



LA DOMENICA



JUAN DE JUANES, ULTIMA CENA

«PANE VIVO, DISCESO DAL CIELO»

La manna donata a Israele nel deserto (*I Lettura*) non fu soltanto un cibo, ma anche segno e profezia. Se qui Israele apprese la sua dipendenza totale dalla Parola che esce dalla bocca di Dio, nel tempo della pienezza il popolo si sarebbe nutrito proprio di quella Parola, ora fattasi carne in Gesù Cristo. Un salto qualitativo che troviamo bene espresso dalle parole di Paolo: «Il pane che noi spezziamo non è più simbolo, ma comunione al corpo di Cristo» (*II Lettura*). L'unico pane, condiviso da molti, crea l'unità del corpo ecclesiale. L'Eucaristia è realtà sacramentale, non semplice ricordo.

Gesù ci rivela questa verità inaudita con linguaggio crudo e senza metafore, al punto da scandalizzare chi lo ascolta: «Il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo» (*Vangelo*). Gesù non offre qualcosa, ma sé stesso. L'Eucaristia, infatti, attualizza il sacrificio del Calvario, perché a farsi realmente presenti sotto le specie del pane e del vino sono la sua Carne offerta e il suo Sangue versato per la nostra salvezza. La vita eterna non è un premio futuro, ma inizia ora. Ogni volta che ci nutriamo di questo Pane il cielo tocca la nostra terra. **don Pietro Roberto Minali, ssp**

■ *L'Eucaristia non è solo un simbolo, ma cibo vero. Nutrirsi del Corpo di Cristo e dissetarci del suo Sangue versato ci trasforma e ci dona la forza per amare come lui e diventare pane spezzato per gli altri.*

ANTIFONA D'INGRESSO (Cf. Sal 80/81,17) *in piedi*
Il Signore ha nutrito il suo popolo con fiore di frumento e lo ha saziato con miele dalla roccia.

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

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

ATTO PENITENZIALE *si può cambiare*
C - Fratelli e sorelle, riconosciamoci peccatori per essere resi degni di celebrare la santissima Eucaristia in cui è racchiuso tutto il bene spirituale della Chiesa, cioè lo stesso Cristo, nostra Pasqua. **Breve pausa di silenzio.**

- Signore, pane spezzato e condiviso che sostiene la nostra carità, **Kýrie, eléison.**

- Cristo, vino versato per irrigare col tuo sangue i nostri cuori inariditi, **Christe, eléison.**

- Signore, vita donata sulla Croce per attirare tutti a te e fare di noi un solo corpo, **Kýrie, eléison.**

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

INNO DI LODE

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

ORAZIONE COLLETTA

C - Signore Gesù Cristo, che nel mirabile sacramento dell'Eucaristia ci hai lasciato il memoriale della tua Pasqua, fa' che adoriamo con viva fede il santo mistero del tuo Corpo e del tuo Sangue, per sentire sempre in noi i benefici della redenzione. Tu sei Dio, e vivi e regni con Dio Padre, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli. **A - Amen.**

Oppure:

C - Dio fedele, che nutri il tuo popolo con amore di Padre, saziaci alla mensa della Parola e del Corpo e Sangue di Cristo, perché nella comunione con te e con i fratelli camminiamo verso il convito del tuo regno. Per il nostro Signore Gesù Cristo...
A - Amen.

LITURGIA DELLA PAROLA

PRIMA LETTURA Dt 8,2-3.14b-16a seduti

Ti ha nutrito di un cibo, che tu non conoscevi e che i tuoi padri non avevano mai conosciuto.

Dal libro del Deuteronomio

Mosè parlò al popolo dicendo: ²«Ricòrdati di tutto il cammino che il Signore, tuo Dio, ti ha fatto percorrere in questi quarant'anni nel deserto, per umiliarti e metterti alla prova, per sapere quello che avevi nel cuore, se tu avresti osservato o no i suoi comandi.

³Egli dunque ti ha umiliato, ti ha fatto provare la fame, poi ti ha nutrito di manna, che tu non conoscevi e che i tuoi padri non avevano mai conosciuto, per farti capire che l'uomo non vive soltanto di pane, ma che l'uomo vive di quanto esce dalla bocca del Signore.

