

**Preghiamo con il Salmo 133 (132)**

Ecco, com'è bello e com'è dolce  
che i fratelli vivano insieme!

E' come olio prezioso versato sul capo,  
che scende sulla barba, la barba di Aronne,  
che scende sull'orlo della sua veste.

E' come la rugiada dell'Ermon,  
che scende sui monti di Sion.

Perché là il Signore manda la benedizione,  
la vita per sempre.



**DAL VANGELO SECONDO GIOVANNI (Gv 6,1-13)**

<sup>1</sup>Dopo questi fatti, Gesù passò all'altra riva del mare di Galilea, cioè di Tiberiade, <sup>2</sup>e lo seguiva una grande folla, perché vedeva i segni che compiva sugli infermi. <sup>3</sup>Gesù salì sul monte e là si pose a sedere con i suoi discepoli. <sup>4</sup>Era vicina la Pasqua, la festa dei Giudei.

<sup>5</sup>Allora Gesù, alzati gli occhi, vide che una grande folla veniva da lui e disse a Filippo: «Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?». <sup>6</sup>Diceva così per metterlo alla prova; egli infatti sapeva quello che stava per compiere. <sup>7</sup>Gli rispose Filippo: «Duecento denari di pane non sono sufficienti neppure perché ognuno possa riceverne un pezzo». <sup>8</sup>Gli disse allora uno dei suoi discepoli, Andrea, fratello di Simon Pietro: <sup>9</sup>«C'è qui un ragazzo che ha cinque pani d'orzo e due pesci; ma che cos'è questo per tanta gente?». <sup>10</sup>Rispose Gesù: «Fateli sedere». C'era molta erba in quel luogo. Si misero dunque a sedere ed erano circa cinquemila uomini.

<sup>11</sup>Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti, e lo stesso fece dei pesci, quanto ne volevano. <sup>12</sup>E quando furono saziati, disse ai suoi discepoli: «Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto». <sup>13</sup>Li raccolsero e riempirono dodici canestri con i pezzi dei cinque pani d'orzo, avanzati a coloro che avevano mangiato.

### **Per comprendere il testo**

*Gesù passò dall'altra riva del mare... e lo seguiva una grande folla:* E' l'inizio di un nuovo esodo, caratterizzato dall'uscita dalla schiavitù del peccato alla libertà del Figlio. Il popolo compie l'esodo seguendo il Figlio.

*Era vicina la Pasqua:* Questa annotazione di Giovanni, più che un'indicazione temporale, ha una portata teologica che avvalorata il significato eucaristico di questa scena.

*Alzati gli occhi vide una grande folla:* Nei brani paralleli dei sinottici Gesù alza gli occhi al cielo. Non così qui, dove Gesù li alza sulla folla. Questo indica anche che Gesù si è posto più in basso rispetto agli uditori: si è fatto il più piccolo e servo di tutti.

*C'è qui un ragazzo:* "Ragazzo" in greco significa pure "servo". Questo piccolo ha messo il suo pane a servizio degli altri. E' immagine di Gesù, il Figlio venuto per servire e dare la sua vita per i fratelli, chiamando i discepoli a fare altrettanto.

*Cinque pani d'orzo e due pesci:* E' il pane dei poveri e il companatico sufficiente per il pasto di quel giorno di un ragazzo.

*Prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede:* E' nel distribuire che si vede concretamente come uno "prende", se come dono o come possesso. Il pane rappresenta la vita, che è dono da ricevere. Il Figlio ha ricevuto la vita dal Padre e la dona ai fratelli.

*Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto... li raccolsero e riempirono dodici canestri:* In Giovanni ciò che avanza non significa solo la sovrabbondanza del dono, ma ne suggerisce anche il senso. Gesù non si accontenta di soddisfare la fame fisica, ma vuole offrire la vita divina, quel cibo che rimane incorruttibile (a differenza della manna del deserto). Anche nel libro dell'Esodo sono previste due eccezioni al divieto della raccolta della manna per la conservazione: in vista del sabato (Es 16,23) e per l'Arca (Es 16,32-34). Quindi Gesù potrebbe ordinare di raccogliere i pezzi avanzati per richiamare la dimensione culturale, in linea con l'interpretazione eucaristica.

e quell'amico che, proprio lui, non viene;  
è il telefono che si scatena;  
quelli che noi amiamo e non ci amano più; è la voglia di tacere e il dover parlare,  
è la voglia di parlare e la necessità di tacere;  
è il voler uscire quando si è chiusi  
e rimanere in casa quando bisogna uscire;  
è il marito al quale vorremmo aggrapparci  
e che diventa più fragile dei bambini;  
è il disgusto della nostra parte quotidiana,  
è il desiderio febbrile di tutto quanto non ci appartiene.  
Così vengono le nostre pazienze [...] e noi le lasciamo passare con disprezzo,  
aspettando –per dare la nostra vita- un'occasione che ne valga la pena [...].  
E' la passione delle pazienze.

## Per meditare

### **Mai soli, ma inseriti nel cammino di un popolo**

Lo stesso Gesù non è mai solo, anche quando è solo: il Figlio è sempre in comunione con il Padre (Gv 5, 19-20; 8,16.29; 14,9; 16,32;...). In Giovanni questo rapporto è fortissimo: Gesù appare sempre in relazione al Padre.

Non sceglie di vivere solo la sua missione, ma ne sceglie dodici, con i quali ricomponere un popolo e con loro compie un percorso (vedi la domanda a Filippo e l'intervento di Andrea), insegnando –con l'esempio- il dono di sé per amore del prossimo e chiedendo a tutti di essere seguito su questo aspetto. Gesù stesso si sente parte del popolo e per certi aspetti ripercorre il cammino del suo popolo (in questo brano, un nuovo esodo).

Anche noi mettiamoci nella folla, sentiamoci parte di questo popolo. Siamo spinti a privilegiare l'originalità che siamo, e ciascuno di noi è sicuramente un "pezzo unico". Siamo impegnati a distinguerci, a emergere, a differenziarci dagli altri e invece siamo parte di una storia. Facciamo proprio fatica a vedere la nostra "originalità" inserita a servizio degli altri e della storia.

- Faccio allora una composizione di luogo e mi inserisco nella folla che segue Gesù. Mi sento "riconosciuto" da lui: Gesù alza gli occhi sulla folla e vede anche me e io mi sento amato, in mezzo ad altri fratelli amati. Quello sguardo ha cambiato la vita a tante persone...

- Mi sento inserito una storia, la mia storia: in Italia, nella mia città, nel 2019, nella mia famiglia, nella mia comunità cristiana... Cosa significa tutto questo per me? Quali preziose opportunità mi sono state donate? Chi sono le persone che concretamente si sono prese cura di me? Quali responsabilità nei confronti di chi vive accanto a me? Come penso di contribuire?

### **Mai soli, perché è la relazione che dà vita**

Il pane nutre l'uomo, ma è un effetto provvisorio, poi si torna ad avere fame. E' la stessa dinamica dell'acqua per la Samaritana. E' così per tutte le cose che desideriamo possedere e una volta ottenute diventano "superate" da altre ancora da conquistare.

Gesù ci vuole insegnare che il vero pane, quello che sazia la fame dell'uomo, è la vita filiale e fraterna. Nel racconto, il dono di un ragazzo, che rinuncia alla sua

vita per quel giorno (il cibo a lui necessario rappresenta la sua vita), è in grado di sfamare tutti. Questo dono ci suggerisce anche che non occorre averne di più, basta condividere quello che c'è.

