



## LA SANTA MESSA

Alla S. Messa siamo tutti protagonisti , chiamati a partecipare:  
lo vogliamo fare consapevolmente.

### Liturgia Eucaristica (II parte) e riti di conclusione e congedo

#### Alla mensa del Pane

**“...chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna” (1Giov.3,23)**

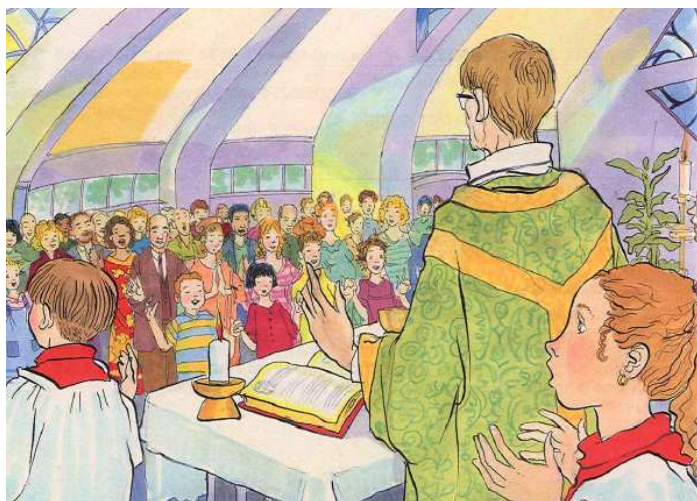
*Preghiamo con le parole di Gesù, ci auguriamo pace, ci nutriamo del  
Corpo di Cristo, riceviamo la benedizione e l'invito alla missione.*

E' costituita dal “Padre nostro”, il rito della pace, la Comunione ed i riti di conclusione.

È FONDAMENTALE capire il senso per cui, in questo preciso momento, prima della Comunione siamo chiamati a dire “Padre Nostro”, a invocare pace tra noi e nel mondo, a scambiarsi un gesto di pace: non ha senso la Comunione con il Signore, se non c'è Comunione tra fratelli, figli dello stesso Padre, capaci di perdonarci, di scambiarsi un segno di pace, guardandoci negli occhi, anche se non ci conosciamo. “Se dici di amare Dio e non ami il tuo fratello sei un bugiardo”. Per questo si può affermare che l'Eucaristia è un Sacramento anche “sociale”, che porta davvero frutti di pace.

#### Stiamo in piedi

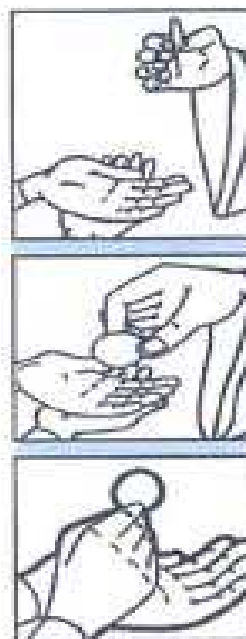
1. Il **PADRE NOSTRO**: prima di accedere alla mensa eucaristica siamo invitati ancora alla conversione del cuore, riconoscendoci fratelli, figli dello stesso Padre, impegnati a fare la Sua volontà. Il Padre Nostro è la preghiera più bella, la preghiera della famiglia; ce l'ha insegnata Gesù!
2. Il **RITO DELLA PACE**: prima di ricevere il Corpo di Cristo, il sacerdote chiede a Dio pace e unità per la Chiesa e per tutta la famiglia umana; dona la pace (“*La pace sia con voi*”) e invita i fedeli a un gesto di pace: con questo gesto i fedeli esprimono amore vicendevole: facciamolo volentieri! Poi si recita (o canta) l' "*Agnello di Dio*".
3. La **“FRAZIONE” DEL PANE**: il sacerdote spezza il pane eucaristico, come fece Gesù nel cenacolo, spezzando il Pane tra gli apostoli. È anche un invito a condividere e a consumare insieme lo stesso Pane, cibo per tutti, che fa di noi un solo corpo.
4. **PREPARAZIONE ALLA COMUNIONE**: il sacerdote presenta ai fedeli l'Ostia consacrata e dice "*Beati gli invitati alla cena del Signore! Ecco l'agnello di Dio che toglie i peccati del mondo.*" Davanti alla grandezza di questo dono, avvertiamo la nostra indegnità e chiediamo con umiltà e fede: "*O Signore, non son degno/a di partecipare alla Tua mensa, ma di soltanto una parola e io sarò salvato/a.*" Ora siamo pronti; e ci accostiamo all'altare.



