**Catechesi mistagogica della XVIII Domenica del Tempo ordinario/B**

“Non di solo pane vivrà l’uomo, ma di ogni Parola che esce dalla bocca di Dio”[[1]](#footnote-1)

Entriamo nella celebrazione dei divini misteri riconoscendo che il Signore -Padre, pastore e guida- si prende cura di noi, che lo invochiamo con fede per essere salvati, come ci ha ricordato la prima frase dell’antifona d’ingresso[[2]](#footnote-2), con cui inizia La liturgia delle Ore. Continuamente nell’Eucarestia e nel suo prolungamento durante la giornata -l’ufficio divino- noi chiediamo al Padre di manifestarci la sua tenerezza, rinnovando l’opera della sua creazione e custodendo ciò che ha rinnovato nella Pasqua del suo Figlio[[3]](#footnote-3). In particolare, supplichiamo il Padre perché non manchi mai il pane sulla mensa dei suoi figli, domandandogli di risvegliare in noi il desiderio della sua Parola, perché possiamo saziare la fame di verità e di amore che ha posto nel nostro cuore[[4]](#footnote-4). Egli santifichi i doni del pane e del vino che gli presentiamo, e trasformi in liturgia perenne la nostra vita in unione alla vittima spirituale, il suo servo Gesù, unico, perfetto, vivente sacrificio a lui gradito[[5]](#footnote-5). Nutrendoci con il pane del cielo, ci renda degni dell’eredità eterna[[6]](#footnote-6). Con *s. Ignazio di Antiochia* affermiamo con fede: ”Non gusto cibo di corruzione o gioie di questa vita. Voglio il pane di Dio che è la carne di Gesù Cristo della stirpe di Davide, e per bevanda voglio il suo sangue che è amore incorruttibile” (Lettera ai Romani, VII, 3).

Come ha evidenziato nella prima lettura l’autore del libro dell’Esodo[[7]](#footnote-7), Dio, dopo aver liberato Israele dalla schiavitù d’Egitto, per quarant’anni si prende cura di lui nel deserto soccorrendolo con un cibo provvidenziale, la manna, che offre in risposta alle mormorazioni degli israeliti, che non credono nella sua presenza che guida la storia. Il dono della manna è una prova per Israele: mangiandone solo “la razione di un giorno” e non raccogliendone il giorno di sabato in obbedienza alla legge divina, vincerà la cupidigia dei beni materiali, imparando a confidare in Dio, nelle cui mani è il futuro. Impariamo a leggere con uno sguardo di fede la nostra vita, scorgendovi la mano premurosa e paterna di Dio che non ci abbandona mai, ma ci libera e ci salva dall’egoismo, che - vera mormorazione esistenziale - rende la nostra faccia “da funerale”, e ci rende ciechi, chiusi a Dio e ai fratelli. Raccontiamo di generazione in generazione le meraviglie che Dio compie nell’ordine della creazione, della redenzione e della santificazione, donandoci in abbondanza il pane materiale e quello spirituale, la Parola e l’Eucarestia, da condividere con tutti gli uomini della terra[[8]](#footnote-8).

La manna era figura del vero nutrimento del popolo messianico, Gesù, Parola e Pane di Vita, dono del Padre per la nostra salvezza[[9]](#footnote-9). Gesù è pane vivo e vero disceso dal cielo che sfama, e bevanda che disseta per l’eternità, dando la vita eterna a chi crede in lui. La fede in Gesù Cristo procede dall’ascolto, dalla meditazione e dall’accoglienza obbediente della sua Parola -contenuta nelle Sacre Scritture- che ci purifica, ci converte e ci illumina d’immenso. Aderiamo a Gesù, inviato del Padre, che ci dona lo Spirito Santo. Alla mensa della Parola e dell’Eucarestia, beviamo l’acqua dello Spirito Santo che scaturisce dal costato trafitto del Crocifisso risorto, fonte di luce, di vita, di pace per l’intera umanità.

