

VIGÉSIMO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO  
CICLO "B"

---

Primera lectura: *Proverbios 9, 1-6*

Salmo responsorial: *Salmo 33*

Segunda lectura: *Efesios 5, 15-20*

EVANGELIO

**Juan 6, 51-58**

<sup>51</sup>*Yo soy el pan vivo bajado del cielo; el que come pan de éste vivirá para siempre. Pero, además, el pan que yo voy a dar es mi carne, para que el mundo viva.*

<sup>52</sup>*Los judíos aquellos discutían acaloradamente unos con otros diciendo:*

*-¿Cómo puede éste darnos a comer su carne?* <sup>53</sup>*Les dijo Jesús:*

*-Pues sí, os lo aseguro: Si no coméis la carne del Hombre y no bebéis su sangre, no tenéis vida en vosotros. <sup>54</sup>Quien come mi carne y bebe mi sangre tiene vida definitiva y yo lo resucitaré el último día, <sup>55</sup>porque mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida. <sup>56</sup>Quien come mi carne y bebe mi sangre sigue conmigo y yo con él; <sup>57</sup>como a mí me envió el Padre que vive y, así, yo vivo por el Padre, también aquel que me come vivirá por mí. <sup>58</sup>Este es el pan bajado del cielo, no como el que comieron vuestros padres y murieron; quien come pan de éste vivirá para siempre.*

---

COMENTARIOS

I

*¿Qué significa para nosotros la Eucaristía? ¿Una rutina? ¿Una costumbre? ¿Un tranquilizante para la conciencia? ¿Quizá una devoción seria, pero individual, ajena a los problemas de la vida, del trabajo o la sociedad? ¿Realizamos así el sentido que quiso Jesús para la Eucaristía?*

¿PAN O CARNE?

*Los judíos aquellos discutían acaloradamente unos con otros, diciendo: -¿Cómo puede éste darnos a comer su carne?*

Jesús, usando los símbolos del antiguo éxodo, cambia el del maná/pan por el del cordero/carne. Es el final del evangelio del domingo pasado y el comienzo del de hoy: «Yo soy el pan vivo bajado del cielo..., el pan que yo voy a dar es mi carne, para que el mundo viva.»

Los judíos que lo escuchaban, aun sin aceptar sus palabras, creían estar entendiéndolo. En efecto: el Antiguo Testamento, y otros libros de la literatura judía, dan el nombre de «pan» a la sabiduría (Prov 9,5; Eclo 15,3) y a la ley; ligada, como el maná, a la experiencia del éxodo. Los que escuchan a Jesús lo consideran maestro, pues así lo llamaron cuando lo volvieron a encontrar después del reparto de los panes y los peces (Un 6,25). Por eso podemos deducir que mientras lo oían llamarse a sí mismo «pan del cielo», quizá pensaban en un profeta que propone una nueva doctrina; los que eran partidarios del régimen religioso judío no aceptaban que el origen de Jesús o el de su doctrina estuviera en Dios, pero creían saber de lo que hablaba. Ahora bien, cuando empieza a hablar de carne y de sangre se pierden y, desconcertados, empiezan a discutir entre ellos: «¿Cómo puede éste darnos a comer su carne?»

UN NUEVO CORDERO PASCUAL

*Pues si os lo aseguro: si no coméis la carne del Hombre y no bebéis su sangre, no tenéis vida en vosotros. Quien come mi carne y bebe mi sangre tiene vida definitiva y yo in resucitaré en el último día.*

El primer cordero pascual lo comieron los israelitas la noche antes de salir de la tierra de la esclavitud; su sangre les salvó la vida y su carne fue el alimento que les dio fuerza para dar los primeros pasos por el camino de la libertad (Ex 12,1-14). Como ya había hecho con el pan, ahora contrapone Jesús su propia carne y sangre a aquel cordero para reafirmar la preeminencia de su proyecto de liberación sobre el del primer éxodo: la carne y la sangre de aquel cordero proporcionaron una vida y una libertad pasajeras que sólo duraron hasta que llegó la muerte física; 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. No se trata simplemente de la promesa de una vida futura para el otro mundo, se trata de dar vida, ya y ahora, a los hombres de este mundo que coman y beban el cuerpo y la sangre del cordero de la nueva liberación. 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. Una vida que, por otro lado, sólo se puede alcanzar mediante este alimento que, con gran sorpresa para ellos, Jesús les está ofreciendo.

