



*«Voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati».*

## COME CERCARE IL SIGNORE IN MODO GIUSTO

**I**N questa domenica e nelle tre che seguiranno, la liturgia, dopo il racconto della moltiplicazione dei pani, ci fa destinatari del discorso di Gesù a Cafarnaò sul pane della vita. Alla manna, pane dal cielo che ha alimentato il popolo d'Israele nel deserto (*I Lettura*), ora Gesù offre il nuovo pane del cielo, quello che non perisce come la manna nel deserto, ma dura per la vita eterna (*Vangelo*). Gesù mette in guardia i suoi ascoltatori, quelli che hanno mangiato a sazietà del pane spezzato, da una ricerca ambigua e superficiale. Ricorda alle folle che è da cercare un cibo diverso «quello che rimane per la vita eterna e che darà il Figlio dell'uomo». Anzi, ché preoccuparsi per un cibo che perisce e va a male, bisogna cercare e compiere l'opera che non delude, che dà vita. E questa opera è una soltanto: «credere in colui che il Padre ha mandato».

Il vero credente è colui che grida al Signore che si proclama pane di vita, pane che è vita, consapevole della sua povertà, della sua indigenza. Oggi siamo noi la folla che segue Gesù e che, consapevole della sua reale indigenza, fa sue le parole degli ascoltatori della sinagoga di Cafarnaò: «Signore, dacci sempre questo pane».

Mons. Domenico d'Ambrosio, Arcivescovo emerito di Lecce

● Nel dono del "pane dal cielo" (la manna) che Dio offre al suo popolo nel deserto, vediamo prefigurato il dono del "pane di vita", che è Gesù. È il dono che Gesù fa di se stesso a noi in ogni Eucaristia.

**ANTIFONA D'INGRESSO** (Sal 69/70,2.6) in piedi

**O Dio, vieni a salvarmi. Signore, vieni presto in mio aiuto. Sei tu il mio soccorso, la mia salvezza: Signore, non tardare.**

Celebrante - Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Assemblea - Amen.

C - Il Signore sia con voi. A - **E con il tuo spirito.**

### ATTO PENITENZIALE

C - Fratelli e sorelle, accogliamo l'invito di Gesù ad amarci gli uni gli altri, come Egli ci ha amato. È questo che identifica il vero cristiano.

(Breve pausa di silenzio).

Tutti - **Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, (ci si batte il petto) per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata sempre Vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli, di pregare per me il Signore Dio nostro.**

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

A - Amen.

C - Signore, pietà.

A - Signore, pietà.

C - Cristo, pietà.

A - Cristo, pietà.

C - Signore, pietà.

A - Signore, pietà.

**GLORIA A DIO NELL'ALTO DEI CIELI e pace in terra agli uomini di buona volontà.** Noi ti lodiamo, ti benediciamo, ti adoriamo, ti glorifichiamo, ti rendiamo grazie per la tua gloria immensa, **Signore Dio, Re del cielo, Dio Padre onnipotente.** Signore, Figlio unigenito, Gesù Cristo, **Signore Dio, Agnello di Dio, Figlio del Padre,** tu che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi; **tu che togli i peccati del mondo, accogli la nostra supplica;** tu che siedi alla destra del Padre, abbi pietà di noi. **Perché tu solo il Santo, tu solo il Signore, tu solo l'Altissimo, Gesù Cristo, con lo Spirito Santo:** nella gloria di Dio Padre. Amen.

**COLLETTA** - Mostraci la tua continua benevolenza, o Padre, e assisti il tuo popolo, che ti riconosce suo pastore e guida; rinnova l'opera della tua creazione e custodisci ciò che hai rinnovato. Per il nostro Signore Gesù...  
A - Amen.

Oppure la colletta dell'Anno B, dal Messale, pag. 997:

C - O Dio, che affidi al lavoro dell'uomo le immense risorse del creato, fa' che non manchi mai il pane sulla mensa di ciascuno dei tuoi figli, e risveglia in noi il desiderio della tua parola, perché possiamo saziare la fame di verità che hai posto nel nostro cuore. Per il nostro Signore...

A - Amen.

