

XX DOMENICA. TEMPO ORDINARIO (B)

1ª LETTURA (Pro 9,1-6)

Dal libro dei Proverbi.

La sapienza ha costruito la sua casa, ha drizzato le sue sette colonne. Ha ucciso i suoi animali, ha attinto il suo vino, ha imbandito la sua tavola. Ha inviato le sue ancelle a gridare sulle alture del villaggio: «Chi è ingenuo, corra!». Al povero di spirito ella dice: «Venite, mangiate il mio pane, bevete il vino che ho preparato. Abbandonate l'ingenuità e vivrete, camminate nella mia intelligenza!».

SALMO RESPONSORIALE (Sal 34)

Voglio benedire il Signore in ogni tempo,
la sua lode sia sempre sulla mia bocca.
Nel Signore si gloria l'anima mia,
odano i poveri e si rallegrino.

Temete il Signore, o suoi santi,
perché non c'è indigenza
per quelli che lo temono.

I potenti sono caduti in miseria
e soffrono la fame,
ma quelli che si rivolgono al Signore
non mancano d'alcun bene.

Venite, o figli, e ascoltate mi:
il timore del Signore io voglio insegnarvi.
Qual è l'uomo cui piace la vita,
che ama i giorni da gustare il bene?

La tua lingua trattieni dal male
e le tue labbra dal parlare con frode.
Discostati dal male e fa' il bene,
ricerca la pace e corrile dietro.

2ª LETTURA (Ef 5,15-20)

Dalla Lettera di San Paolo Apostolo agli Efesini.

Fratelli, considerate dunque attentamente il vostro modo di comportarvi, non da stolti, ma da uomini saggi, che colgono le occasioni opportune, perché i giorni sono malvagi. Non siate quindi sconsiderati, ma cercate di capire quale sia la volontà del Signore; non ubriacatevi di vino, che è occasione di sregolatezze; lasciatevi invece riempire di Spirito, intrattenendovi tra voi con salmi, inni e canti ispirati, cantando e salmeggiando nel vostro cuore al Signore, ringraziando sempre per tutti il Dio e Padre nel nome del Signore nostro Gesù Cristo.

VANGELO (Gv 6,51-58)

Dal vangelo secondo Giovanni.

In quel tempo, Gesù disse a la folla : « Io sono il pane vivente, disceso dal cielo. Se qualcuno mangia di questo pane, vivrà in eterno. E il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo». I Giudei allora discutevano fra di loro dicendo: «Come può costui darci da mangiare la sua carne?». Disse loro Gesù: «In verità, in verità vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete la vita in voi. Chi si ciba della mia carne e beve il mio sangue, ha la vita eterna, e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. La mia carne infatti è vero cibo e il mio sangue è vera bevanda. Chi si ciba della mia carne e beve il mio sangue rimane in me ed io in lui. Come mi ha mandato il Padre, che è il vivente e io vivo grazie al Padre, così colui che si ciba di me, anch'egli vivrà grazie a me. Questo è il pane disceso dal cielo; non come quello che mangiarono i padri e sono morti. Chi si ciba di questo pane, vivrà per sempre».