

- 1) Invoca lo Spirito Santo perché possa aprire il tuo cuore alla comprensione della Parola.
- 2) Leggi attentamente il brano del Vangelo

Dal Vangelo di MARCO: (14,12-16.22-26) *“Il primo giorno degli Azzimi, quando si immolava la Pasqua, i discepoli dissero a Gesù: «Dove vuoi che andiamo a preparare, perché tu possa mangiare la Pasqua?». Allora mandò due dei suoi discepoli, dicendo loro: «Andate in città e vi verrà incontro un uomo con una brocca d'acqua; seguitelo. Là dove entrerà, dite al padrone di casa: “Il Maestro dice: Dov'è la mia stanza, in cui io possa mangiare la Pasqua con i miei discepoli?”. Egli vi mostrerà al piano superiore una grande sala, arredata e già pronta; lì preparate la cena per noi». I discepoli andarono e, entrati in città, trovarono come aveva detto loro e prepararono la Pasqua. **Mentre mangiavano, prese il pane e recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro, dicendo: «Prendete, questo è il mio corpo». Poi prese un calice e rese grazie, lo diede loro e ne bevvero tutti. E disse loro: «Questo è il mio sangue dell'alleanza, che è versato per molti. In verità io vi dico che non berrò mai più del frutto della vite fino al giorno in cui lo berrò nuovo, nel regno di Dio». Dopo aver cantato l'inno, uscirono verso il monte degli Ulivi.”***

- 3) Rileggilo più volte per interiorizzare ogni Parola
- 4) Adesso fai silenzio perché Gesù possa parlare al tuo cuore.

5) Rifletti: “Mentre mangiavano, prese il pane e recitò la benedizione, lo spezzò”. Gesù compie un gesto di enorme importanza: istituisce l'Eucaristia. Tutto avviene a tavola nel semplice quotidiano momento in cui ci si alimenta. Gesù condivideva il cibo e mangiava con tutti, con gli esattori delle tasse, i pubblicani, i peccatori, i farisei, i lebbrosi. Accolse persino una donna di cattiva fama durante uno di questi pasti e si invitava dai peccatori. Apriva la mensa a tutti. I suoi pranzi non erano per i perfetti, ma per quelli che tutti rifiutavano e che nessuno amava. La Messa non è un club esclusivo di persone in grazia di Dio. Per Gesù è l'assemblea dei non salvati. L'Eucarestia è per chi si sente bisognoso, sofferente. Vado a Messa perché ho bisogno del suo amore non perché sono in regola. Nell'Eucarestia accogliamo il Signore con le nostre mani sporche e impure. E Lui viene lo stesso, si posa sulle mie mani non perché lo meriti ma perché ne ho bisogno perché Lui è più grande dei miei errori. Ecco perché l'Eucarestia è festa, festa degli uomini amati, non dei giusti. Chi celebra l'Eucaristia sa di non meritarsela *“O Signore, non son degno di partecipare alla tua mensa...”* ma conosce quell'abbraccio che fa ripartire, che rimette in cammino, che traduce la debolezza in una potenza inaudita. Il Corpo di Cristo è il pane consacrato, ma sono soprattutto le persone, gli uomini, le donne, io, il mio corpo. Amare un pezzo di pane, è facile. Credere che lì c'è Dio non ci cambia poi così tanto la vita. Ma amare le persone è un'altra cosa. Credere, che dietro certi volti ci sia Dio è più impegnativo. Madre Teresa diceva: *“Mi è difficile credere che la gente possa vedere il Corpo di Cristo in un pezzo di pane e non lo possa vedere nelle persone, negli uomini e nei volti”*. In fondo non è più facile vedere Dio nel volto di tua moglie, tuo marito, nel volto di tuo figlio che non in un pezzo di pane? Non è più facile vedere Dio in un tramonto, in uno sguardo, in un dialogo intimo, in una mano che ti aiuta, che non in un po' di vino? E' possibile amare Dio senza amare l'uomo, ma chi ama l'uomo certamente amerà anche Dio. Gesù avrebbe potuto rimanere in mezzo a noi in mille modi, magari lasciandoci un segno potente e inequivocabile della sua presenza in modo da convincere tutti anche i più dubbiosi. Invece no. Non sarebbe stato nel suo stile... Gesù decide di rimanere in mezzo a noi, nel segno fragile e quotidiano del pane e del vino. Tutto il Suo corpo, la Sua storia, la Sua vita appassionata d'amore sono lì, in quel fragile e insignificante pezzo di pane. Da mangiare. Da contemplare. Da custodire.

- **Gesù è davvero pane della mia vita? Ho desiderio di nutrirmi di Lui?**
- **Credo realmente che quella piccola ostia è il Corpo vivo, vero e reale di Gesù?**
- **Come vivo io l'Eucaristia? La vivo in modo anonimo o come momento di vera comunione con il Signore, ma anche con tanti fratelli e sorelle che condividono questa stessa mensa?**

6) Prega: Trasforma in propositi e in preghiera le riflessioni che lo Spirito ti ha suggerito. **Signore Gesù, sei rimasto nell'Eucaristia tra noi con il tuo vero corpo e con il tuo sangue. Accresci la nostra fede perché possiamo con tutto il cuore in quella piccola Ostia, riconoscerti, amarti, contemplarti, adorarti, nutrirci di te e vivere sempre con intensità e riconoscenza questo grande dono, in comunione con tutti i nostri fratelli. Amen!**

Impegno: Papa Francesco: *“L'Eucaristia è Gesù stesso che si dona interamente a noi. Nutrirci di Lui e dimorare in Lui mediante la Comunione eucaristica, se lo facciamo con fede, trasforma la nostra vita, la trasforma in un dono a Dio e ai fratelli.”* Impegniamoci a vivere così la nostra Eucaristia.