

#### 4. Oración: ¿Qué le decimos a Dios después de escuchar y meditar su Palabra?

Ponemos en forma de oración todo aquello que hemos reflexionado sobre el Evangelio y sobre nuestra vida.

*“Yo soy el pan vivo bajado del cielo”.*

#### 5. Nos comprometemos con el Reino de Dios y su justicia para transformar la realidad.

Compromiso: Jesús es el alimento de nuestra vida. Ofrece al Señor un compromiso concreto para que nuestra vida sea una prolongación de la misa.

Llevamos una "palabra". Puede ser un versículo o una frase del texto. Tratar de tenerla en cuenta y buscar un momento cada día para recordarla y tener un tiempo de oración donde volver a conversarla con el Señor.

#### 6. Oración final.

Jesús, pan verdadero, alimento para la vida, muéstranos el camino que nos lleve a vivir siguiendo tu ejemplo. Tú eres el pan de cada día que sostiene nuestra vida. Necesitamos tu fuerza para seguir adelante. Tu eres el Pan de vida para toda la humanidad. Enséñanos a ser pan para la gente que nos rodea. Enséñanos a compartir y ser solidarios, como Tú, que entregas tu vida para que vivamos en plenitud. AMÉN.

*Padre Nuestro, que estás en el cielo...*



## 1. Oración Inicial.

Señor Jesús, envía tu Espíritu Santo y despierta nuestra inteligencia, para que tu Palabra penetre en nuestros corazones y podamos saborearla y comprenderla. Que él abra nuestros ojos y oídos a tu Palabra, para que tus palabras sean para nosotros(as) la luz que nos guíe. Habla Señor, que te escuchamos. Que tu Espíritu nos ayude a poner en práctica tu Palabra, porque tus palabras son vida, gozo, justicia y paz. AMÉN.

Cantar: "Espíritu Santo Ven", nº 117 o "Ilumíname, Señor" nº 116.

## 2. Lectura: ¿Qué dice el texto?

- a) Introducción: Juan, a través de la «incomprensión» que sufre Jesús, nos va descubriendo poco a poco 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 podía celebrar con gozo y entusiasmo la muerte de su Señor y Maestro. Sin embargo, Jesús era el pan vivo bajado del cielo, para alimentar a una muchedumbre que deseaba una vida de paz y plenitud. Abramos nuestros corazones a escuchar la Palabra de Dios.
- b) Leer el texto: Juan 6, 51-59. Hacer una lectura atenta, pausada y reflexiva. Tratar de descubrir el mensaje de fe que el evangelista quiso transmitir a su comunidad.
- c) Un momento de silencio orante: Hacemos un tiempo de silencio, para que la palabra de Dios pueda penetrar en nuestros corazones. Luego cantamos: "*Pan de vida y bebida de luz*", nº 36. Leemos otra vez el texto bíblico.
- d) ¿Qué dice el texto?

- 1) Cada persona dice el versículo o parte del texto que le impresionó más.
- 2) ¿Quiénes se encuentran con Jesús? ¿De qué está hablando Jesús?
- 3) ¿Cómo es la reacción de sus oyentes judíos? ¿Qué le cuestionan?
- 4) ¿Qué dice Jesús? ¿Cómo se presenta a sí mismo?
- 5) Según el texto: ¿Qué es necesario hacer para tener la vida eterna?
- 6) Leemos la hoja "Para profundizar más".

## 3. Meditación: ¿Qué nos dice el texto hoy a nuestra vida?

- a) ¿Qué importancia tiene para nosotros la Misa?
- b) ¿Participamos en la celebración de la Eucaristía y nos alimentamos con el cuerpo de Jesús? ¿Por qué?
- c) «El que come mi carne y bebe mi sangre, vive en mí y yo en él». (6,56): En la vida diaria: ¿Dónde y cómo sentimos que Cristo permanece con nosotros(as) y nosotros(as) con Él?
- d) ¿Nuestra participación en la misa nos ayuda a comprometer nuestra vida al servicio de la gente y del Reino de Dios? ¿Cómo?
- e) ¿Cuál es el mensaje del texto para nuestra vida hoy y qué podemos hacer para que se haga realidad?

