Patnubay para sa Masiglang Pakikibahagi sa Pagdiriwang ng Banal na Misa

PATNUBAY SA MISA

4 Agosto 2024 | Ika-18 Linggo sa Karaniwang Panahon | Taon B

LINGGO NG MGA KURA PAROKO

ABUTIN ANG MGA BITUIN!

Kapag nahaharap sa mga problemang materiyal at pisikal, agad tayong bumabaling sa Diyos upang dumaing, humingi ng tulong, makiusap, o humiling ng tawad at habag. Sa ikli ng ating pananaw, kadalasan nating nakakaligtaan ang katotohanang malimit tayong labis na abala sa mga bagay na materiyal at nakalilimot sa ating mga pangangailangang espirituwal. Ito ang isa sa mga dahilan kung bakit pinaaalalahanan tayo ni San Pablo na hubarin "ang dating pagkatao" at ang dapat makita'y "ang inyong bagong pagkatao" – ang tao na ang inuuna'y ang pagpapahalaga sa Kaharian. Sa Ebanghelyo, itinuturo sa atin ni Hesus na ituon ang ating mga puso hindi sa pagkaing materiyal, kundi sa pagkaing nagdudulot ng buhay na walang hanggan.

Sa ating pagdiriwang ng Linggo ng mga Kura Paroko, inaanyayahan tayong higit na magpahalaga sa mga gawain ng mga Kura Paroko para sa kanilang mga kawan. Pasalamatan natin ang ating Kura Paroko at ang kanyang mga katulong sa kanilang pagiging kasangkapan ng kalinga ng Diyos sa atin. Nawa'y maging inspirasyon nila ang kanilang patrong si San Juan Maria Vianney.

PASIMULA

Pambungad

(Ipahahayag lamang kung walang awiting nakahanda.)

Ngayon ako'y 'yong iligtas nang di ako mapahamak. Dulutan mo ng paglingap, nang buhay ko'y di mabihag. D'yos ko, sa aki'y mahabag.

Pagbati

P – Sa ngalan ng Ama at ng Anak at ng Espiritu Santo!

B – **Amen**

P – Ang pagpapala ng ating Panginoong Hesukristo, and pag-ibig ng Diyos Ama, at ang pakikipagkaisa ng Espiritu Santo, nawa'y sumainyong lahat!

B – **At sumaiyo rin!**

Pagsisisi

P – Mga kapatid, aminin ang ating mga kasalanan upang tayo'y maging karapat-dapat gumanap sa banal na pagdiriwang. *(Tumahimik sandali.)*

P – Panginoong Hesus, ikaw ang tunay na pagkaing mula sa langit. Panginoon, kaawaan mo kami!

B – **Panginoon, kaawaan mo kami!**

P – Panginoong Hesus, tinuturuan mo kaming magsikap para sa pagkaing hindi nasisira at nagbibigay ng buhay na walang hanggan. Kristo, kaawaan mo kami!

B – **Kristo, kaawaan mo kami!**

P – Panginoong Hesus, ikaw ang nagbibigay ng buhay sa sanlibutan. Panginoon, kaawaan mo kami!

B – **Panginoon, kaawaan mo kami!**

P – Kaawaan tayo ng makapangyarihang Diyos, patawarin tayo sa ating mga kasalanan, at patnubayan tayo sa buhay na walang hanggan.

B – **Amen!**

Papuri

B – Papuri sa Diyos sa kaitaasan at sa lupa'y kapayapaan sa mga taong kinalulugdan niya. Pinupuri ka namin, dinarangal ka namin, sinasamba ka namin, ipinagbubunyi ka namin, pinasasalamatan ka namin dahil sa dakila mong angking kapurihan. Panginoong Diyos, Hari ng langit, Diyos Amang makapangyarihan sa lahat.

Panginoong Hesukristo,

This issue of ***Patnubay sa Misa*** for free from www.wordandlife.org. A "love offering" for the continuation of our apostolate will be appreciated. Please, send your donation to "Word And Life Publications." Our Savings Account is BPI – # 3711-0028-46. Send us a copy of the deposit slip with your name and (email) address for proper acknowledgment. See contact details on the last page. Thank You!

