



«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». Allora i Giudei si misero a discutere tra di loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?». Gesù disse: «In verità, in verità vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avrete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

## PERSONAGGI

**Gesù**

**discepoli**

**Giudei**

## PAROLE CHIAVE

**Pane vivo**

**Carne e sangue**

**Mangiare e bere**

**vita**

**vita del mondo**

**vita eterna**

## Fare comunione con il Signore Gesù

Gv 6, 51-55

SCHEDA 08 2023-24

### Gesù si dona

Nel vangelo di Giovanni non troviamo il racconto dell'istituzione dell'Eucaristia nell'Ultima Cena, ma la lavanda dei piedi, esempio di amore verso gli altri, che permette a Gesù di dare il "comandamento nuovo": amatevi gli uni gli altri come io ho amato voi. Troviamo il lungo discorso di Gesù sull'Eucaristia (il pane vivo disceso dal cielo) nel capitolo sesto del Vangelo di Giovanni.

Non è sempre un capitolo facile, perché usa espressioni che potrebbero lasciarci interdetti, come hanno lasciato interdetti i Giudei che stavano ad ascoltarlo.

### Pane vivo disceso dal cielo

Gesù usa queste parole: pane vivo disceso dal cielo. Il pane è elemento comune, presente in tutte le case e su tutte le tavole. Anche quando si fa il digiuno o si riduce all'essenziale i pasti a qualcuno si dice: "essere messo a pane ed acqua". Vediamo come il pane sia alimento essenziale. Tanto del ricco, come del povero, della persona libera come anche del prigioniero.

Gesù aveva fatto riferimento alla manna che Dio aveva dato al popolo d'Israele per quarant'anni nel deserto: un pane donato senza fatica di coltivare il frumento, per impastare e cuocere il pane. Pane che è DONO, ma che non aveva in sé la capacità di dare la vita eterna. Gesù invece dice di sé di essere PANE VIVO, che porta in sé la vita eterna.

### Pane come alimento: Parola ed Eucaristia

Gesù nel deserto ci dice: "Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio". E ancora: "Mio cibo è fare la volontà del Padre mio che mi ha mandato". Essere in comunione, fare la comunione, non può essere riferito solo al pane eucaristico, ma è anche nutrirsi della Parola che esce dalla bocca di Dio, e compiere la sua volontà, come dice e insegna Gesù.

Non sempre tutti fanno la Comunione (per diversi motivi), ma tutti possono nutrirsi e fare comunione con la Parola proclamata, ascoltata, meditata, ripetuta, annunciata agli altri.

### Corpo di Cristo

Non è solo il pane eucaristico, ma ognuno di noi è corpo di Cristo quando siamo uniti tra di noi e con Lui: chi è mia madre? Chi sono i miei fratelli? Chi fa la volontà del Padre mio che è nei cieli, è per me fratello, sorella e madre...

---

### PER LA RIFLESSIONE

Che posto occupa nella mia vita spirituale l'Eucaristia? Credo che Gesù sia presente nel tabernacolo, nella particola che ricevo? Ma che è presente anche nella sua Parola? Quando mi metto in atteggiamento di ascolto e di condivisione? Mi rendo conto che "faccio la Comunione" con Gesù anche quando ascolto la Parola di Dio e soprattutto il Vangelo, Parola viva ed efficace? Non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me, scrive san Paolo: posso dirlo solo con la Comunione o posso ripeterlo con convinzione anche con l'ascolto e meditazione della sua Parola che trovo nel Vangelo?