

CORPO E SANGUE DI CRISTO – 07 giugno 2026
LA MIA CARNE È VERO CIBO E IL MIO SANGUE VERA BEVANDA
Commento al Vangelo di p. Alberto MAGGI

Gv 6, 51-58

[In quel tempo Gesù disse alla folla:]

«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 aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

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. 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. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui.

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.

Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

*

Il capitolo 6 è un insegnamento sull'Eucaristia, una catechesi alla comunità cristiana.

Giovanni è l'unico evangelista che non riporta la narrazione della cena, è quello che, più degli altri, riflette sul profondo significato della cena stessa.

*

“«Io sono...»” - Gesù rivendica la condizione divina - **«...il pane vivo disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno»**”: Gesù garantisce che l'adesione a lui è ciò che permette all'uomo di avere una vita di una qualità che è indistruttibile. Gesù si fa pane perché quanti lo accolgono, e sono capaci di farsi pane per gli altri, diventino anch'essi figli di Dio.

“«E il pane che io darò è la mia carne»” - Gesù adopera proprio il termine **“carne”** e indica l'uomo nella sua debolezza - **“«per la vita del mondo»”**. Quello che Gesù sta dicendo è molto importante: la vita di Dio non si dà al di fuori della realtà umana. Non ci può essere comunicazione dello Spirito dove non ci sia anche il dono della carne. Quindi il dono di Dio passa attraverso la carne, dice Gesù, l'aspetto terreno della sua vita.

Qui l'evangelista presenta una contrapposizione tra gli uomini della religione che si innalzano per incontrare Dio - un Dio che la religione ha reso lontano, inavvicinabile, inaccessibile – e un Dio che scende per incontrare l'uomo.

“Allora i Giudei” - termine che nel vangelo di Giovanni indica le autorità - **“«si misero a discutere aspramente tra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?»”**”: Dio che, anziché pretendere i doni dagli uomini, è lui che si dona all'uomo fino ad arrivare a fondersi con lui.

Questo è inaccettabile per le autorità religiose, che basano tutto il loro potere sulla separazione tra Dio e gli uomini.

Gesù risponde 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»”**. Gesù si rifà all'immagine dell'agnello pasquale.

Nella notte dell'Esodo Mosè aveva comandato agli ebrei di mangiare la carne dell'agnello perché avrebbe dato loro la forza di iniziare questo viaggio verso la liberazione e di aspergere il sangue sugli stipiti delle porte perché li avrebbe separati dall'azione dell'angelo della morte.

Poi Gesù, tante volte non fosse stata chiara la sua affermazione, dice: “**Chi mastica la mia carne**”. Il verbo “masticare” in greco è molto rude, in greco è *trègw*; già il suono significa “masticare, spezzettare”. Quindi Gesù vuole evitare che l’adesione a lui sia un’adesione ideale, ma dev’essere concreta. Infatti dice: “«**Chi mastica la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna...**»”.

La vita eterna per Gesù non è un premio futuro per la buona condotta tenuta nel presente, ma una possibilità di una qualità di vita nel presente. Gesù non dice “avrà la vita eterna”: **la vita eterna c’è già**. Chi, come lui, fa della propria vita un dono d’amore per gli altri, ha una vita che è indistruttibile; “«...**e io lo risusciterò nell’ultimo giorno**»”: *l’ultimo giorno non è la fine dei tempi, nel vangelo di Giovanni, ma è il giorno della morte in cui Gesù, comunica il suo Spirito, cioè elemento di vita che concede, a chi lo accoglie, una vita indistruttibile.*

E Gesù conferma “«**la sua carne è vero cibo e il suo sangue è la vera bevanda**»”.

Con Gesù non ci sono regole esterne che l’uomo deve osservare, ma l’assimilazione di una vita nuova. E la sua carne è vero cibo, quello che alimenta la vita dell’uomo, e il suo sangue è vera bevanda, elementi che entrano nell’uomo e si fondono con lui.

Gesù ci presenta un Dio che non assorbe gli uomini, ma li potenzia, Dio che non prende l’energia degli uomini, ma comunica la sua. E Gesù continua: “«**Chi mastica la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui**»”. Ecco la piena fusione di Gesù con gli uomini.

Quello di Gesù è un Dio che chiede di essere accolto per fondersi con gli uomini : “«**Come il Padre, che ha la vita**»” - ed è l’unica volta che Dio viene definito come il Padre - “«**ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mastica me...**»” - di nuovo Gesù insiste con questo verbo - che indica non un’adesione teorica, ma reale e concreta - “«... **vivrà per me**»”: *alla vita ricevuta da Dio corrisponde una vita comunicata ai fratelli. E come il Padre ha mandato il figlio ad essere manifestazione visibile di un amore senza limiti, così quanti accolgono Gesù sono chiamati a manifestare un amore incondizionato.*

E conclude : “«**Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono**»”: *Gesù mette il dito nella piaga del fallimento dell’Esodo: tutti quelli che sono usciti dall’Egitto sono morti. E Gesù contrappone il suo esodo che è destinato invece a realizzarsi pienamente.*

E di nuovo Gesù insiste: “«**Chi mastica questo pane vivrà per sempre**»” - quindi dà l’adesione piena e totale e non simbolica - *Chi orienta la propria vita, con Gesù e come Gesù, a favore degli altri, ha già una vita che la morte non potrà interrompere.*