

## 4 - “Fate questo in memoria di me”

### LE DUE SOLENNI INVOCAZIONI DELLO SPIRITO E I DUE “AMEN”

#### *Le due invocazioni allo Spirito Santo*

La Preghiera Eucaristica è il momento culminante di tutta la celebrazione. Si tratta di entrare in una preghiera il cui destinatario è Dio, il Padre. È una preghiera formulata in prima persona plurale, a esprimere il «noi» ecclesiale.

Tutto questo si compie nella potenza dello Spirito Santo, che viene invocato innanzitutto sul pane e sul vino, perché nel memoriale diventino il Corpo e il Sangue di Cristo, e poi, nella seconda epiclesi, quella dopo la consacrazione, viene invocato sulla comunità radunata, perché nutriti di Lui nel suo Corpo e nel suo Sangue diventiamo sempre più un solo corpo e un solo spirito tra di noi e pane spezzato verso tutti.

#### *I due “Amen”*

Da qui l'importanza dei due “Amen”: quello alla fine della dossologia trinitaria “Per Cristo, con Cristo e in Cristo...”, che conclude la Preghiera Eucaristica, e quello al momento della comunione.

Con l’Amen alla comunione non solo professiamo la nostra fede in Gesù Eucaristia, ma riconosciamo che nutrendoci di Lui noi diventiamo davvero ciò che mangiamo. L’Amen esprime il nostro "eccomi" a lasciar pensare, parlare, operare Gesù in noi, perché Lui possa continuare in noi e attraverso di noi la sua missione.

#### **Per una verifica:**

- *Come possiamo aiutare a vivere il movimento di lode, di offerta di sé e di intercessione che è proprio della Preghiera Eucaristica?*
- *Come valorizzare le acclamazioni previste in modo da coinvolgere tutta l'assemblea?*
- *Cosa potrebbe aiutare la nostra comunità cristiana a riscoprire l'importanza di partecipare al banchetto eucaristico?*
- *Come aiutare a non ridurre la comunione eucaristica a un momento “intimistico”, a riscoprire il segno del “mangiare insieme”?*

### CATECHESI E RIFLESSIONI

#### *Testi di riferimento:*

**Bibbia:** Mc 14,22-25 (cf. anche Mt 26,26-29; Lc 22,14-20; 1Cor 11,23-25)

**Catechismo della Chiesa Cattolica:** nn. 1322-1419

Papa Francesco: Udienze Generali (5.2.2014; 12.2.2014); Omelie (30.5.2013; 19.5.2014; 4.5.2015; 26.5.2016).

**Benedetto XVI:** Omelie (26.5.2005; 21.8.2005; 15.6.2006; 7.6.2007; 22.5.2008; 11.6.2009; 3.5.2010; 23.6.2011; 7.5.2012)

#### **Magistero**

Lettera enciclica: Ecclesia de Eucharistia

Esortazione apostolica: Sacramentum Caritatis

**Film consigliati:** Cronache di Narnia I (Il leone, la strega e l'armadio); Il miglio verde; Uomini di Dio; Il sospetto; Io prima di te; Marie Heurtin: dal buio alla luce; La leggenda di Bagger Vance; The Help.

#### **Riviviamo gesti e parole di Gesù**

#### *L'Eucaristia è il segno efficace dell'amore di Gesù*

Quando Gesù chiede agli apostoli di preparare il necessario per la Pasqua, vuole raggiungere un preciso obiettivo. Non intende semplicemente celebrare la Pasqua ebraica, facendo memoria della liberazione

dall’Egitto, ma celebra la sua Pasqua, il suo passaggio dalla morte alla vita, e perciò pone le basi per qualcosa di nuovo. Possiamo immaginare lo stupore negli occhi dei Dodici quando, dopo avere preso il pane, averlo benedetto e spezzato, Gesù aggiunge: «Questo è il mio corpo dato per voi». Dopodiché rafforza il messaggio con parole simili in riferimento al vino: «Questo è il mio sangue dell’alleanza, che è versato per molti». Gesù sta anticipando in modo simbolico - attraverso gesti e parole - quello che avverrà sul Calvario, e nell’anticiparlo lo accetta, decidendo di dare tutto se stesso per amore nostro. Istituito l’Eucaristia in quell’Ultima Cena aiuta anche la sua Chiesa a capire la realtà tanto nuova e misteriosa del sacramento: un segno efficace del suo amore. È la potenza dell’amore contenuto nell’Eucaristia che permette ai segni visibili di trasmettere la grazia. «Fate questo in memoria di me, cioè ripetete questi miei gesti e parole in modo che la mia morte e la mia risurrezione entrino nella vita di ogni uomo, siano rese cioè attuali e operanti nel tempo». Ripetere giova, lo sappiamo, ed ecco che Gesù Risorto ripropone lo stesso messaggio spezzando il pane per i due discepoli di Emmaus, in modo che il rito eucaristico possa essere riletto alla luce della Risurrezione. Dopo duemila anni continuiamo ad essere inseriti in questo mistero sublime che è l’Eucaristia.

