

## *2. È il pane che il Signore vi ha dato in cibo*

**Dal libro dell'Esodo (16,2-4.12-15)**

In quei giorni, nel deserto tutta la comunità degli Israeliti mormorò contro Mosè e contro Aronne. Gli Israeliti dissero loro: «Fossimo morti per mano del Signore nella terra d'Egitto, quando eravamo seduti presso la pentola della carne, mangiando pane a sazietà! Invece ci avete fatto uscire in questo deserto per far morire di fame tutta questa moltitudine».

Allora il Signore disse a Mosè: «Ecco, io sto per far piovere pane dal cielo per voi: il popolo uscirà a raccoglierne ogni giorno la razione di un giorno, perché io lo metta alla prova, per vedere se cammina o no secondo la mia legge. Ho inteso la mormorazione degli Israeliti. Parla loro così: "Al tramonto mangerete carne e alla mattina vi sazierete di pane; saprete che io sono il Signore, vostro Dio"».

La sera le quaglie salirono e coprirono l'accampamento; al mattino c'era uno strato di rugiada intorno all'accampamento. Quando lo strato di rugiada svanì, ecco, sulla superficie del deserto c'era una cosa fine e granulosa, minuta come è la brina sulla terra. Gli Israeliti la videro e si dissero l'un l'altro: «Che cos'è?», perché non sapevano che cosa fosse. Mosè disse loro: «È il pane che il Signore vi ha dato in cibo».

PER COMPRENDERE E MEDITARE LA PAROLA

*“Gesù si identifica con quel pane spezzato e condiviso... il pane e il vino diventano realmente il suo Corpo e il suo Sangue.*

*È l'Eucaristia, che Gesù ci lascia con uno scopo preciso: che noi possiamo diventare una cosa sola con Lui.*

*La comunione è assimilazione: mangiando Lui, diventiamo come Lui. L'Eucaristia è Gesù stesso che si dona interamente a noi. Nutrirci di Lui e dimorare in Lui mediante la Comunione eucaristica, se lo facciamo con fede, trasforma la nostra vita, la trasforma in un dono a Dio e ai fratelli.*

*Nutrirci di quel Pane di vita significa entrare in sintonia con il cuore di Cristo, assimilare le sue scelte, i suoi pensieri, i suoi comportamenti. Significa entrare in un dinamismo di amore e diventare persone di pace, persone di perdono, di riconciliazione, di condivisione solidale. Le stesse cose che Gesù ha fatto” (Papa Francesco, 16 agosto 2015).*

✎ *“Che cos’è” l’Eucaristia per me?*

*“Il mondo è immerso nella gratuità. È più vera e presente della cattiveria che pur non manca. Abita in mezzo a noi, la possiamo trovare negli alberi, dentro le nostre famiglie, nei cespugli, sotto i nostri capannoni e negli uffici, nei mercati, nelle piazze, negli ospedali, nelle scuole, in fondo al cuore della nostra gente. È qui, nello stupore della ferialità, dove c’è la gratuità che ci salva. L’attraversamento dei nostri deserti sarebbe molto più sopportabile se solo sapessimo riconoscere, con l’aiuto degli occhi dei profeti, la provvidenza che ci avvolge, ci può nutrire, ci nutre” (Luigino Bruni).*

✎ *Dov’è la gratuità nella mia vita?*

*“Ricordati di tutto il cammino che il Signore, tuo Dio, ti ha fatto percorrere in questi quarant'anni nel deserto... Egli ti ha nutrito di manna, che tu non conoscevi” (Deuteronomio 8, 2-ss).*

✎ *“Il significato dell’espressione ‘avvento’ comprende anche quello di ‘visitatio’, che vuol dire semplicemente e propriamente ‘visita’; in questo caso si tratta di una visita di Dio: Egli entra nella mia vita e vuole rivolgersi a me. Tutti facciamo esperienza, nell’esistenza quotidiana, di avere poco*

*tempo per il Signore e poco tempo pure per noi. Si finisce per essere assorbiti dal fare. A volte le cose ci travolgono.*

*L'Avvento ci invita a sostare in silenzio per capire una presenza. È un invito a comprendere che i singoli eventi della giornata sono cenni che Dio ci rivolge, segni dell'attenzione che ha per ognuno di noi. Quanto spesso Dio ci fa percepire qualcosa del suo amore!*

*Tenere, per così dire, un diario interiore di questo amore sarebbe un compito bello e salutare per la nostra vita!*

*L'Avvento ci invita e ci stimola a contemplare il Signore presente. La certezza della sua presenza non dovrebbe aiutarci a vedere il mondo con occhi diversi? Non dovrebbe aiutarci a considerare tutta la nostra esistenza come 'visita', come un modo in cui Egli può venire a noi e diventarci vicino, in ogni situazione?" (Benedetto XVI).*

#### PER PREGARE LA PAROLA

*Chiedo perdono - "Nel loro cuore tentarono Dio, chiedendo cibo per la loro gola. Parlarono contro Dio, dicendo: -Sarà capace Dio di preparare una tavola nel deserto?" (Sal 78,18-19).*

*La risposta è... sì!*

*Ringrazio - "Gli Israeliti rimasero accampati a Gàlgala e celebrarono la Pasqua al quattordici del mese, alla sera, nelle steppe di Gerico. Il giorno dopo la Pasqua mangiarono i prodotti della terra, azzimi e frumento abbrustolito in quello stesso giorno. E a partire dal giorno seguente, come ebbero mangiato i prodotti della terra, la manna cessò. Gli Israeliti non ebbero più manna; quell'anno mangiarono i frutti della terra di Canaan" (Giosuè 5,10-12). Il Signore ha cura di me.*

*Invoco lo Spirito - "Hai concesso loro il tuo spirito buono per istruirli e non hai rifiutato la tua manna alle loro bocche e hai dato loro l'acqua per la loro sete. Per quarant'anni li hai*

*nutriti nel deserto e non è mancato loro nulla; le loro vesti non si sono logorate e i loro piedi non si sono gonfiati”* (Neemia 9, 20-21). L’Amore di Dio arriva ai dettagli!

#### PER CUSTODIRE LA PAROLA

Gesù ci pone sulla bocca la preghiera del deserto:

DACCI OGGI IL NOSTRO PANE QUOTIDIANO

#### PER VIVERE LA PAROLA

*“Ciò che abbiamo udito e conosciuto e i nostri padri ci hanno raccontato non lo terremo nascosto ai nostri figli, raccontando alla generazione futura le azioni gloriose e potenti del Signore e le meraviglie che egli ha compiuto.*

*Diede ordine alle nubi dall'alto e aprì le porte del cielo; fece piovere su di loro la manna per cibo e diede loro pane del cielo. L'uomo mangiò il pane dei forti; diede loro cibo in abbondanza. Li fece entrare nei confini del suo santuario, questo monte che la sua destra si è acquistato”* (dal salmo 78).

Dory: - *Avanti, fidati no?*

Marlin: - *Fidarmi?*

Dory: *Sì, fidati! Gli amici fanno questo.*

*“Gesù Eucaristia è il pane del cammino quotidiano, è Viatico per il pellegrinaggio di ogni giorno. Quando inizia un nuovo percorso, quando la partenza chiede speranza, quando il cammino richiede più energie, quando siamo un po’ a terra e non ce la facciamo a ripartire, quando abbiamo perso la strada e vaghiamo nomadi senza meta, torniamo da Gesù, Pane dei pellegrini!”* (don Luca, La tenda ottobre 2019).