 *S. Agostino*, commentando il Vangelo, afferma: “A conclusione del miracolo misterioso, il Signore pronuncia un discorso con l'intenzione di nutrire quei medesimi che già ha nutrito; di saziare con le sue parole le intelligenze di coloro dei quali ha saziato lo stomaco con i pani. Ma saranno essi in grado di comprendere? Se quelli non comprenderanno si raccoglierà il discorso perché non vada perduto neppure un frammento. Ci parli, dunque, e noi lo ascolteremo. Gesù rispose loro: In verità, in verità vi dico: voi mi cercate non perché avete veduto segni ma perché avete mangiato quei pani. Voi mi cercate per la carne, non per lo spirito. Quanti cercano Gesù solo per i vantaggi temporali! C'è chi ricorre ai preti per riuscire in un affare; c'è chi si rifugia nella Chiesa perché oppresso da un potente; c'è chi vuole s'intervenga presso un tale su cui egli ha scarsa influenza. Chi per una cosa, chi per un'altra, la Chiesa è sempre piena di gente siffatta. E' difficile che si cerchi Gesù per Gesù. Voi mi cercate non perché avete veduto dei segni, ma perché avete mangiato quei pani. Procuratevi non il nutrimento che perisce, ma il nutrimento che resta per la vita eterna. Voi mi cercate per qualche altra cosa, dovete invece cercare me per me. Già comincia a suggerire l'idea che questo nutrimento è lui stesso, come apparirà chiaro da quel che segue: e che il Figlio dell'uomo vi darà (Gv 6,26-27). Forse ti aspettavi di mangiare ancora dei pani, di poterti mettere nuovamente a tavola, d'impinguarti ancora. Ma egli parla di nutrimento che non perisce, che resta per la vita eterna…Procuratevi -dunque- questo nutrimento che non perisce, ma che resta per la vita eterna, che il Figlio dell'uomo vi darà; poiché Iddio Padre lo ha segnato col suo sigillo (Gv 6, 27). …Gli dissero allora: Che dobbiamo fare per compiere le opere di Dio? Egli li aveva esortati: Procuratevi il nutrimento che non perisce, ma che dura per la vita eterna. Ed essi rispondono: Che cosa dobbiamo fare?, cioè con quali opere possiamo adempiere a questo precetto? Rispose loro Gesù: Questa è l'opera di Dio: credere in colui che egli ha mandato (Gv 6, 28). Questo, dunque, significa mangiare non il cibo che perisce, ma quello che dura per la vita eterna. A che serve preparare i denti e lo stomaco? Credi, e mangerai. La fede si distingue dalle opere, come dice l'Apostolo: L'uomo viene giustificato dalla fede, senza le opere (Rm 3, 28-29)”[[10]](#footnote-10).

*S. Ambrogio,* commentando il salmo 118, osserva: ”Cristo è il mio cibo, Cristo è la mia bevanda, la carne di un Dio mi sostiene, il sangue di un Dio mi disseta…Il mio è un cibo tale che se qualcuno ne mangerà non avrà più fame; è un cibo che non impingua il corpo, ma fortifica il cuore dell’uomo.

Prima ammiravo il pane del cielo; infatti sta scritto: *Diede loro da mangiare un pone del cielo (Gv 6,31);* però non era quello il vero pane, era solo figura di quello futuro. Il Padre lo ha serbato per me il pane del cielo, quello vero. E’ disceso per me dal cielo quel pane di Dio, che dà la vita al mondo. Questo è il pane della vita; dunque, chi mangia la vita non può morire. Potrà mai morire chi si nutre della vita? Come potrà venir meno colui che possiede in sé una sostanza vitale? Venite a lui e saziatevi, perché è pane; accostatevi a lui e bevete, perché è la sorgente; accostatevi a lui e sarete raggianti, perché è luce; venite a lui e sarete liberati, perché *dove c’è lo Spirito del Signore, c’è libertà (2 Cor 3,17).* Accostatevi a lui e sarete assolti, perché egli è la remissione dei peccati. Chiedete chi è costui? Ascoltatelo che dice: lo 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). L’avete udito, l’avete visto, e non avete creduto in lui, per questo siete morti. Ma ora credete, per poter vivere. Dal corpo di Dio sgorgò per me una fonte eterna. Cristo beve le mie amarezze per donarmi la dolcezza della sua grazia”[[11]](#footnote-11).

