

XVIII domenica del tempo ordinario

## DOMENICA 4 AGOSTO

XVIII settimana del Tempo ordinario - II settimana del salterio

### LA PREGHIERA

#### Introduzione

O Dio vieni a salvarmi. Signore vieni presto in mio aiuto.  
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo, a Dio che è che era e che viene, per i secoli dei secoli, amen. Alleluia.

#### **Inno** (CFC)

*Insegnaci a vegliare,  
o Signore risorto,  
insegnaci a pregare  
senza mai stancarci.*

*Tu ci hai tracciato la via  
mentre, nel segreto,  
restavi in preghiera  
lungo tutta la notte.*

*Hai preso con te  
dei compagni di veglia,  
per manifestare loro  
il tuo volto di gloria.*

*Hai preso con te  
dei compagni di sofferenza,*

*per vegliare e pregare  
nell'ora dell'angoscia.*

*La tua dimora di luce  
vedranno i nostri occhi:  
dai nostri cuori sgorgherà  
il cantico eterno.*

#### **Salmo** SAL 99 (100)

Acclamate il Signore,  
voi tutti della terra,  
servite il Signore nella gioia,  
presentatevi a lui con esultanza.

Riconoscete  
che solo il Signore è Dio:  
egli ci ha fatti e noi siamo suoi,  
suo popolo  
e gregge del suo pascolo.

Varcate le sue porte  
con inni di grazie,  
i suoi atri con canti di lode,  
lodatelo, benedite il suo nome;

perché buono è il Signore,  
il suo amore è per sempre,  
la sua fedeltà  
di generazione in generazione.

## **Ripresa della Parola di Dio del giorno**

«Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà» (Gv 6,27).

**Cantico di Zaccaria o di Maria o di Simeone** (vedi bandella)

## **Lode e intercessione**

**Rit.: Resta con noi, Signore della vita!**

- Signore, tu sei il pane di vita disceso dal cielo: dissipa il nostro dubbio e rischiara la nostra notte.
- Signore, i nostri cuori hanno fame della tua presenza e la gioia ci spinge alla fede: donaci la forza di annunciarti vivente.
- Signore, ti chiediamo di restare con noi, ma sei tu a offrirci un banchetto: concedici di riconoscerti nello spezzare il pane.

## **Padre nostro**

**Orazione** (vedi Colletta)

# LA MESSA

## **ANTIFONA D'INGRESSO** SAL 69,2.6

O Dio, vieni a salvarmi,  
Signore, vieni presto in mio aiuto.  
Tu sei mio aiuto e mio liberatore: Signore, non tardare.

*Gloria*

p. 608

## **COLLETTA**

Mostra la tua continua benevolenza, o Padre, e assisti il tuo popolo, che ti riconosce creatore e guida; rinnova l'opera della tua creazione e custodisci ciò che hai rinnovato. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

*oppure*

O Dio, che affidi al lavoro dell'uomo le risorse del creato, fa' che non manchi il pane sulla mensa dei tuoi figli, e risveglia in noi il desiderio della tua parola. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

## **PRIMA LETTURA** Es 16,2-4.12-15

Dal libro dell'Èsodo

In quei giorni, <sup>2</sup>nel deserto tutta la comunità degli Israeliti mormorò contro Mosè e contro Aronne.

<sup>3</sup>Gli Israeliti dissero loro: «Fossimo morti per mano del Signore nella terra d'Egitto, quando eravamo seduti presso la pentola della carne, mangiando pane a sazietà! Invece ci avete fatto uscire in questo deserto per far morire di fame tutta questa moltitudine».

<sup>4</sup>Allora il Signore disse a Mosè: «Ecco, io sto per far piovere pane dal cielo per voi: il popolo uscirà a raccoglierne ogni giorno la razione di un giorno, perché io lo metta alla prova, per vedere se cammina o no secondo la mia legge. <sup>12</sup>Ho inteso la mormorazione degli Israeliti. Parla loro così: "Al tramonto mangerete carne e alla mattina vi sazierete di pane; saprete che io sono il Signore, vostro Dio"».

<sup>13</sup>La sera le quaglie salirono e coprirono l'accampamento; al mattino c'era uno strato di rugiada intorno all'accampamento. <sup>14</sup>Quando lo strato di rugiada svanì, ecco, sulla superficie del deserto c'era una cosa fine e granulosa, minuta come è la brina sulla terra. <sup>15</sup>Gli Israeliti la videro e si dissero l'un l'altro: «Che cos'è?», perché non sapevano che cosa fosse. Mosè disse loro: «È il pane che il Signore vi ha dato in cibo».

