

Custodia del Silenzio Straordinaria n. 6
La Celebrazione Eucaristica



***Chiamò il pane suo corpo vivente, lo riempì di se stesso e del suo Spirito...
E colui che lo mangia con fede, mangia Fuoco e Spirito...
Prendetene, mangiatene tutti, e mangiate con esso lo Spirito Santo.
Infatti è veramente il mio corpo e colui che lo mangia vivrà eternamente.
(Sant'Efrem)***



Grotta del Latte – Maria



Stai davanti all'icona di Maria: 5 minuti per trovare silenzio interiore

Descrivi i sentimenti che noti in Lei:

Lasciati nutrire dalle sue virtù e leggi lentamente questa preghiera:

Santa Maria, donna del pane, chissà quante volte all'interno della casa di Nazareth hai sperimentato pure tu la povertà della mensa, che avresti voluto meno indegna del Figlio di Dio. E, come tutte le madri della terra preoccupate di preservare dagli stenti l'adolescenza delle proprie creature, ti sei adattata alle fatiche più pesanti perché a Gesù non mancasse, sulla tavola, una scodella di legumi e, nelle sacche della sua tunica, un pugno di fichi.

Santa Maria, donna del pane, da chi se non da te, nei giorni dell'abbondanza con gratitudine, e nelle lunghe sere delle ristrettezze con fiducia, accanto al focolare che crepitava senza schiuma di pentole, Gesù può aver appreso quella frase del Deuteronomio, con cui il tentatore sarebbe stato affrontato nel deserto: «Non di solo pane vive l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio»? Ripeticela, quella frase, perché la dimentichiamo facilmente. Facci capire che il pane non è tutto. Che i conti in banca non bastano a renderci contenti. Che la tavola piena di vivande non sazia, se il cuore è vuoto di verità. Che se manca la pace dell'anima, anche i cibi più raffinati son privi di sapori. Perciò, quando ci vedi brancolare insoddisfatti attorno alle nostre dispense stracolme di beni, muoviti a compassione di noi, placa il nostro bisogno di felicità, e torna a deporre nella mangiatoia, come quella notte facesti a Betlemme, il pane vivo disceso dal cielo. Perché solo chi mangia di quel pane non avrà più fame in eterno (Don Tonino Bello).

Dall'Enciclica *Ecclesia de Eucharistia* di papa Giovanni Paolo II Alla scuola di Maria, donna «Eucaristica»

Se vogliamo riscoprire in tutta la sua ricchezza il rapporto intimo che lega Chiesa ed Eucaristia, non possiamo dimenticare Maria, Madre e modello della Chiesa. [...] In effetti, Maria ci può guidare verso questo Santissimo Sacramento, perché ha con esso una relazione profonda.

A prima vista, il Vangelo tace su questo tema. Nel racconto dell'istituzione, la sera del Giovedì Santo, non si parla di Maria. Si sa invece che Ella era presente tra gli Apostoli, «concordi nella preghiera» (At 1,14), nella prima comunità radunata dopo l'Ascensione in attesa della Pentecoste. Questa sua presenza non poté certo mancare nelle Celebrazioni eucaristiche tra i fedeli della prima generazione cristiana, assidui «nella frazione del pane» (At 2,42).

Ma al di là della sua partecipazione al Convito eucaristico, il rapporto di Maria con l'Eucaristia si può indirettamente delineare a partire dal suo atteggiamento interiore. Maria è donna «eucaristica» con l'intera sua vita. La Chiesa, guardando a Maria come a suo modello, è chiamata ad imitarla anche nel suo rapporto con questo Mistero santissimo.

Mysterium fidei! Se l'Eucaristia è mistero di fede, che supera tanto il nostro intelletto da obbligarci al più puro abbandono alla parola di Dio, nessuno come Maria può esserci di sostegno e di guida in simile atteggiamento. Il nostro ripetere il gesto di Cristo nell'Ultima Cena in adempimento del suo mandato: «Fate questo in memoria di me!» diventa al tempo stesso accoglimento dell'invito di Maria ad obbedirgli senza esitazione: «Fate quello che vi dirà» (Gv 2,5). Con la premura materna testimoniata alle nozze di Cana, Maria sembra dirci: «Non abbiate tentennamenti, fidatevi della parola di mio Figlio. Egli, che fu capace di cambiare l'acqua in vino, è ugualmente capace di fare del pane e del vino il suo corpo e il suo sangue, consegnando in questo mistero ai credenti la memoria viva della sua Pasqua, per farsi in tal modo «pane di vita»».

In certo senso, Maria ha esercitato la sua fede eucaristica prima ancora che l'Eucaristia fosse istituita, per il fatto stesso di aver offerto il suo grembo verginale per l'incarnazione del Verbo di Dio. L'Eucaristia, mentre rinvia alla passione e alla risurrezione, si pone al tempo stesso in continuità con l'Incarnazione. Maria concepì nell'Annunciazione il Figlio divino nella verità anche fisica del corpo e del sangue, anticipando in sé ciò che in qualche misura si realizza sacramentalmente in ogni credente che riceve, nel segno del pane e del vino, il corpo e il sangue del Signore.