Bugtong na Anak, Panginoong Diyos, Kordero ng Diyos, Anak ng Ama. Ikaw na nag-aalis ng mga kasalanan ng sanlibutan, maawa ka sa amin. Ikaw na nag-aalis ng mga kasalanan ng sanlibutan, tanggapin mo ang aming kahilingan. Ikaw na naluluklok sa kanan ng Ama, maawa ka sa amin. Sapagkat ikaw lamang ang banal, ikaw lamang ang Panginoon, ikaw lamang, O Hesukristo, ang Kataas-taasan, kasama ng Espiritu Santo sa kadakilaan ng Diyos Ama. Amen!

Panalanging Pambungad

P **–**Ama naming makapangyarihan, manatili kang kapiling ng iyong sambayanan na iyong laging kinahahabagan at pinagbibigyan upang ang itinampok ng iyong pamumuno at pagsubaybay ay muli mong ikalugod at panatilihin mong kinalulugdan sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.
B **–Amen!**

PAGPAPAHAYAG NG SALITA NG DIYOS

Unang Pagbasa ***Ex 16:2-4. 12-15***

Habang nararanasan ng mga Israelita ang hirap ng buhay sa disyerto, nagreklamo sila laban kina Moises at Aaron. Isinasalaysay sa siping ito ang pagtugon ng Diyos sa kanilang mga pangangailangan sa pamamagitan ng pagpapadala sa kanila ng pugo at ng mahiwagang pagkaing tinawag na "manna," na nagbabadya sa Eukaristiya.

L– Pagbasa mula sa Aklat ng Exodo

Noong mga araw na iyon, ang mga Israelita'y nagreklamo kina Moises at Aaron. Sinabi nila, "Mabuti pa sana'y pinatay na kami ng Panginoon sa Ehipto. Doon, nakakakain kami ng karne at tinapay hanggang gusto namin. Dito naman sa ilang na pinagdalhan ninyo sa amin, mamamatay kami sa gutom."

Sinabi ng Panginoon kay Moises, "Pauulanan ko kayo ng tinapay mula sa langit. Araw-araw, palalabasin mo ng bahay ang mga tao para mamulot ng kakanin nila sa maghapon. Sa pamamagitan nito'y susubukin ko kung hanggang saan nila susundin ang aking mga tagubilin.

Narinig ko ang reklamo ng mga Israelita. Sabihin mo sa kanila na pagtatakip-silim, bibigyan ko sila ng karne. Sa umaga, bibigyan ko sila ng tinapay hanggang gusto nila. Sa gayo'y malalaman nilang ako ang Panginoon, ang kanilang Diyos."

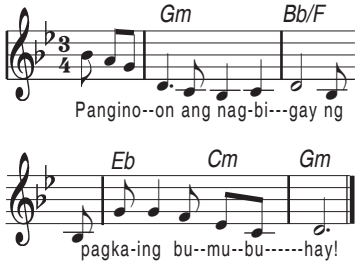
Nang magtakip-silim, dumagsa sa kampo ang napakaraming pugo. Kinaumagahan naman ay makapal na makapal ang hamog sa paligid ng kampo. Nang mapawi ang hamog, nakita nilang ang lupa'y nalalatagan ng maliliit at maninipis na mga bagay na animo'y pinipig. Hindi nila alam kung ano iyon, kaya nagtanungan sila, "Ano kaya ito?" Sinabi ni Moises, "Iyan ang tinapay na bigay sa inyo ng Panginoon."

Ang Salita ng Diyos!
B **–Salamat sa Diyos!**

Salmong Tugunan ***Awit 77***

B –Panginoon ang nagbigay ng pagkaing bumubuhay!