## LITURGIA DELLA PAROLA

### PRIMA LETTURA

seduti

*Al suo popolo che lungo il cammino nel deserto soffre la fame, Dio dona il cibo miracoloso della manna, figura dell'Eucaristia.*

**Dal libro dell'Esodo (16,2-4.12-15)**

In quei giorni, nel deserto tutta la comunità degli Israeliti mormorò contro Mosè e contro Aronne. 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». 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.

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». La sera le quaglie salirono e coprirono l'accampamento; al mattino c'era uno strato di rugiada intorno all'accampamento.

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. 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.

A - Rendiamo grazie a Dio.

**SALMO RESPONSORIALE** (Sol 77,3.4.23-24.25.54)

*Vengono ricordati alle generazioni presenti e future i grandi interventi di Dio, così i doni della manna e della terra promessa. Per questo cantiamo (o diciamo):*

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

Fa- Sib-  
Do-na-ci, Si-gno-re, il  
Do7 Fa-  
pa-ne del cie-lo.

Ciò che abbiamo udito e conosciuto / e i nostri padri ci hanno raccontato / 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. R

Diede ordine alle nubi dall'alto / e aprì le porte del cielo; / fece piovere su di loro la manna per cibo / e diede loro pane del cielo. R

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

### SECONDA LETTURA

*Nel Battesimo il cristiano è diventato nuova creatura. Come seguace di Cristo, deve abbandonare il suo precedente stile di vita ("l'uomo vecchio") e rivestirsi dell'"uomo nuovo", che è Cristo Gesù.*

**Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini (4,17.20-24)**

Fratelli, vi dico e vi scongiuro nel Signore: non comportatevi più come i pagani con i loro vani pensieri. Voi non così avete imparato a conoscere il Cristo, se davvero gli avete dato ascolto e se in lui siete stati istruiti, secondo la verità che è in Gesù, ad abbandonare, con la sua condotta di prima, l'uomo vecchio che si corrompe seguendo le passioni ingannevoli, a rinnovarvi nello spirito della vostra mente e a rivestire l'uomo nuovo, creato secondo Dio nella giustizia e nella vera santità.

Parola di Dio.

A - Rendiamo grazie a Dio.

### CANTO AL VANGELO

(Mt 4,4b)

in piedi

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

### VANGELO

*Lo scopo principale della nostra vita deve essere non il solo pane materiale, simbolo dei beni necessari alla vita, ma Gesù "vero pane disceso dal cielo", che ci dona la vita che non finisce.*

**Dal Vangelo secondo Giovanni (6,24-35)**

A - Gloria a te, o Signore.

In quel tempo, quando la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafarnao alla ricerca di Gesù. Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Rabbi, quando sei venuto qua?». 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. 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.

A - **Lode a te, o Cristo.**

### PROFESSIONE DI FEDE

in piedi

**CREDO IN UN SOLO DIO, Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra, di tutte le cose visibili e invisibili.** Credo in un solo Signore, Gesù Cristo, unigenito Figlio di Dio, nato dal Padre prima di tutti i secoli: **Dio da Dio, Luce da Luce, Dio vero da Dio vero,** generato, non creato, della stessa sostanza del Padre; per mezzo di lui tutte le cose sono state create. **Per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo, (si china il capo)** e per opera dello Spirito Santo si è incarnato nel seno della Vergine Maria e si è fatto uomo. **Fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato, morì e fu sepolto.** Il terzo giorno è risuscitato, secondo le Scritture, **è salito al cielo, siede alla destra del Padre.** E di nuovo verrà, nella gloria, per giudicare i vivi e i morti, e il suo regno non avrà fine. **Crede nello Spirito Santo, che è Signore e dà la vita, e procede dal Padre e dal Figlio.** Con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato, e ha parlato per mezzo dei profeti. **Crede la Chiesa, una, santa, cattolica e apostolica.** Professo un solo battesimo per il perdono dei peccati. **Aspetto la risurrezione dei morti e la vita del mondo che verrà. Amen.**

### PREGHIERA DEI FEDELI

(da adattare)

C - Fratelli e sorelle, il Signore ci offre il suo corpo e il suo sangue. Innalziamo con riconoscenza la nostra preghiera.