C'è pertanto un'analogia profonda tra il fiat pronunciato da Maria alle parole dell'Angelo, e l'amen che ogni fedele pronuncia quando riceve il corpo del Signore. A Maria fu chiesto di credere che colui che Ella concepiva «per opera dello Spirito Santo» era il «Figlio di Dio» (cfr Lc 1,30–35). In continuità con la fede della Vergine, nel Mistero eucaristico ci viene chiesto di credere che quello stesso Gesù,

Figlio di Dio e Figlio di Maria, si rende presente con l'intero suo essere umano- divino nei segni del pane e del vino [...]

Maria fece sua, con tutta la vita accanto a Cristo, e non soltanto sul Calvario, la dimensione sacrificale dell'Eucaristia. Quando portò il bimbo Gesù al tempio di Gerusalemme «per offrirlo al Signore» (Lc 2,22), si sentì annunciare dal vecchio Simeone che quel Bambino sarebbe stato «segno di contraddizione» e che una «spada» avrebbe trapassato anche l'anima di lei (cfr Lc 2,34-35). Era preannunciato così il dramma del Figlio crocifisso e in qualche modo veniva prefigurato lo «stabat Mater» della Vergine ai piedi della Croce. Preparandosi giorno per giorno al Calvario, Maria vive una sorta di «Eucaristia anticipata», si direbbe una «comunione spirituale» di desiderio e di offerta, che avrà il suo compimento nell'unione col Figlio nella passione, e si esprimerà poi, nel periodo post-pasquale, nella sua partecipazione alla Celebrazione eucaristica, presieduta dagli Apostoli, quale «memoriale» della passione.

Come immaginare i sentimenti di Maria, nell'ascoltare dalla bocca di Pietro, Giovanni, Giacomo e degli altri Apostoli le parole dell'Ultima Cena: «Questo è il mio corpo che è dato per voi» (Lc 22,19)? Quel corpo dato in sacrificio e ripresentato nei segni sacramentali era lo stesso corpo concepito nel suo grembo! Ricevere l'Eucaristia doveva significare per Maria quasi un riaccogliere in grembo quel cuore che aveva battuto all'unisono col suo e un rivivere ciò che aveva sperimentato in prima persona sotto la Croce.

«Fate questo in memoria di me» (Lc 22, 19). Nel «memoriale» del Calvario è presente tutto ciò che Cristo ha compiuto nella sua passione e nella sua morte. Pertanto non manca ciò che Cristo ha compiuto anche verso la Madre a nostro favore. A lei infatti consegna il discepolo prediletto e, in lui, consegna ciascuno di noi: «Ecco tuo figlio!». Ugualmente dice anche a ciascuno di noi: «Ecco tua madre!» (cfr Gv 19,26-27).

Vivere nell'Eucaristia il memoriale della morte di Cristo implica anche ricevere continuamente questo dono. Significa prendere con noi – sull'esempio di Giovanni – colei che ogni volta ci viene donata come Madre. Significa assumere al tempo stesso l'impegno di conformarci a Cristo, mettendoci alla scuola della Madre e lasciandoci accompagnare da lei. Maria è presente, con la Chiesa e come Madre della Chiesa, in ciascuna delle nostre Celebrazioni eucaristiche. Se Chiesa ed Eucaristia sono un binomio inscindibile, altrettanto occorre dire del binomio Maria ed Eucaristia. Anche per questo il ricordo di Maria nella Celebrazione eucaristica è unanime, sin dall'antichità, nelle Chiese dell'Oriente e dell'Occidente (EE 53-57).

Prega adesso liberamente il santo Rosario interiorizzato con i Misteri che più ti aiutano a sentire Maria vicina come Maestra di vita eucaristica. Fermati e rifletti sul tuo modo di vivere la Santa Messa, pensando che *Maria è donna «eucaristica» con l'intera sua vita*. Chiedi quindi la grazia di imitarla per entrare nella profondità di questo Mistero.



Grotta di san Girolamo - Parola di Dio

Lettura pregata

Salmo 23

Il Signore è il mio pastore:
non manco di nulla.
Su pascoli erbosi mi fa riposare,
ad acque tranquille mi conduce.
Rinfranca l'anima mia,
mi guida per il giusto cammino
a motivo del suo nome.
Anche se vado per una valle oscura,
non temo alcun male, perché tu sei con me.
Il tuo bastone e il tuo vincastro
mi danno sicurezza.
Davanti a me tu prepari una mensa
sotto gli occhi dei miei nemici.
Ungi di olio il mio capo;
il mio calice trabocca.
Sì, bontà e fedeltà mi saranno compagne
tutti i giorni della mia vita,
abiterò ancora nella casa del Signore
per lunghi giorni.

Rimani un po' in silenzio e fai spazio alla voce dello Spirito.

