



L'amore che l'altro ci offre può non assumere l'aspetto di ciò di cui ci sembrava di aver bisogno ma, non appena ne assaggiamo, subito sappiamo di averlo davanti...in una mano che viene stretta inaspettatamente o in uno sguardo che arriva dall'altro, all'interno del quale subito si rende manifesto l'immenso Amore di Gesù per noi. *(Barbara e Adriano)*

P u n t o c h i a v e – Impariamo a cogliere l'amore sia là dove esso si presenta nuovo, sia là dove veste i panni della quotidianità. E soprattutto a saperlo riferire a Dio. Noi sposi, in particolare, scopriremo così che la persona che ci sta accanto ci ha amato e ci ama concretamente in tanti modi. E, infine con stupore e gratitudine, assaporeremo che è Dio che ce l'ha messa a fianco e ci ama con lei.

Momenti per riflettere e pregare

Cercate un cantuccio tranquillo, sedetevi comodamente, ascoltate il vostro corpo in maniera da eliminare possibili tensioni e concentratevi nella lettura dei testi della liturgia. Prendete appunti dei vostri pensieri utilizzando le righe in basso o un foglio a parte.

Un momento solo per te Abbiamo sottolineato alcune frasi della liturgia: scegline una o due di queste, oppure altre per te più significative. Traina dalla tua vita reale il ricordo di un'emozione o un racconto, una considerazione, un proposito:

Un momento solo per voi due Leggete assieme quello che prima avete annotato da soli. Spiegate cosa avete provato, trovandone un significato condiviso:

Un momento per voi due con Dio Cercate ora di formulare una preghiera attinente alla vostra meditazione in cui possibilmente siano contenuti i seguenti quattro momenti di invocazione:

- ❖ Ringraziamento per i doni (specificare quali...):

- ❖ Conversione dalle mancanze (dolore, ravvedimento, propositi...):

- ❖ Richiesta d'aiuto e della grazia (specificare quali...):

- ❖ Invocazione della benedizione di Dio sulle persone e sulla coppia:

Per finire : **“La vita è fatta di piccole cose, ma quando non chiedi l'impossibile, quelle piccole cose si trasformano in realtà eccezionali”.**

Le Letture della festa, per la gioia dei fidanzati e degli sposi

Le scritture sono l'attestazione dell'amore sponsale di Dio per il suo popolo. Per un approfondimento del Sacramento del Matrimonio, impariamo a leggerle e meditarle da sposi nel Signore, cioè per quello che ci vogliono dire non solo come singoli, ma come coppia.

DOMENICA XVIII DEL TEMPO ORDINARIO (ANNO B) – 2 agosto 2015

Antifona d'ingresso
O Dio vieni a salvarmi.
Signore, vieni presto in mio aiuto. Sei tu il mio soccorso, la mia salvezza: Signore, non tardare. (Sal 70,2,6)

Colletta O Dio, che affidi al lavoro dell'uomo le immense risorse del creato, fa' che non manchi mai il pane sulla mensa di ciascuno dei tuoi figli, e risveglia in noi il desiderio della tua parola, perché possiamo saziare la fame di verità che hai posto nel nostro cuore.
Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA (Es 16,2-4.12-15) *Io farò piovere pane dal cielo per voi.*
Dal libro dell'Èsodo

In quei giorni, nel deserto tutta la comunità degli Israeliti mormorò contro Mosè e contro Aronne. Gli Israeliti dissero loro: «Fossimo morti per mano del Signore nella terra d'Egitto, quando eravamo seduti presso la pentola della carne, mangiando pane a sazietà! Invece ci avete fatto uscire in questo deserto per far morire di fame tutta questa moltitudine». Allora il Signore disse a Mosè: «Ecco, io sto per far piovere pane dal cielo per voi: il popolo uscirà a raccoglierne ogni giorno la razione di un giorno, perché io lo metta alla prova, per vedere se cammina o no secondo la mia legge. Ho inteso la mormorazione degli Israeliti. Parla loro così: “Al tramonto mangerete carne e alla mattina vi sazierete di pane; saprete che io sono il Signore, vostro Dio”». La sera le quaglie salirono e coprirono l'accampamento; al mattino c'era uno strato di rugiada intorno all'accampamento. Quando lo strato di rugiada svanì, ecco, sulla superficie del deserto c'era una cosa fine e granulosa, minuta come è la brina sulla terra. Gli Israeliti la videro e si dissero l'un l'altro: «Che cos'è?», perché non sapevano che cosa fosse. Mosè disse loro: «È il pane che il Signore vi ha dato in cibo».

Parola di Dio / Rendiamo grazie a Dio

SALMO RESPONSORIALE (Sal 77) **Rit.: Donaci, Signore, il pane del cielo.**

Ciò che abbiamo udito e conosciuto e i nostri padri ci hanno raccontato non lo terremo nascosto ai nostri figli, raccontando alla generazione futura le azioni gloriose e potenti del Signore e le meraviglie che egli ha compiuto. Rit.:

loro la manna per cibo e diede loro pane del cielo. **Rit.:**

L'uomo mangiò il pane dei forti; diede loro cibo in abbondanza. Li fece entrare nei confini del suo santuario, questo monte che la sua destra si è acquistato. **Rit.:**

Diede ordine alle nubi dall'alto e aprì le porte del cielo; fece piovere su di

SECONDA LETTURA (Ef 4,17.20-24) *Rivestite l'uomo nuovo, creato secondo Dio.*

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

Fratelli, vi dico e vi scongiuro nel Signore: non comportatevi più come i pagani con i loro vani pensieri.

