te! Sì, "E' meglio un solo giorno nella tua casa che mille altrove".

Con Te si gode la pace e la gioia dello spirito, l'anima è ricolma di grazia e già riceve la caparra di quella gloria che le tieni preparata in Paradiso. Gesù mio, qui con Te io godo, "in anticipo", il Paradiso. E' troppa la gioia che mi fai gustare con la tua compagnia. I Santi dell'Antico Testamento si sollevavano con gli occhi della fede fino al cielo dove tu abiti, per adorarti, ed esclamavano: "A te levo i miei occhi, a te che abiti nei cieli"; dialogavano con Te contemplandoti nell'alto dei cieli. Ma noi siamo molto più fortunati dei santi antichi e, anche se non siamo santi, possiamo presentarci a Te quando lo vogliamo e ti possiamo dire con sicurezza: "A te levo i miei occhi, a te che abiti in noi".

Tu abiti in mezzo a noi nel SS. Sacramento dell'Eucaristia, il mezzo che Tu hai inventato per stare con gli uomini da Te amati e redenti. Con un eccesso di carità inaudita hai voluto rimanere con noi sino alla fine dei secoli, stabilendo la tua dimora tra noi in questo Sacramento del tuo amore. Con quanta fiducia, dunque, e con quanta riconoscenza ciascuno di noi potrà volgere a Te i propri occhi e i propri affetti e ripeterti: "A te levo i miei occhi, a te che abiti in noi". Qui, ai piedi dell'altare, possiamo effondere i nostri cuori ed esclamare con stupore: "Ecco, come gli occhi dei servi sono rivolti alle mani dei padroni in attenzione ai loro cenni, così i nostri occhi lo sono in te".

T. *Come gli occhi dei servi sono rivolti alle mani dei loro padroni così i nostri occhi lo sono in Te, Signore.*

L. Ed ecco che Tu, che desideri ogni bene per noi, ci inviti a salire più in alto e più vicino a Te. Hai preparato un banchetto divino per ristorarci, ci vuoi alla tua mensa: "Venite, mangiate il mio Pane, bevete il mio Sangue che ho preparato per voi. Il pane è la mia carne, e il vino è il mio sangue.

Se mangerete la mia Carne e berrete il mio Sangue, con fede e con amore, vivrete in eterno". Gesù mio, poiché sei il Pane che dà la vita ai poveri di spirito, poiché sei disceso dal cielo non solo per ridare a noi salute e forza, ma per farci risorgere a una vita nuova nella Grazia, ridona alla mia anima nuovi slanci vitali, quegli stessi slanci che sgorgano dal tuo cuore.

"O quanto è soave, Signore, il tuo Spirito che, per dimostrare la tua delicatezza verso i tuoi figli con un Pane dolcissimo venuto dal cielo, ricolmi di beni gli affamati".

T. *Donaci, Signore, il tuo Pane di Vita.*

L. Riempi, o Signore, del tuo dolcissimo Spirito anche l'anima mia, perché riprenda forza per superare tutte le debolezze umane, per vincere tutti quegli ostacoli che le impediscono di fare pienamente la tua volontà. "A colui che vince darò una manna nascosta"; l'hai promessa Tu; dunque, dammi questa manna celeste che mi nutra, mi fortifichi e mi aiuti a superare ogni difficoltà. Signore, mio Dio, questo ardentemente desidero: di essere trasformato in Te, cioè che Tu sia in me e io in Te, e così diventiamo un cuor solo e un'anima sola. E' tanto bello stare con Te.

Tienimi stretto a Te e in Te ogni giorno della mia vita! Tu che sei un Dio nascosto, nascondimi dentro di Te. Avrei anche un altro desiderio. Tu hai detto: "Dov'è il vostro tesoro lì sarà anche il vostro cuore". E poiché Tu sei il mio unico tesoro, il mio cuore desidera stare vicino a Te. Sì, il mio grande desiderio è di vivere con Te e per Te. Tutta la mia gioia è di trovarmi unito a Te.