*Papa Francesco* in *Lumen fidei* al n. 18 afferma: ”.. Nella fede, Cristo non è soltanto Colui in cui crediamo, la manifestazione massima dell’amore di Dio, ma anche Colui al quale ci uniamo per poter credere. La fede, non solo guarda a Gesù, ma guarda dal punto di vista di Gesù, con i suoi occhi: è una partecipazione al suo modo di vedere. In tanti ambiti della vita ci affidiamo ad altre persone che conoscono le cose meglio di noi. Abbiamo fiducia nell’architetto che costruisce la nostra casa, nel farmacista che ci offre il medicamento per la guarigione, nell’avvocato che ci difende in tribunale. Abbiamo anche bisogno di qualcuno che sia affidabile ed esperto nelle cose di Dio. Gesù, suo Figlio, si presenta come Colui che ci spiega Dio (cfr *Gv* 1,18). La vita di Cristo - il suo modo di conoscere il Padre, di vivere totalmente nella relazione con Lui - apre uno spazio nuovo all’esperienza umana e noi vi possiamo entrare. San Giovanni ha espresso l’importanza del rapporto personale con Gesù per la nostra fede attraverso vari usi del verbo *credere*. Insieme al "credere che" è vero ciò che Gesù ci dice (cfr *Gv* 14,10; 20,31), Giovanni usa anche le locuzioni "credere a" Gesù e "credere in" Gesù. "Crediamo a" Gesù, quando accettiamo la sua Parola, la sua testimonianza, perché egli è veritiero (cfr *Gv* 6,30). "Crediamo in" Gesù, quando lo accogliamo personalmente nella nostra vita e ci affidiamo a Lui, aderendo a Lui nell’amore e seguendolo lungo la strada (cfr *Gv* 2,11; 6,47; 12,44). Per permetterci di conoscerlo, accoglierlo e seguirlo, il Figlio di Dio ha assunto la nostra carne, e così la sua visione del Padre è avvenuta anche in modo umano, attraverso un cammino e un percorso nel tempo. La fede cristiana è fede nell’Incarnazione del Verbo e nella sua Risurrezione nella carne; è fede in un Dio che si è fatto così vicino da entrare nella nostra storia. La fede nel Figlio di Dio fatto uomo in Gesù di Nazaret non ci separa dalla realtà, ma ci permette di cogliere il suo significato più profondo, di scoprire quanto Dio ama questo mondo e lo orienta incessantemente verso di Sé; e questo porta il cristiano a impegnarsi, a vivere in modo ancora più intenso il cammino sulla terra”.

Illuminati dalla Parola e fortificati dal Pane eucaristico, camminiamo in novità di vita nella fedeltà alla nostra vocazione battesimale alla santità. Non viviamo da pagani camminando nelle tenebre e nell’ombra della morte, nel nulla. Col battesimo, infatti, ci siamo spogliati dell’uomo vecchio-carnale, che si corrompe dietro le passioni ingannatrici, e ci siamo rivestiti dell’uomo nuovo[[12]](#footnote-12). Siamo nuove creature in Cristo per la grazia battesimale! Camminiamo, allora, nella giustizia, nella santità, nella verità dell’amore, percorrendo la Via santa che è Cristo Signore. Ogni giorno impariamo a conoscere Cristo scrutando le Sacre Scritture, per essere in Lui istruiti secondo la verità che è in Lui. Rinnoviamoci nello spirito della nostra mente, facendo morire di giorno in giorno l’uomo vecchio che vive ancora in noi, per vivere la vita di Gesù Amore, puro, povero, ubbidiente, giusto, misericordioso, mite.

Questo insegnamento paolino diverse volte è richiamato dal Concilio Ecumenico Vaticano II. Nel Decreto su “L’attività missionaria della Chiesa”, *Ad gentes*, al n.12a si parla della *presenza della carità* in questi termini: ”La presenza dei cristiani nei gruppi umani deve essere animata da quella carità con la quale Dio ci ha amato: egli vuole appunto che anche noi reciprocamente ci amiamo con la stessa carità. Ed effettivamente la carità cristiana si estende a tutti, senza discriminazioni razziali, sociali o religiose, senza prospettive di guadagno o di gratitudine. Come Dio ci ha amato con amore disinteressato, così anche i fedeli con la loro carità debbono preoccuparsi dell'uomo, amandolo con lo stesso moto con cui Dio ha cercato l'uomo. Come quindi Cristo percorreva tutte le città e i villaggi, sanando ogni malattia ed infermità come segno dell'avvento del regno di Dio, così anche la Chiesa attraverso i suoi figli si unisce a tutti gli uomini di qualsiasi condizione, ma soprattutto ai poveri ed ai sofferenti, prodigandosi volentieri per loro. Essa infatti condivide le loro gioie ed i loro dolori, conosce le aspirazioni e i problemi della vita, soffre con essi nell'angoscia della morte. A quanti cercano la pace, essa desidera rispondere con il dialogo fraterno, portando loro la pace e la luce che vengono dal Vangelo”. E al n.*13ab* così si parla dell’*evangelizzazione e della conversione*: ”Ovunque Dio apre una porta della parola per parlare del mistero del Cristo, ivi a tutti gli uomini, con franchezza e con perseveranza deve essere annunziato il Dio vivente e colui che egli ha inviato per la salvezza di tutti, Gesù Cristo. Solo così i non cristiani, a cui aprirà il cuore lo Spirito Santo, crederanno e liberamente si convertiranno al Signore, e sinceramente aderiranno a colui che, essendo «la via, la verità e la vita» (*Gv* 14,6), risponde a tutte le attese del loro spirito, anzi le supera infinitamente. Una tale conversione va certo intesa come un inizio: eppure è sufficiente perché l'uomo avverta che, staccato dal peccato, viene introdotto nel mistero dell'amore di Dio, che lo chiama a stringere nel Cristo una relazione personale con lui. Difatti, sotto l'azione della grazia di Dio, il neo-convertito inizia un itinerario spirituale in cui, trovandosi già per la fede in contatto con il mistero della morte e della risurrezione, passa dall'uomo vecchio all'uomo nuovo che in Cristo trova la sua perfezione. Questo passaggio, che implica un progressivo cambiamento di mentalità e di costumi, deve manifestarsi nelle sue conseguenze di ordine sociale e svilupparsi progressivamente nel tempo del catecumenato. E poiché il Signore in cui si crede è segno di contraddizione, non di rado chi si è convertito va incontro a rotture e a distacchi, ma anche a gioie, che Dio generosamente concede”.

