

**CHI MANGIA LA MIA CARNE  
E BEVE IL MIO SANGUE  
RIMANE IN ME E IO IN LUI**

Gesù, che ha moltiplicato i pani e sfamato tutta la folla che Lo ha cercato e Lo ha seguito, ha acceso l'altra fame, offrendo l'altro Pane disceso dal cielo: 'Io sono il pane!' Oggi, ci rivela che il Pane vivo disceso è la Sua carne, dichiarando la necessità assoluta di mangiarLa per vivere e non morire! Mangiare di Lui per vivere *in Lui, con Lui e per Lui!*

*Andare per vedere dove abita, trovare casa presso di Lui, rimanere/dimorare e lasciarsi abitare dalla Sua persona, che si dona nella Sua carne da mangiare e nel Suo sangue da bere per 'avere la vita eterna' ed essere risuscitati nell'ultimo giorno.*

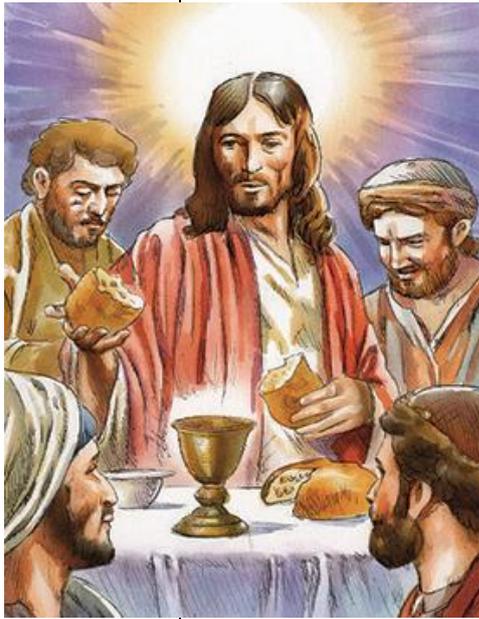
**L'Eucaristia**, *Cibo unico e unica Bevanda per farci risorgere. Cristo Gesù, Altare, Vittima e Sacerdote, ogni giorno ci fa sedere alla Sua mensa, dona la Sua carne da mangiare e il Suo sangue da bere, dono perenne del Padre fedele e misericordioso alla Umanità, sempre più affamata e assetata di giustizia, concordia e pace, che solo nell'ascolto obbediente della Sua Parola e nella partecipazione al Banchetto della Sua carne e del Suo sangue, possiamo colmare questa fame e questa sete.*

Nella prima Lettura, *Donna Sapienza, attiva ed operosa, 'invita' pubblicamente, attraverso delle sue ancelle, a mangiare il suo pane di saggezza e prudenza che rende la vita serena e felice, e ad abbandonare le vie della stoltezza e della follia.*

La Sapienza, che si è costruita la sua casa su basi stabili, solidi e inamovibili, prepara Lei stessa il suo banchetto per tutti gli 'inesperti' che ascolteranno l'invito a venire a mangiare e nutrirsi del suo pane, per andare diritti per la via dell'*intelligenza* e della vita e abbandonare quella dell'*inesperienza* e della stoltezza. Questa *promessa* di vita piena, il Vangelo afferma essersi compiuta *in Cristo.*

L'Apostolo, nella seconda Lettura si rivolge ai 'Fratelli' invitandoli ad *aprire bene gli occhi per guardare bene dove mettono i piedi: 'guardate, dunque, attentamente a come camminate'!* L'imperativo iniziale, *blépete, 'vedete accuratamente, considerate attentamente'*, introduce alla seria vigilanza e responsabile discernimento sul proprio

modo di vivere e di agire. C'è, dunque, un 'camminare' da stolti (*à-sophòì*), e un 'camminare' da saggi (*sophòì*).



L'invito *imperativo* di Paolo ai 'Fratelli' è perentorio ed amorevolmente pressante: siate sapienti, vivete da saggi e da prudenti proprio perché '*i giorni sono cattivi*'.

Prima Lettura Pr 9,1-6  
**Venite, mangiate il Mio pane  
e bevete il vino  
che lo ho preparato e vivrete**

I Capitoli 1-8, del Libro dei Proverbi celebrano la Sapienza come Maestra e Fonte di intelligenza, di vita e di 'timore' di Dio.

Il nono mette a *confronto/antitesi* Donna

Sapienza (vv 1-6) con *Dama Stoltezza/follia* (vv 13-18).

