

## *XIX Domingo del Tiempo Ordinario*

*Yo soy el pan vivo bajado del cielo*  
(Jn 6,41-51)

ANTÍFONA DE ENTRADA (Sal 73,20.19.22.23)

Piensa, Señor, en tu alianza, no olvides sin remedio la vida de los pobres. Levántate, oh Dios, defiende tu causa, no olvides las voces que acuden a ti.

ORACIÓN COLECTA

Dios todopoderoso y eterno, a quien podemos llamar Padre, aumenta en nuestros corazones el espíritu filial, para que merezcamos alcanzar la herencia prometida.

PRIMERA LECTURA (Re 19,4-8)

*Con la fuerza de aquel alimento caminó hasta el monte de Dios*

**Lectura del Libro Primero de los Reyes**

En aquellos días, Elías continuó por el desierto una jornada de camino, y, al final, se sentó bajo una retama y se deseó la muerte: «¡Basta, Señor! ¡Quítame la vida, que yo no valgo más que mis padres!»

Se echó bajo la retama y se durmió. De pronto un ángel lo tocó y le dijo: «¡Levántate, come!»

Miró Elías, y vio a su cabecera un pan cocido sobre piedras y un jarro de agua. Comió, bebió y se volvió a echar. Pero el ángel del Señor le volvió a tocar y le dijo: «¡Levántate, come!, que el camino es superior a tus fuerzas.»

Elías se levantó, comió y bebió, y, con la fuerza de aquel alimento, caminó cuarenta días y cuarenta noches hasta el Horeb, el monte de Dios.

SALMO RESPONSORIAL (Sal 33,2-3.4-5.6-7.8-9)

***Gustad y ved qué bueno es el Señor***

Bendigo al Señor en todo momento,  
su alabanza está siempre en mi boca;  
mi alma se gloría en el Señor:  
que los humildes lo escuchen y se alegren. **R/.**

Proclamad conmigo la grandeza del Señor,  
ensalcemos juntos su nombre.  
Yo consulté al Señor, y me respondió,  
me libró de todas mis ansias. **R/.**

Contempladlo, y quedaréis radiantes,  
vuestro rostro no se avergonzará.  
Si el afligido invoca al Señor,  
él lo escucha y lo salva de sus angustias. **R/.**

El ángel del Señor acampa  
en torno a sus fieles y los protege.  
Gustad y ved qué bueno, es el Señor,  
dichoso el que se acoge a él. **R/.**

SEGUNDA LECTURA (Ef 4,30-5,2)

*Vivid en el amor, como Cristo*

**Lectura de la carta del apóstol san Pablo a los Efesios**

No pongáis triste al Espíritu Santo de Dios con que él os ha marcado para el día de la liberación final. Desterrad de vosotros la amargura, la ira, los enfados e insultos y toda la maldad. Sed buenos, comprensivos, perdonándoos unos a otros como Dios os perdonó en Cristo. Sed imitadores de Dios, como hijos queridos, y vivid en el amor como Cristo os amó y se entregó por nosotros a Dios como oblación y víctima de suave olor.

ACLAMACIÓN AL EVANGELIO (Jn 6,51-52)

*R/. Aleluya, aleluya*

Yo soy el Pan vivo bajado del cielo —dice el Señor —, el que coma de este pan vivirá para siempre

*R/. Aleluya, aleluya*

EVANGELIO (Jn 6,41-51)

*Yo soy el pan vivo bajado del cielo*

**Lectura del Santo Evangelio según San Juan**

En aquel tiempo, los judíos criticaban a Jesús porque había dicho: «Yo soy el pan bajado del cielo», y decían: «¿No es éste Jesús, el hijo de José? ¿No conocemos a su padre y a su madre? ¿Cómo dice ahora que ha bajado del cielo?»

Jesús tomó la palabra y les dijo: «No critiquéis. Nadie puede venir a mí, si no lo atrae el Padre que me ha enviado. Y yo lo resucitaré el último día. Está escrito en los profetas: "Serán todos discípulos de Dios."»

Todo el que escucha lo que dice el Padre y aprende viene a mí. No es que nadie haya visto al Padre, a no ser el que procede de Dios: ése ha visto al Padre. Os lo aseguro: el que cree tiene vida eterna. Yo soy el pan de la vida. Vuestros padres comieron en el desierto el maná y murieron: éste es el pan que baja del cielo, para que el hombre coma de él y no muera.

Yo soy el pan vivo que ha bajado del cielo; el que coma de este pan vivirá para siempre. Y el pan que yo daré es mi carne para la vida del mundo.»

ORACIÓN SOBRE LAS OFRENDAS

Acepta, Señor, los dones que le has dado a tu Iglesia, para que pueda ofrecértelos, y transfórmalos en sacramento de nuestra salvación.

ANTÍFONA DE COMUNIÓN (Sal 147,12.14)

Glorifica al Señor, Jerusalén, que te sacia con flor de harina.

*o bien* (Jn 6,52)

El pan que yo daré es mi carne para la vida del mundo.

ORACIÓN DESPUÉS DE COMUNIÓN

La comunión en tus sacramentos nos salve, Señor, y nos afiance en la luz de tu verdad.

