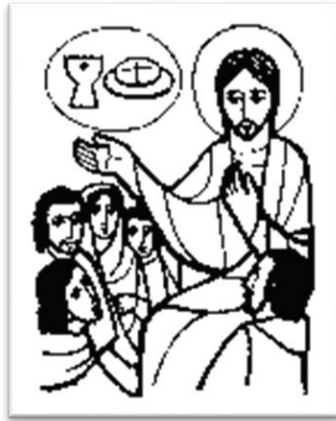


Santissimo Corpo e Sangue di Cristo – Anno A

Colore liturgico: Bianco
"Io sono il pane vivo, disceso dal cielo"

Per ASCOLTARE
il VANGELO,
per poterlo
accogliere
e vivere,
è importante riuscire
a fare un po' di silenzio
e chiedere sempre aiuto
allo Spirito Santo:



O Spirito di Dio,
apri il mio cuore
all'ascolto della tua Parola.
Vinci ogni mia distrazione
e pigrizia
perché la tua Parola
possa entrare
nel terreno del mio cuore
e portare molto frutto.
Amen.

+ Dal Vangelo secondo Giovanni (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».

Ascolta, rifletti, prega e vivi:

1. Leggi e ascolta il Vangelo, lasciandoti aiutare dalla *traccia a 4 colori*
2. Ritagliati un po' di tempo per andare in chiesa
3. Lascia che Gesù, presente nell'Eucaristia, esposta (domenica) o normalmente nel tabernacolo, ti parli
4. Poi di a Gesù tutto il bene che gli vuoi e affidagli la tua lode, la tua riconoscenza, le tue richieste ...

1 Con il colore **nero** (*il colore della scrittura*) cerchia i **personaggi**, sottolinea i **luoghi**, fai una casella intorno alle indicazioni di **tempo**.

2 Con il colore **blu** (*il colore del cielo*) sottolinea nel Vangelo la parola o la frase che più ti ha colpito: è **la parola che il Signore suggerisce a te personalmente**. Fermati su quella parola e chiediti perché il Signore la suggerisce a te in questo momento della tua vita.

3 Con il colore **rosso** (*il colore del cuore umano*) rispondi alla Parola del Signore scrivendo una **preghiera**: una richiesta particolare al Signore, un ringraziamento o una preghiera per qualcuno che ha bisogno, per delle situazioni che conosci e che il Vangelo ti suggerisce con questo brano.

4 L'ascolto della Parola di Dio fa nascere in te il desiderio di conoscere meglio il Signore, di gustare di più la preghiera, di essere più generoso nelle buone azioni... di amare e di vivere di più nell'amore.

Con il colore **verde** (*il colore della natura che germoglia, cresce e porta frutto*) scrivi un **proposito** che nasce dall'ascolto del Vangelo, da vivere concretamente nella tua vita e che può aiutarti a crescere come persona e come cristiano.

Il proposito che scegli deve aiutarti a cambiare un po' in meglio la tua vita (poco alla volta, ma con costanza).

Così la Parola del Signore diventa davvero una luce che guida i tuoi passi