

# *Io sono il pane vivo, disceso dal cielo*

(Gv 6, 41-51)<sup>1</sup>

XIX Domenica T.O. - Anno B

## Gv 6, 41-51

<sup>41</sup>Allora i Giudei si misero a mormorare contro di lui perché aveva detto: «Io sono il pane disceso dal cielo». <sup>42</sup>E dicevano: «Costui non è forse Gesù, il figlio di Giuseppe? Di lui non conosciamo il padre e la madre? Come dunque può dire: «Sono disceso dal cielo»?» <sup>43</sup> Gesù rispose loro: «Non mormorate tra voi. <sup>44</sup>Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. <sup>45</sup>Sta scritto nei profeti: E tutti saranno istruiti da Dio. Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. <sup>46</sup>Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. <sup>47</sup>In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna<sup>[2]</sup> <sup>48</sup>Io sono il pane della vita. <sup>49</sup>I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; <sup>50</sup>questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. <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».

## BREVE CONTESTUALIZZAZIONE E SPIEGAZIONE

Nella pericope della XVIII domenica, Gesù ha rivelato che il pane di Dio è una persona che discende dal cielo e dà la vita al mondo e poi che questa persona è lui. Oggi, nella XIX, continuando il discorso, aggiunge che per “venire a lui” e “credere in lui” occorre essere istruiti da Dio Padre, che questa istruzione-attrazione raggiunge tutti, ma non funziona se questo dono non viene accettato dall'uomo.

Infatti al n.8 della *Lumen fidei*, l'enciclica di papa Francesco, pubblicata nel giugno 2013, si legge: “La fede è la risposta a una Parola che interpella personalmente, a un Tu che ci chiama per nome”.

L'atto del “credere” non è accogliere determinate idee, ma è costruire una relazione che ci plasma da dentro insegnandoci a guardare la realtà, nella quale viviamo, con i suoi occhi (quelli di Gesù).

---

<sup>1</sup> CCC, *Catechismo della Chiesa cattolica*, nn.1384-1390 [Prendete e mangiatene tutti]; AA. VV., *La Bibbia Nazaret*, Ed. Ancora 2013, p.1349.

<sup>2</sup> AA.VV., *Bibbia per la formazione cristiana*, Ed. EDB 2012, p.1079.

“Crediamo in Gesù” quando lo accogliamo personalmente nella nostra vita e ci affidiamo a Lui, aderendo a Lui nell’amore e seguendolo lungo la strada (LF: Lumen Fidei, 18).

Dio Padre è l’origine ed il fine, sia della missione di Gesù, sia della fede di ogni uomo: *nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato* (6,44).

Tra l’origine e il fine

a) della missione di Cristo e

b) della fede dell’uomo

vi è corrispondenza diretta e perciò è donata all’uomo la vita eterna nella quale si gode la gioia del pieno incontro con la Trinità tutta (cfr v.6,47 “*in verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna*”; e v.17,3 “*questa è la vita eterna: che conoscano te, l’unico vero Dio, e colui che tu hai mandato, Gesù Cristo*”).

## ✚ SPUNTI PER LA MEDITAZIONE E L’ATTUALIZZAZIONE

Come Domenica scorsa il discorso di Gesù poggiava sulla manna e quindi sull’Esodo, anche oggi il messaggio più importante è legato all’Esodo. Ed è il verbo **mormorare** che indica in Es 16,2.7.8 la crisi di fede, il dubbio, la sfiducia. L’atteggiamento dell’Israele incredulo ora si ripete. Il verbo “*mormorare*” raccoglie in sé tutti i vocaboli dell’incredulità: apostasia, debolezza, indifferenza, freddezza, sfiducia, crisi, sospetto, mediocrità, dubbi. Tutto, anche la banalità, pur di non impegnarsi su una strada ardua, pur di non affrontare il rischio della fede.