## CELEBRAR LA EUCARISTÍA

*Quien come mi carne y bebe mi sangre sigue conmigo y yo con él; como a mí me envió el Padre, que vive, y así yo vivo por el Padre, también aquel que me come vivirá por mí.*

La comunidad para la que escribe Juan sabe que estas palabras se refieren a la eucaristía. No se trata de un rito de antropofagia; tampoco de una ceremonia mágica en la que basta con pronunciar unas palabras prodigiosas para que todo funcione mecánicamente; al celebrar la eucaristía los miembros de esta comunidad sentían que la vida de Jesús se fundía realmente con la vida de cada uno de ellos, experimentaban a Jesús como don en una entrega constantemente renovada; sentían que el Espíritu de Jesús los inundaba y percibían esa nueva calidad de vida que sólo es posible sentir en un ambiente de amor en el que todos comparten la misma vida porque se sienten hermanos, hijos de un mismo Padre: «Nosotros sabemos que ya hemos pasado de la muerte a la vida porque amamos a los hermanos» (1 Jn 3,14).

En un contexto también eucarístico, Jesús explicará en qué consiste seguir o permanecer con él: «Manteneos en ese amor mío. Si cumplís mis mandamientos, os mantendréis en mi amor, como yo vengo cumpliendo los mandamientos de mi Padre y me mantengo en su amor... Este es el mandamiento mío: que os améis unos a otros igual que yo os he amado» (Un 15,9-11). Seguir con él es mantenerse en su amor, mantenerse en su amor significa cumplir sus mandamientos y sus mandamientos consisten en poner en práctica, en cualquier ocasión, el mandamiento del amor fraterno.

Celebrar la eucaristía supone haber llegado al final de nuestro camino de liberación personal en medio, por supuesto, de una comunidad de hermanos. Pero, al mismo tiempo, compromete a luchar por la vida y la libertad de quienes todavía no han podido acceder a ellas.

La de Jesús es carne de nuestra carne y, si al darla comunicó vida al mundo, también la nuestra podrá servir para el mismo fin. Aquella carne, es cierto, estaba llena del Espíritu de Dios; pero también la nuestra puede llenarse de ese Espíritu y convertirse, con su fuerza, en pan que, compartiendo también el pan de cada día, se reparte para la vida del mundo. Eso es celebrar la eucaristía.

---

## II

*52-55 Los judíos aquellos discutían acaloradamente unos con otros diciendo: «¿Cómo puede éste darnos a comer su carne?» Les dijo Jesús: «Pues sí, os lo aseguro: Si no coméis la carne del Hijo del hombre y no bebéis su sangre, no tenéis vida en vosotros. Quien come mi carne y bebe mi sangre tiene vida definitiva y yo lo resucitaré el último día, porque mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida.*

Las palabras anteriores de Jesús no provocan ahora sólo una crítica, sino una discordia entre sus adversarios. La mención de “su carne” los ha desorientado y les ha quitado la seguridad. Mientras Jesús se mantuvo en la metáfora del pan, 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”.

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.

La doble fórmula "comer la carne" y "beber la sangre" distingue entre la realidad histórica de Jesús (carne = hombre

mortal) y su entrega hasta el fin (sangre = don de su vida). Se subraya así el doble aspecto de la adhesión: significa en primer lugar la identificación del discípulo con Jesús, el Hombre pleno, y la aspiración a alcanzar la plenitud mediante una actividad como la suya en favor de los hombres. En segundo lugar, y como expresión de la identificación interior, no cesar en esa labor, no retroceder ni siquiera ante la prueba extrema.

La frase de Jesús: *no tenéis vida en vosotros*, es decisiva; no hay realización del hombre si no es por la asimilación a Jesús, obra del Espíritu que de él se recibe y que lleva a una entrega y a una calidad humana como la suya.

Es evidente la alusión a la eucaristía, que queda así puesta bajo el signo del Hijo del hombre. El pan y el vino eucarísticos son así símbolo de Jesús en cuanto es el modelo de Hombre, de su ser y actividad y de su entrega hasta el fin. El compromiso cristiano renovado en la eucaristía consiste, por tanto, en la mayor asimilación a este modelo.

Se expone al mismo tiempo el doble aspecto de la eucaristía: es el nuevo maná, el alimento, vehículo del Espíritu, que da fuerza y vida, y la nueva norma de vida, no por un código externo (la Ley), sino por la identificación con Jesús, que lleva a una entrega como la suya (cf. 1,16: *un amor que responde a su amor*). Jesús no es un modelo exterior que imitar, sino una realidad interiorizada. Esta comunión íntima cambia interiormente al discípulo.

El éxito está asegurado: el que se asimila al modelo de Hombre tiene vida definitiva, pues posee el Espíritu de Dios. Inmediatamente expone Jesús con otras palabras el don de la vida definitiva: él va a resucitarlo "el último día", el de su muerte, cuando comunicará su Espíritu (cf. 6,39).