¹⁴Non dimenticare il Signore, tuo Dio, che ti ha fatto uscire dalla terra d'Egitto, dalla condizione servile; ¹⁵che ti ha condotto per questo deserto grande e spaventoso, luogo di serpenti velenosi e di scorpioni, terra assetata, senz'acqua; che ha fatto sgorgare per te l'acqua dalla roccia durissima; ¹⁶che nel deserto ti ha nutrito di manna sconosciuta ai tuoi padri».

Parola di Dio. A - Rendiamo grazie a Dio.

SALMO RESPONSORIALE Dal Salmo 147

R Loda il Signore, Gerusalemme.

Re, Sol, Re, La

Lo - da il Si - gno - re,
a - ni - ma mi - a

Celebra il Signore, Gerusalemme, / loda il tuo Dio, Sion, / perché ha rinforzato le sbarre delle tue porte, / in mezzo a te ha benedetto i tuoi figli. **R**

Egli mette pace nei tuoi confini / e ti sazia con fiore di frumento. / Mandà sulla terra il suo messaggio: / la sua parola corre veloce. **R**

Annuncia a Giacobbe la sua parola, / i suoi decreti e i suoi giudizi a Israele. / Così non ha fatto con nessun'altra nazione, / non ha fatto conoscere loro i suoi giudizi. **R**

SECONDA LETTURA

1Cor 10,16-17

Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo.

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi

Fratelli, ¹⁶il calice della benedizione che noi benediciamo, non è forse comunione con il sangue di Cristo? E il pane che noi spezziamo, non è forse comunione con il corpo di Cristo?

¹⁷Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo: tutti infatti partecipiamo all'unico pane.

Parola di Dio. A - Rendiamo grazie a Dio.

SEQUENZA (facoltativa; forma breve)

Ecco il pane degli angeli, / pane dei pellegrini, / vero pane dei figli: / non dev'essere gettato.

Con i simboli è annunciato, / in Isacco dato a morte, / nell'agnello della Pasqua, / nella manna data ai padri.

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.

CANTO AL VANGELO (Cf. Gv 6,51) in piedi

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

VANGELO Gv 6,51-58

La mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

Dal Vangelo secondo Giovanni
A - Gloria a te, o Signore.

In quel tempo, Gesù disse alla folla: ⁵¹«Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo».

⁵²Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

⁵³Gesù disse loro: «In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi-la vita. ⁵⁴Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. ⁵⁵Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

⁵⁶Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. ⁵⁷Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. ⁵⁸Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

Parola del Signore. A - Lode a te, o Cristo.

PROFESSIONE DI FEDE

in piedi

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

PREGHIERA DEI FEDELI

si può adattare

C - Fratelli e sorelle, grati per il dono del sacramento del Corpo e del Sangue di Cristo, innalziamo al Padre la nostra preghiera fiduciosa.

Letto - Preghiamo insieme:

R Ascoltaci, o Padre!

1. Per la Chiesa: sappia chiamare ogni uomo e ogni donna alla nuova ed eterna alleanza, inaugurata nella Pasqua del Signore e donata nel suo Corpo e nel suo Sangue. Preghiamo:

2. Per i sacerdoti: le loro parole e i loro gesti siano fedele riflesso della vita del Signore che hanno scelto di servire, specialmente nel ministero della Parola e nella celebrazione del sacrificio eucaristico. Preghiamo:

3. Per i perseguitati a causa della fede: nell'Eucaristia trovino la forza di perseverare con coraggio nell'adesione al Vangelo. Preghiamo:

4. Per chi soffre nel corpo e nello spirito, per gli smarriti e gli sfiduciati: il dolore, la solitudine e la tristezza siano vinti dall'invocazione del nome del Signore e dalla partecipazione al suo banchetto eucaristico. Preghiamo:

5. Per la nostra comunità: la gioia della celebrazione eucaristica e la devota adorazione del Sacramento ci insegnino a riconoscere i doni di Dio e a rendergli grazie con cuore riconoscente. Preghiamo:

Intenzioni della comunità locale.

C - Padre buono, accogli le nostre preghiere, purifica i nostri pensieri e desideri, rendici fedeli alla nuova alleanza del tuo Figlio, per ricevere un giorno l'eredità eterna. Per Cristo nostro Signore.

A - Amen.

LITURGIA EUCARISTICA

ORAZIONE SULLE OFFERTE

in piedi

C - Concedi benigno alla tua Chiesa, o Signore, i doni dell'unità e della pace, misticamente significati nelle offerte che ti presentiamo. Per Cristo nostro Signore.

