

**18 AGOSTO 2024  
DOMINGO 20-B**



## **1. CONTEXTO**

### **CADA DOMINGO**

La eucaristía no es sólo el centro de la liturgia cristiana. Es, además y por eso mismo, la experiencia que, vivida domingo tras domingo, puede alimentar las grandes actitudes que configuran la vida de un cristiano. El que come y bebe en esa cena, alimenta su vida de discípulo fiel de Cristo.

En primer lugar, la eucaristía **es acción de gracias a Dios** por la vida y por la salvación que nos ofrece en su Hijo Jesucristo. Las palabras de acción de gracias, la estructura de todo el conjunto, el tono de toda la celebración, contribuyen a vivir una experiencia intensa de alabanza y agradecimiento a Dios que no debe reducirse a ese momento cultural. La vida cotidiana de un cristiano ha de estar marcada por la acción de gracias.

La eucaristía es, además, **comunión con Cristo resucitado**. Jesús no es una figura del pasado, alguien cada vez más lejano en el tiempo, sino el Señor de todos los tiempos que permanece vivo entre los suyos. No somos seguidores de un gran líder del pasado. La eucaristía nos enseña a vivir en comunión con un Cristo actual, acogiendo realmente hoy su Espíritu y fuerza renovadora.

La eucaristía es también **escucha de las palabras de Jesús que son «espíritu y vida»**. Para un discípulo de Cristo, el evangelio no es un mero testamento literario o un texto fundacional. En la eucaristía nos reunimos para escuchar la palabra viva de Jesús que ilumina nuestra experiencia humana de hoy. Esa acción dominical nos invita a no vivir como ciegos, sin evangelio ni luz alguna. El cristiano vive alimentado por la Palabra de Jesús.

La eucaristía **es un acto comunitario** por excelencia. Todos los domingos, los cristianos dejan sus hogares, se reúnen en una iglesia y forman comunidad visible de seguidores de Jesús. Todas las oraciones de la eucaristía se dicen en plural: invocamos, pedimos perdón, ofrecemos, damos gracias... siempre juntos. Los textos dicen que somos «tu familia», «tu pueblo» «tu Iglesia». No se nos debería olvidar. Los cristianos no somos individuos aislados que, cada uno por su cuenta, tratan de vivir el evangelio. Formamos una comunidad que quiere ser en el mundo testimonio e invitación a vivir de manera fraterna y solidaria.

Ser cristiano no consiste en ir a misa. **Pero quien vive de verdad la misa se va a haciendo cristiano.**

### **PAN Y VINO**

Empobreceríamos gravemente el contenido de la Eucaristía, si olvidáramos que en ella hemos de encontrar los creyentes **el alimento que ha de nutrir** nuestra existencia.

Es cierto que la Eucaristía es una comida compartida por hermanos que se sienten unidos en una misma fe. Pero, aun siendo muy importante esta comunión fraterna, es todavía insuficiente, ya que lo decisivo es **la unión con Cristo que se nos da como alimento.**

Algo semejante hemos de decir de la presencia de Cristo en la Eucaristía. Se ha subrayado y con razón esta presencia sacramental de Cristo en el pan y el vino, pero Cristo no está ahí por estar; está presente **ofreciéndose como alimento que sostiene nuestra vida**. Si queremos redescubrir el hondo significado de la Eucaristía, hemos de recuperar el simbolismo básico del pan y del vino. Para subsistir, el hombre necesita comer y beber. Y este simple hecho, a veces tan olvidado en las sociedades satisfechas del Primer Mundo, nos revela que el hombre no se fundamenta a sí mismo, sino que vive recibiendo misteriosamente la vida.

La sociedad contemporánea está perdiendo capacidad para descubrir el significado de los gestos básicos del ser humano. Sin embargo, **son estos gestos sencillos y originarios** los que nos devuelven a nuestra verdadera condición de criaturas, que reciben la vida como regalo de Dios.

Concretamente, **el pan es el símbolo elocuente** que condensa en sí mismo todo lo que significa para el hombre la comida y el alimento. Por eso, el pan ha sido venerado en muchas culturas de manera casi sagrada. Todavía recordará más de uno cómo nuestras madres nos lo hacían besar cuando, por descuido, caía al suelo algún trozo.

