

## Diumenge 18 de durant l'any / B

### Lectura primera

Ex 16,2-4,12-15

Lectura del llibre de l'Èxode

En aquells dies, tota la comunitat del poble d'Israel murmurà en el desert contra Moisès i Aharon. El poble d'Israel els deia: «Tant de bo la mà del Senyor ens hagués fet morir tots al país d'Egipte, quan encara sèiem al voltant de les olles de carn i menjàvem tant de pa com volíem. Ens heu fet sortir cap aquest desert perquè tot aquest poble mori de fam.» El Senyor digué a Moisès: «Mira, jo us faré ploure pa del cel. Que tothom surti cada dia a recollir-ne, però només el que necessiten per a aquell dia. Vull veure si compleixen o no el que jo els mano.

»He sentit aquestes murmuracions del poble d'Israel. Digue'ls, doncs: Aquest vespre menjareu carn, i demà al matí tant de pa com voldreu, i sabreu que jo, el Senyor, sóc el vostre Déu.» Aquell vespre, doncs, arribà un núvol de guatlles que cobrí el campament, i l'endemà al matí, tot el campament era ple de rosada. Quan la rosada s'esvaí, quedà per tot el desert una cosa granulada, fina com la capa de gebre que cobreix la terra. Els israelites, en veure-ho, es deien l'un a l'altre: «Manhu», que vol dir, «¿Què és això?» Perquè no sabien què era. Moisès els digué: «Això és el pa que el Senyor us dona per aliment.»

### Salm responsorial

77,3-4,23-24,25 i 54 (R/ cf. v. 24b)

El que vam sentir i aprendre,  
el que els pares ens van contar,  
no podem amagar-ho als nostres fills,  
i que ells ho contin als qui vindran.  
Són les gestes glorioses del Senyor.

R. El Senyor els donà el seu blat  
celestial.

Però ell donà ordres als núvols  
i obrí els batents del cel;  
perquè plogués l'aliment del mannà,  
el do del seu blat celestial. R.

I els homes van menjar el pa dels àngels,  
les provisions abundants que els enviava.  
Els introduí al seu clos sagrat,  
a la muntanya que el seu braç es  
conquerí. R.

### Lectura segona

Ef 4,17,20-24

Lectura de la carta de sant Pau als cristians d'Efes

Us dic, i insisteixo en el Senyor, que no visqueu més com viuen els pagans. Es guien per criteris que no valen. Però el Crist, tal com vosaltres heu après, no és res de tot això. ¿No us l'han predicat tal com és? ¿No us han ensenyat la veritat sobre Jesús? Doncs, deixeu la vostra antiga manera de viure. Despul·leu-vos d'aquesta naturalesa envellida; els desigs que la sedueixen la porten a la seva destrucció. Que es renovi el vostre esperit i tota la vostra manera de pensar! Revestiu-vos d'aquesta nova naturalesa que Déu ha creat a imatge seva: porteu una vida justa, bona i santa de veritat.

## Lectura de l'evangelí segons sant Joan

En aquell temps, quan la gent s'adonà que Jesús no era allà, ni tampoc els seus deixebles, s'embarcaren i anaren a Cafar-Nahüm a buscar Jesús. Quan el trobaren a l'altra banda del llac, li preguntaren: «Rabí, ¿quan heu vingut?» Jesús els respongué: «Us ho dic amb tota veritat: Vosaltres no em busqueu pel que signifiquen els prodigis que heu vist, sinó perquè heu menjat pa i heu quedat satisfets. No us afanyeu tant per aquest aliment que es consumeix, sinó pel que dura sempre i dóna la vida eterna, per l'aliment que el Fill de l'home us proporciona. Penseu que és Déu, el Pare, qui l'acredita. Ells li pregunten: «¿Què hem de fer per complir el que Déu vol?» Jesús els respon: «El que Déu vol és que cregueu en aquell que ell ha enviat.»

Li contestaren: «¿Quin senyal prodigiós ens doneu perquè nosaltres us creguem? ¿Què podeu fer? Els nostres pares, estant en el desert, menjaren el manà, tal com diu l'Escriptura: “Els donà l'aliment del seu blat celestial.”» Jesús els respongué: «Us ho dic amb tota veritat: El pa que us va donar Moisès no era de debò el pa del cel, però el meu Pare sí que us dóna l'autèntic pa del cel. El pa de Déu és el que baixa del cel per donar la vida al món.» Li diuen: «Senyor, doneu-nos sempre pa d'aquest.» Els diu Jesús: «Jo sóc el pa que dóna la vida: els qui vénen a mi no passaran fam, els qui creuen en mi no tindran mai set.»