

# Alla Scuola del Vangelo

ascoltare | conoscere | seguire | celebrare | servire

---

**Anno B**

**19a** domenica del Tempo Ordinario

## *Io sono il pane per tutti!*

### **SEGNO DI CROCE**

*Nel nome del Padre...*

### **SILENZIO**

*Dopo il segno di croce, dai inizio al momento di ascolto della voce del Signore, raccogliendoti in un istante in silenzio. Ora invoca su di te e sulla tua vita la luce e la forza dello Spirito santo.*

### **INVOCAZIONE**

#### **ALLO SPIRITO SANTO**

### **INVITATORIO**

*Aperti all'ascolto della pagina del Vangelo di questa domenica usando le parole di invocazione proposte dal Salmo responsoriale.*

dal Salmo 33

Rit. ***Gustate e vedete com'è buono il Signore.***

Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la sua lode.  
Io mi glorio nel Signore:  
i poveri ascoltino e si rallegriano.

Magnificate con me il Signore,  
esaltiamo insieme il suo nome.  
Ho cercato il Signore: mi ha risposto  
e da ogni mia paura mi ha liberato.

Guardate a lui e sarete raggianti,  
i vostri volti non dovranno arrossire.  
Questo povero grida e il Signore lo ascolta,  
lo salva da tutte le sue angosce.

L'angelo del Signore si accampa  
attorno a quelli che lo temono, e li libera.  
Gustate e vedete com'è buono il Signore;  
beato l'uomo che in lui si rifugia.

## ASCOLTARE

*Come all'inizio della creazione Dio rompe il velo del silenzio del mondo per fare scendere sulla terra come pioggia la sua voce, così nel silenzio del tuo cuore e della tua mente il Signore stesso semina in te la sua Parola, perché la tua vita diventi feconda di Vangelo e creativa di ogni bene.*

Gv 6,41-51

[testo TILC]

Dal racconto evangelico di Giovanni

<sup>41</sup> Quegli Ebrei che parlavano con Gesù si misero a protestare perché aveva detto: “Io sono il pane venuto dal cielo”; <sup>42</sup> e osservavano: «Costui è Gesù, non è vero? È il figlio di Giuseppe. Conosciamo bene suo padre e sua madre. Come mai ora dice: Io sono venuto dal cielo?».

<sup>43</sup> Gesù rispose: «Smettetela di protestare tra di voi. <sup>44</sup> Nessuno può avvicinarsi a me con fede, se non lo attira il Padre che mi ha mandato. E io lo risusciterò nell'ultimo giorno. <sup>45</sup> I profeti hanno scritto queste parole: “Tutti saranno istruiti da Dio”; ebbene, chiunque ascolta Dio Padre ed è istruito da lui si avvicina a me con fede. <sup>46</sup> Nessuno però ha visto il Padre se non il Figlio che viene dal Padre. Egli ha visto il Padre. <sup>47</sup> Ve lo assicuro: chi crede ha la vita eterna. <sup>48</sup> Io sono il pane che dà la vita. <sup>49</sup> I vostri antenati, nel deserto, mangiarono la manna e poi morirono ugualmente; <sup>50</sup> invece, il pane venuto dal cielo è diverso: chi ne mangia non morirà. <sup>51</sup> Io sono il pane, quello vivo, venuto dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà per sempre. Il pane che io gli darò è il mio corpo, dato perché il mondo abbia la vita».

## CONOSCERE

*Leggi più volte il testo sacro, adagio, per cogliere in esso il messaggio di Dio. Il commento ti potrà aiutare a capire la situazione e l'ambiente in cui si svolge il fatto narrato o il perché delle parole in esso riportate.*

Siamo noi a cercare Dio o e lui a cercare noi? Ancora prima che noi cominciamo a cercarlo consapevolmente, egli ci attira a sé, come un innamorato, tramite Cristo.

La reazione giusta da parte nostra è di essere pienamente disposti ad ascoltare e ad imparare: “Chiunque ha udito il Padre e ha imparato da lui, viene a me”. Ciò significa seguire Cristo, poiché “solo colui che viene da Dio ha visto il Padre” e quindi solo lui può conoscere perfettamente la volontà del Padre e rivelarla.

La vita eterna che noi tutti desideriamo dipende dalla fede in Cristo, da una fiducia e da un impegno costanti, che faranno cominciare la vita-risurrezione qui ed ora, garantendo la risurrezione dei corpi alla vita immortale.

In attesa, i fedeli si nutrono del suo Corpo e del suo Sangue nella santa Eucaristia, costituendo a poco a poco in loro stessi una “riserva” di vita immortale. Se Elia o gli Ebrei dell'Esodo mangiarono del pane prezioso, noi mangiamo qualcosa di molto più prezioso: “Il pane che io darò è la mia carne”.

