

A reading from the book of Deuteronomy (8:2-3, 14-16)

Moses said to the people: 'Remember how the Lord your God led you for forty years in the wilderness, to humble you, to test you and know your inmost heart - whether you would keep his commandments or not. He humbled you, he made you feel hunger, he fed you with manna which neither you nor your fathers had known, to make you understand that man does not live on bread alone but that man lives on everything that comes from the mouth of the Lord.

'Do not then forget the Lord your God who brought you out of the land of Egypt, out of the house of slavery: who guided you through this vast and dreadful wilderness, a land of fiery serpents, scorpions, thirst; who in this waterless place brought you water from the hardest rock; who in this wilderness fed you with manna that your fathers had not known.'

The word of the Lord.
Thanks be to God

Responsorial Psalm (Ps 147:12-15, 19-20)

R. Praise the Lord, Jerusalem.

O praise the Lord, Jerusalem!
 Zion, praise your God!
 He has strengthened the bars of your gates,
 he has blessed the children within you. **R.**

He established peace on your borders,
 he feeds you with finest wheat.
 He sends out his word to the earth
 and swiftly runs his command. **R.**

He makes his word known to Jacob,
 to Israel his laws and decrees.
 He has not dealt thus with other nations;
 he has not taught them his decrees. **R.**

A reading from the first letter of St Paul to the Corinthians (10:16-17)

The blessing-cup that we bless is a communion with the blood of Christ, and the bread that we break is a communion with the body of Christ. The fact that there is only one loaf means that,

though there are many of us, we form a single body because we all have a share in this one loaf.

The word of the Lord
Thanks be to God.

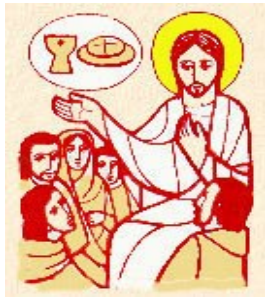
Gospel Acclamation (John 6:51-58)

Alleluia, Alleluia!
I am the living bread from heaven, says the Lord;
whoever eats this bread will live for ever.
Alleluia!

A reading from the holy Gospel according to John (6:51-58)

Jesus said to the Jews:
 'I am the living bread which has come down from heaven.
 Anyone who eats this bread will live for ever; and the bread that I shall give is my flesh, for the life of the world.'
 Then the Jews started arguing with one another: 'How can this man give us his flesh to eat?'
 ' they said.
 Jesus replied:
 'I tell you most solemnly,
 if you do not eat the flesh of the Son of Man and drink his blood,
 you will not have life in you.
 Anyone who does eat my flesh and drink my blood
 has eternal life,
 and I shall raise him up on the last day.
 For my flesh is real food
 and my blood is real drink.
 He who eats my flesh and drinks my blood
 lives in me
 and I live in him.
 As I, who am sent by the living Father,
 myself draw life from the Father,
 so whoever eats me will draw life from me.
 This is the bread come down from heaven;
 not like the bread our ancestors ate:
 they are dead,
 but anyone who eats this bread will live for ever.'

The Gospel of the Lord.
Praise to you, Lord Jesus Christ.



Oggi festeggiamo il sacramento dell'Eucaristia che il Signore ci ha lasciato come segno della sua presenza, della sua realtà corporale, del suo sacrificio sulla croce e della vita eterna di cui ci ha reso partecipi. Gesù ce ne parla in termini di corpo e di cibo. La realtà del dono del Padre alla nostra umanità si esprime, dall'inizio alla fine, sotto forma di corpo. Si tratta dapprima della realtà carnale del corpo fatto di carne e sangue, che soffre e muore sulla croce. È questo corpo ferito che risorge e

che Gesù dà da vedere e da toccare agli apostoli. Ma Gesù non si ferma qui. Suo corpo è anche la Chiesa (Col 1,18), corpo mistico di cui Cristo è la testa. Ed è infine questo corpo sacramentale che nutre coloro che lo mangiano: "Prendete e mangiate: questo è il mio corpo!". Già i primi cristiani paragonarono il corpo spezzato di Cristo al grano, macinato in farina per diventare pane, dopo essere stato mischiato all'acqua della vita e passato nel fuoco dello Spirito. Questo pane spirituale, fatto dal grano del campo che è Gesù, divenendo, come il vino dell'Eucaristia, nostro cibo, nutre in noi la vita divina, che è vita eterna. E Gesù, ancora una volta, afferma: "Io sono". Qui dice: "Io sono il pane". Gesù costituisce il solo nutrimento che possa dare la vita divina. Chi non mangia di questo pane non avrà la vita in lui. Ecco perché noi celebriamo oggi la realtà umana e divina del Verbo fatto carne e anche quella del corpo risorto; ed ecco perché ci dà davvero quanto promesso. Attraverso lui, siamo concretamente in comunione con il nostro Dio. Bisogna essere presenti alla sua presenza reale.

Dal libro del Deuteronomio (8,2-3.14-16)

Mosè parlò al popolo dicendo:

«Ricòrdati di tutto il cammino che il Signore, tuo Dio, ti ha fatto percorrere in questi quarant'anni nel deserto, per umiliarti e metterti alla prova, per sapere quello che avevi nel cuore, se tu avresti osservato o no i suoi comandi.

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

Non dimenticare il Signore, tuo Dio, che ti ha fatto uscire dalla terra d'Egitto, dalla condizione servile; che ti ha condotto per questo deserto grande e spaventoso, luogo di serpenti velenosi e di scorpioni, terra assetata, senz'acqua; che ha fatto sgorgare per te l'acqua dalla roccia durissima; che nel deserto ti ha nutrito di manna sconosciuta ai tuoi padri».

Parola di Dio.

Rendiamo grazie al Signore.

Salmo Responsoriale (Sal 147)

R. Loda il Signore, Gerusalemme.

Celebra il Signore, Gerusalemme, loda il tuo Dio, Sion, perché ha rinforzato le sbarre delle tue porte, in mezzo a te ha benedetto i tuoi figli. **R.**

Egli mette pace nei tuoi confini e ti sazia con fiore di frumento. Manda sulla terra il suo messaggio: la sua parola corre veloce. **R.**

Annuncia a Giacobbe la sua parola, i suoi decreti e i suoi giudizi a Israele. Così non ha fatto con nessun'altra nazione, non ha fatto conoscere loro i suoi giudizi. **R.**

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi (10,16-17)

Fratelli, il calice della benedizione che noi benediciamo, non è forse comunione con il sangue di Cristo? E il pane che noi spezziamo, non è forse comunione con il corpo di Cristo? Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti, un solo corpo: tutti infatti partecipiamo all'unico pane.

Parola di Dio.

Rendiamo grazie al Signore.

Canto al Vangelo (Gv 6,51)

Alleluia, alleluia.

Io sono il pane vivo, disceso dal cielo, dice il Signore, se uno mangia di questo pane vivrà in eterno.

Alleluia.

† Dal Vangelo secondo Giovanni (6,51-58)

In quel tempo, Gesù disse alla folla:

«Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo».

Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

Gesù disse loro: «In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

Parola del Signore.

Lode a te, Signore Gesù Cristo