Cuando afirma Jesús que "su carne es verdadera comida" y "su sangre verdadera bebida" quiere decir que la asimilación a su estilo de vida y a su entrega, el desarrollo y plenitud expresados por la denominación "el Hijo del hombre", son realmente posibles. Cada uno puede hacer suyo este ideal, seguro de que no es irrealizable.

*56-58 Quien come mi carne y bebe mi sangre está en mí y yo en él; como a mí me envió el Padre que vive y, así, yo vivo por el Padre, también aquel que me come vivirá por mí. Este es el pan bajado del cielo, no como el que comieron vuestros padres y murieron; quien come pan de éste vivirá para siempre».*

Asimilar la carne y la sangre de Jesús, es decir, hacer propio el ideal de Hombre que él propone, con una actividad y entrega como la suya, implica una compenetración con él que hace compartir su misma vida. En Jesús, el Padre adquiere rostro humano y presencia en el tiempo, mientras Jesús, en comunión con el Padre, adquiere rostro divino. El que se adhiere a Jesús reproduce en sí mismo ese proceso, entrando en la unidad del Padre y del Hijo. Es el núcleo del mensaje de Juan (17,20-26).

La vida que Jesús posee procede del Padre (cf. 1,32: *el Espíritu que bajaba como paloma desde el cielo y se quedó sobre él*) y él vive en total dedicación al designio de Dios de dar vida al mundo (4,34; 6,39-40.51). Jesús comunica esa vida a los suyos: la actitud de éstos ha de ser dedicarse a cumplir el mismo designio.

Se cierra el tema del maná, comenzado en la perícopa anterior (6,31) y recogido en la primera parte de ésta (6,41.49.51). El maná no consiguió completar el antiguo éxodo; el éxodo de Jesús, en cambio, llega a su fin: *quien come pan de éste vivirá para siempre*. Ese pan *ha bajado del cielo*. Jesús se refiere ahora a sí mismo como dador del Espíritu (cf. 6,33.34), disponible para los hombres.

Se refiere Jesús en esta perícopa a la nueva comunidad humana, que, a diferencia de la que se constituyó en el Sinaí, que murió en el desierto, llegará a la tierra prometida, a la vida definitiva. Sin embargo, cada vez que hace alusión al seguimiento (comer / beber), Jesús se refiere al individuo, no a la comunidad como tal. Para él, su comunidad no es "gente" ni "multitud" (6,5), sino "hombres adultos" (6,10), donde cada uno hace su opción personal y libre y tiene su propia responsabilidad en el seguimiento y en la asimilación a él.

*59 Esto lo dijo enseñando en una sinagoga, en Cafarnaún.*

Termina la perícopa indicando la ocasión y el lugar.

en este domingo. Jesús, Sabiduría encarnada, ha preparado para nosotros su banquete, ha mezclado el vino, y ha puesto la mesa eucarística, y despacha a sus evangelizadores a todos los sitios a invitar a las gentes a su Eucaristía. Y nos sigue diciendo a todos nosotros: «vengan a comer mi pan». El pan y el vino que la sabiduría ofrece, son el pan y el vino que nos ofrece Jesucristo, Sabiduría eterna, son su Cuerpo y su Sangre. En estos pocos renglones es fácil descubrir la figura de Cristo. La Sabiduría es figura y representación del Hijo de Dios. En el evangelio de San Mateo (22,4) se leen unas palabras de Jesús muy parecidas a estas: «vengan, que mi banquete está preparado». Este banquete es para todos, para sabios e ignorantes, para prudentes e imprudentes. Es lo que dirá San Bernardo: «si eres imprudente, acércate al que es Fuente de toda Sabiduría, y El te dará la prudencia que necesitas». Para algunos parece que la vida no nos hubiera enseñado nada. Como que no somos capaces de sacar lecciones de nuestras amargas experiencias. No saber sacar lecciones provechosas de las experiencias de la vida es la «inexperiencia». La lectura de hoy nos invita a dejar la inexperiencia y a adquirir la «prudencia», que es la virtud por medio de la cual cuando tenemos que escoger entre dos cosas, escogemos la que mejor nos aproveche para nuestra vida. Los entendidos dicen que por inexperiencia se entiende aquí el no saber gobernar y dirigir la propia vida.

