

## XVIII DOMENICA DEL TEMPO ORDINARIO (ANNO B)

---

*Grado della Celebrazione: DOMENICA*  
*Colore liturgico: Verde*

### **Antifona d'ingresso**

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

### **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, tuo Figlio, che è Dio,  
e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo,  
per tutti i secoli dei secoli.

*Oppure (Anno B):*

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, tuo Figlio, che è Dio,  
e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo,  
per tutti i secoli dei secoli.

### **PRIMA LETTURA** ([Es 16,2-4.12-15](#))

*Io farò piovere pane dal cielo per voi.*

Dal libro dell'Èsodo

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

**SALMO RESPONSORIALE** ([Sal 77](#))

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

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.

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.

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.

**SECONDA LETTURA** ([Ef 4,17.20-24](#))

*Rivestite l'uomo nuovo, creato secondo Dio.*

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

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

**Canto al Vangelo** ([Mt 4,4](#))

Alleluia, alleluia.

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

Alleluia.

**VANGELO** ([Gv 6,24-35](#))

*Chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai!*

+ Dal Vangelo secondo Giovanni

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 Cafàrnao alla ricerca di Gesù. Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Rabbì, 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».

Gli dissero allora: «Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?». Gesù rispose loro: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato».

Allora gli dissero: «Quale segno tu compi perché vediamo e ti crediamo? Quale opera fai? I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: “Diede loro da mangiare un pane dal cielo”». 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. Infatti il pane di Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo».

Allora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane». 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

### **Preghiera dei fedeli**

Fratelli e sorelle, il Padre ha mandato suo figlio Gesù per invitaci a vivere una vita nuova, da figli di Dio. Preghiamo perché ci aiuti a nutrirci sempre di più della sua Parola, che sazia tutte le nostre attese.

Preghiamo insieme e diciamo: Ascoltaci, o Signore.

1. Per la Chiesa, il Papa e i vescovi: ricordino con coraggio a quanti sono preoccupati del benessere materiale che le persone hanno esigenze più profonde, che solo la fede e la parola di Gesù possono saziare, preghiamo.
2. Per coloro che hanno autorità sulle nazioni: non spingano la società solo al benessere materiale, ma sappiano regolare il loro impegno sulle esigenze profonde della persona: la sicurezza sociale, l'educazione, la solidarietà, l'impegno per i più deboli, preghiamo.
3. Per quanti vivono nell'insicurezza, nella disperazione e nella solitudine: trovino nella Parola la vicinanza di Dio, consapevoli che la vita è un dono di Dio e che egli è sempre al nostro fianco come Padre misericordioso e fedele, preghiamo.
4. Per la nostra comunità cristiana: sappia nutrirsi della parola di Dio per vivere la vita nuova dei figli di Dio e sia capace di avvicinare anche i più piccoli alla lettura della Bibbia, preghiamo.

O Padre, che hai mandato il tuo Figlio per donarci il “cibo che dura per la vita eterna”, esaudisci le nostre preghiere e aumenta la nostra fede nella tua Parola. Egli vive e regna nei secoli dei secoli.

### **Preghiera 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 di comunione**

Ci hai mandato, Signore, un pane dal cielo,  
un pane che porta in sé ogni dolcezza  
e soddisfa ogni desiderio. (Cf. Sap 16,20)

*Oppure (Anno B):*

Io sono il pane della vita;  
chi viene a me non avrà più fame  
e chi crede in me non avrà più sete. (Gv 6,35)

### **Preghiera 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.

### **Commento**

*Il Vangelo secondo san Giovanni ci offre vari discorsi che Gesù ha tenuto nella sinagoga di Cafarnao per spiegare ai credenti il significato della manna ricevuta nel deserto.*

*Queste spiegazioni devono aiutare i credenti del tempo della Chiesa a vivere in modo giusto. Il Vangelo di oggi riferisce il discorso che parla dell'importanza della fede in Gesù Cristo. Gesù Cristo è l'inviato di Dio, egli porta l'ultima rivelazione ed apre la via che conduce a Dio. Colui che segue Gesù con fede, che entra con Gesù nella comunità mediante il battesimo, che prende Gesù come modello e lo ascolta, troverà attraverso di lui la verità che calma la fame di vita. Perché questa verità è Dio stesso che, attraverso Gesù Cristo, offre a tutti gli uomini la possibilità di condividere la sua vita.*

*Quello che hanno cercato, presentito, e in parte riconosciuto i pensatori, i profeti e i nostalgici di Dio di tutte le nazioni e di tutti i tempi, raggiunge attraverso Gesù la chiarezza e la verità di Dio. Questa verità è presente e può essere colta nella parola e nell'esempio di Gesù, ma soprattutto nella sua persona. Perché egli è la verità, egli è la via, egli è la vita di Dio in persona! E ci è offerto di vivere con devoto rispetto in modo assolutamente diretto, oggi, nella festa liturgica della sua Chiesa.*

NOTE:

- per contattarci scrivi a: [info@lachiesa.it](mailto:info@lachiesa.it)
  - se vuoi aiutarci: [clicca qui](#)
-