Lettura meditata

Dal libro di Neemìa

In quei giorni, il sacerdote Esdra portò la legge davanti all'assemblea degli uomini, delle donne e di quanti erano capaci di intendere. Lesse il libro sulla piazza davanti alla porta delle Acque, dallo spuntare della luce fino a mezzogiorno, in presenza degli uomini, delle donne e di quelli che erano capaci d'intendere; tutto il popolo tendeva l'orecchio al libro della legge. Lo scriba Esdra stava sopra una tribuna di legno, che avevano costruito per l'occorrenza. Esdra aprì il libro in presenza di tutto il popolo, poiché stava più in alto di tutti; come ebbe aperto il libro, tutto il popolo si alzò in piedi. Esdra benedisse il Signore, Dio grande, e tutto il popolo rispose: «Amen, amen», alzando le mani; si inginocchiarono e si prostrarono con la faccia a terra dinanzi al Signore. I leviti leggevano il libro della legge di Dio a brani distinti e spiegavano il senso, e così facevano comprendere la lettura. Neemìa, che era il governatore, Esdra, sacerdote e scriba, e i leviti che ammaestravano il popolo dissero a tutto il popolo: «Questo giorno è consacrato al Signore, vostro Dio; non fate lutto e non piangete!». Infatti tutto il popolo piangeva, mentre ascoltava le parole della legge. Poi Neemìa disse loro: «Andate, mangiate carni grasse e bevete vini dolci e mandate porzioni a quelli che nulla

hanno di preparato, perché questo giorno è consacrato al Signore nostro; non vi rattristate, perché la gioia del Signore è la vostra forza» (Ne 8,2-4.5-6.8-10).

Dalla «Prima Apologia a favore dei cristiani» di san Giustino, martire

A nessun altro è lecito partecipare all'Eucaristia, se non a colui che crede essere vere le cose che insegniamo, e che sia stato purificato da quel lavacro istituito per la remissione dei peccati e la rigenerazione, e poi viva così come Cristo ha insegnato. Noi infatti crediamo che Gesù Cristo, nostro Salvatore, si è fatto uomo per l'intervento del Verbo di Dio. Si è fatto uomo di carne e sangue per la nostra salvezza. Così crediamo pure che quel cibo sul quale sono state rese grazie con le stesse parole pronunciate da lui, quel cibo che, trasformato, alimenta i nostri corpi e il nostro sangue, è la carne e il sangue di Gesù fatto uomo. Gli apostoli nelle memorie da loro lasciate e chiamate vangeli, ci hanno tramandato che Gesù ha comandato così: Preso il pane e rese grazie, egli disse: «Fate questo in memoria di me. Questo è il mio corpo». E allo stesso modo, preso il calice e rese grazie, disse: «Questo è il mio sangue» e lo diede solamente a loro. Da allora noi facciamo sempre memoria di questo fatto nelle nostre assemblee e chi di noi ha qualcosa, soccorre tutti quelli che sono nel bisogno, e stiamo sempre insieme. Per tutto ciò di cui ci nutriamo benediciamo il creatore dell'universo per mezzo del suo Figlio Gesù e dello Spirito Santo. E nel giorno, detto del Sole, si fa l'adunanza. Tutti coloro che abitano in città o in campagna convergono nello stesso luogo, e si leggono le memorie degli apostoli o gli scritti dei profeti per quanto il tempo lo permette. Poi, quando il lettore ha finito, colui che presiede rivolge parole di ammonimento e di esortazione che incitano a imitare gesta così belle. Quindi tutti insieme ci alziamo ed eleviamo preghiere e, finito di pregare, viene recato pane, vino e acqua. Allora colui che presiede formula la preghiera di lode e di ringraziamento con tutto il fervore e il popolo acclama: Amen! Infine a ciascuno dei presenti si distribuiscono e si partecipano gli elementi sui quali furono rese grazie, mentre i medesimi sono mandati agli assenti per mano dei diaconi. Alla fine coloro che hanno in abbondanza e lo vogliono, danno a loro piacimento quanto credono. Ciò che viene raccolto, è deposto presso colui che presiede ed egli soccorre gli orfani e le vedove e coloro che per malattia o per altra ragione sono nel bisogno, quindi anche coloro che sono in carcere e i pellegrini che arrivano da fuori. In una parola, si prende cura di tutti i bisognosi. Ci raduniamo tutti insieme nel giorno del Sole, sia perché questo è il primo giorno in cui Dio, volgendo in fuga le tenebre e il caos, creò il mondo, sia perché Gesù Cristo nostro Salvatore risuscitò dai morti nel medesimo giorno. Lo crocifissero infatti nel giorno precedente quello di Saturno e l'indomani di quel medesimo giorno, cioè nel giorno del Sole, essendo apparso ai suoi apostoli e ai discepoli, insegnò quelle cose che vi abbiamo trasmesso perché le prendiate in seria considerazione (Cap. 66-67; PG 6, 427-431).

Dalla Prima Lettera di San Paolo Apostolo ai Corinzi

Non voglio infatti che ignoriate, fratelli, che i nostri padri furono tutti sotto la nube, tutti attraversarono il mare, tutti furono battezzati in rapporto a Mosè nella nube e nel mare, tutti mangiarono lo stesso cibo spirituale, tutti bevvero la stessa bevanda spirituale: bevevano infatti da una roccia spirituale che li accompagnava, e quella roccia era il Cristo. Ma la maggior parte di loro non fu gradita a Dio e perciò furono sterminati nel deserto. Ciò avvenne come esempio per noi, perché non desiderassimo cose cattive, come essi le desiderarono. Non diventate idolatri come alcuni di loro, secondo quanto sta scritto: Il popolo sedette a mangiare e a bere e poi si alzò per divertirsi. Non abbandoniamoci all'impurità, come si abbandonarono alcuni di loro e in un solo giorno ne caddero ventitremila. Non mettiamo alla prova il Signore, come lo misero alla prova alcuni di loro, e caddero vittime dei serpenti. Non mormorate, come mormorarono alcuni di loro, e caddero vittime dello sterminatore. Tutte queste cose però accaddero a loro come esempio, e sono state scritte per nostro ammonimento, di noi per i quali è arrivata la fine dei tempi. Quindi, chi crede di stare in piedi,

guardi di non cadere. Nessuna tentazione, superiore alle forze umane, vi ha sorpresi; Dio infatti è degno di fede e non permetterà che siate tentati oltre le vostre forze ma, insieme con la tentazione, vi darà anche il modo di uscirne per poterla sostenere. Perciò, miei cari, state lontani dall'idolatria. Parlo come a persone intelligenti. Giudicate voi stessi quello che dico:

il 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? Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo: tutti infatti partecipiamo all'unico pane (1Cor10,1-17).

