



# ADORAZIONE EUCARISTICA

## Dove comprenderemo il pane?

*Monache Clarisse - Poverelle di Santa Chiara  
San Severino Marche*

### Canto iniziale

L'itinerario che vogliamo percorrere è quello proposto dal vangelo di Giovanni nel cap. 6. Dopo aver mostrato come la Parola, diventata carne, rinnova alleanza e tempio, fa nascere dall'alto e offre l'acqua che fa camminare nella libertà del Figlio, qui si rivela da dove viene e qual è il pane che mantiene questa esistenza nuova. È un pane che si mangia senza denaro e senza spesa, che sazia e fa vivere: questo pane è Gesù stesso, il Figlio che si dona ai fratelli e li mette in comunione col Padre. Il pane prefigura il corpo di Gesù dato per noi: l'Eucaristia è il modo di vivere proprio del Figlio, il cibo che nutre l'uomo e il pane di cui vive la chiesa, il centro della sua vita.

Giovanni vuol chiarire che questo pane, il solo che sazia la fame dell'uomo, è la vita filiale e fraterna; ne mangia chi accoglie Gesù, il Figlio amato dal Padre che ama i fratelli. Ciò che sazia è la relazione con Lui, ciò che fa morire è la sua assenza.



**Dal Vangelo secondo Giovanni (6,1-15)**

*“Dopo un po’ di tempo, Gesù attraversò il lago della Galilea, detto anche di Tiberiade. Molta gente gli andava dietro, perché vedevano i segni miracolosi che faceva guarendo i malati. Mancavano pochi giorni alla festa ebraica della Pasqua.*

*Gesù salì sulla montagna, e si sedette lì con i suoi discepoli. Poi si guardò intorno, vide tutta la gente che era venuta. Allora disse a Filippo:*

*Dove potremo comprare il pane necessario per sfamare questa gente?*

*Gesù sapeva benissimo quello che avrebbe fatto, ma diceva così per mettere alla prova Filippo.*

*Filippo rispose:*

*duecento monete d’argento non basterebbero neppure per dare un pezzo di pane per tutti.*

*Un altro discepolo, Andrea che era fratello di Simon Pietro, disse: - C’è qui un ragazzo che ha cinque pagnotte d’orzo e due pesci arrostiti. Ma non è nulla, per tanta gente!*

*Gesù ordinò: - Dite alla gente di sedersi per terra. Il terreno era erboso, e tutti si sedettero in terra. Erano circa cinquemila.*

*Gesù prese il pane, fece una preghiera di ringra-*



ziamento, poi cominciò a distribuire a tutti pane e pesce a volontà.

Quando tutti ebbero mangiato a sufficienza, Gesù disse ai suoi discepoli: *Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto.*

*Essi li raccolsero, e riempirono dodici cesti con gli avanzi delle cinque pagnotte.*

*La gente, vedendo il segno miracoloso che Gesù aveva fatto, diceva: Questo è veramente il profeta che deve venire al mondo. Gesù allora, sapendo che volevano prenderlo per farlo diventare re, se ne andò di nuovo verso la montagna, tutto solo”.*

### *Pausa di meditazione*

*“Dove possiamo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?”* La domanda di Gesù a Filippo serve ad aprire la mente al mistero di ciò che sta per compiere, al mistero dell'origine e della natura del pane che sta per dare. Si tratta di un pane che il discepolo ancora non conosce, come la samaritana non sa da dove viene l'acqua, Nicodemo

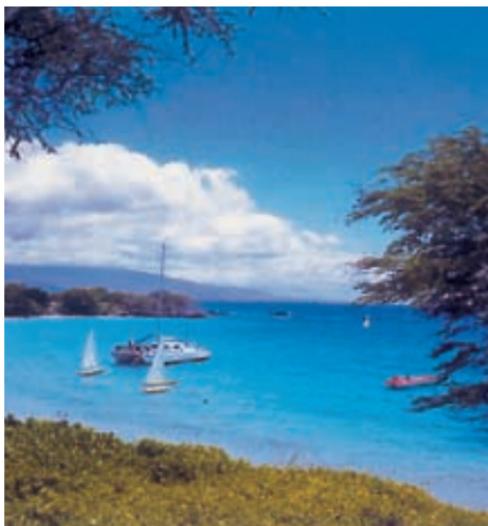
da dove viene il vento e il maestro di tavola da dove viene il vino.

Gesù ha già parlato ai discepoli del suo cibo, che è fare la volontà del Padre e compiere l'opera sua. Egli vive di questo cibo che è l'amore del Padre da comu-



nicare ai fratelli, perché passino dalla morte alla vita. Il suo pane è amare com'è amato; la sua opera è dare la vita ai fratelli. Il testo manifesta da dove viene questo pane, solo allora si capisce cosa è, come lo si mangia e cosa produce. È difficile capire che il pane è segno del dono della sua vita di Figlio di Dio. Non si tratta né di comprarlo, né di fare i conti con la propria insufficienza, bensì di accogliere Colui che solo ha parole di vita eterna.

