

✠ Dal vangelo secondo Giovanni

(Gv 6, 51-58)

<sup>51</sup>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».

<sup>52</sup>Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?». <sup>53</sup>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. <sup>54</sup>Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. <sup>55</sup>Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. <sup>56</sup>Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. <sup>57</sup>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. <sup>58</sup>Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

<sup>60</sup>Molti dei suoi discepoli, dopo aver ascoltato, dissero:  
«Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?»

<sup>66</sup>Da quel momento molti dei suoi discepoli tornarono indietro e non andavano più con lui.

<sup>67</sup>Disse allora Gesù ai Dodici: «Volete andarvene anche voi?».

<sup>68</sup>Gli rispose Simon Pietro: «Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna  
<sup>69</sup>e noi abbiamo creduto e conosciuto che tu sei il Santo di Dio».

(Gv 6, 60.66-69)

Di cena in cena o di banchetto in banchetto la Chiesa percorre la sua strada verso la Gerusalemme celeste.

La prima significativa cena è quella descritta nell'Esodo<sup>1</sup> la vigilia della liberazione del popolo ebraico dalla schiavitù dell'Egitto. A rileggere le modalità di questa cena si respira aria di novità, occorre vegliare, stare attenti, non si può perdere tempo quando il Signore chiama: «<sup>11</sup>Ecco in qual modo lo mangerete: con i fianchi cinti, i sandali ai piedi, il bastone in mano; lo mangerete in fretta. È la Pasqua del Signore!».

Oggi, festa del *Corpus Domini*, celebriamo la cena della Nuova Alleanza; tutto intorno è apparentemente statico, ma le parole di Gesù sul pane e sul vino suo corpo e sangue, pur difficilmente comprensibili, ci daranno la spinta a ripartire per essere segno e strumento di liberazione per tutta l'umanità. Da ultimo, alla fine dei tempi, ci sarà il banchetto finale descritto da Isaia<sup>2</sup>.

Giovanni non racconta l'istituzione dell'eucaristia, ma ce ne dà il senso nel brano di vangelo odierno che fa parte del discorso di Gesù nella sinagoga di Cafarnaò dopo aver distribuito il pane e i pesci alla gran folla che gli andava dietro.

Per comprendere il gesto di Gesù nell'ultima cena, è indispensabile spazzar via o accantonare tutto ciò che non proviene dalla parola del Signore, soprattutto se riflette un intimismo devozionale che rischia di distrarci dal senso autentico del gesto compiuto da Gesù. I segni del pane e del vino, se

---

<sup>1</sup> Es 12, 1-14

<sup>2</sup> Is 25, 6-12

oggi non sono intuitivamente comprensibili per spiegare il significato della cena del Signore, ai tempi di Gesù, nel contesto riferito da Giovanni, erano duri da accettare o addirittura ripugnanti. Per questo, molti discepoli decidono di non seguire il maestro e di tornare indietro.

La carne, nella cultura semitica, significa la parte della persona più debole e fragile destinata alla corruzione, mentre il sangue è il simbolo della vita. Gesù, facendosi carne, si è reso in tutto simile all'uomo e Dio affida a questa fragilità la salvezza dell'umanità. Mangiare, nel testo greco vuol dire masticare nel senso di assimilare il messaggio consegnatoci dalla fragilità dell'uomo Gesù. Al Sinai, quando fu stipulata l'alleanza, Mosè usò una parte del sangue delle vittime sacrificali per aspergere il popolo e versò l'altra sull'altare per indicare, con questo rito, la comunione di vita con Dio. Bere il sangue di Gesù significa accettare il suo amore attraverso il quale siamo uniti all'interno dell'amore trinitario.

Qual è lo scopo dell'adorazione di Gesù eucaristico? Liberarci dalla *materialità* del nostro essere? Materia, la parte fragile e mortale, e spirito, la parte immortale, costituiscono, per la fede cristiana, una fonte di tensione che non può essere risolta, ovviamente in favore dello spirito, negando o addirittura annientando la materia.