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 questo pane e bevete al calice, voi annunciate la morte del Signore, finché egli venga (1Cor 11,23-26).

Dal Vangelo secondo Luca

Ed ecco, in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio di nome Èmmaus, distante circa undici chilometri da Gerusalemme, e conversavano tra loro di tutto quello che era accaduto. Mentre conversavano e discutevano insieme, Gesù in persona si avvicinò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo. Ed egli disse loro: «Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?». Si fermarono, col volto triste; uno di loro, di nome Clèopa, gli rispose: «Solo tu sei forestiero a Gerusalemme! Non sai ciò che vi è accaduto in questi giorni?». Domandò loro: «Che cosa?». Gli risposero: «Ciò che riguarda Gesù, il Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; come i capi dei sacerdoti e le nostre autorità lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e lo hanno crocifisso. Noi speravamo che egli fosse colui che avrebbe liberato Israele; con tutto ciò, sono passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; si sono recate al mattino alla tomba e, non avendo trovato il suo corpo, sono venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. Alcuni dei nostri sono andati alla tomba e hanno trovato come avevano detto le donne, ma lui non l'hanno visto». Disse loro: «Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti! Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». E, cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: «Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto». Egli entrò per rimanere con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista. Ed essi dissero l'un l'altro: «Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le Scritture?». Partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone!». Ed essi narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane (Lc 24,13-35).

Spiegazione:

Catechesi sull'Eucaristia (I Parte - Celebrazione Eucaristica)

Fin dai primi tempi della Chiesa, la celebrazione eucaristica nel giorno del Signore ha contrassegnato la vita delle comunità dei discepoli di Gesù. La sua struttura è ben chiara fin dall'episodio dell'incontro dei discepoli di Emmaus con il Risorto (Lc 24), come è testimoniato in un testo della metà del II secolo, scritto dal filosofo cristiano Giustino per mostrare agli intellettuali della sua epoca

la novità semplice e nobile della fede in Cristo [cf testo a parte]. Nel testo si possono ritrovare non solo i riferimenti ai nomi dei giorni secondo le lingue anglosassoni (Sunday, Saturday), ma la medesima sequenza rituale che la riforma del Concilio ha messo in evidenza. La celebrazione ha ricevuto molti nomi: frazione del pane (così nell'opera lucana); cena del Signore (termine paolino, ripreso dalla Riforma protestante); Sinassi o Divina Liturgia (presso gli Ortodossi); Messa (termine tipicamente cattolico di origine incerta). Ormai a livello ecumenico di preferisce usare Eucaristia, dalla grande preghiera del «rendimento di grazie» che trasforma il pane e vino nel Corpo di Cristo: una parte dell'intero rito è stata ritenuta così importante da fornire il nome per il tutto. Si tratta, però, di un tutto inseparabile, come dice con autorità il Concilio: «Le due parti che costituiscono in certo modo la Messa, cioè la liturgia della parola e la liturgia eucaristica, sono congiunte tra di loro così strettamente da formare un solo atto di culto» (*Sacrosanctum concilium* 56). In realtà, nello snodarsi della celebrazione alle due parti più importanti dobbiamo aggiungere due parti minori: i riti di introduzione e quelli di conclusione. Abbiamo così una precisa sequenza attraverso la quale i fedeli sono condotti quasi per mano a vivere l'incontro con Cristo passo dopo passo. Ogni momento, pur avendo un valore in sé stesso, prepara l'assemblea e i singoli fedeli al momento successivo, che s'innesta su quanto lo precede. Il primo momento sono i riti d'introduzione, che il cui scopo «è che i fedeli, riuniti insieme, formino una comunità, e si dispongano ad ascoltare con fede la Parola di Dio e a celebrare degnamente l'Eucaristia» (PNMR 46). L'idea di fondo è che la «Chiesa fuori», cioè i fedeli sparsi nel territorio, nelle proprie case o nelle sedi di lavoro, si ritrovino simbolicamente con un cuor solo in uno stesso luogo per formare la «Chiesa dentro», cioè la *Ekklesia* (dal greco ek-kaleò / chiamare da, lo stesso significato dell'ebraico *qahal*. Riferimento è al cammino nel deserto verso la terra promessa, quando il popolo d'Israele formava la *qahal* di Dio: comunità riunita per ascoltare la sua voce. Al canto d'inizio segue la richiesta battesimale di perdono: l'assemblea di presenta come popolo riunito, che riconosce di avere sempre bisogno del perdono di Dio.

