

# **Commento al Vangelo: Il pane che dà la vita**

Vangelo e commento della 21<sup>a</sup> domenica del tempo ordinario (Ciclo B). La partecipazione alla santa Messa, è la migliore maniera di sperimentare la salvezza che ci dà la vita eterna.

## **Vangelo (Gv 6, 60-69)**

Molti dei suoi discepoli, dopo aver ascoltato, dissero: «Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?». Gesù, sapendo dentro di sé che i suoi discepoli mormoravano riguardo a questo, disse loro: «Questo vi scandalizza? E se vedeste il Figlio

dell'uomo salire là dov'era prima? È lo Spirito che dà la vita, la carne non giova a nulla; le parole che io vi ho detto sono spirito e sono vita. Ma tra voi vi sono alcuni che non credono». Gesù infatti sapeva fin da principio chi erano quelli che non credevano e chi era colui che lo avrebbe tradito. E diceva: «Per questo vi ho detto che nessuno può venire a me, se non gli è concesso dal Padre». Da quel momento molti dei suoi discepoli tornarono indietro e non andavano più con lui. Disse allora Gesù ai Dodici: «Volete andarvene anche voi?». Gli rispose Simon Pietro: «Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna e noi abbiamo creduto e conosciuto che tu sei il Santo di Dio».

---

## **Commento**

L'istituzione dell'Eucarestia non è riportata da tutti gli evangelisti. San Giovanni, che pure dedica diversi capitoli all'Ultima Cena, non fa riferimento alle parole della istituzione di questo sacramento così fondamentale nella vita della Chiesa. Tuttavia, il capitolo sesto è quasi interamente dedicato al discorso sul pane di vita.

In questo importante discorso, Gesù pronuncia alcune parole che scandalizzano quelli che lo ascoltavano: «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» (Gv 6, 54-55).

Il vangelo che leggiamo oggi ci racconta la reazione a queste parole: molti discepoli di Gesù si scandalizzano, domandandosi come si possa mangiare la carne di un

uomo e bere il suo sangue. E, come conseguenza, molti smisero di seguirlo, abbandonarono la via, la chiamata a stare con il Maestro.

La questione è molto grave, anche perché le critiche non vanno verso un dialogo con Gesù, ma diventano mormorazione. Per questo, il Maestro interviene per spiegare che la vita cristiana è possibile soltanto se si confida in Dio: «nessuno può venire a me, se non gli è concesso dal Padre».

Il messaggio cristiano, l'incontro con Gesù Cristo è pietra di scandalo, qualcosa che rompe i nostri schemi progettuali e di organizzazione della vita. La redenzione è possibile se ci lasciamo salvare, se accettiamo di essere parte del Corpo mistico di Cristo, che è la Chiesa.

Tutto questo diventa concreto nella Santa Messa, che Josemaría diceva

essere «centro e radice della nostra vita interiore».

La cosa più grande che possiamo fare ogni giorno è partecipare al santo sacrificio dell'altare. Una volta, papa Francesco ha ricordato che *nutrirci* di Gesù «e *dimorare* in Lui mediante la Comunione eucaristica, se lo facciamo con fede, *trasforma la nostra vita*, la trasforma in un dono a Dio e ai fratelli. (...) Il Cielo incomincia proprio in questa comunione con Gesù» (*Angelus* 16 agosto 2015).

Infine, Gesù si rivolge ai dodici, interrogandoli: «Volete andarvene anche voi?». Davvero è importante il fatto che, anche se sapeva chi credeva e chi era incredulo, chieda comunque agli apostoli quali siano le loro intenzioni, che interpelli la loro libertà.

Possiamo, quindi, fare nostra la risposta di Pietro: Signore, da chi

andremo? Che altro possiamo fare se non seguirti? Nel rapporto con te, vissuto specialmente nella comunione eucaristica, troviamo la fonte della nostra gioia e il motivo della nostra esistenza.

*Giovanni Vassallo*

---

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it-it/gospel/commento-al-  
vangelo-il-pane-che-da-la-vita/](https://opusdei.org/it-it/gospel/commento-al-vangelo-il-pane-che-da-la-vita/)  
(16/01/2026)