Letto - Preghiamo insieme dicendo:

A - **Signore, pane di vita, ascoltaci.**

1. Per la santa Chiesa, perché nutrita del Pane eucaristico, annunzi al mondo l'amore di Cristo con la parola e le opere, preghiamo:

2. Per il Papa, i vescovi, i sacerdoti, i diaconi, perché si conformino sempre più al mistero eucaristico per lodare Dio e per edificare la comunità, preghiamo:

3. Per i ministri straordinari della santa Comunione, perché con il loro servizio ai malati, siano testimoni dell'amore di Cristo, preghiamo:

4. Per i giovani, perché, in questo tempo di preparazione al Sinodo, sappiano cogliere nell'Eucaristia la sorgente e la forza per vivere in pienezza la loro giovinezza, preghiamo:

### Intenzioni della comunità locale.

C - Accogli, o Padre, la preghiera di questa famiglia, nutrita del pane eucaristico, diventi segno concreto di una nuova umanità. Per Cristo nostro Signore.

A - **Amen..**

## LITURGIA EUCARISTICA

C - Pregate, fratelli e sorelle...

in piedi

A - **Il Signore riceva dalle tue mani questo sacrificio a lode e gloria del suo nome, per il bene nostro e di tutta la sua santa Chiesa.**

**SULLE OFFERTE** - Santifica, o Dio, i doni che ti presentiamo e trasforma in offerta perenne tutta la nostra vita in unione alla vittima spirituale, il tuo servo Gesù, unico sacrificio a te gradito. Egli vive e regna nei secoli dei secoli.

A - **Amen.**

(Si suggerisce la Preghiera eucaristica V/A: *Dio guida la sua Chiesa.* Messale II ed. pag. 899).

### MISTERO DELLA FEDE

in ginocchio

A - **Ogni volta che mangiamo di questo pane e beviamo a questo calice, annunziamo la tua morte, Signore, nell'attesa della tua venuta.**

**ANTIFONA ALLA COMUNIONE** - Dice il Signore: «Io sono il pane della vita: chi viene a me non avrà più fame, chi crede in me non avrà più sete».

(Gv 6,35)

*Pausa di ringraziamento alla Comunione.*

**DOPO LA COMUNIONE** - Accompagna con la tua continua protezione, Signore, il popolo che hai nutrito con il pane del cielo, e rendilo degno dell'eredità eterna. Per Cristo nostro Signore.

A - **Amen.**

**PROPOSTE PER I CANTI:** Da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi 2009. 5 Ristampa. *Inizio:* Tu, festa della luce (739); *Vieni, fratello* (760). *Salmo responsoriale:* Ritornello: *Gustate e vedete* (101); da *Il canto del Salmo responsoriale* (ElleDiCi, 2011). *Processione offertoriale:* Tu, fonte viva (740). *Comunione:* Il cielo narra la tua gloria (657); Tu sei la mia vita (732). *Congedo:* Con il mio canto (630).

## GESÙ, «IL VERBO/LOGOS»

*Gesù si è fatto uomo come noi nel tempo senza cessare di essere il Figlio di Dio.*

**È** IL Vangelo secondo Giovanni a presentarci questo particolare titolo, che rivela un aspetto profondo dell'identità di Gesù: «In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio» (Gv 1,1). «Verbo» e «Logos» indicano «la parola» (in latino *Verbum*, in greco *Logos*).

Nella Bibbia la «parola» è fonte della rivelazione di Dio ed è all'origine della creazione: Dio «parla» e subito «avviene» quanto egli ordina: «Dio disse... e così avvenne» (Gen 1,1-31). Infatti nella lingua della Bibbia, il termine *dabâr*, che indica la parola, significa sia «parola» sia «fatto».

L'evangelista Giovanni attribuisce tutto ciò a Gesù: Gesù è il rivelatore del Padre e la creazione è stata fatta per mezzo di lui, «parola» attiva del Padre: «Tutto è stato fatto per mezzo di lui e senza di lui nulla è stato fatto di ciò che esiste» (Gv 1,3). A lui fa eco l'apostolo Paolo: «Tutte le cose sono state create per mezzo di lui e in vista di lui» (Col 1,16).

Nella cultura greco-romana dell'epoca del Nuovo Testamento, al termine *Logos/Verbo* veniva attribuita la funzione di «principio ordinatore» dell'universo, quasi fosse la «ragione» che ne spiegava l'origine e la finalità. Con questo termine l'evangelista Giovanni indica invece il Figlio di Dio Gesù, che si è fatto uomo (= «carne»), senza cessare di essere Dio: «Il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi» (Gv 1,14).