Fa' che sia così, Gesù mio, adesso, nel tempo e nell'eternità.³

T. *Tienimi stretto a Te e in Te ogni giorno della mia vita, Signore.*

Nel silenzio rifletto

CANTO

ASCOLTA LA MIA PREGHIERA

Le nostre piccole o grandi offerte di ogni giorno e l'oblazione stessa di tutta la vita acquistano il loro valore dall'offerta e dal sacrificio di Cristo. Da Lui impariamo e in Lui realizziamo l'atteggiamento di lode e gloria al Padre e di servizio ai fratelli.

Preghiamo insieme e diciamo:

³ cfr. F. SPINELLI, *Conversazioni eucaristiche*, pp. 108; 11; 12; 112 - 113.

ASCOLTACI, SIGNORE

*Signore Gesù, Ti affidiamo la Chiesa perseguitata, il tuo Corpo martoriato,
perché la fraternità nella fede
sia sostegno nei momenti più duri e cruenti.
Noi ti preghiamo.*

*Signore Gesù, ti raccomandiamo i nostri sacerdoti diocesani e religiosi,
mantienili nella fedeltà alla loro grande vocazione,
partecipi entusiasti del tuo sacerdozio,
ministri della Parola, dell'Eucaristia e della carità, servi dei poveri e degli ultimi.
Noi ti preghiamo.*

*Gesù, che provasti compassione per le folle
abbandonate come pecore senza pastore,
guarda quante persone ancora non ti conoscono
e non possono amarti, né partecipare al banchetto dei tuoi Sacramenti;
suscita nella tua Chiesa giovani generosi
che accogliendo il tuo invito, diventino annunciatori della tua Parola
e dispensatori del tuo Pane di Vita.
Noi ti preghiamo.*

*Signore Gesù, aiutaci a vivere ogni nostra Celebrazione Eucaristica
come un momento di redenzione e di conversione totale,
un passo verso quella comunione con Te che tanto desideriamo
e che può realizzare in noi quella novità di vita che Tu sei venuto a portare.
Noi ti preghiamo.*

(Preghiere spontanee)

UNITO A TE, PREGO: Padre nostro

CON TE NELLA VITA

Signore, mio Dio, che per amor mio, non ti stanchi mai di stare su questo altare, fa' che anch'io trovi tutta la mia gioia nello stare qui con Te. Fa' che mi innamori perdutamente di Te; è vero che non ne sono degno, però, è anche vero, che Tu sei qui proprio per me, e per me e per tutte le creature tieni sempre imbandita questa mensa divina. Signore, che cos'è mai l'uomo che per lui, insieme ai tanti prodigi del tuo amore, hai voluto fare anche questo del Sacramento dell'Eucaristia, che è il prodigio dei prodigi, per averlo alla tua presenza e colmarlo di grazie, tenendo il tuo cuore sempre rivolto a lui?

Che cos'è l'uomo perché te ne ricordi?... Perché lo salvi e poni in lui il tuo Cuore?... L'hai fatto poco meno degli angeli, lo hai rivestito di onore e di gloria costituendolo sopra tutte le creature della terra e donandogli come cibo lo stesso Pane degli angeli!

Sarei davvero un ingrato se, davanti a tanta bontà per me, sapendoti vivo e vero, ma nascosto sotto le specie del pane su questo altare, io Ti dimenticassi e Ti lasciassi solo.

No, io Ti vedo così annientato in questo piccolo pezzo di pane, perché Ti credo invisibile, incomprensibile e immenso. Gesù mio, se non potrò stare con Te personalmente, vi starò sempre con lo spirito e con il cuore.

Metto il mio cuore nel cuore della tua dolcissima Madre, e la prego perché ti ami col mio cuore, mentre io voglio amarti con il cuore suo. Ella, lo spero, mi aiuterà ad amarti in modo più intenso e più puro, il più degno di Te. Con Maria voglio amarti, lodarti, benedirti e ringraziarti in ogni attimo della mia vita.

Così sia.⁴

CANTO

⁴ cfr. F. SPINELLI, o.c., pp. 97; 96; 12-13; 53.