

# Giovanni

**6** <sup>1</sup> Dopo questi fatti, Gesù passò all'altra riva del mare di Galilea, cioè di Tiberiade, <sup>2</sup> e lo seguiva una grande folla, perché vedeva i segni che compiva sugli infermi. <sup>3</sup> Gesù salì sul monte e là si pose a sedere con i suoi discepoli. <sup>4</sup> Era vicina la Pasqua, la festa dei Giudei.

<sup>5</sup> Allora Gesù, alzati gli occhi, vide che una grande folla veniva da lui e disse a Filippo: "Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?". <sup>6</sup> Diceva così per metterlo alla prova; egli infatti sapeva quello che stava per compiere. <sup>7</sup> Gli rispose Filippo: "Duecento denari di pane non sono sufficienti neppure perché ognuno possa riceverne un pezzo". <sup>8</sup> Gli disse allora uno dei suoi discepoli, Andrea, fratello di Simon Pietro: <sup>9</sup> "C'è qui un ragazzo che ha cinque pani d'orzo e due pesci; ma che cos'è questo per tanta gente?". <sup>10</sup> Rispose Gesù: "Fateli sedere". C'era molta erba in quel luogo. Si misero dunque a sedere ed erano circa cinquemila uomini. <sup>11</sup> Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti, e lo stesso fece dei pesci, quanto ne volevano. <sup>12</sup> E quando furono saziati, disse ai suoi discepoli: "Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto". <sup>13</sup> Li raccolsero e riempirono dodici canestri con i pezzi dei cinque pani d'orzo, avanzati a coloro che avevano mangiato.

<sup>14</sup> Allora la gente, visto il segno che egli aveva compiuto, diceva: "Questi è davvero il profeta, colui che viene nel mondo!". <sup>15</sup> Ma Gesù, sapendo che venivano a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sul monte, lui da solo.

<sup>16</sup> Venuta intanto la sera, i suoi discepoli scesero al mare, <sup>17</sup> salirono in barca e si avviarono verso l'altra riva del mare in direzione di Cafàrnao. Era ormai buio e Gesù non li aveva ancora raggiunti; <sup>18</sup> il mare era agitato, perché soffiava un forte vento. <sup>19</sup> Dopo aver remato per circa tre o quattro miglia, videro Gesù che camminava sul mare e si avvicinava alla barca, ed ebbero paura. <sup>20</sup> Ma egli disse loro: "Sono io, non abbiate paura!". <sup>21</sup> Allora vollero

prenderlo sulla barca, e subito la barca toccò la riva alla quale erano diretti.

<sup>22</sup> Il giorno dopo, la folla, rimasta dall'altra parte del mare, vide che c'era soltanto una barca e che Gesù non era salito con i suoi discepoli sulla barca, ma i suoi discepoli erano partiti da soli. <sup>23</sup> Altre barche erano giunte da Tiberiade, vicino al luogo dove avevano mangiato il pane, dopo che il Signore aveva reso grazie. <sup>24</sup> Quando dunque la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafàrnao alla ricerca di Gesù. <sup>25</sup> Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: "Rabbì, quando sei venuto qua?".

<sup>26</sup> Gesù rispose loro: "In verità, in verità io vi dico: voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati. <sup>27</sup> Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha messo il suo sigillo". <sup>28</sup> Gli dissero allora: "Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?". <sup>29</sup> Gesù rispose loro: "Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato".

<sup>30</sup> Allora gli dissero: "Quale segno tu compi perché vediamo e ti crediamo? Quale opera fai? <sup>31</sup> I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: *Diede loro da mangiare un pane dal cielo*". <sup>32</sup> Rispose loro Gesù: "In verità, in verità io vi dico: non è Mosè che vi ha dato il pane dal cielo, ma è il Padre mio che vi dà il pane dal cielo, quello vero. <sup>33</sup> Infatti il pane di Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo". <sup>34</sup> Allora gli dissero: "Signore, dacci sempre questo pane". <sup>35</sup> Gesù rispose loro: "Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai! <sup>36</sup> Vi ho detto però che voi mi avete visto, eppure non credete. <sup>37</sup> Tutto ciò che il Padre mi dà, verrà a me: colui che viene a me, io non lo catterò fuori, <sup>38</sup> perché sono disceso dal cielo non per fare la mia volontà, ma la volontà di colui che mi ha mandato. <sup>39</sup> E questa è la volontà di colui che mi ha mandato: che io non perda nulla di quanto egli mi ha dato, ma che lo risusciti nell'ultimo giorno. <sup>40</sup> Questa infatti è la volontà del Padre mio: che chiunque vede il Figlio

e crede in lui abbia la vita eterna; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno".

<sup>41</sup> Allora i Giudei si misero a mormorare contro di lui perché aveva detto: "Io sono il pane disceso dal cielo". <sup>42</sup> E dicevano: "Costui non è forse Gesù, il figlio di Giuseppe? Di lui non conosciamo il padre e la madre? Come dunque può dire: "Sono disceso dal cielo"?".

<sup>43</sup> Gesù rispose loro: "Non mormorate tra voi. <sup>44</sup> Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno.

<sup>45</sup> Sta scritto nei profeti: E *tutti saranno istruiti da Dio*. Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. <sup>46</sup> Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. <sup>47</sup> In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna.

<sup>48</sup> Io sono il pane della vita. <sup>49</sup> I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; <sup>50</sup> questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. <sup>51</sup> Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo".

<sup>52</sup> Allora i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: "Come può costui darci la sua carne da mangiare?". <sup>53</sup> Gesù disse loro: "In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. <sup>54</sup> Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. <sup>55</sup> Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. <sup>56</sup> Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. <sup>57</sup> Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. <sup>58</sup> Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno".

<sup>59</sup> Gesù disse queste cose, insegnando nella sinagoga a Cafàrnao. <sup>60</sup> Molti dei suoi discepoli, dopo aver ascoltato, dissero: "Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?". <sup>61</sup> Gesù, sapendo dentro di sé che i suoi discepoli mormoravano riguardo a questo, disse loro: "Questo vi scandalizza? <sup>62</sup> E se vedeste il Figlio

dell'uomo salire là dov'era prima? <sup>63</sup> È lo Spirito che dà la vita, la carne non giova a nulla; le parole che io vi ho detto sono spirito e sono vita. <sup>64</sup> Ma tra voi vi sono alcuni che non credono". Gesù infatti sapeva fin da principio chi erano quelli che non credevano e chi era colui che lo avrebbe tradito. <sup>65</sup> E diceva: "Per questo vi ho detto che nessuno può venire a me, se non gli è concesso dal Padre".

<sup>66</sup> Da quel momento molti dei suoi discepoli tornarono indietro e non andavano più con lui. <sup>67</sup> Disse allora Gesù ai Dodici: "Volete andarvene anche voi?". <sup>68</sup> Gli rispose Simon Pietro: "Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna <sup>69</sup> e noi abbiamo creduto e conosciuto che tu sei il Santo di Dio". <sup>70</sup> Gesù riprese: "Non sono forse io che ho scelto voi, i Dodici? Eppure uno di voi è un diavolo!". <sup>71</sup> Parlava di Giuda, figlio di Simone Iscariota: costui infatti stava per tradirlo, ed era uno dei Dodici.