Il popolo così riunito è pronto per aprire il cuore all'ascolto della Parola. Se gli uomini sono stati descritti come uditori della Parola, questa realtà acquista significato simbolico nella Liturgia della Parola. Fra le mille parole che ci vengono rivolte, nel giorno del Signore ne ascoltiamo alcune che sono davvero singolari. Nell'insieme costituiscono la Parola del Signore perché possiamo riconoscere di essere alla presenza del Signore della Parola: Cristo «è presente nella sua parola, giacché è lui che parla quando nella Chiesa si legge la sacra Scrittura» (*Sacrosanctum concilium* 7). Fanno parte della Liturgia della Parola anche quei riti che costituiscono la risposta all'ascolto stesso della Parola: l'omelia di colui che presiede, la professione di fede e la preghiera dei fedeli, quando previste dalle circostanze. Ognuna è una risposta particolare all'ascolto della Parola: dalla sua attualizzazione nella nostra vita alla preghiera d'intercessione suscitata dalla Parola. In questo ascolto comunitario l'assemblea è stata preparata per vivere consapevolmente e degnamente la Liturgia eucaristica.

Preghiera umana elevata verso Dio, la Liturgia eucaristica inizia con la presentazione dei doni che simboleggiano la nostra vita. Pane e vino nascono come doni di Dio trasformati dal lavoro dell'uomo. Sono simboli sia di quanto è necessario per vivere, il pane, sia della sempre presente esuberanza della vita, il vino. Nella loro valenza simbolica, tengono insieme responsabilità e gratuità dell'umano, la fatica di ogni giorno con la gioia della festa. Portandoli all'altare, l'assemblea li consegna perché diventino simbolo reale di una profonda trasformazione della nostra umanità, chiamata a lasciarsi trasformare dallo Spirito nel Corpo di Cristo. Certamente con la preghiera eucaristica, pronunciata dal sacerdote a nome dell'intera assemblea, entriamo nella parte più «misterica» dell'intera celebrazione. Il termine «mistero» indica una realtà, un momento della storia attraverso la quale Dio irrompe, si manifesta e trasforma nell'incontro con Lui. La tradizione cristiana chiama «misteri» gli avvenimenti della vita di Gesù (cf la loro contemplazione nel rosario). Sono «misteri» i sacramenti

della Chiesa. L'Eucaristia è certamente il grande «mistero della nostra fede», che accade nella potenza dello Spirito Santo, invocata dal Padre perché trasformi l'assemblea nella condivisione del pane e del vino eucaristici. La Preghiera eucaristica si snoda dalla memoria dell'agire santo del Padre nella storia all'invocazione perché operi ancora una volta in mezzo al suo popolo. Al centro di tutta la preghiera vi sono le due grandi invocazioni per l'invio dello Spirito. Sono strettamente connesse fra di loro dal racconto dei gesti del Signore durante la sua ultima cena e dalla memoria che la Chiesa fa del suo sacrificio. Per entrare meglio nella comprensione di questo «mistero», cf nella pagina a parte la sinossi delle due preghiere eucaristiche più comuni, la seconda e la terza. Perciò, la Preghiera eucaristica fa un'unica richiesta: che sempre più si formi in noi il Corpo di Cristo. La trasformazione in Cristo, iniziata per ciascuno di noi nel santo Battesimo e nell'Unzione dello Spirito, viene confermata e resa sempre più profonda attraverso la comunione al suo Corpo sacramentale: pane e vino sono trasformati nel Corpo e Sangue di Cristo perché, mangiandoli, noi stessi siamo sempre più trasformati nel Corpo di Cristo, che è la Chiesa. Questa trasformazione non è automatica, ma richiede il nostro personale e libero coinvolgimento: sta qui il senso della nostra partecipazione all'unico sacrificio di Cristo.

Nella preghiera eucaristica, noi in quanto Chiesa in preghiera facciamo memoria del sacrificio di Cristo (sacrificio come offerta della sua vita perché gli uomini possano vivere). L'Amen conclusivo al termine della preghiera eucaristica è l'assenso di tutti noi alla richiesta fatta in preghiera. Ma occorre che ciascuno di noi si coinvolga liberamente e personalmente, pronunciando un Amen proprio e singolare: questo Amen è quello che pronunciamo andando a ricevere il Corpo di Cristo. In questo momento, siamo solamente noi a rispondere con un assenso libero e personale all'offerta di Cristo. All'*Amen* «ecclesiale e comunitario», al termine della preghiera eucaristica, corrisponde l'*Amen* «ecclesiale e personale» nel partecipare alla comunione sacramentale. La salvezza del mondo è realizzata attraverso la volontaria offerta di Cristo al Padre, per la quale viene concessa agli uomini la possibilità di essere resi conformi al Figlio fatto uomo, se partecipano al suo stesso atteggiamento di volontaria offerta. Questo non vuol dire altro che partecipare alla sua condizione di Figlio, diventando figli nel Figlio. Ora perché si realizzi questa conformazione in ciascuno di noi bisogna che sia resa possibile l'adesione personale di ogni uomo e donna. Questo accade nel «mistero eucaristico», memoriale nei singoli momenti della storia dell'unico sacrificio redentivo di Cristo. In altre parole, l'unico sacrificio di Cristo, accaduto una volta per sempre nella storia, tende in se stesso e per se stesso a diventare il sacrificio del popolo di Dio, il memoriale eucaristico, nel quale accade ogni volta la comunione dell'assemblea e dei singoli fedeli all'unico evento della Croce di Cristo. La comunione al sacrificio di Cristo è un incontro che trasforma nell'adesione di fede comunitaria e personale. L'assemblea, già Corpo di Cristo in quanto «Chiesa fuori» che si raduna in un luogo («Chiesa dentro»), è ancora di più trasformata nel suo essere Chiesa Sposa di Cristo. I singoli fedeli, già conformati a Cristo mediante il Battesimo e l'Unzione dello Spirito, sono ancora di più «cristificati», resi conformi a Cristo, accettando di mangiare il suo Corpo nel pane trasformato dallo Spirito. Così l'intera sequenza del rito conduce ad un rinnovato invio in missione, nell'annuncio evangelico e nella carità vissuta. Così già abbiamo trovato nell'episodio dei discepoli di Emmaus e nella descrizione dell'Eucaristia in Giustino martire. Proprio qui sta il significato dei riti finali della Messa: trasformati dallo Spirito, siamo inviati a testimoniare nel mondo quotidiano l'agire santificante di Dio. Ritorniamo «Chiesa fuori» per essere presenza significativa del Cristo risorto in mezzo agli uomini.

