

**Domenica della Diciottesima Settimana del Tempo Ordinario (Anno B)
Sant'Alfonso Maria de' Liguori**

Efesini 4, 17. 20 - 24
Giovanni 6, 24 - 35

1) Orazione iniziale

O Dio, che proponi alla tua Chiesa modelli sempre nuovi di vita cristiana, fa' che imitiamo l'ardore apostolico del **Santo Vescovo Alfonso Maria de' Liguori** nel servizio dei fratelli, per ricevere con lui il premio riservato ai tuoi servi fedeli.

Alfonso (Napoli 1696 – Nocera de' Pagani, Salerno, 1 agosto 1787), già avvocato del foro di Napoli, lasciò la toga per la vita ecclesiastica. Vescovo di Sant'Agata dei Goti (1762-1775) e fondatore dei Redentoristi (1732), attese con grande zelo alle missioni al popolo, si dedicò ai poveri e ai malati, fu maestro di scienze morali, che ispirò a criteri di prudenza pastorale, fondata sulla sincera ricerca oggettiva della verità, ma anche sensibile ai bisogni e alle situazioni delle coscienze. Compose scritti ascetici di vasta risonanza. Apostolo del culto all'Eucaristia e alla Vergine, guidò i fedeli alla meditazione dei novissimi, alla preghiera e alla vita sacramentale.

L'intento era quello di imitare Cristo, cominciando dai Redentoristi da lui fondati, i quali andavano via via operando per la redenzione di tante anime con missioni, esercizi spirituali e varie forme di apostolato straordinario.

2) Lettura: Efesini 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.

3) Commento su Efesini 4, 17. 20 - 24

● La seconda lettura che la Chiesa, questa settimana, ci invita a meditare, è un brano tratto dalla lettera agli Efesini di **san Paolo**. In essa **l'apostolo delle genti dichiara che, nella vita terrena cogliere i piaceri immediati, a portata di mano**, specie al giorno d'oggi, sono tentazioni comuni da cui nessuno è esente. Egli dichiara, in maniera esplicita, che ci vuole molta esperienza e molta fede perché *'l'uomo non si corrompa dietro le passioni ingannatrici'*. Per l'autore della lettera la fonte della felicità zampilla dentro di noi, ed è pertanto in noi che siamo esortare a cercarla, non dietro le cose del mondo. È questo il solo modo possibile per deporre l'uomo vecchi...e rivestire l'uomo nuovo, creato da Dio nella giustizia e nella santità vera?

● **Paolo scongiura i fratelli Efesini a non comportarsi più come i pagani che si preoccupavano solo di tutte le cose del mondo**, ma *"voi che avete ascoltato il Cristo e da lui siete stati istruiti nella verità abbandonate l'uomo vecchio e rivestitevi, come Cristo dell'uomo nuovo"*.

Gesù Cristo è l'"uomo nuovo" che non cambia mai, Egli è la "stella polare", che in un canto di comunione pronunciamo con fervore ed è anche l'ancora a cui aggrapparsi nei momenti difficili, è il faro che illumina nella notte oscura. Quando ci affidiamo al Cristo la vita riprende con gioia e solo con lui possiamo fare l'esperienza di creature nuove.

Quando nella nostra vita ci siamo abbandonati completamente al Cristo risorto ci siamo sentiti veramente in pace con lui, con noi stessi e con tutti gli altri: allora perché nel quotidiano non lo facciamo e ci lasciamo coinvolgere da tutte quelle cose che servono ma spesso sono inutili?

4) Lettura: dal **Vangelo secondo Giovanni 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!».