Al n. *21c*, parlando dell’*apostolato dei laici*, si afferma: “Principale loro compito, siano essi uomini o donne, è la testimonianza a Cristo, che devono rendere, con la vita e con la parola, nella famiglia, nel gruppo sociale cui appartengono e nell'ambito della professione che esercitano. In essi deve realmente apparire l'uomo nuovo, che è stato creato secondo Dio in giustizia e santità della verità. Questa vita nuova debbono esprimerla nell'ambito della società e della cultura della propria patria, e nel rispetto delle tradizioni nazionali. Debbono perciò conoscere questa cultura, purificarla, conservarla e svilupparla in armonia con le nuove condizioni, e infine perfezionarla in Cristo, affinché la fede di Cristo e la vita della Chiesa non siano già elementi estranei alla società in cui vivono, ma comincino a penetrarla ed a trasformarla. I laici si sentano uniti ai loro concittadini da sincero amore, rivelando con il loro comportamento quel vincolo assolutamente nuovo di unità e di solidarietà universale, che attingono dal mistero del Cristo. Diffondano anche la fede di Cristo tra coloro a cui li legano vincoli sociali e professionali: questo obbligo è reso più urgente dal fatto che moltissimi uomini non possono né ascoltare il Vangelo né conoscere Cristo se non per mezzo di laici che siano loro vicini. Anzi, laddove è possibile, i laici siano pronti a cooperare ancora più direttamente con la gerarchia, svolgendo missioni speciali per annunziare il Vangelo e divulgare l'insegnamento cristiano: daranno così vigore alla Chiesa che nasce”. Al n. *24c*, in ordine alla *spiritualità missionaria*, leggiamo:” I messaggeri del Vangelo, per non trascurare la grazia che è in loro, devono rinnovarsi di giorno in giorno internamente nel loro spirito. Gli ordinari ed i superiori da parte loro procurino di riunire in determinati periodi i missionari per rinvigorirli nella speranza della loro vocazione e per aggiornare il ministero apostolico, fondando anche delle case a questo scopo”.

Nella Dichiarazione su “L’educazione cristiana”, *Gravissimum educationis*, al n. *2* si ribadisce il diritto dei battezzati all’educazione cristiana: ”Tutti i cristiani, in quanto rigenerati nell'acqua e nello Spirito Santo, son divenuti una nuova creatura, quindi sono di nome e di fatto figli di Dio, e hanno diritto a un'educazione cristiana. Essa non mira solo ad assicurare quella maturità propria dell'umana persona, di cui si è ora parlato, ma tende soprattutto a far si che i battezzati, iniziati gradualmente alla conoscenza del mistero della salvezza, prendano sempre maggiore coscienza del dono della fede, che hanno ricevuto; imparino ad adorare Dio Padre in spirito e verità (cfr. Gv 4,23) specialmente attraverso l'azione liturgica; si preparino a vivere la propria vita secondo l'uomo nuovo, nella giustizia e santità della verità (cfr. Ef 4,22-24), e cosi raggiungano l'uomo perfetto, la statura della pienezza di Cristo (cfr. Ef 4,13), e diano il loro apporto all'aumento del suo corpo mistico. Essi inoltre, consapevoli della loro vocazione, debbono addestrarsi sia a testimoniare la speranza che è in loro (cfr. 1 Pt 3,15), sia a promuovere la elevazione in senso cristiano del mondo, per cui i valori naturali, inquadrati nella considerazione completa dell'uomo redento da Cristo, contribuiscano al bene di tutta la società. Pertanto questo santo Sinodo ricorda ai pastori di anime il dovere gravissimo di provvedere a che tutti i fedeli ricevano questa educazione cristiana, specialmente i giovani, che sono la speranza della Chiesa”.