Pero, desde que nos llega de la tierra hasta la mesa, el pan necesita ser trabajado por el hombre que siembra, abona el terreno, siega y recoge las espigas, muele el trigo, cuece la harina. El vino supone un proceso todavía más complejo en su elaboración.

Por eso, cuando se presenta el pan y el vino sobre el altar, se dice que son "**fruto de la tierra y del trabajo del hombre**". Por una parte, son "**fruto de la tierra**" y nos recuerdan que el mundo y nosotros mismos somos un don misterioso que ha surgido de las manos del Creador. Por otra parte, son "**fruto del trabajo**" y significan lo que los hombres hacemos y construimos con nuestro esfuerzo solidario.

Ese pan y ese vino se convertirán para los creyentes en "**pan de vida**" y "**cáliz de salvación**". Ahí encontramos los cristianos esa "**verdadera comida**" y "**verdadera bebida**" que nos dice Jesús. Una comida y una bebida que alimentan nuestra vida sobre la tierra, nos invitan a trabajarla y mejorarla, y nos sostienen mientras caminamos hacia la vida eterna.

José Antonio Pagola

## 2. TEXTOS

### 1ª **LECTURA: PROVERBIOS. 9, 1-6**

*La Sabiduría se ha construido su casa plantando siete columnas; ha preparado el banquete, mezclado el vino y puesto la mesa; ha despachado sus criados para que lo anuncien en los puntos que dominan la ciudad:*

*«Los inexpertos, que vengan aquí, voy a hablar a los faltos de juicio: venid a comer mi pan y a beber el vino que he mezclado; dejad la inexperiencia y viviréis, seguid el camino de la prudencia».*

El Libro de los Proverbios es una muestra de **la sabiduría del Pueblo de Israel** recogida por varios autores.

Pero, en este caso, no solamente es la expresión de una sabiduría popular tradicional (recogida a partir del reinado de Salomón preferentemente), sino religiosa y que expresa el "orden" existente en el universo; el valor de la "vida" como bien supremo para el hombre, y la relación de Dios con su pueblo.

Todo ello brota y se rige por la Sabiduría de Dios. Ella toma la iniciativa; como saber artesano, es capaz de construir una casa, amplia, sólida: eso nos dicen las siete columnas que aseguran la estabilidad y la belleza, y sugieren un tamaño de gran capacidad. Ella también como ama de casa, prepara el banquete: con el alimento del pan y el gozo del vino, abundante, porque son muchos los invitados

Ese pan y ese vino son la sensatez y la prudencia, que alimenta a los inexpertos, a cuantos tiene hambre del saber auténtico. Comiendo, se asimilarán la sabiduría, participarán de ella. Esto significa que la Sabiduría, en el pan y vino, se da a sí misma: es a la vez la que invita al banquete y el banquete ofrecido.

Es un banquete que llena de gozo, de alegría y de vida. Participar en este banquete es participar en los bienes mesiánicos, de los que el Evangelio nos sigue hablando estos domingos.

## **SALMO RESPONSORIAL: SAL 33**

### **R/Gustad y ved que bueno es el Señor.**

Bendigo al Señor en todo momento, su alabanza está siempre en mi boca: mi alma se gloria en el Señor: que los humildes lo escuchen y se alegren.

Todos sus santos, temed al Señor, porque nada les falta a los que lo temen; los ricos empobrecen y pasan hambre, los que buscan al Señor no carecen de nada.

Venid, hijos, escuchadme: os instruiré en el temor del Señor; ¿hay alguien que ame la vida y desee días de prosperidad?

Guarda tu lengua del mal, tus labios de la falsedad; apártate del mal, obra el bien, busca la paz y corre tras ella.