R. M. Velez



*** Ito'y aming narinig na, kaya naman aming alam, nagbuhat sa aming nuno na sa ami'y isinaysay. Totoong kahanga-hanga ang tinutukoy na bagay, mga ginawang dakila ng Panginoong Maykapal.** ***B.***

*** Gayon pa man, itong Diyos nag-utos sa kalangitan, at ang mga pinto nito'y agad-agad na nabuksan. Bunga nito, ang pagkai'y bumuhos na parang ulan, ang pagkain nilang manna, sa kanila'y ibinigay.** ***B.***

*** Ang kaloob na pagkai'y pagkain ng mga anghel, hindi sila nagkukulang, masagana kung dumating. Inihatid sila ng D'yos sa banal niyang lupain, sa bundok niyang inagaw sa kalabang naniniil.** ***B.***

Ikalawang Pagbasa ***Ef 4:17. 20-24***

Sa maikling siping ito, tinutukoy ni San Pablo ang malaking pagbabagong kinakailangan ng isang tao kapag siya'y naging kabahagi na ng Simbahan na siyang Banal na Katawan ng Panginoon.

L– Pagbasa mula sa Sulat ni Apostol San Pablo sa mga taga-Efeso

Mga kapatid, sa ngalan ng Pangi-noon, ito ang sinasabi ko't iginigiit: huwag na kayong mamuhay na gaya ng mga Hentil. Walang kabuluhan ang kanilang iniisip. Hindi ganyan ang natutuhan ninyo kay Kristo – kung talagang pinakinggan ninyo ang aral niya at naturuan kayo ng katotohanang na kay Hesus. Iwan na ninyo ang dating pamumuhay. Hubarin na ninyo ang dating pagkatao, na napapahamak dahil sa masasamang pita. Magbago na kayo ng diwa at pag-iisip; at ang dapat makita sa inyo'y ang bagong pagkatao na nilikhang kalarawan ng Diyos, kalarawan ng kanyang katuwiran at kabanalan.

Ang Salita ng Diyos!
B **–Salamat sa Diyos!**

Aleluya

B **–Aleluya! Aleluya!**
Ang tao ay nabubuhay sa Salita ng Maykapal na pagkaing kanyang bigay.
Aleluya! Aleluya!

Mabuting Balita ***Jn 6:24-35***

Pinadalhan ng Diyos ng manna, na pagkaing mula sa langit, ang mga Israelita habang sila'y naglalakbay sa disyerto. Sa mga naniniwala sa kanya, si Hesus ay nangangako ng tunay na pagkaing mula sa langit, ng Tinapay ng Buhay, na walang iba kundi siya mismo.

P **–**Sumainyo ang Panginoon!
B **–At sumaiyo rin!**
P **–**Ang Mabuting Balita ng Panginoon ayon kay San Juan
B **–Papuri sa iyo, Panginoon!**

Noong panahong iyon, nang makita ng mga tao na wala na si Hesus, ni ang kanyang mga alagad, sa lugar na kinainan ni Hesus ng tinapay, sila'y sumakay sa mga bangka at pumunta rin sa Capernaum upang hanapin

si Hesus.

Nakita nila si Hesus sa ibayo ng lawa, at kanilang tinanong, "Rabi, kailan pa kayo rito?" Sumagot si Hesus, "Sinasabi ko sa inyo: hinahanap ninyo ako, hindi dahil sa mga kababalaghang nakita ninyo, kundi dahil sa nakakain kayo ng tinapay at nabusog. Gumawa kayo, hindi upang magkaroon ng pagkaing nasisira, kundi upang magkaroon ng pagkaing hindi nasisira at nagbibigay ng buhay na walang hanggan. Ibibigay ito sa inyo ng Anak ng Tao, sapagkat siya ang binigyan ng kapangyarihan ng Diyos Ama." Kaya't siya'y tinanong nila, "Ano po ang dapat naming gawin upang aming maganap ang kalooban ng Diyos?" "Ito ang ipinagagawa sa inyo ng Diyos: manalig kayo sa sinugo niya," tugon ni Hesus. "Ano pong kababalaghan ang maipakikita ninyo upang manalig kami sa inyo? Ano po ang gagawin ninyo?" tanong nila. "Ang aming mga magulang ay kumain ng manna sa ilang, ayon sa nasusulat, 'Sila'y binigyan niya ng pagkaing mula sa langit,' " dugtong pa nila. Sumagot si Hesus, "Dapat ninyong malamang hindi si Moises ang nagbigay sa inyo ng pagkaing mula sa langit, kundi ang aking Ama. Siya ang nagbibigay sa inyo ng tunay na pagkaing mula sa langit. Sapagkat ang pagkaing bigay ng Diyos ay yaong bumaba mula sa langit at nagbibigay-buhay sa sanlibutan." "Ginoo," wika nila, "bigyan po ninyo kaming lagi ng pagkaing iyon." "Ako ang pagkaing nagbibigay-buhay," sabi ni Hesus. "Ang lumalapit sa akin ay hindi na magugutom, at ang nananalig sa akin ay hindi na mauuhaw kailanman."