– *Parola di Dio.*

**SALMO RESPONSORIALE** 77 (78)

**Rit. Donaci, Signore, il pane del cielo.**

<sup>3</sup>Ciò che abbiamo udito e conosciuto  
e i nostri padri ci hanno raccontato  
<sup>4</sup>non lo terremo nascosto ai nostri figli,  
raccontando alla generazione futura  
le azioni gloriose e potenti del Signore  
e le meraviglie che egli ha compiuto. **Rit.**

<sup>23</sup>Diede ordine alle nubi dall'alto  
e aprì le porte del cielo;  
<sup>24</sup>fece piovere su di loro la manna per cibo  
e diede loro pane del cielo. **Rit.**

<sup>25</sup>L'uomo mangiò il pane dei forti;  
diede loro cibo in abbondanza.  
<sup>54</sup>Li fece entrare nei confini del suo santuario,  
questo monte che la sua destra si è acquistato. **Rit.**

**SECONDA LETTURA** Ef 4,17.20-24

Dalla Lettera di san Paolo apostolo agli Efesini  
Fratelli, <sup>17</sup>vi dico e vi scongiuro nel Signore: non comporta-  
tevi più come i pagani con i loro vani pensieri.  
<sup>20</sup>Voi non così avete imparato a conoscere il Cristo, <sup>21</sup>se dav-  
vero gli avete dato ascolto e se in lui siete stati istruiti, se-

condo la verità che è in Gesù, <sup>22</sup>ad abbandonare, con la sua condotta di prima, l'uomo vecchio che si corrompe seguendo le passioni ingannevoli, <sup>23</sup>a rinnovarvi nello spirito della vostra mente <sup>24</sup>e a rivestire l'uomo nuovo, creato secondo Dio nella giustizia e nella vera santità. – *Parola di Dio.*

**CANTO AL VANGELO**

MT 4,4B

Alleluia, alleluia.

Non di solo pane vivrà l'uomo,  
ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.

Alleluia, alleluia.

**VANGELO**

GV 6,24-35

✠ Dal Vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, <sup>24</sup>quando la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafàrnao alla ricerca di Gesù. <sup>25</sup>Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Rabbì, quando sei venuto qua?». <sup>26</sup>Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati. <sup>27</sup>Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha messo il suo sigillo». <sup>28</sup>Gli dissero allora: «Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?». <sup>29</sup>Gesù rispose

loro: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato». <sup>30</sup>Allora gli dissero: «Quale segno tu compi perché vediamo e ti crediamo? Quale opera fai? <sup>31</sup>I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: "Diede loro da mangiare un pane dal cielo"». <sup>32</sup>Rispose loro Gesù: «In verità, in verità io vi dico: non è Mosè che vi ha dato il pane dal cielo, ma è il Padre mio che vi dà il pane dal cielo, quello vero. <sup>33</sup>Infatti il pane di Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo». <sup>34</sup>Allora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane». <sup>35</sup>Gesù rispose loro: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai!». – *Parola del Signore.*

*Credo*

p. 610

### **SULLE OFFERTE**

Santifica, o Signore, i doni che ti presentiamo e, accogliendo questo sacrificio spirituale, trasforma anche noi in offerta perenne a te gradita. Per Cristo nostro Signore.

### **ANTIFONA ALLA COMUNIONE**

SAP 16,20

Ci hai mandato, Signore, un pane dal cielo,  
un pane che porta in sé ogni dolcezza  
e soddisfa ogni desiderio.

## **DOPO LA COMUNIONE**

Accompagna con la tua continua protezione, o Signore, i tuoi fedeli che nutri con il pane del cielo, e rendi degni della salvezza eterna coloro che non privi del tuo aiuto. Per Cristo nostro Signore.

---

### **PER LA RIFLESSIONE**

#### **Il cibo per la vita eterna**

Il Vangelo di Giovanni narra un'unica moltiplicazione dei pani, collocata vicino a Tiberiade (cf. Gv 6,23). Come di consueto nel quarto vangelo, i miracoli compiuti da Gesù sono definiti «segni», cioè eventi che «fanno segno», e indicano una realtà altra da sé. La spiegazione del «segno dei pani» segue la moltiplicazione dei pani, ma la sequenza narrativa è interrotta da un altro «segno»: al centro del capitolo 6, subito prima della nostra pericope, sta l'episodio il cui il Signore raggiunge i discepoli in mezzo al mare (cioè, il lago di Tiberiade), e si rivela loro come «lo sono», il nome divino riservato a Dio solo (cf. Gv 6,20). Questo ci aiuta a capire come Giovanni stabilisca una continuità tra il dono della manna data da Dio a Israele e il dono del pane vivo fatto da Gesù, che è egli stesso il pane disceso dal cielo.