Spesso, in tempi non tanto lontani, questa tensione ha portato l'uomo a comportamenti al limite della patologia. Il piacere terreno era sicuramente da evitare e i *fioretti* ci aiutavano a evitarlo: la Madonna e Dio stesso si sarebbero rallegrati della decisione di non vedere un film, di non andare a ballare, di non bere o mangiare alimenti e bevande piacevoli o di rinunciare alle lecite gioie sessuali. E che dire delle pratiche di mortificazione del corpo attraverso privazioni senza senso come digiuni estenuanti o con l'applicazione del cilicio? Nella stessa misura in cui anniento il corpo, esalto lo spirito: era questo il pensiero dominante. Sulla stessa linea si possono collocare certe raccomandazioni fatte ai bambini del tipo: "*Non masticate l'ostia altrimenti Gesù sente male*" oppure "*Non fare il cattivo perché fai piangere Gesù*" che finiscono per costituire l'unico ricordo della celebrazione del sacramento dell'eucaristia.

Non dobbiamo mai scordarci che il grande e audace mistero che la Chiesa professa è l'incarnazione del Figlio: «<sup>14</sup>*E il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi*» (Gv 1, 14). In virtù di quest'affermazione non possiamo essere nemici della materia, ma dobbiamo valorizzarla affinché diventi ciò cui tende: lo spirito. Se non ci fosse la materia non ci sarebbe neppure lo spirito e viceversa. Splendido il brano in cui Paolo ci presenta la creazione come un parto in cui le sofferenze delle doglie non sono paragonabili alla gioia per la nascita del bambino. Questo bambino, tuttavia, va verso la corruzione e la morte, ma nel cammino è accompagnato dalla speranza che il creatore possa salvarlo<sup>3</sup>. Fra corpo e spirito vi è una continua interazione, se sono felice anche il mio volto è luminoso e viceversa; il corpo si ammala e lo spirito soffre, lo spirito soffre e il corpo si ammala.

È attraverso il corpo che io entro in relazione con gli altri, mi lascio coinvolgere da loro e li coinvolgo. È attraverso il corpo che dono e ricevo amore, che ricevo e dono vita. Renato Zero nella canzone "La vita è un dono" canta: "*La vita è un dono legato a un respiro / Dovrebbe ringraziare chi si sente vivo ... / E' un dono che si deve accettare, condividere poi restituire*". La vita è un dono gratuito di Dio e non ci appartiene nel senso che a nostra volta la dobbiamo donare per arricchirla e renderla piena. Nel dono della vita troveremo la felicità.

Com'è stupenda questa festa: il Dio, l'onnipotente ci offre la sua debolezza, la sua fragilità. Egli sceglie di rimanere in mezzo a noi con il suo corpo martoriato, con la sua storia che è passata attraverso gioie, dolori ed emozioni come la storia di ciascuno di noi. Si è offerto così perché solo in questo modo poteva placare le nostre inquietudini. Quando ci cibiamo del suo corpo e del suo

---

<sup>3</sup> «<sup>18</sup>*Ritengo infatti che le sofferenze del tempo presente non siano paragonabili alla gloria futura che sarà rivelata in noi.* <sup>19</sup>*L'ardente aspettativa della creazione, infatti, è protesa verso la rivelazione dei figli di Dio.*

<sup>20</sup>*La creazione infatti è stata sottoposta alla caducità - non per sua volontà, ma per volontà di colui che l'ha sottoposta - nella speranza* <sup>21</sup>*che anche la stessa creazione sarà liberata dalla schiavitù della corruzione per entrare nella libertà della gloria dei figli di Dio.* <sup>22</sup>*Sappiamo infatti che tutta insieme la creazione geme e soffre le doglie del parto fino ad oggi.»* (Rm 8, 18-22)

sangue noi aderiamo al suo progetto di vita nuova che origina dalla comunione con l'amore trinitario. Se celebriamo l'Eucaristia vuol dire che non ce ne siamo andati come hanno fatto alcuni discepoli perché hanno udito da Gesù parole incomprensibili e dure, ma che abbiamo scelto di seguirlo perché riconosciamo in queste parole le uniche capaci di dare vita.