5) Riflessione sul Vangelo secondo Giovanni 6, 24 - 35

● **Continua oggi nelle letture**, specialmente nella prima e nel vangelo, **il tema del cibo del corpo e di quello per la vita eterna**. Come già Dio con il popolo ebraico nel deserto, anche **Gesù, nel vangelo, non si scandalizza perché la gente lo cerca per il pane che ha mangiato; cerca però di stimolare una ricerca più profonda**. E noi cerchiamo da Gesù il pane e solo ciò che è necessario alla vita fisica o il pane del Cielo? È una domanda non banale. Gesù, che vuole risvegliare la fame di qualcosa di più del cibo terreno, non si scandalizza però della ricerca interessata della gente. Questo è un punto da tenere presente: magari noi ci scocciamo se gli altri ci cercano per interesse... Gesù no, è interessato a noi: **Se la gente lo cerca per il Suo potere di sfamare Egli li invita a cercarlo per amore e a darsi da fare per il cibo che dura per la vita eterna**. Egli continua a fare così: vuole che cerchiamo Lui, non perché ne abbiamo bisogno come tra di noi capita di frequente ma perché la nostra vita è stare con Lui. Egli dice di darsi da fare per il cibo che dura per la vita eterna... **La gente aveva attraversato il mare per cercare di nuovo il pane materiale, ma Gesù dice di impegnarsi per il cibo spirituale**. Noi diciamo che la fede è un dono e lo è certamente; ma è anche un impegno. Bisogna cercare di credere, non aspettare solo qualcosa dall'alto: questo può sorprendere, ma vale forse di meno la fede in Gesù Cristo del cibo che sostiene la vita? Per il cibo faticiamo; Dio ha posto in noi l'istinto di sopravvivenza che ci spinge a cercare il cibo del corpo: non è sbagliato, ma non basta.

Chiediamo a Gesù che ci faccia desiderare la fede in Lui, la sua Persona come il cibo.

Sforziamoci, cerchiamo il cibo che dà la vita eterna: l'uomo non è fatto solamente dei bisogni fisici.

Come già si accennava: tra noi spesso ci cerchiamo per interesse: crescere nella capacità di amare vuol dire imparare a preoccuparsi degli altri, non cercarli solo per il bisogno di qualcosa.

Chiediamoci se siamo capaci di questo.

Il cibo che Gesù dà è Lui stesso e non ci lascia tranquilli: chiede di abbandonare le nostre sicurezze, di rischiare. Egli chiede di affidarsi e noi non siamo sempre disposti. Come tanta gente di allora noi a volte non corriamo il rischio della fede... La fede è un rischio infatti, porta ad abbandonare le proprie sicurezze. La vicinanza del Signore non è dimostrabile matematicamente: è piuttosto un insieme di tanti segni che ci convincono della Sua esistenza e del Suo amore. A volte siamo ripiegati su di noi ma il Signore ci stimola ad aver fede: *Io sono il pane della vita: chi viene a me non avrà più fame*. CerchiamoLo con tutto il cuore, buttiamoci e non avremo più fame.

● **Voi mi cercate... perché!!!**

Continua il discorso eucaristico del Capitolo sesto del Vangelo di San Giovanni. **Il Maestro introduce i suoi discepoli nel mistero eucaristico a tappe**. Ha iniziato questa sezione con il miracolo della moltiplicazione dei pani e dei pesci. Ora **esorta i discepoli a leggere in profondità questo evento e non fermarsi solo sul risultato immediato dello sfamare migliaia di persone**. Inizia quindi il suo insegnamento a partire dall'Antico Testamento e leggerlo alla luce della Verità che Egli stesso proclama. La Liturgia della Parola inizia con una lettura biblica tratta dall'Antico

testamento. È la consapevolezza che senza di esso anche per noi è difficile comprendere in pieno il messaggio di salvezza portato da Cristo. Noi, che accogliamo la completezza della Rivelazione di Dio, nell'Antico e Nuovo Testamento, possiamo comprendere appieno i misteri che Cristo ci rivela. L'esortazione di oggi è, nel considerare l'episodio della manna dell'Esodo una prefigurazione del mistero Eucaristico e quindi nella necessità del sostentamento. **Gesù parla del sostentamento e del cibo ma di altra natura. Lui è il nostro cibo, lui dobbiamo mangiare. La sua parola, il suo corpo e il suo sangue devono essere il nostro pane quotidiano.** Anche il Santo Padre ci esortava a leggere più la Bibbia, di meditare la Parola di Dio, di adorare il Santissimo Sacramento dell'altare, di accostarci alla comunione eucaristica... Quanto tempo dedico alla lettura della Bibbia...?? O forse, ahimè, quando, l'ultima volta, ho avuto la Bibbia in mano??? Eppure questo è il nostro cibo spirituale, senza il quale la nostra anima non può vivere...

