

“Yo soy el Pan de Vida”

Lecturas

Primera lectura

Lectura del Libro del Exodo 16, 2-4. 12-15.

En aquellos días, la comunidad de los israelitas protestó contra Moisés y Aarón en el desierto diciendo: –¡Ojalá hubiéramos muerto a manos del Señor en Egipto, cuando nos sentábamos alrededor de la olla de carne y comíamos pan hasta hartarnos! Nos habéis sacado a este desierto para matar de hambre a toda la comunidad. El Señor dijo a Moisés: –Yo haré llover pan del cielo: que el pueblo salga a recoger la ración de cada día; lo pondré a prueba a ver si guarda mi ley o no. He oído las murmuraciones de los israelitas. Diles de mi parte: «Al atardecer comeréis carne, por la mañana os hartaréis de pan; para que sepáis que yo soy el Señor Dios vuestro». Por la tarde una banda de codornices cubrió todo el campamento; por la mañana había una capa de rocío alrededor de él. Cuando se evaporó la capa de rocío, apareció en la superficie del desierto un polvo parecido a la escarcha. Al verlo, los israelitas se dijeron: –¿Qué es esto? Pues no sabían lo que era. Moisés les dijo: «Es el pan que el Señor os da de comer».

Salmo

Sal. 77, 3 y 4bc. 23-24. 25 y 54 R: El Señor les dio pan del cielo.

Lo que oímos y aprendimos, lo que nuestros padres nos contaron, lo contaremos a la futura generación: Las alabanzas del Señor, su poder, las maravillas que realizó. Dio orden a las altas nubes, abrió las compuertas del cielo: Hizo llover sobre ellos maná, les dio pan del cielo. El hombre comió pan de ángeles, el Señor les mandó provisiones hasta la hartura. Los hizo entrar por las santas fronteras hasta el monte que su diestra había adquirido.

Segunda lectura

Lectura de la carta del Apóstol San Pablo a los Efesios 4, 17. 20-24

Hermanos: Esto es lo que digo y aseguro en el Señor: que no andéis ya, como es el caso de los gentiles, que andan en la vaciedad de sus criterios. Vosotros, en cambio, no es así como habéis aprendido a Cristo, si es que es él a quien habéis oído y en él fuisteis adocotrados, tal como es la verdad en Cristo Jesús. Cristo os ha enseñado a abandonar el anterior modo de vivir, el hombre viejo corrompido por deseos de placer, a renovaros en la mente y en el espíritu. Dejad que el Espíritu renueve vuestra mentalidad, y vestíos de la nueva condición humana, creada a imagen de Dios: justicia y santidad verdaderas.

Evangelio del día

Lectura del santo Evangelio según San Juan 6, 24-35

En aquel tiempo, cuando la gente vio que ni Jesús ni sus discípulos estaban allí, se embarcaron y fueron a Cafarnaún en busca de Jesús. Al encontrarlo en la otra orilla del lago, le preguntaron: –Maestro, ¿cuándo has venido aquí? Jesús les contestó: –Os lo aseguro: me buscáis no porque habéis visto signos, sino porque comisteis pan hasta saciaros. Trabajad no por el alimento que perece, sino por el alimento que perdura, dando vida eterna, el que os dará el Hijo del Hombre; pues a éste lo ha sellado el Padre, Dios. Ellos le preguntaron: –¿Cómo podremos ocuparnos en los trabajos que Dios quiere? Respondió Jesús: –Este es el trabajo que Dios quiere: que creáis en el que él ha enviado. Ellos le replicaron: –¿Y qué signo vemos que haces tú, para que creamos en ti? Nuestros padres comieron el maná en el desierto, como está escrito: «Les dio a comer pan del cielo». Jesús les replicó: –Os aseguro que no fue Moisés quien os dio pan del cielo, sino que es mi Padre quien os da el verdadero pan del cielo. Porque el pan de Dios es el que baja del cielo y da vida al mundo. Entonces le dijeron: –Señor, danos siempre de ese pan. Jesús les contestó: –Yo soy el pan de vida. El que viene a mí no pasará hambre, y el que cree en mí no pasará nunca sed.