*“Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li distribuì”*: “Prendere il pane”, “rendere grazie” e “distribuire” sono le parole dell’Eucaristia, che restituiscono ad



ogni pane la sua realtà più profonda. Queste parole trasformano in vita eterna ogni pane: l’Eucaristia fa di ogni briciola di pane la pienezza di vita. L’uomo ha la vita, ma non è la vita. La sua vita non è sua: viene da un altro e si mantiene con l’altro da sé, con il pane. L’uomo prende il pane, la vita. Si può prendere come Adamo, che rapì per possedere in proprio: allora il pane è avvelenato di morte, ci divide dal Padre e dai fratelli. Gesù prende in modo diverso da Adamo: prende “avendo reso grazie”, letteralmente “avendo fatto eu-

caristia”, cioè prende come il Figlio che tutto, anche il proprio io, riceve come dono dell’amore del Padre. Si può prendere con il pugno chiuso nel possesso, oppure con la mano aperta che riceve e dona, permettendo il fluire della vita. Il Figlio non è uno che riceve passivamente perché è capace di distribuire ai fratelli ciò che ha ricevuto. È nel distribuire che si vede concretamente come uno prende, se come dono o come possesso.

### *Canto*

“Gesù, sapendo che stavano per venire a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sulla montagna, tutto solo”: il racconto inizia con Gesù che va oltre il mare fin sul monte, chiara allusione all’esodo definitivo che si compie con Lui dalla schiavitù della morte al monte dove si riceve la Parola che diventa pane di vita, e termina con Gesù che abbandona la folla, si ritira da solo sul monte e sfugge alla tentazione di chi vuole farlo re. Come si rapisce il pane, si rapisce Colui che lo dà, per avere le mani sulla sorgente della vita. Il re è uno che ha le mani su tutto e su tutti, Gesù invece, è il re, il Figlio uguale al Padre, perché si mette nelle mani di tutti, come il pane appena distribuito.

Non domina nessuno, anzi pone la sua vita a servizio di ciascuno, perché sia libero. Gesù vince la tentazione di diventare re, ritirandosi sul monte, in intimità con il Padre. Cerca la Sua gloria, non la propria. E la gloria di Dio è l’uomo libero, a sua immagine e somiglianza.

### *Pausa di riflessione*

## Preghiera corale

Non basta solo fare spazio al Signore Gesù nella propria vita per poter dire di credere. La sua presenza ci provoca all'accoglienza e all'umile riconoscimento del nostro bisogno di Lui.

Da lui, infatti, dipende la nostra vita; senza di lui non possiamo far nulla.

Ad ogni invocazione ripetiamo: *Nelle tue mani è la mia vita, o Signore; aiutami a credere in te.*

Tu ci sei necessario per vivere in comunione con Dio Padre; per diventare suoi figli adottivi con Te che sei Figlio unico e Signore Nostro; per essere rigenerati nello Spirito Santo. *Rit.*

Tu ci sei necessario, o solo e vero Maestro delle verità recondite e indispensabili della vita, per conoscere il nostro essere e il nostro destino, e la via per seguirlo. *Rit.*

Tu ci sei necessario, o redentore nostro, per scoprire la nostra miseria e guarirla; per avere il concetto del bene e del male e la speranza della santità; per deplorare i peccati e per averne il perdono. *Rit.*

Tu ci sei necessario, o fratello primogenito del genere umano, per ritrovare le ragioni vere della fraternità fra gli uomini, i fondamenti della giustizia, i tesori della carità e il bene sommo della pace. *Rit.*

Tu ci sei necessario, o vincitore della morte, per liberarci dalla disperazione e dalla negazione; per avere le certezze che non tradiscono in eterno. *Rit.*

Tu ci sei necessario, o Cristo Dio con noi, per imparare l'Amore vero e per camminare nella gioia e nella forza della tua Carità, lungo il cammino della nostra vita faticosa, fino all'incontro finale con Te amato, con Te atteso, con Te, benedetto nei secoli. *Rit.*



Davanti al mistero dell'Eucaristia, Francesco prega e insegna a pregare così:

*“Il nostro pane quotidiano, il tuo Figlio diletto, il Signore nostro Gesù Cristo, dà a noi oggi: in memoria, comprensione e venerazione dell'amore che Egli ebbe per noi e di tutto ciò che per noi disse, fece e patì”*. Chiara con amore e con gioia partecipa all'Eucaristia; di lei, tra l'altro si dice: *“Un giorno aveva ricevuto l'ostia santa, levati gli occhi al cielo e giunte le mani a Dio, disse piangendo alle sue sorelle: «Lodate il Si-*

*gnore, figlie mie, perché Cristo oggi si è degnato di concedermi un dono tale che il cielo e la terra non basterebbero per ricompensarlo. Oggi ho ricevuto Lui stesso, l'Altissimo...".*

Questo dono che ha saziato la folla sul monte e ha scaldato il cuore di Francesco e Chiara è oggi davanti a noi e apre i nostri occhi per riconoscere la fame che ci abita e la sazietà gustata. Poniamoci in atteggiamento riconoscente per il dono del Pane della vita.

### ***Riflessione personale***

Ringraziamo e lodiamo Dio Padre, dicendo insieme con fede: *Padre nostro...*

Orazione conclusiva:

*“Onnipotente, Santissimo,  
Altissimo e sommo Iddio,  
ogni bene, sommo bene, tutto il bene,  
che solo sei buono,  
fa' che noi ti rendiamo ogni lode, ogni gloria,  
ogni grazia, ogni onore, ogni benedizione  
e tutti i beni.  
Fiat! Fiat! Amen”.*

### **Canto finale**