● **Il Signore vuole diventare il nostro pane.**

Un Vangelo di grandi domande. Chiedono a Gesù: *Che cosa dobbiamo fare per compiere le opere di Dio?* Egli risponde: *Questa è l'opera di Dio, credere in colui che egli ha mandato.*

Al cuore della fede sta la tenace, dolcissima fiducia che Dio ha il volto di Cristo, il volto di uno che sa soltanto amare. Nessun aspetto minaccioso, ma solo le due ali aperte di una chiocciola che protegge e custodisce i suoi pulcini (Lc 13,34). È questa fiducia che ti cambia la vita per sempre, un'esperienza che se la provi anche una volta sola, dopo non sei più lo stesso: sentirti amato, teneramente, costantemente, appassionatamente, gelosamente amato. E sentire che lo stesso amore avvolge ogni creatura.

Quale segno fai perché vediamo e possiamo crederti? Quale opera compi? La risposta di Gesù: *Io sono il Pane della vita.* Un solo segno: io nutro. Nutrire è fare cosa da Dio. Offrire bocconi di vita ai morsi dell'umana fame, quella del corpo e quella che il pane della terra non basta a saziare. Pane di cielo cerca l'uomo, cibo per l'anima: vuole addentare la vita, goderla e gioirne in comunione, saziarsi d'amore, ubriacarsi del vino di Dio, che ha il profumo stordente della felicità.

Come un tempo ha dato la manna ai padri vostri nel deserto, così oggi ancora Dio dà. Fermiamo l'attenzione su questo: **Dio dà.** Due parole semplicissime eppure chiave di volta della rivelazione biblica.

Dio non chiede, Dio dà.

Dio non pretende, Dio offre.

Dio non esige nulla, dona tutto.

Un verbo così facile, così semplice, così concreto: dare, che racchiude il cuore di Dio. Dare, senza condizioni, senza contropartite; dare senza un perché che non sia l'intimo bisogno di fecondare, far fiorire, fruttificare vita.

«*Dio offre i suoi doni su piatti di luce, avvolti in bende di luce*»: ciò che il Padre offre è il Pane che è la luce e la vita del mondo.

Dio non dà cose, Egli può dare nulla di meno di se stesso. Ma dandoci se stesso ci dà tutto.

Siamo davanti a uno dei vertici del Vangelo, a uno dei nomi più belli di Dio: Egli è nella vita datore di vita. Dalle sue mani la vita fluisce illimitata e inarrestabile.

Nel Vangelo di domenica scorsa Gesù distribuiva il pane, oggi si distribuisce come pane, che discende in noi, ci fa abitati dal cielo, e fa scorrere la nostra vita verso l'alto e verso l'eterno: chi mangia non avrà fame, chi crede non avrà sete, mai!

Abbiamo dentro di noi una vita di terra e una vita di cielo intrecciate tra loro. Il cristianesimo non è un corpo dottrinale, che cresce e si affina attraverso nuove idee, ma è offerta di vita e anelito a sempre più grande vita; è una calda corrente d'amore che entra e fa fiorire le radici del cuore.

6) Alcune domande per aiutarci nella meditazione e nella orazione

- Ci è mai capitato di lamentarci con il Signore per qualcosa che non è andato secondo le nostre aspettative? Se sì, perché?

- L'Uomo nuovo di cui parla il vangelo chi è per noi? Che senso ha la frase: "rivestitevi dell'uomo nuovo e seguite il Cristo" per la nostra vita di cristiani e di persone inserite nella società?

- Siamo capaci di immergici negli avvenimenti che, a volte, possono anche sconvolgere la nostra vita per comprenderne a fondo il significato: ci chiediamo cosa il Signore vuole da noi?

- Quando riceviamo l'Eucarestia siamo veramente sicuri che quel "pane" è Cristo mandato a noi dal Padre?
- Riusciamo ad entrare in relazione con Gesù e con il Padre? La fede ci aiuta in questo?
- Siamo sicuri di cercare sempre, in ogni momento della nostra vita, il "vero pane" e di seguire la strada indicata dalla Parola?

7) Preghiera: Salmo 77
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.*

8) Orazione Finale

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.