Sinossi delle due Epiclesi secondo le preghiere eucaristiche seconda e terza:

<i>[momento della preghiera]</i>	<i>Preghiera eucaristica II</i>	<i>Preghiera eucaristica III</i>
<p><i>Passaggio dalla memoria delle opere di Dio nella storia all'invocazione perché operi qui e ora</i></p> <p><i>[post - Sanctus]</i></p>	<p>Veramente santo sei tu, o Padre, fonte di ogni santità,</p>	<p>Veramente santo sei tu, o Padre, ed è giusto che ogni creatura ti lodi. Per mezzo del tuo Figlio, il Signore nostro Gesù Cristo, nella potenza dello Spirito Santo fai vivere e santifici l'universo e continui a radunare intorno a te un popolo, che dall'oriente all'occidente offra al tuo nome il sacrificio perfetto.</p>
<p><i>Invocazione per l'effusione dello Spirito sui doni del pane e del vino, perché diventino il Corpo di Cristo</i></p> <p><i>[= Epiclesi sui doni]</i></p>	<p>Santifica questi doni con la rugiada del tuo Spirito, perché diventino per noi il corpo e sangue del Signore nostro Gesù Cristo</p>	<p>Ti preghiamo umilmente: santifica e consacra con il tuo Spirito i doni che ti abbiamo presentato, perché diventino il corpo e il sangue del tuo Figlio, il Signore nostro Gesù Cristo, che ci ha comandato di celebrare questi misteri.</p>
<p><i>Racconto dei gesti di Gesù</i></p> <p><i>[= Racconto istituzionale]</i></p>	<p>Egli, consegnandosi volontariamente alla passione, prese il pane e rese grazie, lo spezzò, lo diede ai suoi discepoli, e disse: Prendete, e mangiatene tutti: questo è il mio Corpo offerto in sacrificio per voi.</p> <p>Allo stesso modo, dopo aver cenato, prese il calice, di nuovo ti rese grazie, lo diede ai suoi discepoli, e disse:</p> <p>Prendete, e bevetene tutti: questo è il calice del mio Sangue per la nuova ed eterna alleanza, versato per voi e per tutti in remissione dei peccati. Fate questo in memoria di me.</p>	<p>Egli, nella notte in cui veniva tradito prese il pane, ti rese grazie con la preghiera di benedizione, lo spezzò, lo diede ai suoi discepoli, e disse: Prendete, e mangiatene tutti: questo è il mio Corpo offerto in sacrificio per voi.</p> <p>Allo stesso modo, dopo aver cenato, prese il calice, ti rese grazie con la preghiera di benedizione, lo diede ai suoi discepoli, e disse:</p> <p>Prendete, e bevetene tutti: questo è il calice del mio Sangue per la nuova ed eterna alleanza, versato per voi e per tutti in remissione dei peccati. Fate questo in memoria di me.</p>
<p><i>Acclamazione dell'assemblea</i></p>	<p>Annunziamo la tua morte, Signore, proclamiamo la tua risurrezione, nell'attesa della tua venuta.</p>	<p>Annunziamo la tua morte, Signore, proclamiamo la tua risurrezione, nell'attesa della tua venuta.</p>
<p><i>Nella preghiera la Chiesa si lascia coinvolgere nel sacrificio di Cristo</i></p> <p><i>[= Memoriale]</i></p>	<p>Celebrando il memoriale della morte e risurrezione del tuo Figlio, ti offriamo, Padre, il pane della vita e il calice della salvezza, e ti rendiamo grazie perché ci hai resi degni di stare alla tua presenza a compiere il servizio sacerdotale.</p>	<p>Celebrando il memoriale della passione redentrice del tuo Figlio, della sua mirabile risurrezione e ascensione al cielo, nell'attesa della sua venuta nella gloria, ti offriamo, o Padre, in rendimento di grazie, questo sacrificio vivo e santo.</p>
<p><i>Invocazione per l'effusione dello Spirito sulla Chiesa che condivide i doni eucaristici, perché diventi sempre più il Corpo di Cristo</i></p> <p><i>[= Epiclesi sull'assemblea]</i></p>	<p>Ti preghiamo umilmente: per la comunione al corpo e al sangue di Cristo lo Spirito Santo ci riunisca in un solo corpo.</p>	<p>Guarda con amore e riconosci nell'offerta della tua Chiesa, la vittima immolata per la nostra redenzione, e a noi che ci nutriamo del Corpo e Sangue del tuo Figlio, dona la pienezza dello Spirito Santo perché diventiamo in Cristo un solo corpo e un solo spirito.</p>

Fermati su queste letture e dopo aver sottolineato le **parole di fuoco** (che scaldano il tuo cuore), scrivi il concetto di Dio e ascolta cosa il Signore ti dice attraverso di esse. Passa dalle parole che rivolgi a Dio alle parole che Dio rivolge a te.