Ang Mabuting Balita ng Panginoon!

B **–Pinupuri ka namin, Panginoong Hesukristo!**

Homiliya

Sumasampalataya

B– Sumasampalataya ako sa Diyos Amang makapangyarihan sa lahat, na may gawa ng langit at lupa.

Sumasampalataya ako kay Hesukristo, iisang Anak ng Diyos, Panginoon nating lahat. Nagkatawang-tao siya lalang ng Espiritu Santo, ipinanganak ni Santa Mariang Birhen. Pinagpakasakit ni Poncio Pilato, ipinako sa krus, namatay, inilibing. Nanaog sa kinaroroonan ng mga yumao. Nang may ikatlong araw nabuhay na mag-uli. Umakyat sa langit. Nalulуklok sa kanan ng Diyos Amang makapangyarihan sa lahat. Doon magmumulang paririto at huhukom sa nangabubuhay at nangamatay na tao.

Sumasampalataya naman ako sa Diyos Espiritu Santo, sa banal na Simbahang Katolika, sa kasamahan ng mga banal, sa kapatawaran ng mga kasalanan, sa pagkabuhay na muli ng nangamatay na tao at sa buhay na walang hanggan. Amen!

Panalangin ng Bayan

P – Yamang tayo'y nananalig na ang Diyos ay totoong mapagbigay at laging nagdudulot ng buhay sa Kanyang bayan, tayo'y dumulog at manalangin sa Kanya sa pag-asang tayo'y Kanyang pakikinggan. Sama-sama tayong manalangin:

B **– Panginoon, dinggin Mo kami!**

* Para sa Simbahang Katoliko, ang peregrinong bayan ng Diyos: Nawa'y maihatid niya ang mga tapat sa makalangit na kaharian bilang kasangkapan ng pag-ibig ng Diyos na siyang nangalaga sa mga Israelita sa kanilang paglalakbay sa disyerto. Manalangin tayo! ***B.***

* Para sa Santo Papa, mga obispo at lahat ng namumuno sa bayan ng Diyos: Nawa'y pasiglahin at palakasin nila ang kanilang mga kawan bilang mga tagapaghatid ng maraming biyaya ng Diyos. Manalangin tayo! ***B.***

* Para sa mga naaakit ng materyalismo: Nawa'y mapaglabanan nila ang mga panghalina ng materiyal na pakinabang at magsikap sila para sa pagkaing nagdudulot ng buhay na walang hanggan. Manalangin tayo! ***B.***

* Para sa ating kura paroko at sa mga katulong niya: Nawa'y manatili silang malusog at maipagtaguyod ang kanilang malasakit at pagmamahal ng mga pinamumunuan nila. Manalangin tayo! ***B.***

* Para sa lahat ng mga Kristiyano: Nawa'y masaisantabi natin ang ating *"dating pagkatao"* at ang ating mga makasalanang paghahangad at sa halip ay magsumikap na mamuhay sa kalinisan at kabanalan. Manalangin tayo! ***B.***

* Para sa ating lahat: Nawa'y magkaroon tayo ng isang mapitagang pag-ibig sa Eukaristiya at magsumikap na tanggaping lagi si Hesus sa Banal na Pakikinabang. Manalangin tayo! ***B.***

P – Amang nasa langit, ang pananampalataya sa Iyong Anak na si Hesus ay siyang handog Mo sa amin. Tulungan Mo kaming lubos na magtiwala sa kanya upang ang kanyang buhay sa amin ay patuloy na sumigla. Ikaw na nabubuhay at naghahari magpasa walang hanggan.