En la segunda lectura de hoy encontraremos una frase muy parecida a esta que acabamos de comentar en el libro de los Proverbios, cuando la carta a los Efesios nos invita a no ser insensatos, sino sensatos. Este texto distingue tres exhortaciones. La primera se concreta en una doble llamada a aguzar la inteligencia para orientar la propia vida como corresponde al momento especial que se está viviendo y que, por el hecho mismo de poder vivirlo es de suyo el mejor. Lo que debe preocupar al cristiano es en realidad saber en cada momento, y en medio de la maldad dominante, qué es lo que Dios quiere realmente de él. La segunda exhortación es concreta: no emborracharse. Refleja las llamadas de los sabios a tener cuidado con el vino, pero también puede ser que se piense en los cultos paganos a Dionisios, donde el vino era el medio para unirse más estrechamente a la divinidad. Por último, la exhortación es a la alabanza, que el creyente debe dirigir siempre a Dios Padre en nombre del Hijo y a impulsos del Espíritu, y con sentimientos de gratitud por todos sus dones.

Juan desarrolla el tema de la «incomprensión» para adentrarnos de forma didáctica en el conflicto entre los practicantes de la religión judía y los cristianos. La eucaristía desató sospechas entre israelitas, romanos y griegos. No podían entender como una comunidad de creyentes podían celebrar con gozo y entusiasmo la muerte de su Señor y Maestro. Sin embargo, lo que en realidad no entendían era el misterio pascual. Jesús había resucitado, superando el cerco de una muerte violenta e injusta, y ahora vivía en medio de sus seguidores. Él se había convertido en principio de vida para aquellos que yacían inermes bajo la opresión de una religión agobiada por un sinnúmero de preceptos o por una religión que adoraba al déspota de turno. La presencia de Jesús liberaba a sus seguidores del caos informe de religiones místicas que abundaban en el mundo antiguo y de las rígidas disposiciones de una religión étnica.

Jesús era el pan vivo, bajado del cielo, para alimentar a una muchedumbre que añoraba una vida de paz y plenitud. Para ellos la verdad no residía en un sistema abstracto de proposiciones o en la adecuación lógica de la ideología a la realidad. Para ellos la verdad era una praxis de vida que transformaba al ser humano y lo habilitaba para vivir en comunión con sus congéneres y con el universo.

---

#### *Para la revisión de vida*

¿Vivo la Eucaristía como un momento privilegiado de oración (por eclesial, por comunitaria, por sacramental...)?

¿Digo yo, también, como Jesús, cada vez que «celebro» la Eucaristía: «tomen y coman, que éste es mi cuerpo»?

#### *Para la reunión de grupo*

Tomando como ayuda el Cuaderno Bíblico nº 37 sobre la eucaristía (La eucaristía en la Biblia, 2ª edición, Editorial Verbo Divino, Estella, Navarra, 1983) revisa los relatos eucarísticos.

Analiza detenidamente las liturgias de Jerusalén y de Antioquía.

Completa tu reflexión investigando la Eucaristía en San Pablo (1Cor 10).

#### *Para la oración de los fieles*

Por la Santa Iglesia de Dios: porque encuentre en Cristo el modelo de su presencia y de su acción en el mundo.

Por los fieles difuntos: para que al haberse alimentado de la Eucaristía, sean resucitados en el último día, cuando Jesús

regrese en su gloria.

Por los aquí presentes: para que nuestra participación en el eucaristía nos ayude a comprometer nuestra vida al servicio de los hermanos.

*Oración comunitaria*

Padre todopoderoso, que en Jesús nos has dado una luz maravillosa para ayudarnos a realizar tu voluntad, nuestra plena humanización; ayúdanos a integrarla, como es necesario, en el compromiso diario por la justicia, la verdad y la paz.

O bien:

Oh Dios, Padre nuestro, Madre nuestra: Tú quieres que nuestra Comunidad sea ejemplo de fraternidad, de común-uniión, de compartir, de vivir la eucaristía como fuente y culmen de nuestra vida cristiana. Tú, que partes para nosotros y repartes el pan y la palabra para alimentarnos y renovarnos, haznos cada día más coherentes con nuestra propia Humanidad. Por Jesucristo N.S.

**Estos comentarios** están tomados de diversos libros, editados por Ediciones El Almendro de Córdoba, a saber:

- Jesús Peláez: *La otra lectura de los Evangelios*, I y II. Ediciones El Almendro, Córdoba.
- Rafael García Avilés: *Llamados a ser libres. No la ley, sino el hombre*. Ciclo A,B,C. Ediciones El Almendro, Córdoba.
- Juan Mateos y Fernando Camacho: *Marcos. Texto y comentario*. Ediciones El Almendro.
  - *Juan. Texto y comentario*. Ediciones El Almendro. Más información sobre estos libros en [www.elalmendro.org](http://www.elalmendro.org)
  - *El evangelio de Mateo. Lectura comentada*. Ediciones Cristiandad, Madrid.

Acompaña siempre otro comentario tomado de la Confederación Internacional Claretiana de Latinoamérica: *Diario bíblico*  
[www.koinonia.org](http://www.koinonia.org)