L'assenza di Gesù era stata notata, e il giorno dopo la moltiplicazione dei pani, delle barche provenienti da Tiberiade raccolgono alcuni

di coloro che avevano assistito al miracolo (certamente non tutti i cinquemila!) e li portano a Cafarnaò. È a questo gruppo che Gesù si rivolge svelando il vero significato del segno appena compiuto. La domanda che costoro rivolgono a Gesù sembra slegata dal prodigio appena avvenuto: «Rabbì, quando sei venuto qua?» (Gv 6,25). Ma Gesù discerne l'intenzione reale della loro ricerca: «In verità, in verità io vi dico: voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati» (v. 26). Gesù orienta i suoi interlocutori a ciò che solo è necessario: credere in colui che Dio ha mandato.

A questo punto essi allora chiedono un *segno* (un altro segno!) per credere alle parole di Gesù circa in suo essere inviato dal Padre. Paradossalmente non è bastato loro il grande segno della moltiplicazione dei pani. Chiedono un segno come quello dato da Mosè, la manna che i padri mangiarono nel deserto. L'evangelista mette loro in bocca un versetto del salmo 77 che ripercorre le vicende dell'Esodo (cf. Sal 77[78],24). È l'episodio straordinario ma anche drammatico del dono della manna nel deserto, che la prima lettura ci ha presentato: Dio risponde alla mormorazione dei figli di Israele non con un castigo ma con un dono, non con la condanna ma con la misericordia. La manna, questo cibo misterioso, è il sigillo del Dio che salva e si rivela al suo popolo: «saprete che io sono il Signore, vostro Dio» (Es 16,12).

La replica di Gesù a chi lo contesta mostra che proprio qui sta il paradosso: essi non hanno riconosciuto Dio che ha donato la

manna, così come ora non sanno accogliere il pane dal cielo che dà loro il Padre. C'è un gioco giovanneo tra il cibo che perisce e il cibo che rimane per la vita eterna, così come nell'episodio della samaritana c'era un contrasto tra l'acqua che dissetava temporaneamente e l'acqua viva che avrebbe soddisfatto la sete per sempre. La folla aveva chiesto che cosa avrebbe dovuto «compiere per fare le opere di Dio» (Gv 6,28), e Gesù aveva riorientato la domanda dall'opera dell'uomo all'opera di Dio: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato» (v. 29). È l'iniziativa di Dio che ha inviato il Figlio nel mondo. A questo punto la folla fraintende ancora il discorso di Gesù: «Signore, dacci sempre questo pane» (Gv 6,34). Continuano a pensare materialmente a qualcosa che Gesù darebbe loro, ma il vero pane disceso dal cielo è Gesù stesso, che si dona completamente: è andando a lui, riconoscendo in lui il dono di Dio, che si entra nella vita vera.

*Signore Gesù, tu sei il pane disceso dal cielo: donaci di venire a te senza essere paralizzati dai nostri peccati e dalle nostre divisioni, ma di fidare nella tua misericordia, e noi riceveremo il tuo perdono e il pane che sazia la nostra fame.*

## Calendario ecumenico

### **Cattolici, anglicani e luterani**

Giovanni Maria Vianney, curato d'Ars, presbitero (1859).

### **Ortodossi e greco-cattolici**

I sette santi fanciulli dormienti di Efeso e Eudocia, martiri (98-117).

### **Copti ed etiopici**

Maria Maddalena; Filippo di Dabra Libanos, monaco (1348).

## Calendario interreligioso

### **Buddhismo tibetano**

Festa dello Shoton. In Tibet segna la fine del grande ritiro estivo dei monaci, di cento giorni. Il rito prevede la turnazione del maestro di disciplina e l'offerta rituale di yogurt ai monaci che hanno terminato il ritiro. Si ricorda quando Buddha uscì dal suo eremitaggio di dodici anni e decise che le pratiche estreme fini a se stesse non avrebbero risolto il problema della sofferenza umana.