

## Antifona

O Dio vieni a salvarmi. Signore, vieni presto in mio aiuto. Sei tu il mio soccorso, la mia salvezza: Signore, non tardare. (Sal 70,2.6)

## Prima lettura (Es 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».

## Salmo (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.

## XVIII Domenica – anno B

4 agosto 2024

## Canto al Vangelo (Mt 4,4)

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

## Vangelo (Gv 6,24-35)

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!».

## Seconda lettura (Ef 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.

## Colletta

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.

## Offertorio

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.

## Antifona comunione

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

Oppure:

Dice il Signore: "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)

## Pregliera 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.

*inizio:* ♪ È lui che mi nutre: non verrò meno ♪ (pag. 240) pag. 9 n. 2

♪ È Lui che mi nutre: non verrò meno ♪

Ricordati di tutto il cammino che il Signore tuo Dio  
ti ha fatto percorrere nel deserto, per umiliarti e metterti alla prova,  
per sapere quello che avevi nel cuore.

Egli ti ha umiliato, ti ha fatto provare la fame,  
poi ti ha nutrito di manna, che tu non conoscevi  
per farti capire che l'uomo non vive soltanto di pane,  
ma che l'uomo vive di quanto esce dalla bocca del Signore.

♪ È Lui che mi nutre: non verrò meno ♪

Voi che non avete denaro, venite;  
comprate senza denaro, senza pagare, vino e latte.  
Perché spendete denaro per ciò che non è pane,  
il vostro guadagno per ciò che non sazia?  
Su, ascoltate e mangerete cose buone e gusterete cibi succulenti.  
Porgete l'orecchio e venite a me, ascoltate e vivrete.

♪ È Lui che mi nutre: non verrò meno ♪

**Salmo:** ♪ Donaci Signore il pane del cielo ♪ pag. 151

*inizio:* ♪ È lui che mi nutre: non verrò meno ♪ (pag. 240) pag. 9 n. 2

♪ È Lui che mi nutre: non verrò meno ♪

Ricordati di tutto il cammino che il Signore tuo Dio  
ti ha fatto percorrere nel deserto, per umiliarti e metterti alla prova,  
per sapere quello che avevi nel cuore.

Egli ti ha umiliato, ti ha fatto provare la fame,  
poi ti ha nutrito di manna, che tu non conoscevi  
per farti capire che l'uomo non vive soltanto di pane,  
ma che l'uomo vive di quanto esce dalla bocca del Signore.

♪ È Lui che mi nutre: non verrò meno ♪

Voi che non avete denaro, venite;  
comprate senza denaro, senza pagare, vino e latte.  
Perché spendete denaro per ciò che non è pane,  
il vostro guadagno per ciò che non sazia?  
Su, ascoltate e mangerete cose buone e gusterete cibi succulenti.  
Porgete l'orecchio e venite a me, ascoltate e vivrete.

♪ È Lui che mi nutre: non verrò meno ♪

**Salmo:** ♪ Donaci Signore il pane del cielo ♪ pag. 151