Don Primo Gironi, ssp, biblista



**Grotta della Natività. Dal IV secolo a Betlemme inizia la costruzione della Chiesa della Natività. Particolare: «Hic Verbum caro factum est». «Qui il Verbo si è fatto carne». Rimane sempre stimolante un pellegrinaggio in Terra Santa, dove «il cielo ha toccato la terra e Dio ha camminato sui passi dell'uomo».**

(Card. Gianfranco Ravasi).

*Gesù, Verbo incarnato, tu sei disceso dal cielo per farti come noi. Sei nato a Betlemme, «casa del pane», per farti pane per noi. Tu ci dai il vero pane di vita, cioè te stesso, e ci inviti a riceverti nella fede e a testimoniarti nelle opere della carità.*

## LITURGIA DEL GIORNO

## XVIII SETTIMANA DEL TEMPO ORDINARIO

(6-11 agosto) *Liturgia delle Ore: Il settimana*

**06 L** *Trasfigurazione del Signore / B. Festa (bianco). Il Signore regna, il Dio di tutta la terra.* I discepoli fanno esperienza della divinità di Gesù Cristo: egli è trasfigurato in Luce, conversa con il Padre. La Legge e i profeti, rappresentati da Mosè ed Elia, rivelano che egli è l'atteso della storia. *B. Maria Francesca di Gesù.* Dn 7,9-10.13-14 opp. 2Pt 1,16-19; Sal 96,1-2.5-6.9; Mc 9,2-10.

**07 M** *Il Signore ha ricostruito Sion ed è apparso in tutto il suo splendore.* Gesù è in preghiera mentre i discepoli sono in balia delle onde: spesso anche noi ci sentiamo soli quando siamo nelle difficoltà. Ma il Signore dalla sua riva ci vede e ci raggiunge. *Ss. Sisto II e c. (m.f.); S. Gaetano Thiene (m.f.); S. Donato.* Ger 30,1-2.12-15.18-22; Sal 101,16-21.29.22-23; Mt 14,22-36.

**08 M** *S. Domenico di Guzman, sacerdote. Memoria (bianco). Il Signore ci custodisce come un pastore il suo gregge.* Gesù sembra maltrattare la donna straniera: in realtà la provoca perché possa esprimere la sua fede. Ella riconosce la superiorità di Israele, ma chiede di esservi associata e mostra ai discepoli che la salvezza è per tutti. *B. Maria Margherita Caiani.* Ger 31,1-7; Cant. Ger 31,10-13; Mt 15,21-28.

**09 G** *S. Teresa Benedetta della Croce, vergine e martire, patrona d'Europa. Festa (rosso). Ecco lo sposo: andate incontro a Cristo Signore.* Le dieci ragazze attendono lo sposo, ma con due stili diversi: un gruppo con l'olio per le lampade, le altre senza. L'olio è la nostra stessa vita pronta per Dio: per questo non si può condividere. Os 2,16b.17b.21-22; Sal 44,11-12.14-17; Mt 25,1-13.

**10 V** *S. Lorenzo, diacono e martire, Festa (rosso). Beato l'uomo che teme il Signore.* I martiri sono coloro che, associati alla morte di Cristo, sono certi di morire per lui e con lui portar frutto, come il chicco di grano che marcisce sotto terra e solo così produce una spiga. *S. Blano; S. Agostino Ota.* 2Cor 9,6-10; Sal 111,1-2.5-6.9; Gv 12,24-26.

**11 S** *S. Chiara d'Assisi, vergine. Memoria (bianco). Tu non abbandoni chi ti cerca, Signore.* La fede dei discepoli è poca, non nel senso della quantità: ne basta un granello di senapa, dice Gesù. Ma non è ancora autentica, cioè non si fida realmente di Dio. *S. Cassiano; S. Rufino.* Ab 1,12 - 2,4; Sal 9,8-13; Mt 17,14-20.

[12 **D** *XIX Domenica del T. O.o / B (S. Giovanna Francesca de Chantal)* 1 Re 19,4-8; Sal 33,2-9; Ef 4,30 - 5,2; Gv 6,41-51].

Elide Siviero