Rito ambrosiano
Domenica, 20 Settembre 2026

IV DOMENICA DOPO IL MARTIRIO DI SAN GIOVANNI IL PRECURSORE - A

Ci hai nutrito, Signore,
con fiore di frumento,
ci hai saziato con miele dalla roccia.
Cf. Sal 80 (81), 17

LITURGIA DELLA PAROLA

LETTURA
Is 63, 19b – 64, 10
Se tu squarciassi i cieli! Nessuno ha mai udito che un Dio abbia fatto tanto.

Lettura del profeta Isaia.

In quei giorni. Isaia pregò il Signore dicendo:
«Se tu squarciassi i cieli e scendessi!
Davanti a te sussulterebbero i monti,
come il fuoco incendia le stoppie
e fa bollire l'acqua,
perché si conosca il tuo nome fra i tuoi nemici,
e le genti tremino davanti a te.
Quando tu compivi cose terribili che non attendevamo,
tu scendesti e davanti a te sussultarono i monti.
Mai si udì parlare da tempi lontani,
orecchio non ha sentito,
occhio non ha visto
che un Dio, fuori di te,
abbia fatto tanto per chi confida in lui.
Tu vai incontro a quelli che praticano con gioia la giustizia
e si ricordano delle tue vie.
Ecco, tu sei adirato perché abbiamo peccato
contro di te da lungo tempo e siamo stati ribelli.
Siamo divenuti tutti come una cosa impura,
e come panno immondo sono tutti i nostri atti di giustizia;
tutti siamo avvizziti come foglie,
le nostre iniquità ci hanno portato via come il vento.
Nessuno invocava il tuo nome,
nessuno si risvegliava per stringersi a te;
perché tu avevi nascosto da noi il tuo volto,

ci avevi messo in balìa della nostra iniquità.
Ma, Signore, tu sei nostro padre;
noi siamo argilla e tu colui che ci plasma,
tutti noi siamo opera delle tue mani.
Signore, non adirarti fino all'estremo,
non ricordarti per sempre dell'iniquità.
Ecco, guarda: tutti siamo tuo popolo.
Le tue città sante sono un deserto,
un deserto è diventata Sion,
Gerusalemme una desolazione.
Il nostro tempio, santo e magnifico,
dove i nostri padri ti hanno lodato,
è divenuto preda del fuoco;
tutte le nostre cose preziose sono distrutte».

SALMO

Sal 76 (77), 3-9. 13-14. 16

R/. *Vieni, Signore, a salvare il tuo popolo.*

Nel giorno della mia angoscia io cerco il Signore,
nella notte le mie mani sono tese e non si stancano;
l'anima mia rifiuta di calmarsi.
Mi ricordo di Dio e gemo,
medito e viene meno il mio spirito. **R/.**

Ripenso ai giorni passati,
ricordo gli anni lontani.
Un canto nella notte mi ritorna nel cuore:
medito e il mio spirito si va interrogando. **R/.**

Forse il Signore ci respingerà per sempre,
non sarà mai più benevolo con noi?
È forse cessato per sempre il suo amore,
è finita la sua promessa per sempre? **R/.**

O Dio, santa è la tua via;
quale dio è grande come il nostro Dio?
Hai riscattato il tuo popolo con il tuo braccio,
i figli di Giacobbe e di Giuseppe. **R/.**

EPISTOLA

Eb 9, 1-12

Il sacrificio che ci procura una redenzione eterna.

Lettera agli Ebrei.

Fratelli, anche la prima alleanza aveva norme per il culto e un santuario terreno. Fu costruita infatti una tenda, la prima, nella quale vi erano il candelabro, la tavola e i pani dell'offerta; essa veniva chiamata il Santo.
Dietro il secondo velo, poi, c'era la tenda chiamata Santo dei Santi, con l'altare d'oro per i profumi e l'arca dell'alleanza tutta ricoperta d'oro, nella quale si trovavano un'urna d'oro contenente la manna, la verga di Aronne, che era fiorita, e le tavole dell'alleanza. E sopra l'arca stavano i cherubini della gloria, che stendevano la loro ombra sul propiziatorio. Di queste cose non è necessario ora parlare nei particolari.
Disposte in tal modo le cose, nella prima tenda entrano sempre i sacerdoti per celebrare il culto; nella seconda invece entra solamente il sommo sacerdote, una volta all'anno, e non senza portarvi del sangue, che egli offre per se stesso e per quanto commesso dal popolo per ignoranza. Lo Spirito Santo intendeva così mostrare che non era stata ancora manifestata la via del santuario, finché restava la prima tenda.
Essa infatti è figura del tempo presente e secondo essa vengono offerti doni e sacrifici che non possono rendere perfetto, nella sua coscienza, colui che offre: si tratta soltanto di cibi, di bevande e di varie abluzioni, tutte prescrizioni carnali, valide fino al tempo in cui sarebbero state riformate.
Cristo, invece, è venuto come sommo sacerdote dei beni futuri, attraverso una tenda più grande e più perfetta, non costruita da mano d'uomo, cioè non appartenente a questa creazione. Egli entrò una volta per sempre nel santuario, non mediante il sangue di capri e di vitelli, ma in virtù del proprio sangue, ottenendo così una redenzione eterna.

CANTO AL VANGELO (Gv 6, 33)
Alleluia.
Il pane di Dio è colui che discende dal cielo
e dà la vita al mondo.
Alleluia.

VANGELO
Gv 6, 24-35
Il pane disceso dal cielo.

Lettura del Vangelo secondo Giovanni.