### **L’Eucaristia è Gesù stesso che si dona a noi**

*“Quando celebriamo l’Eucaristia è Gesù vivo che ci raduna”*

Cuore e culmine della celebrazione è la preghiera eucaristica e all’interno di essa il momento forte della consacrazione, quando viene invocato lo Spirito Santo perché trasformi il pane e il vino nel corpo e sangue di Gesù. Gesù si dona interamente a noi: è importante non “cosificare” il sacramento, che non è una cosa ma è una Persona. «Quando celebriamo l’Eucaristia è Gesù vivo, che ci raduna, ci fa comunità, ci fa adorare il Padre» (papa Francesco): l’iniziativa viene da Lui. È Lui che ci raccoglie intorno al suo altare, che agisce attraverso il ministro ed è ancora Lui che si offre a noi come cibo spirituale per soddisfare la nostra fame di amore, di vita e di eternità. È suo desiderio incontrarci nell’intimo del nostro essere, comunicarci la sua vita, renderci partecipi dei suoi pensieri e sentimenti. L’accento non è tanto sul nostro cibarci di Lui, ma sul fatto che è Lui a nutrire noi e che la sua azione ha lo scopo di coinvolgerci perché la sua è una «presenza dinamica, che ci afferra per farci suoi, per assimilarci a sé» (Benedetto XVI).

### **L’Amen è la nostra firma che dice fede e accoglienza**

*L’Amen dichiara pubblicamente la nostra fede*

Noi da parte nostra diamo l’assenso a questo incontro, rispondiamo a un simile dono accogliendolo con riconoscenza e amore. L’Amen che pronunciamo al termine della consacrazione (dopo la dossologia trinitaria “Per Cristo, con Cristo e in Cristo”) e nel ricevere la comunione, non è una formula tanto per concludere il momento, ma rappresenta la nostra firma - detta con le labbra ma soprattutto col cuore - a quanto è avvenuto. Se pensiamo che, come ci ricorda san Giustino, nelle celebrazioni dei primi cristiani l’Amen «era gridato da tutto il popolo», siamo stimolati a pronunciarlo in modo più consapevole. La parola Amen infatti deriva dalla radice semitica *mn* che ha il significato di "sostenere, essere saldo", quindi "essere sicuro, certo, veritiero". Amen è una parola forte con cui affermiamo che non solo crediamo in quello che diciamo ma che su di esso ci stiamo giocando tutta la vita. Dio è la nostra roccia e noi ci appoggiamo stabilmente su di Lui. Poiché Lui è stabile, anche noi lo siamo: il nostro sì trova stabilità entrando nel suo sì. San Paolo lo ricorda quando afferma che Gesù «non fu “sì” e “no”, ma in lui ci fu il “sì”. Infatti tutte le promesse di Dio in lui sono “sì”. Per questo per mezzo di lui sale a Dio il nostro “amen”, per la sua gloria» (2Cor 1,19-20).

### **Il “Noi” del Corpo di Cristo**

*La Chiesa “fa” l’Eucaristia*

“La Chiesa fa l’Eucaristia e l’Eucaristia fa la Chiesa”: questa espressione coniata dal gesuita Henri De Lubac ci aiuta a fare sintesi sul “Noi” ecclesiale. Primo aspetto: la Chiesa “fa” l’Eucaristia ossia la celebra, la pone in atto. Tutto questo è espresso anche verbalmente dall’uso del pronome plurale “Noi” con cui ci si rivolge al Padre. Tutti partecipano alla lode, all’offerta e all’intercessione, ciascuno secondo la sua funzione. Chi presiede, sacerdote o vescovo, ha la facoltà di rappresentare Cristo e quindi guida la preghiera, ma anche lui è un membro dell’assemblea, ne è parte integrante. Insieme con lui ciascun fedele si apre nella fede a questo

movimento di preghiera e partecipa con tutto se stesso, con la sua vita, il suo bagaglio di desideri e di sofferenze.