B **–Amen!**

PAGDIRIWANG NG HULING HAPUNAN

P – Manalangin kayo . . .

B **– Tanggapin nawa ng Panginoon itong paghahain sa iyong mga kamay sa kapurihan niya at karangalan, sa ating kapakinabangan at sa buong Sambayanan niyang banal.**

Panalangin ukol sa mga Alay

P – Ama naming Lumikha, para mo nang awa, gawin mong banal ang mga alay naming iyo sanang kalugdan at kami'y gawin mong haing sa iyo'y laging nakalaan sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

B **– Amen!**

Prepasyo IV

P – Sumainyo ang Panginoon!

B **–At sumaiyo rin!**

P –Itaas sa Diyos ang inyong puso at diwa!

B **–Itinaas na namin sa Panginoon!**

P – Pasalamatan natin ang Panginoong ating Diyos!

B **–Marapat na siya ay pasalamatan!**

P **–**Ama naming makapangyarihan, tunay ngang marapat na ikaw ay aming pasalamatan sa pamamagitan ni Hesukristo na aming Panginoon.

Siya ay naging kapwa naming maaasahan upang may mangunang umako sa pananagutan dahil hangad mong magbago ang kinamihasnang pagkakanya-kanya ng sangkatauhan. Bunga ng pagtitiis, siya ay nanaig at ang kamatayan ay kanyang nalupig kaya't siya ang aming Daan para aming masapit ang iyong tapat at maaasahang pag-ibig.

Kaya kaisa ng mga anghel na nagsisiawit ng papuri sa iyo nang walang humpay sa kalangitan, kami'y nagbubunyi sa iyong kadakilaan:

B**– Santo, santo, santo Panginoong Diyos ng mga hukbo. Napupuno ang langit at lupa ng kadakilaan mo. Osana sa kaitaasan!**

Pinagpala ang naparirito sa ngalan ng Panginoon. Osana sa kaitaasan!

Pagbubunyi

B**–Si Kristo ay gunitaing sarili ay inihain bilang pagkai't inuming pinagsasaluhan natin hanggang sa siya'y dumating.**

PAKIKINABANG

B**– Ama namin . . .**
P**–** Hinihiling namin . . .

B**– Sapagkat iyo ang kaharian at ang kapangyarihan at ang kapurihan magpakailanman! Amen!**

Paanyaya sa Kapayapaan

Paghahati-hati sa Tinapay

B**– Kordero ng Diyos na nag-aalis ng mga kasalanan ng sanlibutan, maawa ka sa amin. (2x)**

Kordero ng Diyos na nag-aalis ng mga kasalanan ng sanlibutan, ipagkaloob mo sa amin ang kapayapaan.

Paanyaya sa Pakikinabang

P**–** Ito ang Kordero ng Diyos na nag-aalis ng mga kasalanan ng sanlibutan. Mapalad ang mga inaanyayahan sa kanyang piging.
B**– Panginoon, hindi ako karapat-dapat na magpatuloy sa iyo ngunit sa isang salita mo lamang ay gagaling na ako.**

Antipona ng Pakikinabang

(Ipahahayag lamang kung walang awiting nakahanda.)

Tinapay ng mga anghel ang binigay mong pagkain upang sarap ay lasapin ng lahat ng makatikim, Poong Diyos na butihin.