Il testo richiama al simbolismo del *mangiare*, visto come immagine dell'apprendimento della *Sapienza* e chi ne *mangia* deve vivere *per essa!*

*Donna Sapienza* e *Dama Stoltezza* sono due maestre: la prima di *vita*; la seconda di *morte!*

Tutti gli uomini devono scegliere una delle due vie: quella della vita o quella della morte!

Il nostro testo liturgico descrive l'attività e l'*operosità* della Sapienza: si è costruita la sua casa, ha preparato personalmente il suo banchetto (vv 1-2), ha mandato le sue ancelle ad invitare, dai punti più alti della città, tutti gli '*inesperti*' e si rivolge ai '*privi di senno*', invitandoli a venire a mangiare il suo pane e a bere il suo vino, che ha preparato con cura per loro, affinché '*abbandonino*' la via della '*insipienza/inesperienza*' e ritornino a camminare sulla retta via dell'*intelligenza* per tornare a vivere (vv 3-6).

**La Sapienza è Dono di Dio!** Bisogna invocarla e seguirla per entrare nel suo mistero e partecipare alla sua stessa vita. Nel Vangelo la *Sapienza di Dio* è il Figlio Suo, Via, Verità e Vita!

Salmo 33 **Gustate e vedete com'è buono il Signore**

*Benedirò il Signore in ogni tempo, sulla mia bocca sempre la Sua lode. Io mi glorio nel Signore: i poveri ascoltino e si rallegrino. Temete il Signore Suoi santi: nulla manca a coloro che lo temono. Venite, figli, ascoltate: vi insegnerò il timore del Signore. Custodisci la lingua dal male, le labbra da parole di menzogna. Sta lontano dal male e fa il bene, cerca e persegui il bene!*

Continua la *meditazione* del Salmo di Domenica scorsa, che, oggi, ci offre la parte *esorativa* e *sapienziale* e, sulla linea della prima Lettura, ci invita a nutrirci del pane della Sapienza, che insegna a *benedire* e *lodare* il Signore, ad ascoltarLo e obbedirGli, ad apprendere il vero e sacro *timore* del Signore, al quale orientare tutta la nostra esistenza nel *'custodire la lingua dal male'*, le labbra da parole di menzogne e nell'evitare il male e fare il bene, cercare la pace e camminare sulla retta via! Il Salmo fa eco all'esorazione della prima Lettura ad accogliere il dono della Sapienza, per vivere ed agire nel *'santo timore'* di Dio, che è il principio stesso della Sapienza.

Seconda Lettura Ef 5,15-20 **Fate molta attenzione al vostro modo di vivere, comportandovi non da stolti ma da saggi**

Se vogliamo comprendere in profondità il testo odierno, è necessario tenere presente gli *insegnamenti* che precedono (*norme di vita cristiana* 4,1-5,14) e quelli che seguono (*morale della vita coniugale e familiare* 5, 21-6,4) nella Lettera.

Paolo, dopo averci ricordato la nostra *nuova identità* di cristiani: *'un tempo, infatti, eravate tenebra, ora, siete luce nel Signore: comportatevi, perciò, come figli della luce'* (v 8), nel brano odierno, ci esorta a vivere questa *nostra nuova identità* con coerenza, piena consapevolezza e responsabilità e *non da stolti*.

Non siate *sconsiderati*, ma, sappiate comprendere e discernere *'qual è la Volontà del Signore'*.

Cerchiamo, ora, di cogliere e gustare lo stretto *legame sapienziale* tra l'esorazione paolina e la prima Lettura. L'Apostolo, nel brano liturgico odierno, che è la *parte esortativa* dei Capitoli 4-6 della Lettera agli Efesini, sollecita vivamente i *'fratelli'* cristiani a voler, con attenzione e coerenza, esaminare, considerare e vigilare sui propri *comportamenti*, perché siano *saggi* e non *scriteriati* e *sconsiderati*, a saper *fare buon uso* 'del tempo, a comprendere e discernere *'qual è la volontà del Signore'* (vv 15-17), per *'riscattare'* questi *'giorni'*, resi *'cattivi'* dalle nostre tenebre, e riportarli alla luce della *Signoria* di Dio, che li purifica e santifica!

L'Apostolo si rivolge ai *'Fratelli'*, invitandoli ad aprire bene gli occhi e a guardare attentamente

dove mettono i piedi: *'guardate, dunque, attentamente a come camminate'*. C'è, infatti, un *'camminare'* da *stolti* (*à-sophòì*) e il *'vivere'* da *saggi* (*sophòì*), da *sapienti* e da *prudenti*, proprio perché il comportarsi da *'sconsiderati'*, rende il nostro *'tempo'* vano e vuoto e i nostri giorni tutti tristi e *'cattivi'*.