### *L'Eucaristia "fa" la Chiesa*

Secondo aspetto: l'Eucaristia "fa" la Chiesa, costruisce, edifica la comunità cristiana, ci fa corpo di Cristo. Gesù invita a prendere e mangiare, e questo rimanda alla convivialità, allo stare a tavola insieme, a una vita di condivisione e di comunione, a uno sguardo nuovo verso chi ci sta accanto. È il suo Spirito versato nei nostri cuori attraverso l'Eucaristia che ci unisce a Lui e tra noi come i tralci alla vite. Questo aspetto è sottolineato dalla seconda invocazione allo Spirito Santo dopo la consacrazione quando si dice: «Ti preghiamo umilmente. Per la comunione al corpo e al sangue di Cristo, lo Spirito Santo ci riunisca in un solo corpo». Lo Spirito lavora molto in profondità e mira a creare una vera comunione che ci fa «vedere negli altri il volto di Gesù» (papa Francesco).

### **Mangiando Lui, diventiamo come Lui**

*«Nutrirci di quel "Pane di vita" significa entrare in sintonia con il cuore di Cristo, assimilare le sue scelte, i suoi pensieri, i suoi comportamenti, significa entrare in un dinamismo di amore e diventare persone di pace, persone di perdono, di riconciliazione, di condivisione solidale. Le stesse cose che Gesù ha fatto»* (papa Francesco).

### *Celebrare l'Eucaristia significa essere docili a lasciarci trasformare da Gesù*

Se Gesù si fa nostro cibo spirituale, è perché vuole salvarci dall'interno, alla radice del nostro essere. Vuole tirarci dentro un processo di graduale trasformazione e ristrutturazione che ci rende persone nuove. Siamo chiamati a lasciarci raggiungere e penetrare dalla sua vita divina, che desidera unirsi alla nostra. Nella preghiera eucaristica è svelata la dinamica che Gesù vuole attivare in noi. Il ministro prende il pane, recita la preghiera di benedizione, lo spezza e lo dà ai fedeli. Il primo passo è il prendere. Il pane che viene preso è frutto del nostro lavoro e nello stesso tempo è dono del cielo. Dio infatti ha creato la terra, la pioggia, Lui ha messo nel chicco di grano l'energia vitale che lo porterà a diventare spiga. Senza questo prodotto delle nostre mani Gesù non opera. Ha bisogno di quello che siamo, della creta con cui siamo fatti per le sue opere. Gesù chiede la mia disponibilità, il mio quotidiano farmi docile alla sua presa. Bisogna che io mi lasci afferrare da questa sua forza di trasformazione. Gesù poi benedice il Padre per il pane. E quando io mi nutro di questo pane entro in qualche modo in questa benedizione, ne sono imbevuto. Vivo da figlio amato, sul quale si posa per restarvi la parola di bene pronunciata da mio Padre. Poi c'è l'atto dello spezzare, del frantumare. Quello che non si spezza, neppure può essere mangiato e digerito, e perciò non nutre. Bisogna che ci lasciamo spezzare dalla novità del Vangelo per diventare dono per gli altri. Senza convertirci, senza la fatica di cambiare mentalità e sentimenti, senza sperimentare questa rottura, non siamo del tutto liberi dall'egoismo e quindi non riusciamo a donarci veramente e a vivere in comunione con gli altri. Bisogna che ci decidiamo a non trattenere la vita ma a lasciarla andare, condividendola. Infine c'è l'atto del dare il pane consacrato, dell'offrirlo perché sia consumato. Se abbiamo attraversato tutte le fasi e ci siamo lasciati ricreare dallo Spirito, arriviamo anche ad avere la forza di scelte concrete, di gesti di amore e di solidarietà. «Voi stessi date loro da mangiare». È la parola sconvolgente di Gesù che ci chiede di uscire a donare quello che siamo ai nostri fratelli, perché il dono misteriosamente si moltiplichi.

### *Celebrare l'Eucaristia significa diventare "eucaristia"*

Concludiamo abbozzando qualche spunto di sintesi. Abbiamo prima contemplato la realtà dell'Eucaristia come segno efficace della presenza di Cristo, poi abbiamo riflettuto sull'importanza di partecipare all'Eucaristia in modo consapevole, sapendo che riceviamo il dono di una Persona. Di fronte a questa realtà, bisogna che il nostro Amen sia autentico, coerente, sia cioè legato alla vita e abbia dentro tutta la densità della nostra docilità all'azione dello Spirito. E abbiamo scoperto che la via della pienezza sta nel vivere bene la dinamica eucaristica che è quella pasquale: lasciarsi prendere, spezzare, offrire per diventare dono. Trasformati, trasformiamo, si potrebbe sintetizzare. L'Eucaristia al centro infatti è il Signore Gesù interamente accolto e perciò lasciato libero di operare attraverso le nostre menti, i nostri cuori, le nostre mani. "Io ma non più io", secondo il pensiero dell'Apostolo.