Voi non così avete imparato a conoscere il Cristo, se davvero gli avete dato ascolto e se in lui siete stati istruiti, secondo la verità che è in Gesù, ad abbandonare, con la sua condotta di prima, l'uomo vecchio che si corrompe seguendo le passioni ingannevoli, a rinnovarvi nello spirito della vostra mente e a rivestire l'uomo nuovo, creato secondo Dio nella giustizia e nella vera santità.

Parola di Dio / Rendiamo grazie a Dio

Canto al Vangelo (Mt 4,4) **Alleluia, alleluia.**

Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio. **Alleluia.**

VANGELO (Gv 6,24-35) *Chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai!*

+ **Dal Vangelo secondo Giovanni**

Gloria a te, o Signore

In quel tempo, quando la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafarnaon alla ricerca di Gesù. Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Rabbì, quando sei venuto qua?». Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati. Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha messo il suo sigillo». Gli dissero allora: «Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?». Gesù rispose loro: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato». Allora gli dissero: «Quale segno tu compi perché vediamo e ti crediamo? Quale opera fai? I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: "Diede loro da mangiare un pane dal cielo"». Rispose loro Gesù: «In verità, in verità io vi dico: non è Mosè che vi ha dato il pane dal cielo, ma è il Padre mio che vi dà il pane dal cielo, quello vero. Infatti il pane di Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo». Allora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane». Gesù rispose loro: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai!».

Parola del Signore / Lode a Te, o Cristo

Preghiera dei fedeli Fratelli e sorelle, il Padre ha mandato suo figlio Gesù per invitarci a vivere una vita nuova, da figli di Dio. Preghiamo perché ci aiuti a nutrirci sempre di più della sua Parola, che sazia tutte le nostre attese.

Preghiamo insieme e diciamo: **Ascoltaci o Signore.**

Alle intenzioni dell'assemblea aggiungiamo le nostre personali e di coppia:

O Padre, che hai mandato il tuo Figlio per donarci il "cibo che dura per la vita eterna", esaudisci le nostre preghiere e aumenta la nostra fede nella tua Parola. Egli vive e regna nei secoli dei secoli.

Preghiera sulle offerte Santifica, o Dio, i doni che ti presentiamo e trasforma in offerta perenne tutta la nostra vita in unione alla vittima spirituale, il tuo servo Gesù, unico sacrificio a te gradito. Egli vive e regna nei secoli dei secoli.

Antifona di comunione

Ci hai mandato, Signore, un pane dal cielo, un pane che porta in sé ogni dolcezza e soddisfa ogni desiderio. (Sap. 16,20)

Preghiera dopo la comunione Accompagna con la tua continua protezione, Signore, il popolo che hai nutrito con il pane del cielo, e rendilo degno dell'eredità eterna.
Per Cristo nostro Signore.

Fame d'amore?... "mangerete e saprete!"

Le letture di questa domenica parlano di fame e di cibo, ma anche di insipienza e conoscenza. Nel libro dell'Esodo gli Israeliti, pur resi liberi, lamentano la fame nel deserto e il Signore concede loro il pane dal cielo, "ogni giorno la razione di un giorno" affinché sappiano che non è quello ciò che li nutrirà davvero. Così, dopo aver mangiato di un cibo miracolosamente concesso, essi sapranno che il fine a cui tendere non è tanto il pane o la carne desiderati, ma Colui che li dona. E che la vera fame da soddisfare è la fame di Lui. Perché, tra le innumerevoli difficoltà della vita, non è sempre facile riconoscere i veri bisogni...i nostri e quelli altrui. Il problema non è trovare ciò di cui pensiamo di avere disperato bisogno, ma riconoscere ciò di cui si ha davvero bisogno. Il Salmo ci dice chiaramente che ciò che è stato saputo e capito va raccontato: la consapevolezza va condivisa proprio come il pane e la condivisione sa placare la fame di chi riceve, ma anche - e di più - quella di chi dona! S. Paolo ci mette in guardia: l'uomo vecchio rischia di rimanere schiavo di bisogni che, pur da soddisfare, non troveranno mai pieno appagamento, se non si impara a dare loro il giusto peso. Dovremmo cercare di vestire i panni dell'uomo nuovo, che ha mangiato il pane del cielo e sa dare un valore alle cose. Giovanni lo dice chiaramente: c'è un cibo che non dura, destinato a non soddisfare la fame e c'è il cibo eterno che viene da Dio attraverso Gesù. E' il cibo della fede nell'Amore del Signore. Le briciole che ne testimoniano l'esistenza sono dovunque: nei segni e nei doni che riceviamo. Ma non sempre è facile scorgerele. Eppure il pezzo più consistente di questo pane ci è già stato offerto: Gesù. Di Lui possiamo nutrirci quando lo desideriamo: si tratta di un cibo destinato a sfamare davvero perché, dopo averlo mangiato, si tende a sapere ciò che prima non si sapeva. E in una coppia non si è spesso affamati l'uno dell'altra? Affamati di attenzioni, di ascolto, di comprensione, di affetto, di rabbia, di perdono, di recriminazioni, di carezze... d'amore. E, tra due persone che si amano, quale può essere considerato il pane del cielo, quel cibo che sa placare l'appetito? Anche in questo caso, tutto si risolve nel cercare dall'altro o nell'offrire all'altro il cibo giusto: l'amore vissuto nel nome della fede in Gesù e della Sua Verità, con semplicità, con gioia, con attenzione e con pazienza. Così come fu per gli Israeliti, tuttavia, non è sempre facile riconoscere il dono di questo cibo che arriva dall'altro. Non solo come individui, ma anche come parte di una coppia a volte faticiamo a capire ciò di cui abbiamo bisogno davvero e ci si abbandona ad appetiti destinati a non poter essere saziati, al desiderio di un cibo che non sfamerà la nostra anima e ci condanna all'insoddisfazione.