L'amorevole ed esigente *'esorazione'* si snoda in una serie di *imperativi*, che specificano gli atteggiamenti da assumere e i comportamenti da evitare e le azioni da non fare. La parte positiva è predominante ed è quella che indica alla giovane Comunità, la *strada* maestra del retto e saggio comportamento, per essere e *diventare* una comunità, sempre più cristiana e degna di tale nome.

*Prima esortazione* in positivo: *'fate molta attenzione al vostro modo di vivere, comportandovi non da stolti, ma da saggi, facendo buon uso del tempo'* (v 15-16a).

*'Facendo buon uso del tempo'*, il verbo greco è *exagoràzesthai* (*'comprare al mercato'*) e suggerisce *l'accortezza* e *l'attenzione* chi vuol fare un vantaggioso acquisto, *dopo aver fatto il giro* per scoprire il buon affare, e, metaforicamente, indica l'azione di chi *sa fare tesoro* del tempo *'non perdendolo'* e *'non sciupandolo'*, e *riscattandolo* per viverlo da *saggi*: come *kairòs*.

*'I nostri giorni sono cattivi'* (v 16b), perché noi siamo e viviamo da

*sconsiderati* e siamo *cattivi*. Se ci convertiamo, invece, ci decidiamo, finalmente, a comportarci da *saggi* e non da *stolti*, anche *'i nostri giorni'* saranno riscattati e liberati dalle nostre iniquità e cattiverie che li rendono *'cattivi'*!

L'intento di Paolo, però, non è quello di voler ingenerare *pessimismo* e *allarmismo*, ma solo quello di esortare vivamente ogni membro della comunità *'a saper comprendere qual è la volontà di Dio'* (v 17a), nella *vigilanza*, nell'*attenzione* costante, nella *perseveranza* fino alla fine, nella *fedeltà* alla propria chiamata, e a *'non essere sconsiderati'* (v 17b), concedendosi *tregue*, *pause*, *apatie* e *ingenuità* e a non lasciarsi sfuggire l'*occasione buona* e *favorevole* del sano discernimento per *'conoscere'* e seguire la *volontà del Signore*.

***'E non ubriacatevi di vino, che fa perdere il controllo di sé'*** (v 18a)! Alcuni, in queste parole, vi leggono un grave monito contro diversi abusi e



licenziosi comportamenti in seno alla comunità! In parte, questo può essere anche vero, ma, la prorompente esortazione a fuggire e a rifiutare ogni forma di 'ubriacatura' è da porre immediatamente in relazione al forte contrasto con l'invito che ne segue: 'siate invece ricolmi dello Spirito' (v 18b).

*Inebriatevi solo di Spirito, il Solo che può riempirci di saggezza e amore nei nostri comportamenti, di gioia e di fraternità nello stare insieme per rendere continuamente grazie al Signore 'con salmi, inni, canti ispirati, fatti con il cuore, a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo' (vv 19-20).* Con queste parole, Paolo, cerca di spingere i membri della Comunità a lasciarsi 'inebriare' dalla vera gioia dello Spirito, che spinge i membri, che si lasceranno vivificare, a fare a gara nella edificazione vicendevole, attraverso 'salmi, inni, canti ispirati', elevati al Signore, con il cuore, nella lode comune e nel perenne rendimento di grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Figlio Gesù Cristo. Così i Cristiani sono chiamati a vivere il proprio tempo, i propri giorni, facendo della propria esistenza quotidiana Eucaristia, attingendo alla vera fonte dello Spirito Santo, che trasforma i cristiani in 'eucharistùntes', coloro, cioè, che, sempre e in ogni cosa, fanno della propria vita un perenne rendimento di lode e di grazie a Dio Padre, nel nome del Signore Gesù Cristo.