Panalangin Pagkapakinabang

P **–**Ama naming mapagmahal, kaming pinapagsalo mo sa banal na pakikinabang ay iyong tuwangan sa ginagawa namin sa araw-araw upang kaming hindi mo pinagkakaitan ng pagsubaybay ay gawin mong maging marapat sa lubos na kaligtasan, sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.
B **– Amen!**

PAGWAWAKAS

P **–**Sumainyo ang Panginoon.
B **– At sumaiyo rin!**

P **–**Magsiyuko kayo habang iginagawad ang pagbabasbas. *(Tumahimik sandali.)*
– Itulot nawa ng Diyos na kayo'y maging bukas-palad at matatag.
B**– Amen!**

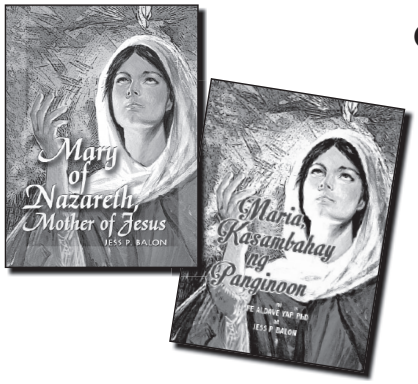
P **–**Pasiglahin Niya nawa ang inyong pananampalataya upang kayo'y magsikap sa mabubuting gawa.
B**– Amen!**

P**–**Akayin Niya nawa kayong patungo sa Kanya at gabayan kayo sa landas ng pagkakawanggawa at kapayapaan.
B**– Amen!**

P**–** Pagpalain kayo ng makapangyarihang Diyos: Ama, Anak, at Espiritu Santo.
B**– Amen!**

P**–** Humayo kayo sa kapayapaan upang mahalin at paglingkuran ang Panginoon.
B**– Salamat sa Diyos!**

Tune in to ***Bisperas sa Veritas*** on ***Radio Veritas (846 kHz)*** ***every Saturday*** from ***5:00 to 6:00 p.m.***



Get acquainted with the life of the Mother of the Lord through the two pamphlets: "Mary of Nazareth, Mother of Jesus" and "Maria, Kasambahay ng Panginoon"

Word And Life Publications / Word And Life Religious Store
https://shopee.ph/wordandlifereligiousstore_2021
https://www.lazada.com.ph/shop/salitaatbuhaystore

WORD AND LIFE PUBLICATIONS

Don Bosco Compound, A. Arnaiz Ave. cor. Chino Roces Ave., Makati, Metro Manila
Postal Address: P.O. Box 1820, MCPO, 1258 Makati, Metro Manila, Philippines
Tel. Nos. 8894-5401; 8475-8945 • ***Website:*** www.wordandlife.org
• ***E-mail:*** wordandlifepublications@gmail.com • ***FB:*** Word And Life Publications
• ***Editorial Team:*** Fr. B. Nolasco, Fr. J. Camaya, Fr. C. Dimaranan, V. David, R. Molomog, D. Daguio
• ***Illustrations:*** A. Sarmiento, B. Cleofe • ***Circulation:*** R. Saldua

DI SA PAGKAING NAAAGNAS, KUNDI SA TINAPAY NA WALANG KUPAS!

Kalakbay at Katoto

Malimit tayong maghanap ng kung ano ang nagtatagal, kung ano ang matibay, sulit sa anumang ating ibinayad, mga bagay na hindi madaling kalawangin, di kagya't nasisira, at di marupok sa tingin at sa gamit.

Sa kabila nito, kay dali nating mainip, magsawa, mainis, at magtampo. Tulad ng mga Israelita, na pinupog ng reklamo si Moises matapos sila dalhing palabas sa pagka-alipin sa Egipto, hindi lamang tayo naiinis. Tayo man ay nag-aalsa . . . nag-aalboroto, kumbaga, at nagpapahayag ng niloloob maging sa Diyos man o sa tao.
Sa gitna ng ganitong saloobin at gawain ng tao, malinaw pa rin ang pahayag ng mga pagbasa ngayon, tulad ng ating tugon sa unang pagbasa noong nakaraang Linggo: *"Binubusog tayo ng kamay ng Diyos; tinutugon Niyang lahat ang ating pangangailangan.*" **Sa kabila ng ating pagkasuwail, ganito pa rin ang tugon ng Diyos sa atin at siya nating tugon sa unang pagbasa: *"Pinagkalooban sila ng Diyos ng tinapay na mula sa langit."***