*(a cura delle Missionarie dell'Immacolata di padre Kolbe)*

## SCHEMI DI ADORAZIONI EUCARISTICHE

### Canto d'inizio

**1° Solista:** Credo, Padre, alla tua presenza e al tuo amore, che contemplo nel tuo Figlio crocifisso e risorto, vivente nel mistero di questo pane che il tuo Spirito trasforma davanti ai miei occhi di carne e di fede.

**2° Solista:** Credo, Signore Gesù, che sei presente in questo Santissimo Segno e che la tua fragilità mi provocano a una risposta di silenzio adorante, davanti alla tua grandezza di Verbo creatore, consegnato a noi.

**1° Solista:** Credo, Spirito Santo, alla tua azione potente e presente, oltre la mia capacità di comprensione e di esperienza, oltre la mia ragione, ma grazie ad essa, illuminata dalla tua luce, oltre la mia corrispondenza quotidiana alle esigenze dell'Amore.

**Tutti:** Donaci, o Padre, la luce della fede e la fiamma del tuo amore, perché adoriamo in spirito e verità il nostro Dio e Signore, Cristo Gesù, presente in questo santo sacramento.

### *Breve silenzio*

**Guida:** O Padre, sorgente eterna della vita in pienezza, che cerchi sempre adoratori del tuo nome, benedetto nei secoli, guidaci con il tuo Spirito sulla via della verità che è il tuo Figlio, perché possiamo dissetarci per sempre alla fonte della tua predilezione e della tua benevolenza. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

### Canto per l'ascolto della Parola

#### **Ascoltiamo la Parola del Signore dal Vangelo secondo Giovanni: 4,5-26**

Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani. Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: «Dammi da bere!», tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?». Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». Le dice: «Va' a chiamare tuo marito e ritorna qui». Gli risponde la donna: «Io non ho marito». Le dice Gesù: «Hai detto bene: «Io non ho marito». Infatti hai avuto cinque mariti e quello che hai ora non è tuo marito; in questo hai detto il vero». Gli replica la donna: «Signore, vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te».

#### **Testo da lasciare alla riflessione e preghiera silenziosa**

Signore Gesù, sosta presso il mio pozzo dall'acqua spesso torbida e dissetami alla sorgente che sgorga dal tuo cuore trafitto e spalancato per amore. Fammi restare alla tua presenza in questo mezzogiorno, in questa luce

piena perché possa contemplare la tua croce, la tua Pasqua, di cui mi fai partecipe ad ogni Eucaristia. Come la donna di Samaria, tu mi stai aspettando, per immergermi nell'onda del tuo Spirito e rinnovarmi. Fammi conoscere il dono del Padre che mi offre nel suo Spirito, perché mi disseti a questa sorgente che non inaridisce. Tu doni l'acqua viva del tuo Spirito e io posso solo ripeterti: "Dammi di quest'acqua, perché non abbia più sete" d'altro, perché tu sei lo Sposo che dà senso e pienezza alla mia vita, su cui pronunci il tuo "sì, amen", perché io possa risponderti con il mio e entrare nel tuo stile di dono, diventando sorgente di vita eterna per coloro che hanno sete.

Credo, Signore, che tu sei il grande profeta, colui che ci parla in nome di Dio, perché è la sua Parola, il suo Verbo eterno con lui, donato perché zampilli in noi come sorgente, trascinandoci con sé fino alla vita eterna.

Noi vogliamo conoscerti per adorarti nella verità, perché nella verità ti sei manifestato, come verità hai parlato e ci hai posto sotto il giudizio della verità che ci libera, perché possiamo risponderti "amen", sotto il fuoco del tuo Spirito, che ti rende presente davanti ai nostri occhi di carne e di fede e ci rende uno in te, immersi nella sorgente dell'eterno amore.

Credo, Signore Gesù, che tu sei il Messia, colui che il mondo attende, che il mio cuore attende come il compimento della sua sete di vita in pienezza: sei tu, che parli con me nella tua Parola, nel silenzio dell'Eucaristia, nel sussurro del tuo Spirito ed io voglio essere "l'amen, il sì" alla tua proposta di salvezza e gioia.