**Lectio**

En estos versículos continua el discurso y la polémica sobre el pan de vida. Después de repartir el pan, Jesús se ha revelado como *el pan de vida*. En el auditorio, algunos reaccionan negativamente, ya lo habían hecho antes, pero esta vez no se atreven a decirlo en voz alta, "murmuran" (v 41). No aceptan a Jesús como *pan bajado del cielo*, es decir, como dador de vida, como traedor de los signos mesiánicos. Murmuran como lo habían hecho en el desierto sus antepasados que se quejaban de la falta de alimento (cf. Ex 15-17). La murmuración conlleva a la incredulidad. Quienes murmuran son *los judíos*. Su mayor argumento es la humanidad de Jesús. Conocen su origen humano, se trata sólo del hijo de José (v.42) que para ellos es incompatible con la calidad divina que implica su pretensión.

Seguir a Jesús, creer en él, es tener vida eterna desde ahora; y la vida eterna es la vida de comunión que une al Padre con el Hijo (v.47). De esa vida Jesús es el pan. Él la alimenta con su testimonio, con su enseñanza, con la entrega de su existencia. La muerte no pone fin a la vida, como ocurrió con los que se alimentaron con el Maná en el desierto (vv. 49-50). Es la carne de Jesús, su cuerpo, que sufrirá la muerte en la Cruz, lo que nos da la vida. Así, lo que causa la incredulidad de los representantes del pueblo, *la humanidad de Jesús, se presenta como materia de fe y fuente de vida*. Según el relato de Juan, Jesús repite cada vez de manera más abierta que viene de Dios para ofrecer a todos un alimento que da vida eterna. La gente no puede seguir escuchando algo tan escandaloso sin reaccionar

El texto es una autopresentación de Jesús. En ella se nos manifiesta como la respuesta a las necesidades y esperanzas del ser humano. Para que sea así, la única condición que se impone al ser humano es la fe. El creer o ir a él es gracia concedida por el Padre y al mismo tiempo que hacer humano. El evangelista utiliza el célebre *yo soy*, que es una fórmula de revelación que pone de relieve lo que es Jesús para el ser humano.

La palabra nos invita a trabajar por el pan que da la vida y la salvación, el creyente tiene que alimentarse con el cuerpo y la sangre de Jesús, es el alimento esencial.

Creer en Jesús es tener vida eterna, ahora preguntémosnos; ¿me dispongo debidamente para escuchar su palabra, que es vida?, ya que es ella; “*la palabra*” la que me dispone el corazón para descubrir en ella la voluntad de Dios. Jesús se nos dona gratuitamente en la santa Eucaristía, ¿Agradezco este Don de Dios y como lo vivo?

## Apèndice

### **Del comentario de Ruperto de Deutz, sobre el evangelio de san Juan**

(Lib 6, 51-52: CCL CM 9, 356-357)

*Y el pan que yo daré es mi carne, para la vida del mundo*

Yo soy el pan vivo que ha bajado del cielo: el que come de este pan vivirá para siempre. Puesto que los convidados de mi Padre fueron dispersados por la muerte a causa del manjar prohibido que había comido su progenitor, bajando

sus almas a los infiernos y siendo sus cuerpos depositados en el sepulcro, también yo, que soy el pan de los ángeles, seré dispersado, descendiendo a los infiernos donde las almas pasan hambre, según aquella sustancia de que se alimentan los ángeles, y, según el cuerpo, seré enterrado en el vientre de la tierra, donde reposan sus cuerpos: allí permaneceré tres días y tres noches, como estuvo Jonás tres días y tres noches en el vientre del pez, de forma que las almas, recreadas con la visión de Dios, revivirán, y los cuerpos, muchos resucitarán ahora, y todos los demás en el futuro. Y más tarde, al resto, es decir, a todos aquellos que todavía viven corporalmente en este mundo, se les dará aquí ese mismo pan adaptado a su módulo vital, esto es, en el verdadero sacrificio del pan y del vino según el rito de Melquisedec.

Y el pan que yo daré es mi carne, para la vida del mundo. Este es el mayor consuelo para los pobres, a los que el Espíritu del Señor que vino sobre mí me envió a anunciarles la buena noticia; sea ésta, repito, la mayor, la incomparable congratulación para todas la daré; este pan se lo da el Padre a los que murieron, para que lo coman y resuciten: ahora las almas, el último día los cuerpos.

Y el pan que yo daré es mi carne, para la vida del mundo. Realmente, aquel a quien el Padre nos dio como pan de los ángeles, para que asumiera la carne y muriera a fin de poder dar vida a los muertos, él que es el pan celestial nos da el pan terreno, pan que él transforma en su propia carne para poder

dar la vida eterna a los vivientes que son capaces de comerlo. De esta forma, el Verbo, que es el pan de los ángeles, se hizo carne, no convirtiéndose en carne, sino asumiendo la carne; de esta forma el mismo Verbo, ya hecho carne, se hace pan visible, no convertido en pan, sino asumiendo el pan e incorporándolo a la unidad de su persona.

Por consiguiente, como de nuestra carne —asumida en la Virgen María—, confesamos que es verdadero Dios a causa de la unidad de persona, así también de este pan visible —que la divinidad invisible del mismo Verbo asumió y convirtió en su propia carne—, confesamos con plena y católica fe que es el cuerpo de Cristo. Dice, en efecto: Y el pan que yo daré es mi carne, para la vida del mundo, o sea, para que el mundo redimido coma y beba, después de haber previamente lavado, mediante el bautismo, la mancha producida por el antiguo manjar que la serpiente ofreció e indujo a que comiera.