Nguni't tunghayan natin ang tinapay na ito . . . **Ang puno at dulo ng reklamo ng mga Israelita ay iisa . . . ang kanilang tinapay ay pinagsawaan nila . . . ang manna** . . . Nasabik sila sa mga karne, recado, at pangsahog na sagana sa Egipto. Nakalimutan nila ang biyaya at natuon ang puso at isipan sa pagpapasasa. Nalungkot sila sa tinapay na walang lasa . . . walang ulam . . . . Walang kasabay na masaganang mga pang-ulam sa tinapay na mula sa langit.

Kay dali nating lumimot . . . kay dali nating magtampo . . . ginusto natin ang isang bagay kahapon . . . . Sinisiphayo natin ngayon at kinasusuklaman sa panahong ito. Sala tayo sa init . . . sala rin sa lamig. Hindi kailanman tayo nasiyahan sa kung ano ang meron tayo. At sa oras na makamit ang pinakamimithi, lagi tayong nag-aasam ng bagay na wala sa atin. Mas luntian, ika nga, ang damo sa halamanan ng kapitbahay. Laging mas ganap, mas mainam, mas nakalalamang sa anumang bagay.

Matay nating isipin, ang lahat ng bagay na iwiwaksi natin at pinagsasawaan ang mga bagay na pansamantala . . . mga bagay na pangkasalukuyang sarap lamang . . . mga bagay na di nagtatagal. Nag-alsa ang Israelita laban sa tinapay na hindi man lamang maiipon para sa kinabukasan. Dapat silang magtipon sa bawa't umaga ng manna. Nag-alsa sila sa bagay na hindi nananatili . . . hindi nagtatagal . . . At ang lahat ng tampulan ng atensyon ng balana ay sa mga bagay na walang kapararakan, mga bagay na naaagnas at nagwawakas.

Subali't sa kabila ng masamang balitang ito, ay isang mahalagang balita ang tumatambad sa ating kamalayan . . . Ito ang balita tungkol sa Eukaristiya na nagtipon-tipon sa atin ngayon**. Ito ang magandang balita na sinasaad sa tugon natin sa unang pagbasa . . . *"Binigyan sila ng Diyos ng tinapay mula sa langit."***

Hindi sila ang pokus ng ating pagninilay ngayon, kundi tayo. Tayo ngayon ang tampulan ng pag-aalay na ito ng manna na hindi basta nabubulok; hindi basta naglalaho. **At ang tinapay na ito ay walang iba kundi ang katawan at dugo ni Jesus na ipinagkaloob nang lubusan para sa ating lahat**. Ito ang kahulugan ng sinasabi ng Panginoon sa mga nangagsipagsunuran sa kaniya, matapos sila pakainin. Nagsisunod sila sapagka't naghahanap sila ng pagkain. Pero diniretso sila ni Kristo . . . Hindi siya ang pakay nila, aniya, kundi ang kabusugan. Sa kabila ng kanilang kababawan, at pag-reklamo sapagka't mahirap tanggapin ang pangaral ni Kristo, nagkaloob pa rin siya ng pinakamahalagang aral bagama't ang kaganapan ay mangyayari sa kaniyang pagkakaloob ng sarili sa kamatayan sa krus.
At pinagtagubilinan sila ng isang mahalagang pangaral. **Huwag aniya tayo masiyahan sa pagkaing naaagnas, bagkus maghanap ng pagkaing walang kupas.**

Ito ang Eukaristiya . . . tinapay ng buhay . . . tinapay na mula sa langit . . . tinapay na dulot ni Kristo . . . . Walang agnas, walang kupas . . . pagkaing nagbibigay-buhay . . . pagkaing naghahatid sa buhay na walang hanggan!

Ikaw, saan ka pa? Dito na tayo, pre! Walang kakupas-kupas!