

**1ª Lectura: del libro del Éxodo (16, 2-4. 12-15)**

En aquellos días, toda la comunidad de los hijos de Israel murmuró contra Moisés y Aarón en el desierto, diciendo: "Ojalá hubiéramos muerto a manos del Señor en Egipto, cuando nos sentábamos junto a las ollas de carne y comíamos pan hasta saciarnos. Ustedes nos han traído a este desierto para matar de hambre a toda esta multitud". Entonces dijo el Señor a Moisés: "Voy a hacer que llueva pan del cielo. Que el pueblo salga a recoger cada día lo que necesita, pues quiero probar si guarda mi ley o no. He oído las murmuraciones de los hijos de Israel. Diles de parte mía: 'Por la tarde comerán carne y por la mañana se hartarán de pan, para que sepan que yo soy el Señor, su Dios'. Aquella misma tarde, una bandada de codornices cubrió el campamento. A la mañana siguiente había en torno a él una capa de rocío que, al evaporarse, dejó el suelo cubierto con una especie de polvo blanco semejante a la escarcha. Al ver eso, los israelitas se dijeron unos a otros: "¿Qué es esto?", pues no sabían lo que era. Moisés les dijo: "Éste es el pan que el Señor les da por alimento".

**Salmo Responsorial (77)**

***R/. El Señor les dio pan del cielo.***

Cuanto hemos escuchado y conocemos  
del poder del Señor y de su gloria,  
cuanto nos han narrado nuestros padres,  
nuestros hijos lo oirán de nuestra boca. **R/.**  
A las nubes mandó desde lo alto  
que abrieran las compuertas de los cielos;  
hizo llover maná sobre su pueblo,  
trigo celeste envió como alimento. **R/.**  
Así el hombre comió pan de los ángeles;  
Dios le dio de comer en abundancia  
y luego los condujo hasta la tierra

y el monte que su diestra conquistara. **R/.**

**Segunda Lectura: San Pablo a los efesios (4, 17. 20-24)**

Hermanos: Declaro y doy testimonio en el Señor, de que no deben ustedes vivir como los paganos, que proceden conforme a lo vano de sus criterios. Esto no es lo que ustedes han aprendido de Cristo; han oído hablar de él y en él han sido adoctrinados, conforme a la verdad de Jesús. Él les ha enseñado a abandonar su antiguo modo de vivir, ese viejo yo, corrompido por deseos de placer. Dejen que el Espíritu renueve su mente y revístanse del nuevo yo, creado a imagen de Dios, en la justicia y en la santidad de la verdad.

**Aclamación antes del Evangelio (Mt. 4, 4)**

***Aleluya, Aleluya.***

No sólo de pan vive el hombre, sino también de toda palabra que sale de la boca de Dios.

***Aleluya, Aleluya.***

## **Evangelio según San Juan (6, 24-35)**

En aquel tiempo, cuando la gente vio que en aquella parte del lago no estaban Jesús ni sus discípulos, se embarcaron y fueron a Cafarnaúm para buscar a Jesús. Al encontrarlo en la otra orilla del lago, le preguntaron: "Maestro, ¿cuándo llegaste acá?" Jesús les contestó: "Yo les aseguro que ustedes no me andan buscando por haber visto signos, sino por haber comido de aquellos panes hasta saciarse. No trabajen por ese alimento que se acaba, sino por el alimento que dura para la vida eterna y que les dará el Hijo del hombre; porque a éste, el Padre Dios lo ha marcado con su sello". Ellos le dijeron: "¿Qué debemos hacer para realizar las obras de Dios?" Respondió Jesús: "La obra de Dios consiste en que crean en aquel a quien él ha enviado". Entonces la gente le preguntó a Jesús: "¿Qué signo vas a realizar tú, para que lo veamos y podamos creerte? ¿Cuáles son tus obras? Nuestros padres comieron el maná en el desierto, como está escrito: Les dio a comer pan del cielo". Jesús les respondió: "Yo les aseguro: No fue Moisés quien les dio pan del cielo; es mi Padre quien les da el verdadero pan del cielo. Porque el pan de Dios es aquel que baja del cielo y da la vida al mundo". Entonces le dijeron: "Señor, danos siempre de ese pan". Jesús les contestó: "Yo soy el pan de la vida. El que viene a mí no tendrá hambre, y el que cree en mí nunca tendrá sed".