A - Amen.

PREFAZIO

Si suggerisce il Prefazio della Santissima Eucaristia II: I frutti della Santissima Eucaristia, Messale 3a ed., pag. 372.

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno, per Cristo Signore nostro. Nell'ultima Cena con i suoi apostoli, egli volle perpetuare nei secoli il memoriale di salvezza della sua croce, e si offrì a te, Agnello senza macchia, lode perfetta e sacrificio a te gradito. In questo grande mistero tu nutri e santifici i tuoi fedeli, perché l'umanità, diffusa su tutta la terra, sia illuminata dall'unica fede e riunita dall'unico amore. E noi ci accostiamo a questo santo convito, perché l'effusione del tuo Spirito ci trasformi a immagine della tua gloria. Per questo mistero di salvezza, il cielo e la terra si uniscono in un cantico nuovo di adorazione e di lode; e noi, con tutte le schiere degli angeli, proclamiamo senza fine la tua gloria:

Tutti - **Santo, Santo, Santo...**

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

(Gv 6,56)

Dice il Signore: «Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui». Alleluia.

ORAZIONE DOPO LA COMUNIONE

in piedi

C - Donaci, o Signore, di godere pienamente della tua vita divina nel convito eterno, che ci hai fatto pregustare in questo sacramento del tuo Corpo e del tuo Sangue. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

A - Amen.

È opportuno che alla santa Messa segua una prolungata adorazione e la processione del SS. Sacramento. Se si esegue immediatamente la processione si omettono i riti di conclusione.

PROPOSTE PER I CANTI: da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi, 5a ed. - *Inizio:* Chiesa di Dio (622); *Ecco il tuo posto* (640). *Salmo responsoriale:* P. Bottini; *oppure:* Mi colmerai di gioia (192). *Processione offertoriale:* O Dio dell'universo (308). *Comunione:* Tu, fonte viva (740); Pane vivo, spezzato per noi (699). *Congedo:* Santa Maria del cammino (593).

PER ME VIVERE È CRISTO

La Messa è la cena dell'Agnello immolato, dove il cielo si unisce alla terra. Ogni comunione è un anticipo della festa senza fine, preparata per gli affamati di Dio.

– Sant'Ambrogio

L'Eucaristia "tesoro della Chiesa"

«Ecco, io sono con voi tutti i giorni, sino alla fine del mondo» (Mt 28,20). È la promessa di nostro Signore che trova pieno compimento nell'Eucaristia, cuore pulsante della vita cristiana. Da essa la Chiesa trae la fonte inesauribile della sua santità, la forza dell'unità, il vincolo della comunione, l'impulso della sua vitalità evangelica, il principio della sua azione evangelizzatrice e l'anticipo della sua gloria.

Come nel sogno profetico delle due colonne di san Giovanni Bosco, il Santissimo Sacramento insieme all'Immacolata, è la risposta ai segni dei tempi della cultura contemporanea: alla cultura della morte, l'Eucaristia risponde con la cultura della vita; contro l'egoismo individuale e sociale l'Eucaristia afferma la donazione totale; all'odio e al terrorismo l'Eucaristia contrappone l'amore; davanti al positivismo scientifico l'Eucaristia proclama il mistero; opponendosi alla disperazione l'Eucaristia insegna la speranza certa dell'eternità beata (cfr. *IX Assemblée sinodale nell'Anno dell'Eucaristia*, 2005). E quanto compresero e testimoniarono nella loro vita due giovani recentemente canonizzati: i santi Piergiorgio Frassati e Carlo Acutis. Sul loro esempio, oltre un milione di coetanei ha partecipato all'adorazione eucaristica, guidata dal Papa, durante il Giubileo dei Giovani del 2025 a Roma.

Non si tratta di un episodio isolato; la situazione attuale conferma un rinnovato interesse per la devozione eucaristica e mariana, con particolare riferimento al mondo anglosassone. Negli Stati Uniti, l'*Eucharistic Revival* (2022-2025) ha generato un fiorire di adorazioni e processioni, specialmente fra studenti universitari; eventi come il *National Eucharistic Congress* del 2024 e i pellegrinaggi del 2025 hanno coinvolto migliaia di giovani, con numerose conversioni (si pensi ai 5.500 nuovi battezzati nella sola arcidiocesi di Los Angeles, in California, a Pasqua 2025). È un invito a non scoraggiarsi, ma a restare saldi nella fede, particolarmente verso il Santissimo Sacramento, facendo tesoro delle parole di papa Leone XIV: «L'Eucaristia è il tesoro della Chiesa, il tesoro dei tesori, l'evento più importante della vita del cristiano e della vita della Chiesa».

