

# Commento al Vangelo: accostarsi con fede all'Eucarestia

Vangelo e commento del lunedì della 3<sup>a</sup> settimana di Pasqua.  
L'Eucarestia può trasformare la nostra vita e divinizzarla se ci accostiamo a essa con una fede viva.

## Vangelo (*Gv* 6, 22-29)

Il giorno dopo, la folla, rimasta dall'altra parte del mare, vide che c'era soltanto una barca e che Gesù non era salito con i suoi discepoli sulla barca, ma i suoi discepoli erano

partiti da soli. Altre barche erano giunte da Tiberiade, vicino al luogo dove avevano mangiato il pane, dopo che il Signore aveva reso grazie. Quando dunque la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafarnao alla ricerca di Gesù. Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Rabbì, quando sei venuto qua?». Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati. Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha messo il suo sigillo». Gli dissero allora: «Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?». Gesù rispose loro: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato».

## Commento

Il giorno precedente, Gesù aveva saziato di pane la folla che lo seguiva. Quelli che avevano beneficiato del miracolo ora sono entusiasti e cercano insistentemente Gesù. Sono disposti ad andare di qua e di là, solcare il lago, seguire il cammino di chi era capace di trovare il pane senza il minimo sforzo e darlo alla moltitudine. Chiamano Maestro Gesù e, infine, vogliono proclamarlo re, perché pensano che ormai sia giunto chi può risolvere veramente i loro problemi. Credono che con Lui hanno assicurato il pane e chissà che altro. Gesù, che conosce i cuori nel profondo, non si lascia ingannare dall'apparente successo. Vuole portare i suoi ascoltatori al vero significato del miracolo della moltiplicazione dei pani: è un segno che annuncia qualcosa di meglio.

Gesù dice loro: «Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà». La folla risponde: «Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?». Senza rendersi conto di tutte le implicazioni di tali parole. Magari, quelle persone pensavano di fare una specie di scambio: faremo le opere che Dio vuole da noi e, in cambio, avremo il nostro pane quotidiano. Il Signore, invece, vuole dargli qualcosa di molto più grande, desidera dargli come cibo il proprio Corpo. Ma per apprezzarlo è necessario prepararsi bene: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato».

Il Vangelo di oggi ci invita a chiederci se mettiamo tutto il nostro impegno a cercare il vero cibo che è l'Eucarestia. Ci ricorda, inoltre, che per poter *gustare* l'Eucarestia abbiamo bisogno di accostarci a essa

con fede. Ad esempio, è importante prepararci a questi incontri con il Signore con comunioni spirituali, che sono occasioni per accendere la fede nei nostri cuori. Così, ricevere l'Eucarestia ci trasformerà veramente, ci farà realizzare le opere di Dio nella nostra vita, divinizzerà il nostro lavoro di ogni giorno.

*Rodolfo Valdés*

---

pdf | documento generato  
automaticamente da <https://opusdei.org/it-it/gospel/commento-al-vangelo-accostarsi-con-fede-alleucarestia/> (21/01/2026)