

### ***Dt 8, 2-3. 14-16***

Mosè parlò al popolo dicendo:

«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.

Egli 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.

Non dimenticare il Signore, tuo Dio, che ti ha fatto uscire dalla terra d'Egitto, dalla condizione servile; che 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; che nel deserto ti ha nutrito di manna sconosciuta ai tuoi padri».

### ***Salmo 147***

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.

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

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.

### ***1 Cor 10, 16-17***

Fratelli, 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.

## **Sequenza**

[Sion, loda il Salvatore,  
la tua guida, il tuo pastore  
con inni e cantici.

Impegna tutto il tuo fervore:  
egli supera ogni lode,  
non vi è canto che sia degno.

Pane vivo, che dà vita:  
questo è tema del tuo canto,  
oggetto della lode.

Veramente fu donato  
agli apostoli riuniti  
in fraterna e sacra cena.

Lode piena e risonante,  
gioia nobile e serena  
sgorghi oggi dallo spirito.

Questa è la festa solenne  
nella quale celebriamo  
la prima sacra cena.

È 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.

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.

È 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.

È un segno ciò che appare:  
nasconde nel mistero  
realità sublimi.

Mangi carne, bevi sangue;  
ma rimane Cristo intero  
in ciascuna specie.

Chi ne mangia non lo spezza,  
né separa, né divide:  
intatto lo riceve.

Siano uno, siano mille,  
ugualmente lo ricevono:  
mai è consumato.

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!

Quando spezzi il sacramento  
non temere, ma ricorda:  
Cristo è tanto in ogni parte,  
quanto nell'intero.

È diviso solo il segno  
non si tocca la sostanza;  
nulla è diminuito  
della sua persona.]

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.

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.

### **Gv 6, 51-58**

In quel tempo, Gesù disse alla folla:

«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».

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

Gesù 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. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

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