

I. Un episodio della vita di Elia: il più antico dei profeti (ca. 850 anni aC).

Predica contro l'idolatria. Ricercato a morte dalla regina Gezabele. Fugge nel deserto.

Stanco, si rifugia sotto un ginepro. Invoca la morte. Si addormenta.

Un angelo: *Alzati e mangia!* ... Mangia e beve; poi si riaddormenta.

Di nuovo: *Alzati e mangia, perché è troppo lungo per te il cammino...*

Con la forza di quel cibo camminò... fino al monte di Dio (NB: Oreb = Sinai).

Quel cibo è analogo alla manna: l'una, nutrimento per 40 anni; l'altro, nutrimento per 40 giorni.

Racconto-profezia. Quel cibo = prefigurazione, **annuncio dell'Eucaristia**.

III. Un momento chiave del ministero di Gesù, il più grande dei profeti.

Annuncia il compimento della profezia: l'istituzione dell'Eucaristia.

Gesù: *Io sono il pane disceso dal cielo.*

I Giudei: *No, è il figlio-di-Giuseppe!* (NB: MORMORANO = protestano, contestano).

Gesù: *Io sono il pane della vita!*

Questo pane non è come la manna (che li ha nutriti per 40 anni, poi sono morti);

È molto più della manna: ***Se uno mangia di questo pane... vivrà in eterno.***

Questo pane è la mia carne per la vita del mondo!

Discorso duro, difficile. Per questo i Giudei continuano a mormorare (= protestare, contestare).

Più tardi Gesù spiegherà che il suo **corpo da mangiare** lo darà: **sotto le apparenze del pane/vino**.

1. In queste domeniche siamo invitati a meditare sull'Eucaristia = il grande dono.

Per il corpo, cibo materiale; per l'anima, cibo spirituale.

Abituiamoci a usare espressioni esatte. Non dire: «vado a prendere l'ostia».

Ma: «vado a fare la Comunione», «... a ricevere la santa Comunione», «... a ricevere Gesù».

2. Gesù ha istituito l'Eucaristia, non perché la contempliamo, ma **perché la riceviamo..., possibilmente a ogni Messa.****3. Impariamo a riceverla bene.**

La riforma liturgica ci offre due possibilità (a scelta nostra): in bocca o sulla mano.

Se la riceviamo sulla mano: riceviamola bene, con rispetto, facendo attenzione ai frammenti.

SAN CIRILLO DI GERUSALEMME, nel 380, così spiegava il **modo di ricevere la comunione**:

«Quando dunque ti avvicini, non andare con le giunture delle mani rigide, né con le dita separate; ma facendo della sinistra **come un trono** alla destra, dal momento che questa sta per ricevere il Re, e facendo accogliente la palma, ricevi il corpo di Cristo, rispondendo: *Amen*. Quindi, **santificando con cura i tuoi occhi** con il contatto del santo corpo, prendilo vegliando a non perderne nulla; poiché, se ne perdessi, sarebbe come se tu subissi la perdita di un membro del tuo corpo. Dimmi infatti, se qualcuno ti desse delle **pagliuzze d'oro**, non te ne impossesseresti forse con ogni cura, facendo attenzione a non perderne alcuna per non subirne danno? **Non veglierai dunque con molta maggior cura** su ciò che è più prezioso dell'oro e delle pietre preziose, **perché non ne cada neppure una briciola?**».

⇒ nb: ❶ “santifica i tuoi occhi” = “guarda l'Eucaristia che hai tra le mani!”; ❷ dopo averla ricevuta sulla mano, ti sposti verso l'esterno per non rallentare la fila; ❸ quindi ti comunichi lì; ❹ poi torni al tuo posto; ❺ attenzione a non perdere la venerazione e il rispetto nei confronti del “sacramento dei sacramenti”.

4. La comunione ci dà la forza necessaria per camminare nella vita (cf il cibo di Elia).

Ci aiuta – come dice san Paolo (**II** Lettura) – ad essere:

«Benevoli gli uni verso gli altri, “miseri-cordiosi” [= ad avere “cuori attenti al miseri”], disposti a perdonarci a vicenda, come il Padre perdona noi».