Maria Pamela Barsotti



CALENDARIO

(8-14 giugno 2026)

X sett. del T.O. - II sett. del Salterio.

8 L Il mio aiuto viene dal Signore: egli ha fatto cielo e terra. Le beatitudini rivelano una felicità possibile per chi accetta di essere povero, mite, puro, afflitto, perché già cittadino del Regno. *S. Medardo; S. Fortunato; B. Nicola (Giovanni) Medda da Gesturi.* 1Re 17,1-6; Sal 120; Mt 5,1-12a.

9 M Risplenda su di noi, Signore, la luce del tuo volto. Il cristiano è il sale che dà sapore alla vita, ne mostra il senso e la illumina con la luce di Cristo. *S. Efreim (mf); B. Anna Maria Taigi; B. Luigi Boccardo.* 1Re 17,7-16; Sal 4; Mt 5,13-16.

10 M Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio. La Legge antica trova il suo compimento in Gesù: solo lui ne rivela il significato più profondo. *S. Censurio; S. Landerico; B. Enrico da Bolzano.* 1Re 18,20-39; Sal 15; Mt 5,17-19.

11 G San Barnaba ap. (m, rosso). Annunzierò ai fratelli la salvezza del Signore. I discepoli devono superare il legalismo dei farisei, per vivere nella Legge dell'amore che porta al perdono. *S. Paola Frassinetti.* At 11,21b-26; 13,1-3; Sal 97; Mt 5,20-26.

12 V SACRATISSIMO CUORE DI GESÙ / A (s, bianco). L'amore del Signore è per sempre. Il cuore di Gesù è il luogo del nostro riposo: è lì che egli ci invita ad andare per tenerci sempre con sé. *S. Onofrio; S. Gaspare Bertoni.* Dt 7,6-11; Sal 102; 1Gv 4,7-16; Mt 11,25-30.

13 S Cuore Immacolato della B.V. Maria (m, bianco). Tu sei, Signore, mia parte di eredità. Alla Madre che lo cercava angosciata, Gesù si rivela come Figlio di Dio e lei custodisce nel cuore le sue parole. *S. Antonio di Padova.* 1Re 19,19-21; Sal 15; Lc 2,41-51.

14 D XI Domenica del T.O. / A. XI sett. del T.O. - III sett. del Salterio. *Ss. Valerio e Rufino; S. Metodio.* Es 19,2-6a; Sal 99; Rm 5,6-11; Mt 9,36-10,8.

Elide Siviero

scintille*

Il cristiano è un "uomo di pace", non un "uomo in pace": fare la pace è la sua vocazione.
- Don Primo Mazzolari

Maria con te

IL PRIMO SETTIMANALE MARIANO

Per vivere la fede in Gesù "con Maria", attraverso la sua straordinaria presenza materna nel quotidiano. Perché ciascuno possa vivere da vero cristiano insieme con lei, madre di Dio e madre nostra.

Info e abbonamenti: numero verde 800 509645
e-mail servizio.clienti@stpauls.it

LA DOMENICA. Periodico religioso n. 2/2026 - Anno 104 - Dir. responsabile: Pietro Roberto Minali - Reg. Tribunale di Alba n. 412 del 28/12/1983. Piazza S. Paolo 14, 12051 Alba CN. Tel. 800 509645 - E-mail: clienti.ladomenica@stpauls.it CCP 19729201 - Editore Periodici San Paolo S.r.l. - Dir. editoriale Gruppo San Paolo: Vincenzo Vitale - © Periodici San Paolo S.r.l. - Abbonamento annuo € 14 (minimo 5 copie). Stampa LENGLET IMPRIMEURS - Per i testi liturgici: 2020 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena; per i testi biblici: © 2007 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena. Nullaosta per i testi biblici e liturgici * Marco Brunetti, Vescovo, Alba CN. R.D. M. Lauritano.



35