### 2ª **LECTURA: EFESIOS. 5, 15-20**

*Fijaos bien cómo andáis; no seáis insensatos, sino sensatos, aprovechando la ocasión, porque vienen días malos.*

*Por eso, no estéis aturdidos, daos cuenta de lo que el Señor quiere.*

*No os emborrachéis con vino, que lleva al libertinaje; sino dejaos llenar del Espíritu.*

*Recitad, alternando, salmos, himnos y cánticos inspirados; cantad y tocad con toda el alma para el Señor.*

*Celebrad constantemente la Acción de Gracias a Dios Padre, por todos, en nombre de nuestro Señor Jesucristo.*

La carta a los Efesios ha hecho una síntesis de la vida cristiana a partir del principio de que **en Cristo todo ha adquirido un nuevo y definitivo sentido**: el querer salvador de Dios ha llegado a plenitud en él. Esta segunda parte es donde se insertan esta **serie de avisos** que Pablo hace a los lectores; construir el triunfo de Jesús en nuestra vida exige una toma de posiciones claras: cuestión de generosidad.

La fe cristiana no es un conjunto de cosas extrañas sino **la vida vivida cada día desde dentro** con la fuerza del que cree en ella y con el cariño del que la ama de verdad.

La celebración de **la gracia de Dios** es una de las notas dominantes de toda la carta desde la bendición inicial hasta las exhortaciones de la segunda parte.

### **EVANGELIO: JUAN 6, 51-58**

*La relación del milagro de los panes con la eucaristía es patente en los cuatro evangelios.*

*El discurso del **pan de la vida** (domingo pasado y el anterior) se convierte en la preparación adecuada del **discurso eucarístico** (el domingo de hoy).*

**51. Yo soy el pan vivo bajado del cielo. Quien coma de este pan vivirá para siempre. El pan que yo doy para la vida del mundo es mi carne. Los discípulos se pusieron a discutir: ¿Cómo puede este darnos de comer su carne?**

Mientras Jesús se mantuvo en la metáfora del pan, ellos creían comprender; podían aún interpretar que se presentaba como un **maestro de sabiduría** enviado por Dios. Pero Jesús ha precisado que **ese pan es su misma realidad humana (su carne)**, no una doctrina. Ya no entienden qué puede significar "comer su carne". Carne y sangre equivale a la totalidad del hombre.

Jesús hace una nueva declaración, que explica la anterior: **comer y beber significan asimilarse a él**, aceptar y hacer propio el amor expresado en su vida (su carne) y en su muerte (su sangre). **En el éxodo de Egipto**, la carne del cordero fue alimento para la salida de la esclavitud, y su sangre liberó a los israelitas de la muerte por mano del exterminador (Éx 12,1-14). En el **nuevo éxodo**, la carne de Jesús es alimento permanente, y su sangre no libera momentáneamente de la muerte, sino, como su carne, **da vida definitiva, que la supera**.

**El escándalo no viene** de una oferta relacionada con la antropofagia (comerlo vivo), lo que rechazan es que la salvación universal, y ante todo la suya, pudiera provenir de la entrega de sí mismo de un hombre. Se niegan a depender radicalmente, para la vida eterna, de ese Jesús que les habla. **No conocen más salvador que a Dios**.

La primera objeción señalaba **el rechazo de la encarnación** (como vimos el domingo pasado), la segunda **niega que la muerte de Jesús sea fuente de vida para todos los hombres**. Es el escándalo de la cruz el que aquí asoma, nos dice León-Dufour.

**53-54** *Les contestó Jesús: Os aseguro que, si no coméis la carne y bebéis la sangre de este Hombre, no tenéis vida en vosotros. Quien come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna y yo lo resucitaré el último día.*

**Jesús se presenta como el nuevo cordero** que va a dar como alimento su propia carne y su propia sangre **para que los hombres puedan gozar de una vida totalmente lograda**.

Las palabras que el evangelista pone en boca de Jesús están en presente («**quien come mi carne y bebe mi sangre tiene vida definitiva**»): se refiere a una vida que ya **se puede disfrutar aquí**, antes de la muerte y antes de la resurrección prometida, ésa sí, para el futuro.

**No se tiene vida si no hay asimilación a su persona**. Aceptar a Jesús, adherirse a él, equivale a "comer", y significa asimilar su realidad humana, que se da al hombre en su vida y en su muerte. Y el Espíritu-vida que se recibe lleva al hombre a la misma entrega a la que lleva a Jesús.