BUSSOLA	Data
PAROLE DI FUOCO	PAROLE SOTTOLINEATE...
CONCETTO DI DIO	TU SEI...
PAROLE DI VITA	FIGLIO MIO/FIGLIA MIA...
SINTESI -SENTIMENTI	OGGI HO COMPRESO CHE... PROVO QUESTO SENTIMENTO:
GRAZIA	ALLA LUCE DELLA PAROLA MEDITATA, SIGNORE, TI CHIEDO...
FRUTTO	FRUTTO CHE RACCOLGO E PROPOSITO SEMPLICE E ATTUABILE CHE FORMULO PER ESSERE PIU' UNITO AL SIGNORE...



Grotta degli Innocenti – Croce

A) Contemplazione del dolore di Cristo

Lettura proposta:

Dalla Lettera agli Ebrei

Ogni sommo sacerdote, infatti, è scelto fra gli uomini e per gli uomini viene costituito tale nelle cose che riguardano Dio, per offrire doni e sacrifici per i peccati. Egli è in grado di sentire giusta compassione per quelli che sono nell'ignoranza e nell'errore, essendo anche lui rivestito di debolezza. A causa di questa egli deve offrire sacrifici per i peccati anche per se stesso, come fa per il popolo.

Nessuno attribuisce a se stesso questo onore, se non chi è chiamato da Dio, come Aronne. Nello stesso modo Cristo non attribuì a se stesso la gloria di sommo sacerdote, ma colui che gli disse: Tu sei mio figlio, oggi ti ho generato, gliela conferì come è detto in un altro passo:

Tu sei sacerdote per sempre, secondo l'ordine di Melchisedek.

Nei giorni della sua vita terrena egli offrì preghiere e suppliche, con forti grida e lacrime, a Dio che poteva salvarlo da morte e, per il suo pieno abbandono a lui, venne esaudito. Pur essendo Figlio, imparò l'obbedienza da ciò che patì e, reso perfetto, divenne causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono, essendo stato proclamato da Dio sommo sacerdote secondo l'ordine di Melchisedek (Eb5,1-10).

Catechesi

Come già accennato in precedenza, nella preghiera eucaristica, noi in quanto Chiesa in preghiera facciamo memoria del sacrificio di Cristo (sacrificio come offerta della sua vita perché gli uomini possano vivere). Non resta che comprendere quale sia il «mistero» del sacrificio di Cristo al quale accettiamo nella fede di lasciarci coinvolgere. Forse, il testo biblico che può aiutare meglio è quello dei vv. 5-7 del capitolo 5 della Lettera agli Ebrei (parte sottolineata del testo).

Il desiderio umano di Gesù è di vivere: la morte non può essere desiderata per se stessa, né tanto meno la sofferenza, che non è mai un valore, né secondo il progetto del Dio della vita. Tuttavia, Gesù, nel suo cammino di obbedienza verso il progetto del Padre per la vita degli uomini suoi fratelli, rilascia nelle mani del Padre la realizzazione del suo desiderio di vita. Per questo, fu esaudito nel suo stesso desiderio di vita: morendo in obbedienza al Padre, riceve da Lui la sua stessa vita trasformata dallo Spirito. La vita umana di Gesù è la prima vita nello Spirito di santificazione (primogenito di ogni creatura) e diventa vita capace di donare vita a coloro che gli obbediscono, si lasciano, cioè, coinvolgere nella sua stessa logica di vita. E' questo il sacrificio di Cristo: mettere la propria vita a disposizione perché altri vivano. E il sacrificio della Chiesa non può essere altro che lasciarsi coinvolgere nello stile di vita di Gesù.

Prima di tutto un'accoglienza di fede pura: riconoscere nel dono della sua vita come la nostra vita dipende dal dono della sua vita! Questa è la memoria eucaristica alla quale partecipiamo. E in secondo luogo, l'obbedienza di fede chiede di trasformarsi in uno stile di vita obbediente: lasciandoci trasformare sempre più in Cristo dalla partecipazione al suo Corpo, diventiamo la sua presenza nell'agire con amore ogni giorno, in ogni circostanza della vita, pertanto anche la sofferenza vissuta in comunione con Cristo diventa occasione di crescita nella carità fraterna.

Dall'Enciclica *Ecclesia de Eucharistia* di papa Giovanni Paolo II

La Chiesa vive continuamente del sacrificio redentore, e ad esso accede non soltanto per mezzo di un ricordo pieno di fede, ma anche in un contatto attuale, poiché questo sacrificio ritorna presente, perpetuandosi sacramentalmente, in ogni comunità che lo offre per mano del ministro consacrato. In questo modo l'Eucaristia applica agli uomini d'oggi la riconciliazione ottenuta una volta per tutte da Cristo per l'umanità di ogni tempo. In effetti, «il sacrificio di Cristo e il sacrificio dell'Eucaristia sono un unico sacrificio». Lo diceva efficacemente già san Giovanni Crisostomo: «Noi offriamo sempre il medesimo Agnello, e non oggi uno e domani un altro, ma sempre lo stesso. Per questa ragione il sacrificio è sempre uno solo. [...] Anche ora noi offriamo quella vittima, che allora fu offerta e che mai si consumerà».