### **Contesto:**

Il brano evangelico proposto dalla liturgia appartiene al capitolo sesto del Vangelo di Giovanni e chiude il tema del "Pane della vita".

Il capitolo in questione ha un carattere unitario ben distinto dagli avvenimenti che lo precedono e da quelli che lo seguono. Infatti, il capitolo riporta il discorso di Cafarnaon preceduto dai segni della moltiplicazione dei pani e della traversata del mare seguito dalla descrizione delle opposte reazioni dei discepoli al discorso di Gesù. Il discorso contiene la sintesi teologica dell'insegnamento di Gesù sul suo Corpo e Sangue poiché Giovanni, a differenza dei sinottici, durante l'ultima cena sostituirà l'istituzione dell'eucaristia con il racconto della lavanda dei piedi.

Il discorso del "Pane della vita", che si sviluppa dal versetto ventidue al versetto cinquantotto, è costituito da due sezioni tra loro connesse.

Nella prima (vv. 22-46) Cristo si presenta come il Verbo incarnato del Padre, la Parola Vivente che nutre e, sotto forma di pane, si deve mangiare per ottenere la resurrezione e la vita.

Nella seconda sezione (vv. 47-58) Cristo, verbo incarnato del Padre, rivela che per comunicare la risurrezione occorre nutrirsi della sua carne e del suo sangue.

Queste due sezioni, a loro volta, possono essere suddivise in cinque articolazioni e precisamente:

1. dal v. 22 al v. 27: la gente cerca Gesù non per i segni, ma perché lui l'ha saziata; Gesù, svela questa verità e sollecita a cercare il cibo che non perisce;
2. dal v. 28 al v. 33: la gente chiede cosa deve fare per compiere le opere di Dio e Gesù risponde di essere lui il pane vero, mandato dal Padre sulla terra per dare la vita al mondo;
3. dal v. 34 al v. 40: alla gente che chiede di aver sempre questo pane Gesù replica che il pane vero è fare la volontà del Padre cioè credere nel Figlio mandato da lui per la salvezza del mondo;
4. dal v. 41 al v. 51: Gesù invita i Giudei a non mormorare e afferma che solo chi si è aperto al Padre ascoltandolo e imparando da lui può accettarlo insieme alla sua proposta;
5. dal v. 52 al v. 58: di fronte all'incredulità dei Giudei sull'affermazione che Gesù è il pane che l'uomo deve mangiare, egli risponde come la carne e il sangue rappresentino il dono totale della vita.

E ora affidiamoci alla Buona notizia.

***51Io 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».***

Con questa formula non solo Gesù esprime la condizione di colui che viene dal Padre, ma concentra l'attenzione sulla sua persona. Per avere la vita che non può essere distrutta, egli non propone l'adesione a una dottrina, ma alla sua stessa persona. Gesù, pane vivo proveniente da Dio, si fa carne cioè, secondo la cultura semitica, assume il corpo fragile e precario dell'uomo e gli si fa simile anche nella morte. Il dono di Dio non è un semplice corpo, ma una persona nella sua realtà relazionale: il dinamismo della relazione esprime la necessità di Dio di incontrare e donarsi all'uomo. Il dono della vita di Dio non può che passare attraverso il dono della *carne*. Per l'uomo è indispensabile amare il proprio corpo e la propria vita perché sono i doni di Dio attraverso i quali si realizza, nel suo Corpo e nel suo Sangue, la comunione con lui e con i fratelli; ed è anche con questi doni che noi, a suo esempio, possiamo relazionarci con gli altri e a loro far dono di quanto gratuitamente abbiamo ricevuto.