Gesù, però, non ci invita solo a non mormorare. Egli, prendendo lo spunto da Isaia, dice *Dio ci istruisce* (6,45) e poi aggiunge altri termini “scolastici” *ascoltare, imparare*. Ma tra noi uomini e Dio non c’è solo il rapporto docente/discente, c’è anche la parola dell’attrazione<sup>3</sup> *amorosa ed interiore* che descrive quella scintilla che s’accende quando tra due persone nasce l’amore: ed è **attirare** (v. 44).

E nella Trinità l’amore è la persona dello Spirito Santo. Gesù stesso alla fine di questo capitolo, v.63, dirà *le parole che io vi ho detto sono spirito e sono vita*.

Nella Messa, cioè nell’Eucaristia, lo Spirito Santo invocato dal sacerdote

---

<sup>3</sup> Cf. EG, *Evangelii Gaudium*, n.166;  
Cf. IG, *Incontriamo Gesù*, n.10.

- con l'epiclesi (=preghiera) di consacrazione “realizza” sull’altare il Corpo eucaristico di Cristo ed il suo Corpo mistico che è la Chiesa (corpo di Cristo).
- Con l'epiclesi di comunione la liturgia invoca di nuovo lo Spirito Santo perché “per la comunione al Corpo ed al Sangue di Cristo lo Spirito Santo ci riunisca in un solo corpo” (II Preghiera eucaristica). Ed anche affinché la Chiesa diventi “in Cristo un solo corpo ed un solo spirito” (III Preghiera eucaristica).
- La Chiesa di cui parliamo non è un’entità astratta e disincarnata: siamo noi: io, tu, lui, lei... Noi - qui riuniti intorno all’altare (che è Cristo, e perciò il sacerdote entrando bacia l’altare) - costituiamo quel corpo più grande che lo Spirito Santo va tessendo intorno a Gesù.
- Un corpo di cui conosciamo la fragilità, le imperfezioni e le ferite (le conosciamo, perché siamo noi, Antonietta A. Carlo C.), ma che, grazie allo Spirito Santo, è un corpo vivente.
- Noi siamo quel pane più grande che è stato impastato con l’acqua e cotto col fuoco dello Spirito Santo.

Con una immagine, definita da lui stesso ardita, Raniero Cantalamessa paragona lo Spirito Santo al sangue che scorre nelle vene della Chiesa e le porta il nutrimento che viene dalla morte redentrice di Cristo e dalla Comunione. Quindi l’azione dello Spirito Santo<sup>4</sup> su di noi non si ferma al livello ecclesiale.

Come nel mistero eucaristico lo Spirito Santo è il vincolo ed il tramite tra il Padre ed il Figlio, così nell’Eucaristia il Figlio non è più solo, con lui ci siamo anche noi ed è anche su di noi che si riversa lo Spirito Santo.

Unica è la realtà e la natura divina, comune al Padre, al Figlio ed allo Spirito Santo; e nella comunione eucaristica noi riceviamo sacramentalmente quest’unica natura diventando partecipi di essa (2Pt 1,4).

Ci serve, dopo la comunione, e dopo aver chiesto delle grazie, un po’ di silenzio, di raccoglimento per poter creare **l’intimità con Dio.**

---

<sup>4</sup> AA. VV., *La Bibbia Nazaret*, Ed. Ancora 2013, pp.1709,1733,1369;  
 AA.VV., *Bibbia per la formazione cristiana*, Ed. EDB 2012, p.1955; pp. 1956,1973 [Per “vita nello spirito”];  
 AA. VV., *Youcat, Catechismo per i giovani*, Ed. Città Nuova, p.205.

L'intimità con Dio non è un sentimento devoto, o qualcosa riservata solo ai santi; è un'operazione dello Spirito Santo; è il frutto oggettivo dell'Eucaristia: essa consiste nell'assomigliare all'uomo-Dio, Gesù Cristo, e nel trasformarci in Lui.