## PARA PROFUNDIZAR MÁS EN MARCOS 6, 51-58

**1. La Eucaristía.** El evangelio de Juan lleva a su punto más importante el discurso del pan de vida, porque aparecen con gran realismo los elementos sacramentales de la Eucaristía. Es, quizás, el texto más claro sobre este sacramento que se practicaba en la comunidad, por el que probablemente eran criticados los cristianos. Juan no nos cuenta la institución de la eucaristía en la última cena de Jesús. Por ello, los especialistas han visto aquí el momento elegido por el evangelista para hablar de la Eucaristía, que hace crecer a la comunidad. En este momento se usa el verbo comer que tiene un verdadero sentido sacramental. La carne, en este caso es lo mismo que el cuerpo, y el cuerpo representa a la persona y la historia misma de Jesús, que se ha sacrificado y entregado por “el mundo”. El autor, con la expresión “comer su cuerpo”, en lugar de la expresión “dar” o “entregar” la vida, nos pone frente al sacrificio redentor de la cruz, sin mencionarlo directamente. El sentido de “comer” al Hijo del hombre, comer su carne, es una expresión simbólico-sacramental que nos invita a hacer nuestra la vida de Jesús, sus palabras, sus opciones, sus sentimientos filiales.

**2. La Eucaristía es donar la vida.** Es una comunión con su vida, esa vida que Jesús entrega por la humanidad y que en la Eucaristía vuelve a entregar como el resucitado. Si el Hijo vive por el Padre que le entrega su vida, nosotros vivimos por Jesús que nos entrega la vida que ha recibido. La Eucaristía es, por tanto, un misterio de donación de la vida. Por eso es el sacramento que nos va resucitando día a día, para que la muerte no sea nuestro destino, sino que sea nuestra meta tener la vida que Jesús posee ahora como Señor Resucitado. Este es el sentido del misterio de la eucaristía en la comunidad: Jesús dona su vida sin medida para que también nosotros la donemos, la demos por los demás. En Juan, este discurso está en sintonía con el mismo misterio de la Encarnación. Es posible que muchas expresiones muestren un

“realismo” exagerado, para explicar lo que siendo real, se lleva a cabo de forma sacramental. Porque es real la donación de la vida.

**3. Jesús resucitado y Eucaristía.** Juan utiliza el tema de la «incomprensión» para adentrarnos poco a poco 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 podía 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 fuente de vida para aquellos que estaban agobiados por la opresión de una religión llena de preceptos o por una religión que adoraba al opresor de turno. Jesús era el pan vivo, bajado del cielo, para alimentar a una muchedumbre que añoraba una vida de paz y plenitud, y que transformaba al ser humano y lo capacitaba para vivir en comunión con sus semejantes y con el universo.

**4. Calidad de Vida.** Cuando el evangelio de Juan desea insistir en algo de importancia decisiva, va poniendo en labios de Jesús palabras que repiten una y otra vez la misma idea con diversos matices: “*Yo soy el pan vivo*”, “*el que me come, vivirá por mí*”, “*el que coma de este pan, vivirá para siempre*”. Sin duda, aquí se está hablando de la Eucaristía, pero no sólo de ella. La afirmación básica y central es ésta: Jesús es “fuente de vida” para todo el que se alimenta de Él. En Jesús vamos a encontrarnos con alguien lleno de Dios, capaz de alimentar nuestro anhelo de vida y vida eterna. 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. Jesús ofrece una «calidad de vida» que muchos desconocen y que sólo la disfrutaban quienes saben vivir con la sencillez y sobriedad de Jesús, con su mirada atenta al

sufrimiento humano, con su deseo de vida digna para todos, con su confianza grande en Dios. La vida no la llenamos mediante el placer, la excitación, el dinero, la ambición y el poder, aunque en nuestras sociedades modernas muchos creen que así van a llenar el vacío de sus vidas. La vida la llenamos con Jesús.