## SEGUIRE

*Durante la settimana metti la tua vita in relazione con il testo che hai letto. È la tua rilettura allo scopo di ascoltare cosa il Signore dice a te in questo periodo o situazione della vita, cosa dice allo sviluppo della tua persona, cosa suggerisce per le tue relazioni. Lui ti consola, ti esorta, ti orienta e ti rallegra.*

- Domenica** Leggi il brano di Vangelo e chiediti: sento di avere appreso dalla vita il discernimento delle parole? Cioè, so riconoscere e distinguere in me e attorno a me le parole buone da quelle cattive, i giudizi positivi da quelli negativi? Anch'io sono incline alla maldicenza, al pregiudizio verso e sugli altri?
- Lunedì** Leggi il brano di Vangelo e chiediti: come mi comporto quando mi accorgo di essere vittima della calunnia, del pregiudizio e della maldicenza da parte delle persone che mi sono vicine? Come ha fatto Gesù, affronto il male restando sempre dalla parte del bene mio e altrui? Con pazienza spiego agli altri le mie ragioni avendo sempre come obiettivo di salvare lo spirito di fraternità cristiana?
- Martedì** Leggi il brano di Vangelo e chiediti: quando le altre persone non mi accolgono, restando ancorate ai loro pregiudizi, continuo a credere in me stesso e in ciò che avverto essere in me il soffio di Dio? Difendo con tutto me stesso le mie idee e convinzioni, oppure...? Ho compreso bene che sono proprio le avversità della vita a definire la mia personalità, ad aiutarmi a crescere interiormente, insegnandomi come orientare le scelte coraggiose della mia storia personale? Se io non sono la somma dei miei problemi, allora vuole dire che sono la somma dei miei tentativi quotidiani di crescita e di vita?
- Mercoledì** Leggi il brano di Vangelo e chiediti: lungo il mio viaggio spirituale mi sento attirato alle realtà di Dio? Vivo la mia relazione con Gesù come la via, la verità e la vita che quotidianamente mi liberano da ogni forma di male interiore ed esteriore? Sento che è proprio Gesù a condurmi gradualmente incontro ad un'esperienza sempre più piena e realizzante dell'amore del Padre dei Cieli?
- Giovedì** Leggi il brano di Vangelo e chiediti: restando fedele alla mia preghiera quotidiana, trovo in essa la fonte del mio rinnovamento interiore? Quanto sono convinto che la mia fede in Gesù è già in me fonte di vita senza fine? In virtù della mia fede e della mia disponibilità a lasciarmi abitare dallo Spirito del Signore, m'impegno a essere strumento di riconciliazione e di pace, strumento docile nelle sue mani?
- Venerdì** Leggi il brano di Vangelo e chiediti: ogniqualvolta partecipo alla celebrazione dell'Eucaristia mi sforzo poi di trasformare la mia vita in segno di ringraziamento e di lode a Dio per la bellezza del suo amore? Le scelte nella mia vita, quello che ho già fatto o che sto per fare, mi avvicinano sempre di più al Signore, oppure...? Come posso recuperare in Gesù il tempo e le occasioni perdute? Nei tanti momenti della

mia giornata invoco su di me la presenza dello Spirito santo per comprendere quanto sto oggi vivendo e per lasciarmi guidare per abbracciare la bellezza della volontà di Dio?

**Sabato** Disponiti in questo giorno all'ascolto del nuovo brano di Vangelo che sarà proclamato nella prossima Eucaristia e chiedi già al Signore Gesù di illuminare la tua vita e di sostenerti in ogni passo del tuo futuro cammino di fede.

**CELEBRARE** *È il momento di ringraziare Dio per ogni cosa, facendo una preghiera che sgorgi dalla Parola che hai letto e ti disponga all'ubbidienza ad essa, secondo quanto il testo evangelico ti ha suggerito nel cuore.*

È bello cantare la nostra lode a te,  
Padre santo, vivo e vero,  
e ringraziarti per il dono che offri a tutti  
mandando a noi il Cristo  
tuo Figlio e nostro Signore,  
vero Pane della vita vera.

È lui la Parola viva che ci parla di te,  
Dio fedele alle promesse,  
e rende possibile a tutti l'incontro con te  
quando ascoltiamo le sue parole  
che ci rendono più fortunati dei nostri padri  
che pure hanno mangiato la manna,  
perché noi, nutrendoci di Gesù,  
già ora abbiamo la vita senza fine.

In comunione con i fratelli nella fede,  
e uniti alla Chiesa del cielo, che già contempla la tua gloria  
eleviamo a te il nostro canto di lode: Santo, Santo, Santo...

**SERVIRE** *È il momento di metterti in moto, di agire in conseguenza di quanto hai ascoltato, per produrre nella tua vita frutti di Vangelo.*

Aiutato dalla luce del Signore verifica se nei tuoi rapporti personali con le altre persone ti lasci condizionare da qualche loro pregiudizio. Su coloro con cui è intrecciata la tua vita, invoca l'amore del Signore Gesù.  
Rifletti, prega e ringrazia!

**Liturgia della Parola**

I lettura: 1Re 19,4-8

Salmo: 33

II lettura: Ef 4,30-5,2

Vangelo: Gv 6,41-51

I testi sono proposti da don sergio (sergio.carettoni@gmail.com)