<sup>52</sup>Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

Ciò che i Giudei hanno udito è incomprensibile e inaccettabile, tanto più che Gesù si è limitato ad affermare che l'unica strada da seguire per avere la vita è mangiare la sua carne, ma non ha spiegato il *come*. Se noi non proviamo alcuno stupore di fronte a quest'affermazione inaudita di Gesù e diamo per scontato la sua normalità è perché scorriamo il Vangelo senza leggerlo o ne conosciamo il seguito. La traduzione del verbo greco *εμαχοντο* indica che fra i Giudei si sta svolgendo una disputa aspra fra pareri opposti che non è dato conoscere dall'evangelista. L'unica cosa certa è che alla base di questa disputa c'è l'incomprensione del segno della moltiplicazione dei pani interpretato secondo quella che è la loro attesa messianica. Le parole di Gesù disorientano perché ribaltano completamente non solo la loro idea del messia, ma anche il loro modo di concepire Dio: per i capi religiosi credere in un Dio che si manifesta scendendo dal cielo e inserendosi nella storia addirittura per fondersi con l'uomo non è ammissibile ed è pericoloso perché, ovviamente, mina il loro potere che si fonda sulla separazione tra Dio e l'uomo.

<sup>53</sup>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. <sup>54</sup>Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. <sup>55</sup>Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

La formula «*In verità*», che corrisponde alla parola ebraica *amen*, a differenza dell'uso giudaico e della Chiesa che la pongono alla fine di un discorso o di una preghiera a convalida di ciò che è detto, Gesù la pone sempre all'inizio per conferire solennità a quanto dirà. In questo caso la formula è doppia (*amen, amen*) per indicare l'eccezionalità di ciò che il maestro sta per dire. La formula si chiude con «*Io vi dico*» e non con le parole usate dai profeti «*Dice il Signore*» per cui l'insegnamento che seguirà è impartito non solo con autorità, ma anche con autonomia. La prima di queste due affermazioni è negativa, mentre la seconda è positiva, ma ambedue precisano lo stesso concetto. Mangiare la carne e bere il sangue richiamano la cena dell'Esodo prima della liberazione del popolo dalla schiavitù dell'Egitto<sup>4</sup>. Gli ebrei, in procinto di partire, mangiano la carne dell'agnello per ricevere la forza d'intraprendere il viaggio verso la libertà e aspergono gli stipiti delle loro case con il suo sangue per essere separati e protetti dall'azione delle forze del male.

Il verbo *mangiare* usato nel versetto 54 e nei successivi 56, 57 e 58, a differenza di quello usato nel versetto precedente, indica il tritare e sminuzzare con i denti, probabilmente per dare più realismo all'affermazione. È come se Gesù ci dicesse che *mangiare in tal modo* non è un rito magico ma la realtà alla quale dobbiamo aderire per avere immediatamente la vita eterna. Inoltre la mancanza nel testo originale greco dell'articolo davanti alla parola *vita*, significa che l'accento non si pone sulla vita individuale, ma sulla qualità della vita. Il termine *vita* nel Vangelo di Giovanni s'incontra trentasei volte, di cui diciassette unite all'aggettivo *eterna*, ed è, quindi, uno degli elementi caratterizzanti la sua teologia. Infatti, la vita è in Dio e dal Figlio è portata nel mondo che era destinato alla corruzione e alla morte. I termini *vita* e *vita eterna* in Giovanni si equivalgono perché la qualifica *eterna* non si riferisce alla sua durata, ma al fatto che, originando dallo stesso Dio, è indistruttibile. Altra straordinaria novità portata da Gesù e che per gli ebrei costituisce motivo di scandalo e di preoccupazione è che la vita divina non è il premio da godersi dopo la morte per chi l'ha meritata, ma è una realtà da vivere in pienezza nel presente<sup>5</sup>. Gesù, con la sua morte (*ultimo giorno*), comunica il suo Spirito, cioè la possibilità, per chi lo accoglie, di avere una vita piena e indistruttibile.

---

<sup>4</sup> Es 12, 1ss.

