

**19<sup>a</sup> domenica B**

***Siate invece benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo. (Ef 4,32)***

**Prima lettura***1 Re 19,4-8*

In quei giorni, Elia s'inoltrò nel deserto una giornata di cammino e andò a sedersi sotto una ginestra. Desideroso di morire, disse: "Ora basta, Signore! Prendi la mia vita, perché io non sono migliore dei miei padri". Si coricò e si addormentò sotto la ginestra.

Ma ecco che un angelo lo toccò e gli disse: "Àlzati, mangia!". Egli guardò e vide vicino alla sua testa una focaccia, cotta su pietre roventi, e un orcio d'acqua. Mangiò e bevve, quindi di nuovo si coricò.

Tornò per la seconda volta l'angelo del Signore, lo toccò e gli disse: "Àlzati, mangia, perché è troppo lungo per te il cammino". Si alzò, mangiò e bevve. Con la forza di quel cibo camminò per quaranta giorni e quaranta notti fino al monte di Dio, l'Oreb.

**Seconda lettura***Efesini 4,30 – 5,2*

Fratelli e sorelle, non vogliate rattristare lo Spirito Santo di Dio, con il quale foste segnati per il giorno della redenzione.

Scompaiano da voi ogni asprezza, sdegno, ira, grida e maldicenze con ogni sorta di malignità. Siate invece benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo.

Fatevi dunque imitatori di Dio, quali figli carissimi, e camminate nella carità, nel modo in cui anche Cristo ci ha amato e ha dato se stesso per noi, offrendosi a Dio in sacrificio di soave odore.

In quel tempo, i Giudei si misero a mormorare contro Gesù perché aveva detto: "Io sono il pane disceso dal cielo". E dicevano: "Costui non è forse Gesù, il figlio di Giuseppe? Di lui non conosciamo il padre e la madre? Come dunque può dire: 'Sono disceso dal cielo?'".

Gesù rispose loro: "Non mormorate tra voi. Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Sta scritto nei profeti: 'E tutti saranno istruiti da Dio'. Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna.

Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia.

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".

## Meditazione

*"Io sono il pane disceso dal cielo". Questa frase enigmatica suscita il mormorio scandalizzato della folla, e ancora oggi non manca di provocare un moto di protesta da parte dello scettico che si nasconde in ciascuno di noi: "Io non sono migliore dei miei padri" (1 Re 19,4).*

*Tra Gesù e i suoi ascoltatori si è creato un tragico malinteso. Prima di indicare se stesso come il pane della vita, Gesù ha voluto condividere il pane degli uomini. Trent'anni di intensa preparazione, in cui ha partecipato ai pasti quotidiani, ai pranzi di festa e ai pranzi di lutto. Trent'anni per cercare di far sentire agli uomini la loro fame essenziale e di far intuire loro il cibo che egli avrebbe offerto. Trent'anni per arrivare a questo punto: "Costui non è forse Gesù, il figlio di Giuseppe? Come può dire: Sono disceso dal cielo?". Il nocciolo dell'incredulità di questa gente, e forse anche della nostra, consiste nel vedere in Gesù soltanto colui che ha condiviso il pane degli uomini, non accogliendolo come colui che ci vuol donare, col pane, anche la propria vita.*

*"Il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo". Noi siamo sempre tentati di ridurre l'esperienza religiosa all'iniziativa dell'uomo che, a un certo punto, decide di occuparsi di Dio. Nella religione di Gesù, invece, è il Padre che ci attira al Figlio, che ci viene incontro attraverso il Figlio, parola e pane discesi dal cielo, e ci offre di condividere la sua vita, prima di qualsiasi iniziativa da parte nostra. Per mezzo del Figlio, che ha mangiato per trent'anni il pane degli uomini, Dio stesso ci insegna la differenza tra il nostro pane, che non può sottrarci alla morte, e il suo, che ci dona la vita eterna. Sapremo lasciarci attirare e istruire da Dio, che attraverso l'incarnazione del suo figlio e il dono dell'eucaristia, pane del nostro pellegrinaggio terreno, vuole condurci all'immortalità?*