Nel Decreto su “L’ecumenismo”, *Unitatis redintegratio*, al n. *7a* si parla della conversione interiore: ”Non esiste un vero ecumenismo senza interiore conversione. Infatti il desiderio dell'unità nasce e matura dal rinnovamento dell'animo, dall'abnegazione di se stessi e dal pieno esercizio della carità. Perciò dobbiamo implorare dallo Spirito divino la grazia di una sincera abnegazione, dell'umiltà e della dolcezza nel servizio e della fraterna generosità di animo verso gli altri. «Vi scongiuro dunque - dice l'Apostolo delle genti - io, che sono incatenato nel Signore, di camminare in modo degno della vocazione a cui siete stati chiamati, con ogni umiltà e dolcezza, con longanimità, sopportandovi l'un l'altro con amore, attenti a conservare l'unità dello spirito mediante il vincolo della pace» (*Ef* 4,1-3). Questa esortazione riguarda soprattutto quelli che sono stati innalzati al sacro ordine per continuare la missione di Cristo, il quale «non è venuto tra di noi per essere servito, ma per servire» (*Mt* 20,28)”.

San Giovanni Paolo II nell’Esortazione apostolica ai religiosi e alle religiose, *Redemptionis donum*, del 25.3.1984, al n. *7c*, afferma:”La professione religiosa - sulla base sacramentale del Battesimo in cui si radica - è una nuova «sepoltura nella morte di Cristo»: nuova mediante la consapevolezza e la scelta; nuova mediante l'amore e la vocazione; nuova mediante l'incessante «conversione». Tale «sepoltura nella morte» fa sì che l'uomo, «sepolto insieme a Cristo», «*cammini come Cristo in una vita nuova*». In Cristo crocifisso trovano il loro fondamento ultimo sia la consacrazione battesimale, sia la professione dei consigli evangelici, la quale - secondo le parole del Vaticano II - «costituisce una speciale consacrazione». Essa è ad un tempo *morte e liberazione*. San Paolo scrive: «Consideratevi morti al peccato«; al tempo stesso, tuttavia, chiama questa morte «liberazione dalla schiavitù del peccato». Soprattutto, però, la consacrazione religiosa costituisce, sulla base sacramentale del santo battesimo, una nuova vita «per Dio in Gesù Cristo». Ecco che così, unitamente alla professione dei consigli evangelici, in modo molto più maturo e più consapevole viene «*deposto l'uomo vecchio*» e, nello stesso modo, «*viene rivestito l'uomo nuovo*, creato secondo Dio nella giustizia e nella santità vera», per adoperare ancora le parole della *Lettera agli Efesini* (Cfr. *Ef*. 4, 22-24)”.

La Sacra Congregazione per i religiosi e gli istituti secolari nel Documento-istruzione *Elementi essenziali dell’insegnamento della Chiesa sugli istituti dediti all’apostolato* del 31.5.1983 al n.*45* così si esprime:” Per ogni religioso la formazione consiste nel divenire sempre più un discepolo di Cristo, nel crescere nell'unione con lui e nella configurazione a lui. Il religioso assume sempre più profondamente lo Spirito di Cristo, condividendo la sua totale oblazione al Padre e il servizio fraterno alla famiglia umana. Tutto ciò egli lo attua in sintonia con il carisma originario che comunica il vangelo ai membri di un dato istituto. Un simile processo richiede una conversione autentica. Il «rivestirsi di Gesù Cristo» (cfr. Rm 13, 14; Gal 3, 27; Ef 4, 24) implica lo spogliamento di se stesso, del proprio egoismo (cfr. Ef. 4, 22-24; Col 3, 9-10). «Camminare secondo lo Spirito» significa non appagare «i desideri della carne» (Gal 5, 16). Il religioso professa di rivestirsi di Cristo nella sua povertà, nel suo amore e nella sua obbedienza, come ricerca essenziale della sua vita. Ricerca, questa, che non conosce limiti; consente un maturarsi costante con un arricchimento non soltanto dei valori dello spirito, ma anche di quelli che sul piano psicologico, culturale e sociale contribuiscono alla piena realizzazione della personalità umana. Per chiarire come il religioso nella sua vita possa sempre progredire verso la pienezza di Cristo, è significativo un brano della *Lumen Gentium: «*La professione dei consigli evangelici, quantunque comporti la rinuncia di beni certamente molto apprezzabili, non si oppone al vero progresso della persona umana, ma per sua natura gli è di grandissimo giovamento» (LG 46)”.