*Dagli scritti di San Bernardo*

**1° Solista:** Ti lodo, o Signore, e ti rendo grazie per aver creato in me la tua immagine, affinché ti ricordi, ti pensi e ti ami; essa però è così logorata dalle mie fragilità, offuscata dal fumo dei miei peccati, che non può raggiungere il fine per cui fu fatta se tu non la rinnovi e la trasformi.

**2° Solista:** Non tento, Signore, di penetrare le tue profondità, perché la mia mente è infinitamente più piccola di essa, ma desidero intendere, in qualche modo, la tua verità che il mio cuore crede e ama. E non cerco di capire per credere, ma credo per capire, poiché penso di non poter capire se non in quanto prima ho creduto.

**Tutti:** Guardaci o Signore, ascoltaci, illuminaci e mostrati a noi. Abbi pietà delle nostre fatiche per giungere a te, perché senza di te nulla possiamo. Tu ci inviti a te: fa che avendoti cercato affamato non rimanga digiuno di te, non permettere che mi allontani vuoto e scontento, senza essermi saziato.

Insegnami a cercarti, mostrati a chi ti cerca, perché non posso cercarti se tu non me lo insegni, né trovarti se tu non ti manifesti.

Fa' o Signore che possa cercarti desiderandoti, possa desiderarti cercandoti, possa trovarti amandoti e ti possa amare trovandoti.

*Testo da lasciare alla lettura personale come guida per la revisione di vita*

Quanto penso allo Spirito, lo sento presente alla mia giornata, prego per chiedere la sua luce nelle decisioni, la sua forza per la costanza nel bene, nei momenti di sofferenza, per l'impegno della testimonianza evangelica ...

Ricordo la mia Cresima e ripenso alle altre esperienze sacramentali dello Spirito: gli permetto di trasformarmi come fa con il pane e il vino, perché possa essere Gesù per i miei fratelli ...

Quando dico *amen* con le labbra, lo assumo nella vita, unendomi all'offerta di Gesù nell'Eucaristia, accogliendo le preghiere della Chiesa che mi chiedono l'assenso di fede e l'adesione concreta. Oppure le *formule* liturgiche sono solo pronunciate per una stanca abitudine, mentre sono la *forma* della mia vita nello Spirito e nella Verità.

*Silenzio*

**Canto come richiesta di perdono**

**Tutti:** Signore Gesù, che nell'Eucaristia

continui a servire la nostra fame di comunione con Dio  
e la nostra sete di eternità,  
aiutaci a rimanere nella volontà del Padre con il cuore di figli,  
liberi di servire te nei nostri fratelli.  
Fa' che restando alla tua presenza  
sappiamo riconoscere il tuo volto nell'umanità  
che ci doni ogni giorno, come il tuo Pane  
perché impariamo a spezzarlo e  
a spezzare la nostra vita come abbiamo imparato da te.

*Breve silenzio*

**Guida:** O Padre, sorgente della vita in pienezza, dissetaci alla Pasqua del tuo Figlio, perché possiamo portare al mondo riarso la rugiada del tuo Spirito, per far germogliare la speranza e la gioia. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

**Canto finale**

## PROPOSTE PER L'ATTO PENITENZIALE ALL'INIZIO DELLA MESSA

*Dopo il saluto, il presidente introduce l'atto penitenziale con queste parole:*

Gesù Cristo, il solo giusto si è offerto al Padre in sacrificio per la salvezza di tutti. Dal cielo intercede per noi e con l'effusione dello Spirito Santo ci sostiene nel cammino di comunione con Dio e i fratelli.

Apriamo il nostro cuore al pentimento, per essere meno indegni di accostarci alla cena del Signore.

*Dopo qualche istante di silenzio per la riflessione personale, il cantore o il lettore dice:*

Signore, che sei venuto per dare la tua vita in riscatto per tutti, abbi pietà di noi.

*Assemblea:* Kýrie, eléison. *Oppure:* Signore, pietà.

Cristo, che mandi il tuo Spirito a creare in noi un cuore nuovo, abbi pietà di noi.

*Assemblea:* Christe, eléison. *Oppure:* Cristo, pietà.

Signore, che ci fai partecipi del tuo Corpo e del tuo Sangue, abbi pietà di noi.

*Assemblea:* Kýrie, eléison. *Oppure:* Signore, pietà.

*Il presidente conclude dicendo:*

Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna.

*Quindi il presidente dice la colletta.*