Sintesi dell'esortazione paolina: fra le tante tensioni, che nella vita quotidiana dobbiamo affrontare, rischiamo di essere inghiottiti dall'ansia, dall'ingenuità, dal disordine interiore e di fare cattivo uso del tempo, che ci è stato donato come *kairos* e siamo tentati di ubriaccarci di ciò che ci fa perdere il controllo della nostra mente, ci svia dalla nostra missione, tradendo, così, i tanti doni a noi affidati, compreso il tempo! Solo lo Spirito ci sorregge con la Sua luce, ci riempie della Sua vita, trasmettendoci nuova vitalità e la saggezza divina (sapienza) necessaria e indispensabile per 'non essere degli sconsiderati' e 'non perdere il controllo di sé', in questi 'giorni che abbiamo reso cattivi' con la nostra cattiveria, e per vivere e 'comportarci non più da stolti ma da saggi', nel discernimento sapienziale quotidiano per comprendere sempre meglio la volontà di Dio e compierla nella fedeltà e nella testimonianza e coerenza nel rendimento di grazie, perenne e costante! Le scelte richiedono rinunce! Se scelgo lo Spirito della vera vita, libertà e gioia, devo

rinunciare ad ubriaccarmi 'di vino', che 'mi fa perdere il controllo' di me stesso, mi spinge a far 'cattivo uso del tempo' e, perciò, a rendere 'cattivi' i miei giorni. E se voglio comportarmi da saggio, devo rinunciare ad ogni insipienza e stoltezza e scegliere le vie della Sapienza.



Vangelo Gv 6,51-58  
**Chi mangia la Mia carne  
e beve il Mio sangue  
rimane in Me e lo in lui**

Ci orientiamo alla conclusione del lungo e intenso Discorso di Gesù sul pane di vita: Gesù presenta la Sua persona, come il vero Pane da mangiare (v 51) e alla domanda incredula (questa volta

la 'mormorazione tra loro' si trasforma in un 'discutere aspramente fra loro') dei Giudei agitati a discutere ancora (v 52), Gesù conclude sulla necessità assoluta che ci si cibi del Suo Corpo (Carne) e si beva il Suo Sangue per entrare nella vita eterna, che il Padre vuole donarci (vv 53-58).

Il lungo e articolato Discorso del Pane, che come abbiamo già gustato nelle Domeniche precedenti, rivela un'intensa armonia antropologica (uomo), cristologica (Gesù Cristo) e teologica (Dio), raggiunge il suo sublime culmine: il Pane della vita, che comunica vita, il Pane disceso dal cielo, che è diverso dalla manna che tenne in vita i padri che, poi, morirono, è Gesù Pane spezzato e Sangue versato, Carne e Sangue per la vita del mondo (v 51).

Un'altra domanda dei Giudei, che si sono messi a contestare, discutendo aspramente fra loro, dona a Gesù una nuova occasione per sviluppare e concludere la tematica teologica del Suo Discorso: 'Come può Costui darci la Sua carne da mangiare?'

Gesù ribadisce tutte le affermazioni precedenti, attraverso la tipica forma giovannea 'in verità, in verità lo vi dico', dando alle parole il carattere di rivelazione solenne, chiara e definitiva!

'Se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il Suo sangue, non avete in voi la vita!'

*Chi mangia la Mia carne e beve il Mio sangue  
ha la vita eterna (v 54).*

### **Eucaristia e Incarnazione**

Giovanni usa il termine 'carne' (ben 6 volte!), anziché, quello di 'corpo' dei Sinottici, e il verbo 'mangiare' che, letteralmente, è 'triturare, masticare con i denti' (*trochein*), conferiscono all'affermazione di Gesù, un realismo sconvolgente. La profondità e

la novità dell'affermazione di Gesù unisce l'Eucaristia, Pane disceso dal cielo, alla teologia dell'Incarnazione nella sua affermazione chiave: 'e il Verbo si fece carne' (Gv 1,14).

Dunque, per Giovanni, l'Eucaristia 'continua' l'Incarnazione nel tempo della Chiesa: la Carne sacrificata del Verbo si fa Pane che nutre, unisce, comunica la vita del Cristo risorto e glorificato!

*'Chi mangia la Mia Carne e beve il Mio Sangue rimane in Me ed Io in lui'* (v 56)

### **Eucaristia e Comunione** (intimità reciproca)

Il versetto 56, rivela due aspetti inediti del Mistero Eucaristico che opera un'unione stabile e durevole tra Cristo e i Discepoli e inserisce gli stessi nel dinamismo di amore e comunione che unisce il Figlio con il Padre! L'arditissima affermazione teologica giovannea rivela, per la prima volta, lo stabile e reciproco 'rimanere', verbo, in Giovanni, specifico ed esclusivo per indicare l'intimità divina (Gv 15,5.10: la vera vite e i tralci) tra Cristo e il discepolo. Il verbo che riferisce ed esprime la comunione intertrinitaria, ora, rivela l'unione misteriosa e unica di Gesù con i credenti che 'mangiano' la Sua carne e 'bevono' il Suo sangue.