5. **La COMUNIONE:** andiamo a ricevere il Signore con gioia, fede e attenzione, senza farci distrarre da nessuno. Esprimiamo la nostra gioia e unità con un canto.

Il sacerdote (o il Ministro Straordinario) ci presenta l'Ostia consacrata dicendo "Il Corpo di Cristo". Queste parole chiedono a noi un'adesione totale, una dichiarazione di fede. Per questo rispondiamo: "**Amen**" che significa: "Sì, lo credo. Desidero che Cristo diventi mio cibo e mi trasformi!" L'Amen è un atto di fede! Poi, tornati al proprio posto, ci si raccoglie in silenzio, seduti o in ginocchio, per un po' di tempo, in adorazione e ringraziamento.

Si può ricevere l'OSTIA CONSACRATA sulla lingua o sulla mano. In questo secondo caso si porgono tutte e due le mani, una sopra l'altra. Si riceve il Signore sulla mano superiore pronunciando l'"Amen"; poi con la mano che si tiene sotto si prende l'Ostia consacrata e la si porta subito alla bocca, spostandoci leggermente a lato per far spazio a chi viene dopo.



Stiamo in piedi

6. **L'ORAZIONE dopo la Comunione:** il sacerdote a nome di tutti formula una preghiera di ringraziamento, perché il Signore ci conceda di portare nella vita i frutti dell'Eucarestia che abbiamo ricevuto.

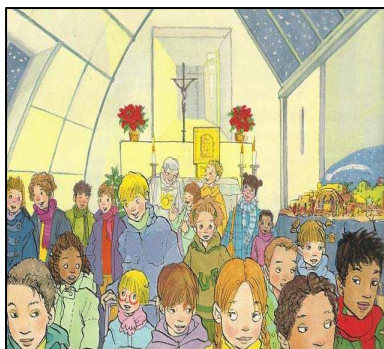
### RITI DI CONCLUSIONE

A questo punto il Parroco o il celebrante comunica i prossimi impegni e iniziative, e dà notizie sulla vita della comunità.

7. **II SALUTO e la BENEDIZIONE:** il sacerdote, rimarcata la presenza del Signore in mezzo al suo Popolo, benedice tutta la Comunità perché la presenza di Cristo continui in ciascuno e accompagni la vita quotidiana. (Benedice in modo semplice o solenne; in questo secondo caso a ciascuna delle invocazioni i fedeli rispondono "Amen").

8. **"ANDATE IN PACE!"** La Messa è finita e si torna nella vita di ogni giorno, lieti dei doni ricevuti. Le parole di commiato del sacerdote (o del diacono) riecheggiano quelle di Gesù: "Andate e annunciate il Vangelo ad ogni creatura". Sono un esplicito invito a impegnarci nel mondo, ad essere missionari all'interno delle nostre famiglie, sul lavoro, a scuola, nel tempo libero, con i vicini di casa...

**"Andate  
in tutto  
il mondo.  
Annunciate  
e portate  
la pace!"**



### **UN PAIO DI DOMANDE .....**

1. Tu sei cristiano? Perché non fai la Comunione? Se non ci sono problemi di separazione (o divorzio) con nuova convivenza, o altri impedimenti oggettivi, chiediti se non si tratta di pigrizia o poca fede. Se senti che la coscienza ti rimprovera qualche colpa, ricordati che il Signore lo sa e ha "inventato" anche un sacramento pur di perdonarci... Chiedi a un sacerdote che ti confessi: è più facile di quanto tu pensi... Poi accostati alla Comunione!
2. Hai qualche problema, dubbio, difficoltà con la Chiesa? È normale... Però hai mai cercato un tempo per parlarne con qualcuno? Se ami il Signore, la Chiesa è tua madre, e puoi criticarla con diritto solo "dall'interno", da figlio.

QUESTI FOGLI SONO STATI UTILI?