Infine, ci piace ricordare le parole del Beato Paolo VI che nella Lettera enciclica *Misterium fidei* del 3.9.1965 ai n. *72-73* così esortava i religiosi a pregare per l’unità della Chiesa adorando il SS. Sacramento dell’Eucarestia:” Questo desiderio di pregare e di consacrarsi a Dio per l'unità della Chiesa devono considerarlo soprattutto come proprio i religiosi, uomini e donne, essendo essi in modo particolare addetti all'adorazione del SS. Sacramento, facendogli corona sulla terra in virtù dei voti emessi. Ma il voto per l'unità di tutti i cristiani, di cui niente è più sacro e più ardente nel cuore della Chiesa, Noi vogliamo esprimerlo ancora una volta con le stesse parole del Concilio Tridentino nella conclusione del Decreto sulla SS. Eucaristia: « In ultimo il santo Sinodo con paterno affetto ammonisce, esorta, prega e implora "per la misericordia del nostro Dio", affinché tutti e singoli i cristiani, in questo *segno di unità,* in questo *vincolo di carità,* in questo simbolo di concordia, finalmente convengano e concordino, e memori di tanta maestà e di così alto amore di nostro Signore Gesù Cristo, il quale diede la sua diletta anima in prezzo della nostra salvezza e la *sua carne a mangiare*,credano e adorino questi sacri misteri del suo corpo e del suo sangue con quella fede ferma e costante, con quella devozione, pietà e culto, che permette loro di ricevere frequentemente quel pane *sovrasostanziale*,e questo sia per essi veramente vita dell'anima e perenne sanità di mente, sicché "corroborati dal suo vigore", da questo misero pellegrinaggio terrestre possano pervenire alla patria celeste per mangiare là senza nessun velo lo stesso "pane degli angeli"che ora "mangiamo sotto i sacri veli" ».

*È veramente giusto renderti grazie,*

*Padre santo, creatore del mondo e fonte della vita.*

*Tu non ci lasci soli nel cammino,*

*ma sei vivo e operante in mezzo a noi.*

*Con il tuo braccio potente*

*guidasti il popolo errante nel deserto;*

*oggi accompagni la tua Chiesa, pellegrina nel mondo,*

*con la luce e la forza del tuo Spirito;*

*per mezzo del Cristo, tuo Figlio e nostro Signore,*

*ci guidi, nei sentieri del tempo,*

*alla gioia perfetta del tuo regno.*

(Prefazio della Preghiera eucaristica V/A)

1. *Canto al Vangelo (*Mt 4,4b) [↑](#footnote-ref-1)
2. Sal 69/70, 2: “O Dio, vieni a salvarmi, Signore, vieni presto in mio aiuto” [↑](#footnote-ref-2)
3. Cfr. *Colletta* [↑](#footnote-ref-3)
4. *Cfr. Colletta anno B* [↑](#footnote-ref-4)
5. *Cfr. Orazione sulle offerte* [↑](#footnote-ref-5)
6. *Cfr. Orazione dopo la Comunione* [↑](#footnote-ref-6)
7. Es 16,2-4.12-15 [↑](#footnote-ref-7)
8. Cfr. *salmo responsoriale* (sal 77, 3.4.23-24.25.54) [↑](#footnote-ref-8)
9. Cfr. *Vangelo* (Gv 6,24-35). CCC 1333-1336: i segni del pane e del vino; 1691-1696: la vita in Cristo [↑](#footnote-ref-9)
10. Dai Trattati sul Vangelo di Giovanni 25,10-12 [↑](#footnote-ref-10)
11. Discorso 18,26-29. [↑](#footnote-ref-11)
12. Cfr. Seconda Lettura: Ef 4,17.20-24 [↑](#footnote-ref-12)