## ☑ NOTE PER UNA GRIGLIA DI LETTURA

**Io:** (v.41) quando Gesù pronuncia IO intende dire tutto il Cristo, cioè la sua parola non meno che la sua carne ed il suo sangue. Il Verbo che si è fatto carne è lo stesso che si è fatto Parola nella Scrittura.

**Giudei:**<sup>5</sup> usato qui per la prima volta, il termine indica abitualmente la folla. Per Giovanni questo termine indica coloro che rifiutano di credere in Gesù.

**Madre:** le persone che compongono la folla sono dei conterranei di Gesù e, conoscendone la famiglia, non accettano ciò che Egli dice sulle sue origini.

**Padre:** per rivelare le sue origini Gesù parla, allora, del Padre che è sempre all'opera. Noi non andiamo a Gesù per nostra iniziativa e per mezzo della nostra buona volontà. Ci deve essere la chiamata-dono del Padre. Il Padre opera (5,17); Egli cerca i veri adoratori (4,23). Il Padre *ci ha amati per primo* (1Gv 4,19); noi gli dobbiamo tutto, a cominciare dalla nostra ricerca di Cristo.

**Istruiti da Dio:** citazione di Is 54,13 ove "discepoli" significa "istruiti". La venuta di Gesù porta una trasformazione ed illuminazione interiore. Egli spiegherà questo insegnamento ai suoi discepoli annunciando loro l'invio dello *Spirito di verità* (14,16-17). È il compimento della profezia di Ger 31,34 "*Non dovranno più istruirsi l'un l'altro [...] perché tutti mi conosceranno*".

**Viene a me:** Gesù si rivolge a coloro che si sono messi alla sua ricerca (6,24) e qui dà loro la condizione essenziale perché questa ricerca abbia esito positivo: essere fedeli nell'ascoltare il Padre. Questo insegnamento sarà ripreso in 8,42-47.

**Qualcuno abbia visto il Padre:** *Dio, nessuno lo ha mai visto: il Figlio unigenito che è Dio ed è nel seno del Padre, è lui che lo ha rivelato* (1,18).

**In verità:** (vedi Dom XVII) dichiarazione solenne che esprime l'intenzione del Padre: che gli uomini abbiano la vita, grazie alla fede in Gesù. E così, soltanto in quanto dona la sua vita, Gesù può proclamarsi il pane della vita.

**Manna:** l'immagine della manna (man hu? = che cosa è?), ripresa quasi con gli stessi termini alla fine del capitolo, rimane come tela di fondo di tutto lo sviluppo.

---

<sup>5</sup> AA. VV., *La Bibbia Nazaret*, Ed. Ancora 2013, p.1688.

**Morti:** l'opposizione porta sulla sorte degli uni e degli altri: con la manna la morte; con il pane, che è Cristo, la vita. Chi *mangia questo pane* riceve il dono di Dio che gli permette di superare la morte e di vivere eternamente.

**Carne:** (sarx corpo fisico dell'uomo). Gesù precisa in che modo egli è pane di vita: per mezzo della sua carne donata per noi. Nel linguaggio biblico la carne è una componente dell'uomo, il segno della sua fragilità, cioè del suo divenire votato alla morte. Il Verbo, fattosi carne, ha preso la condizione umana sino alla fine.

**Mondo:** indica tutte le persone e questo gesto ha una portata universale. In Marco 14,24 e Matteo 26,28 il corrispettivo di *del mondo è per molti.*

### ***Preghiamo il Signore “cuore a cuore”***

*Signore,  
fin dai tempi di Adamo ed Eva  
hai posto in noi  
la sete della vita e della felicità.*

*Signore,  
oggi ci offri l'opportunità  
di dissetarci con la tua Parola.*

*Signore,  
fa' che il tuo Spirito mi aiuti  
a non lasciarmi soggiogare  
dalla ragione che mi fa dire:  
io faccio,  
io decido ,  
io so  
tutto ciò che per me è bene  
e tutto ciò che per me è male.*

*Signore,  
aiutami a ridiventare bimbo/a  
fra le tue braccia amorose!  
Amen.*