**55-56** *Mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida. Quien come mi carne y bebe mi sangre habita en mí y yo en él.*

**Nos recuerda la Eucaristía**. En ese contexto monta Juan el relato. La eucaristía va a aparecer con

un doble aspecto: Por parte de Jesús **es el memorial** de su vida y muerte, es don que comunica su amor y su vida (el Espíritu). Por parte del discípulo es la **aceptación del don**; de este nace una experiencia de vida-amor que se convierte en norma de su conducta; al aceptarlo, renueva su compromiso con Jesús y, en él, con el hombre. Jesús, alimento de su comunidad, produce en ella el amor, la entrega y la alegría festiva (cordero pascual).

**57.** *Como el Padre que vive me envió y yo vivo por el Padre, así quien me come vivirá por mí.*

La vida que Jesús posee procede del Padre y él vive por el Padre, es decir, **en total dedicación al designio de Dios de dar vida al mundo** (6,39-40.51). Al disponer él mismo de la vida, la comunica a los suyos. La relación recíproca que se establece entre el Hijo y el creyente no puede dissociarse de la relación que une al Padre y al Hijo. Es el mediador de la relación creyente-Padre o mejor dicho el lugar permanente en que se realiza. Mientras que Jesús es el Hijo, el discípulo se hace hijo de Dios por medio de su unión con él.

**Jesús se entrega como alimento de esa vida** participada del Padre, que ahora comunica a los creyentes. Esa vida está ya presente en el que cree y come, pero alcanzará su plenitud en la resurrección futura.

**58-59** *Este es el pan bajado del cielo y no es como el que comieron vuestros padres y murieron. Quien come este pan vivirá siempre. Esto dijo enseñando en la sinagoga de Cafarnaúm.*

Se cierra el tema del maná. **Existen dos panes del cielo**: uno, falso, el maná, y otro verdadero, su persona. El primero no consiguió completar el éxodo, no llevó a los que lo comieron hasta la tierra prometida (6,49). El éxodo de Jesús, en cambio, llega a su fin: *quien come este pan vivirá siempre*.

Jesús, no ha venido a dar cosas, **sino a darse él mismo a la humanidad**. Por eso el pan que daba contenía su propia entrega, era la señal que la expresaba. Esta misma es **su exigencia para el discípulo**: Ha de renunciar a poseerse. Solo el que no tema perderse encontrará su vida. Y esta se recibe solo en la medida que se da, se posee en la medida en que se entrega.

La nueva sociedad no se producirá por una intervención milagrosa de Dios. **El amor de Dios se ha manifestado en Jesús-hombre y ha de seguir manifestándose por medio de los hombres**, con su esfuerzo y su dedicación.

El dato local, dicho al final del episodio, aparece como secundario y cierra las dos escenas: el diálogo con la gente (6,22-40) y la polémica con los judíos (6,41-59).

### 3. PREGUNTAS

#### 1. *Quien come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna y yo lo resucitaré el último día.*

La muerte del otro es la única experiencia verdadera que el hombre puede tener. Mi muerte como acontecimiento no puede ser para mí una experiencia. Solamente en la muerte del otro vislumbro la mía. La muerte de Cristo es para mí luz y experiencia. Murió por mí. Por eso estas palabras son experiencia viva que tengo que revivirlas en mí.

Jesús no ha venido a dar cosas sino a **darse él mismo**. El pan simboliza su propia entrega. Jesús escogió ser pan partido y repartido para dar vida. ¿Por qué eligió este modo de recordar su muerte y resurrección y no otro?

Estas palabras son luz y alegría en nuestro caminar diario. Tengo vida desde ya y hasta siempre. El "pan de la vida" es el que me hace fuerte para seguir caminando en el éxodo personal y comunitario. Muchos de nosotros ya somos "mayorcitos" y estas palabras aportan confianza y serenidad.

- *¿Me creo, de verdad, estas palabras del Señor?*
- *¿Revitalizan el "cansado cansancio" de los años que ya tengo?*

#### 2. *Quien come mi carne y bebe mi sangre habita en mí y yo en él.*

La adhesión a Jesús no debe quedarse en lo externo. No es un modelo a imitar, sino **una persona que se interioriza**, que se mete dentro hasta las entrañas. Y esta comunión identifica al discípulo con Jesús.

