

## XX DOMENICA

### PRIMA LETTURA

*Mangiate il mio pane, bevete il vino che vi ho preparato.*

**Dal libro dei Proverbi**

9, 1-6

**L**a sapienza si è costruita la sua casa,  
ha intagliato le sue sette colonne.  
Ha ucciso il suo bestiame, ha preparato il suo vino  
e ha imbandito la sua tavola.

Ha mandato le sue ancelle a proclamare  
sui punti più alti della città:  
«Chi è inesperto venga qui!».

A chi è privo di senno ella dice:  
«Venite, mangiate il mio pane,  
bevete il vino che io ho preparato.  
Abbandonate l'inesperienza e vivrete,  
andate dritti per la via dell'intelligenza».

**Parola di Dio.**

## **SALMO RESPONSORIALE**

Dal Salmo 33 (34)

**R/. Gustate e vedete com'è buono il Signore.**

**Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la sua lode.  
Io mi glorio nel Signore:  
i poveri ascoltino e si rallegriano. R/.**

**Temete il Signore, suoi santi:  
nulla manca a coloro che lo temono.  
I leoni sono miseri e affamati,  
ma a chi cerca il Signore non manca alcun bene. R/.**

**Venite, figli, ascoltate mi:  
vi insegnerò il timore del Signore.  
Chi è l'uomo che desidera la vita  
e ama i giorni in cui vedere il bene? R/.**

**Custodisci la lingua dal male,  
le labbra da parole di menzogna.  
Sta' lontano dal male e fa' il bene,  
cerca e persegui la pace. R/.**

## **SECONDA LETTURA**

*Sappiate comprendere qual è la volontà del Signore.*

**Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini**

**5, 15-20**

**F**ratelli, fate molta attenzione al vostro modo di vivere, comportandovi non da stolti ma da saggi, facendo buon uso del tempo, perché i giorni sono cattivi. Non siate perciò sconsiderati, ma sappiate comprendere qual è la volontà del Signore.

E non ubriacatevi di vino, che fa perdere il controllo di sé; siate invece ricolmi dello Spirito, intrattenendovi fra voi con salmi, inni, canti ispirati, cantando e inneggiando al Signore con il vostro cuore, rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo.

**Parola di Dio.**

## **CANTO AL VANGELO**

**Gv 6, 56**

**R/. Alleluia, alleluia.**

**Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue,  
dice il Signore, rimane in me e io in lui.**

**R/. Alleluia.**

## VANGELO

*La mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.*

### Dal Vangelo secondo Giovanni

6, 51-58

**I**n quel tempo, Gesù disse alla folla: «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».

Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

Gesù disse loro: «In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me.

Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

**Parola del Signore.**