Secondo una certa logica, da cui siamo sicuramente influenzati, ciò che abbiamo, invece, ci sembra non essere mai abbastanza, è sempre insufficiente. Purtroppo è difficile "liberarci" da questo affanno di desiderare di possedere sempre di più per accumulare, e magari buttare via tutto successivamente. Avere ci dà sicurezza: perché?

- Quanto mi preoccupo per le cose che ho? Per quelle che non ho? Sono proprio necessarie?
- Quale pane posso offrire io oggi? Sono capace di condivisione?
- Domando il dono della fiducia, dell'abbandono, del coraggio di credere che ciò che ho è sufficiente per me, ma non è solo per me e posso tranquillamente donarlo agli altri, senza la paura di rimanere privo di qualcosa di vitale.

L'arte di ricevere e di donare, se ci pensiamo bene, non è per noi nuova: tutte le cose più importanti le abbiamo ricevute, a partire dalla vita. Abbiamo bisogno di esercitarci in questo stile di vita libero e fraterno, dove il "ricevere per donare" si sostituisca all'"accumulare per possedere", ma appunto da soli non ce la facciamo. Richiamo allora il consiglio di papa Francesco "Condividere la Parola e celebrare insieme l'Eucaristia ci rende più fratelli e ci trasforma via via in comunità santa e missionaria" (EG 142)

Gesù in questo brano si è fatto commuovere a compassione per la folla, ha donato prima la sua Parola e poi il pane e ha fatto di questo rito la fonte di vita per tutti gli uomini di tutti i tempi. L'Eucarestia ci mette in comunione: con Gesù, con il Padre, con i fratelli. Gesù ha finalizzato tutta la sua missione alla creazione di un Corpo solo, formato da tutti i fratelli in comunione tra loro e con Dio. Chiediamo che con questo il cibo, "Parola e Pane" cresca in noi la capacità di farci dono reciproco.

- Come vivo l'Eucarestia? Cosa rappresenta per me e per la mia vita? La vivo come esperienza personale o mi aiuta a sentirmi inserita in una comunità, in una Chiesa?

### **Mai soli, un pane per tutti**

La caratteristica del pane è quella di essere il frutto della natura e del lavoro dell'uomo. Dio nella sua opera di creazione chiede la collaborazione della sua creatura. Non dobbiamo però spaventarci per questo compito, perché non è richiesto a noi nulla di impossibile o di superiore alle nostre capacità: è la forza dei piccoli gesti quotidiani! Il papa (EG 143) parla infatti di piccoli gesti quotidiani dettagli ordinari che la vita comunitaria ci presenta.

La difficoltà maggiore per me è quella di educare lo sguardo e il cuore per andare al di là del nostro orto: fare come Gesù e alzare gli occhi sulla folla e riconoscere i bisogni di chi ci sta a fianco... e poi si tratta di vivere la vita di tutti i giorni.

- Come vedo chi vive accanto a me? E' un nemico, un avversario... o un fratello?
- Quanto sono abile nell'inventare scuse (non ho tempo, non sono capace, non posso, ho altro da fare...) per stare nel mio brodo?
- Cosa mi spaventa? Qual è la mia più grande paura nel donare? La affido al Signore

Concludiamo meditando le parole di M. Delbrel, che ci invitano a considerare tutte le piccole scocciature della nostra vita come occasioni per fare della nostra vita un dono:

### **La passione delle pazienze di M. Delbrel**

La passione, la nostra passione, sì noi l'attendiamo.

Noi sappiamo che deve venire, e naturalmente intendiamo viverla con una certa grandezza [...]

La passione, noi l'attendiamo. Noi l'attendiamo ed essa non viene.

Vengono invece le pazienze [...]

Fin dal mattino esse vengono davanti a noi:

sono i nostri nervi troppo scattanti o troppo lenti,

è l'autobus che passa affollato,

il latte che trabocca,

gli spazzacamini che vengono,

i bambini che imbrogliano tutto.

Sono gli invitati che nostro marito porta a casa