La Messa rende presente il sacrificio della Croce, non vi si aggiunge e non lo moltiplica. Quello che si ripete è la celebrazione memoriale, l'«ostensione memoriale» (memoralis demonstratio) di esso, per cui l'unico e definitivo sacrificio redentore di Cristo si rende sempre attuale nel tempo. La natura sacrificale del Mistero eucaristico non può essere, pertanto, intesa come qualcosa a sé stante, indipendentemente dalla Croce o con un riferimento solo indiretto al sacrificio del Calvario.

In forza del suo intimo rapporto con il sacrificio del Golgota, l'Eucaristia è sacrificio in senso proprio, e non solo in senso generico, come se si trattasse del semplice offrirsi di Cristo quale cibo spirituale ai fedeli. Il dono infatti del suo amore e della sua obbedienza fino all'estremo della vita (cfr Gv 10,17-18) è in primo luogo un dono al Padre suo. Certamente, è dono in favore nostro, anzi di tutta l'umanità (cfr Mt 26,28; Mc 14,24; Lc 22,20; Gv 10,15), ma dono innanzitutto al Padre: «sacrificio che il Padre accettò, ricambiando questa totale donazione di suo Figlio, che si fece “obbediente fino alla morte” (Fil 2,8), con la sua paterna donazione, cioè col dono della nuova vita immortale nella risurrezione».

Nel donare alla Chiesa il suo sacrificio, Cristo ha altresì voluto fare suo il sacrificio spirituale della Chiesa, chiamata ad offrire, col sacrificio di Cristo, anche se stessa. Ce lo insegna, per quanto riguarda tutti i fedeli, il Concilio Vaticano II: «Partecipando al Sacrificio eucaristico, fonte e apice di tutta la vita cristiana, offrono a Dio la Vittima divina e se stessi con essa» (EE 1,12-13).

B) Offerta del proprio dolore

Adesso, dopo aver contemplato i dolori di Gesù, compi il percorso interiore per vedere in lui il tuo dolore, per portarlo in superficie e per offrirlo al Padre nello Spirito Santo.

In-fero: entra attraverso le piaghe di Gesù nella profondità di te stesso. Puoi entrarci rispondendo alla semplice domanda che il Signore ti pone: «figlio mio, come stai?». Rispondi con estrema verità e lasciati condurre al centro del tuo cuore. Per Cristo.

Sub-fero: il tuo dolore interiore ora è davanti a te, ne sei cosciente e decidi di portarlo con Gesù e per amore di Gesù. Il Signore si siede vicino a te, ti ascolta, ti comprende, ti accoglie. Con Cristo.

Ob-fero: offri il tuo dolore e la tua intera vita in unione all'offerta di Cristo attraverso il tuo sacerdozio battesimale. In Cristo.

C) Amore al dolore altrui

Adesso volgi uno sguardo di misericordia verso coloro che ti sono vicini. Cerca di notare il loro dolore, di accoglierlo e di comprenderlo, come Gesù ha fatto con te. Può aiutarti questo semplice

esercizio: guardare il Crocifisso mettendo il volto delle persone con le quali condividi la tua quotidianità. Prega il Signore di riuscire ad amarle e a portare a tutti la sua tenerezza. Ogni momento di preghiera deve renderci migliori, colmi di misericordia.

Dall'Esortazione Apostolica *Gaudete et Exultate* di papa Francesco

Potremmo pensare che diamo gloria a Dio solo con il culto e la preghiera, o unicamente osservando alcune norme etiche – è vero che il primato spetta alla relazione con Dio –, e dimentichiamo che il criterio per valutare la nostra vita è anzitutto ciò che abbiamo fatto agli altri. La preghiera è preziosa se alimenta una donazione quotidiana d'amore. Il nostro culto è gradito a Dio quando vi portiamo i propositi di vivere con generosità e quando lasciamo che il dono di Dio che in esso riceviamo si manifesti nella dedizione ai fratelli (GE 104).

Per la stessa ragione, il modo migliore per discernere se il nostro cammino di preghiera è autentico sarà osservare in che misura la nostra vita si va trasformando alla luce della misericordia. Perché «la misericordia non è solo l'agire del Padre, ma diventa il criterio per capire chi sono i suoi veri figli». Essa è «l'architrave che sorregge la vita della Chiesa». Desidero sottolineare ancora una volta che, benché la misericordia non escluda la giustizia e la verità, «anzitutto dobbiamo dire che la misericordia è la pienezza della giustizia e la manifestazione più luminosa della verità di Dio». Essa «è la chiave del cielo» (GE 105).



Grotta della Natività – Contemplazione

Celebrazione Eucaristica

In questa Custodia l'Amico dello Sposo prevede la partecipazione ad una Celebrazione Eucaristica in accordo con un presbitero di sua conoscenza o in altre modalità.

Dopo aver partecipato alla s. Messa rimani in Chiesa per un lungo momento di preghiera silenziosa di ringraziamento.