<sup>5</sup> «<sup>24</sup>*In verità, in verità io vi dico: chi ascolta la mia parola e crede a colui che mi ha mandato, ha la vita eterna e non va incontro al giudizio, ma è passato dalla morte alla vita*» (Gv 5, 24)

Mangiare il pane e bere il sangue sono un chiaro riferimento all'eucaristia istituita da Gesù nell'ultima cena e Giovanni cerca di darne il senso. Cibarsi del corpo e del sangue di Gesù, cioè celebrare l'eucaristia, non è un fatto intimistico e ispirato a devozione, ma è accettare lui, assimilarne il messaggio per vivere la vita dell'eterno. In altre parole Gesù c'invita a cambiare prospettiva: Dio non ci ama per i nostri meriti, ma perché lui è amore, quindi l'uomo non deve fissarsi sulle buone azioni da compiere, ma accogliere chi gli dona l'amore. Gesù si è fatto pane per noi e anche noi dobbiamo farci pane per gli altri: questo è il senso profondo dell'eucarestia e l'unica strada per fare comunione con Dio e i fratelli e godere, così, della vita piena che resiste anche alla morte.

**<sup>56</sup>Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. <sup>57</sup>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. <sup>58</sup>Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».**

Con chi aderisce, non idealmente ma concretamente, alla proposta di Gesù e mastica il suo corpo e beve il suo sangue s'instaurerà un'intima comunione di vita sul modello di quella fra lui e il Padre. Dio, nella rivelazione di Gesù, è il Padre che manda il Figlio per manifestare il suo amore totale e senza limiti e che, per questo, chiede all'uomo di essere accolto per ricevere gratuitamente vita, gioia e capacità di amare incondizionatamente.

Per chiudere il discorso di Cafarnaò, Gesù si rifà a quanto detto all'inizio<sup>6</sup>, e chiarisce che lui stesso è il segno chiesto cioè il pane disceso dal cielo che, a differenza della manna, non perisce ed è abbondante e chi lo mangia non perirà come morirono gli ebrei nel deserto. Il discorso per gli ascoltatori è duro anche perché la manna, nelle meditazioni bibliche, non è un cibo materiale, ma la parola di Dio<sup>7</sup> e Gesù, affermando di essere lui la Parola (il verbo<sup>8</sup>), supera e completa, aggiungendo quanto manca, il cibo donato da Dio nel deserto. I Padri della Chiesa, con riferimento al Pane divino, hanno dato maggior rilievo alla Parola rispetto all'eucaristia e i discepoli hanno ben compreso che non si tratta di mangiare una persona, ma di assimilarne il messaggio.

Il regno di Dio ci sconvolge per la sua concretezza, la parola è Persona, siamo invitati a mangiare letteralmente il Signore perché possiamo fonderci in lui, al linguaggio figurato dell'immaginario si sostituisce quello semplice dei gesti di servizio, l'amore non è un concetto poetico, ma un modo di vivere con se stessi e con gli altri, è progetto, è apertura. In questo modo non si vede più nemmeno la frattura fra vita e morte, perché non si smette di amare, mai.

---

<sup>6</sup> «<sup>30</sup>Allora gli dissero: «Quale segno tu compi perché vediamo e ti crediamo? Quale opera fai? <sup>31</sup>I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: *Diede loro da mangiare un pane dal cielo*»» (Gv 6, 30-31)

<sup>7</sup> «<sup>3</sup>Egli dunque ti ha umiliato, ti ha fatto provare la fame, poi ti ha nutrito di manna, che tu non conoscevi e che i tuoi padri non avevano mai conosciuto, per farti capire che l'uomo non vive soltanto di pane, ma che l'uomo vive di quanto esce dalla bocca del Signore.» (Dt 8, 3)

<sup>8</sup> «<sup>14</sup>E il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi; e noi abbiamo contemplato la sua gloria, gloria come del Figlio unigenito che viene dal Padre, pieno di grazia e di verità.» (Gv 1, 14)