In quel tempo. Quando la folla vide che il Signore 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!».

PREGHIERA DEI FEDELI

Fratelli e sorelle, al Dio che non dimentica le sue promesse e «va incontro a coloro che praticano la giustizia», rivolgiamo con fiducia le nostre preghiere rispondendo:
Ascoltaci, Signore!

- Per la Chiesa, perché rinnovi sempre il proprio rendimento di grazie al Padre per il dono immenso della salvezza ricevuta nel suo Figlio: preghiamo. R.
- Per gli Oratori della nostra Diocesi, perché siano sempre autentici luoghi di incontro, di condivisione e di crescita umana e cristiana: preghiamo. R.
- Per tutti noi, perché sappiamo riconoscere in Gesù il termine ultimo di ogni nostra attesa e speranza: preghiamo. R.

Ti supplichiamo, o Padre, di difendere questa tua famiglia e di conservarle la tua misericordia perché ti sia sempre obbediente e possa gustare la soavità dei tuoi doni. Per Cristo nostro Signore.

COMMENTO AL VANGELO

GIOVANNI CRISOSTOMO
Omelie sul Vangelo di Giovanni (Omelia 44, 1-2)

«Quando la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafarnao alla ricerca di Gesù. Trovatolo di là dal mare, gli dissero: "Rabbì, quando sei venuto qua?"».
Il Signore non risponde alla loro domanda, perché non cerca il plauso umano né desidera essere ammirato per i suoi prodigi, ma mira unicamente alla loro salvezza. Vedendo che lo cercavano non per la dottrina, né per i miracoli in quanto segni della sua divinità, ma per un motivo del tutto carnale, li rimprovera con dolcezza ma con fermezza.
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». Guardate come smaschera le loro intenzioni nascoste: non dice "mi cercate perché volete credere", ma "perché vi siete saziati". Essi erano rimasti colpiti non dal valore spirituale del miracolo, ma dal beneficio materiale. Ma Egli non si ferma al rimprovero: li innalza subito a una realtà più alta.
«Procuratevi non il cibo che perisce, ma il cibo che rimane per la vita eterna, e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha posto il suo sigillo».

Cosa significa “procuratevi”? Significa: “Non affaticatevi per le cose della vita presente, non spendete tutte le vostre energie per la carne che si dissolve, ma cercate il cibo che nutre l’anima e dura in eterno”. E affinché non pensino che questo cibo debba essere conquistato con il solo sforzo umano, aggiunge subito: “che il Figlio dell’uomo vi darà”. È un dono della sua grazia, benché richieda la disponibilità del vostro cuore. Quando poi dice che il Padre “ha posto il suo sigillo”, intende dire che lo ha confermato, lo ha testimoniato mediante le opere, dimostrando che Egli viene direttamente dal Padre e non è un oppositore di Dio.
Allora gli dissero: «Che cosa dobbiamo fare per compiere le opere di Dio?».
Essi pensano ancora a opere materiali, a prescrizioni legali o a gesti esteriori. Ma Gesù risponde loro: «Questa è l’opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato».
Vedi come concentra tutto nella fede? La fede non è un’inerzia, ma è l’opera fondamentale, la radice di ogni altra opera gradita a Dio. Credere in Colui che Dio ha mandato è compiere la volontà stessa di Dio.
Allora gli dissero: «Quale segno tu fai perché vediamo e ti crediamo? Quale opera compi? I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: Diede loro da mangiare pane dal cielo».
O stoltezza insaziabile! Avevano appena assistito alla moltiplicazione dei pani, avevano mangiato a sazietà fino a riempire dodici canestri di avanzi, e ora chiedono un altro segno? Confrontano il prodigio appena avvenuto con la manna data a Mosè, come a dire: “Mosè ha nutrito un intero popolo per quarant’anni nel deserto e con un cibo venuto dal cielo; tu hai dato da mangiare solo per un giorno e con pane terreno”. C’erano ancora legati al ricordo di Mosè e cercavano di sminuire l’opera di Cristo.
Gesù disse loro: «In verità, in verità io vi dico: non Mosè vi ha dato il pane dal cielo, ma il Padre mio 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».
Gesù corregge due loro errori fondamentali. Primo: non fu Mosè a dare la manna, ma Dio. Secondo: quel pane non era il “vero” pane del cielo, ma solo una figura, un’ombra del futuro. La manna nutriva soltanto il corpo per un tempo limitato e non impediva la morte fisica; il vero Pane, invece, dà la vita eterna e non nutre solo un popolo (quello ebraico), ma dà la vita all’intero universo (“dà la vita al mondo”). Egli chiama Sé stesso “il vero pane” perché la realtà supera sempre la sua prefigurazione.
Allora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane».
Essi non avevano ancora compreso il significato spirituale delle sue parole; immaginavano ancora un pane materiale, straordinario sì, ma capace soltanto di saziare la fame della carne senza più doversi affaticare. Pensavano a qualcosa di simile alla manna, ma superiore per durata e gusto.
Gesù rispose loro: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà mai più sete».
Ecco che finalmente rivela chiaramente Sé stesso. Non dice “io vi darò un pane”, ma “Io sono il pane della vita”. Chi accosta a Sé Cristo mediante la fede non soffrirà più la fame spirituale, né la sete delle cose terrene, perché in Lui trova la pienezza della grazia e della verità. Non si tratta di una sazietà del corpo che dura poche ore, ma di una trasformazione dell’anima che la libera dal desiderio del peccato e la unisce per sempre alla fonte della vita.