Su cuerpo es un "**cuerpo entregado**" y su sangre es una "**sangre derramada**" por la salvación de todos. Es una contradicción acercarnos a "comulgar" con Jesús, resistiéndonos egoístamente a preocuparnos de algo que no sea nuestro propio interés.

La experiencia cristiana consiste fundamentalmente en alimentar nuestra vida en Jesús, descubriendo la fuerza que encierra para transformarnos poco a poco a lo largo de los días. Jesús infunde siempre un deseo inmenso de vivir y hacer vivir. Un deseo de vivir con más verdad y más amor.

Y esta comunión especial con Jesús nos lleva a perdonar, a fiarnos de Dios, a ser solidario con los más pobres, a ser sencillos, cariñosos, humildes, alegres y generosos. **Y se nota quien lo vive**. Conocemos a mucha gente con las que da gusto estar, y desde su bondad, su sencillez y su amor a los más pobres, traslucen a Jesús. Solo se comunica lo que se vive, aunque no se digan palabras.

- *¿Me dejo transformar? ¿Qué impedimentos tengo que quitar?*
- *¿Noto que vivo con más verdad y menos tapujos y apariencias?*

### 3. *Mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida*

El pan está hecho de granos triturados. Es duro por fuera, pero blando por dentro. **Se deja romper y masticar para ser alimento y ayudar a vivir**. No había símbolo mejor para expresar la entrega de sí mismo en bien de otros. No había símbolo mejor para expresar el sentido y el valor de su muerte en la cruz. Como el pan, así él moría para salvarnos, para darnos la vida.

Lo mismo pasa con el vino. La uva, cuando es estrujada, **da lo mejor de sí misma**. El vino se parece a la sangre y entra dentro del hombre y le llena de alegría el corazón. El vino es símbolo de la sangre y la sangre es símbolo de la vida. Jesús quiso simbolizar con el vino la resurrección. Él toma de nuevo la vida que ha entregado y la da, con su Espíritu, a los que le siguen. De esta manera los que participamos en la misa compartimos su muerte y su resurrección de un modo misterioso.

Por eso cogió el pan y el vino: para expresar el significado y el valor de su muerte y de su resurrección; Él entrega su vida por nosotros, para salvarnos. Más aún: **nos entrega su vida para que seamos como él**. Cada vez que repetimos este signo en la misa, se repite para nosotros la muerte y resurrección del Señor.

Así el discípulo, ya lo dijimos, tiene que considerarse a sí mismo como un pan que se da, y que para darse muchas veces hay que "romperse". El que se parte y se comparte. **Solo muriendo hay vida**. Solo menguando se crece. Y despojándose se tiene a manos llenas. Hacer de la propia vida un alimento disponible para los demás. Y tomar fuerza en la Eucaristía, donde se realiza ese gesto de amor, de entrega hasta dar la vida.

Y otro aspecto importante del que ya hemos hablado: la Eucaristía es **una comida compartida**, no es una cosa santa y sagrada, sino una "acción" que comporta un determinado simbolismo. En ella los comensales comen del mismo pan, que se parte y se reparte entre todos, y todos beben de la misma copa, que pasa de boca en boca desde el primero al último.

El hecho de partir el pan con otras personas, aparece como un constitutivo de lo que en realidad fue la experiencia de la eucaristía para las primeras comunidades. Y lo hacían en las casas. Se distingue el espacio sagrado del profano. La fracción del pan (la eucaristía) no está vinculada al espacio sagrado. Desde este punto de vista, la celebración eucaristía no es un "ritual religioso", sino **un símbolo comunitario**.

Y sacaron consecuencias de lo que representaba ese símbolo: poner en común todo lo que cada uno poseía. **Porque la Eucaristía es alimento, fraternidad y fiesta**.

- *¿Qué ideas nuevas se me ocurren para aligerar la carga de mis hermanos?*
- *¿Le doy la importancia debida a la Eucaristía?*
- *¿Me da fuerza para la entrega y el compromiso?*