**'Io vivo per il Padre, così, anche,**

**colui che mangia Me vivrà per Me'** (v 57b).

Come Gesù, che ha la vita in Sé e, di conseguenza Gesù vive per il Padre, così il discepolo, che 'mangia' la Sua carne e 'beve' il Suo sangue, deve assumere il Suo stesso stile di vita e deve vivere 'per' Gesù (v 57). La preposizione 'per' (greco *dià*), nel nostro testo, ha significato sia causale sia finale: come Gesù riconosce di vivere 'a causa' del Padre e vive 'finalizzato' (per) al Padre, così il discepolo, che mangia la Sua carne e beve il Suo sangue, trova in Cristo, la *causa*, la *ragione* e il *fine* della sua vita.

E, anche, il verbo 'rimanere/dimorare' (*ménein*) indica, nella Teologia giovannea, la condivisione di una vita, la vicendevole e reciproca relazione di comunione stabile. Come Gesù 'dimora' nel Padre, così, attraverso di Lui, 'mangiato' e 'bevuto', la Sua vita è 'comunicata' all'uomo, che entra, così, in filiale relazione con Lui ed in intima comunione con la Persona di Cristo.

Gesù, che inizia il Suo Discorso e detta l'autorevole Suo insegnamento tenuto nella Sinagoga di Cafarnao (v 59), con l'inaudita Sua rivelazione 'Io sono il Pane vivo disceso dal cielo e il Pane che Io darò è la Mia carne per la vita del mondo' (v 51b), ora, lo

conclude con questa lapidaria affermazione: '**chi mangia questo Pane vivrà in eterno**' (v 58 b). La Sua persona, e non la *manna* dei padri che morirono, è il *Pane vivo* disceso dal cielo e solo chi crede in Lui e mangia e beve di Lui potrà ricevere in dono la vita in pienezza: "vivrà in eterno".

### **Siamo noi a rendere cattivi i nostri giorni!**

Guerre, violenze inaudite, dio denaro a fondamento di tutto, le follie sterminatrici di vite innocenti, il sangue sulle strade, tra le mura domestiche mille violenze e soprusi! *Noi cristiani*, oggi, ci comportiamo da *saggi* o da *stolti*? Da *sconsiderati* o *pieni dello Spirito Santo*? Viviamo secondo la *Sapienza* che viene dall'alto o siamo affossati e annegati nella *cultura* e *mentalità* del mondo? In questa estate, *'facciamo buon uso del tempo'*? Ci *'intratteniamo tra noi* - almeno la Domenica - *con salmi, inni, cantici ispirati, rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre*'?

La **Sapienza**, costruisce prima il suo maestoso palazzo, l'abbellisce di sette colonne, in essa stabilisce la sua fissa dimora e in questa prepara con cura il suo banchetto, simbolo di tutti i beni messianici (Is 25,6; 55,1-3), da offrire a tutti coloro che accoglieranno il suo invito, portato dalle sue ancelle sui punti alti della città, perché tutti possano udirlo ed accoglierlo.

Nel N.T., Matteo (22,1-14) e Luca (14,15-24) presentano il *Regno di Dio* con l'immagine del banchetto, con i servi inviati ad invitare tutti. Ma, anche qui, come nei proverbi, solo i diseredati, gli inesperti, i poveri, i ciechi e gli emarginati, accoglieranno l'invito! Cristo Gesù, che è la *'Sapienza del Padre'* (I Cor 1,24), non solo ci ha preparato il *banchetto della vita* ma Egli stesso si dona, come cibo e bevanda: *'Io sono il Pane vivo, chi mangia di questo pane vivrà in eterno'* (Gv 6,51).

'Io sono il pane vivo, se uno ne mangia vivrà in eterno', che 'è la Mia carne (e il Mio sangue) che Io darò per la vita del mondo' (v 51). Gesù è il

donante e lo stesso dono che Egli offre nella Sua carne e nel Suo sangue. Egli è il Pane vivo che ha moltiplicato il pane che serve ed è essenziale alla vita, ma che non ha in sé la vita e non può trasmettere la vita: è solo *nutrimento* alla vita! Gesù, Pane vivo, è la vita e trasmette vita, 'fa

vivere' della Sua stessa vita coloro che mangiano la Sua carne e bevono il Suo sangue!

