

Un nutrimento sano, sostanzioso e di qualità!

La cultura del cibo

Per voi è importante il cibo? Certo, mi direte, ovviamente: il cibo serve per nutrirci, per vivere. Forse, allora, sarebbe meglio chiedervi: Per voi è importante "la buona tavola", "la buona cucina"?

Spesso, nei film americani, la gente che torna a casa non prepara la cena, la tavola. Ciascuno apre il frigorifero, afferra qualcosa di freddo, si butta su una poltrona, accende il televisore e si mette a mangiare e a bere direttamente dalla scatola! Si ha la netta impressione che il cibo non lo interessi per nulla, e non gli interessino nemmeno le altre persone. E' un'abitudine che tende a diffondersi anche da noi. Quel modo di mangiare in realtà è segno di disgregazione, di decadenza. Il cibo ha cessato di essere tanto un valore che un rituale di unione. Il cibo è importante in quel senso. In Italia diamo ancora importanza al mangiare. Anche il ristorante più modesto ci presenta una tavola apparecchiata con una tovaglia pulita, i piatti, il coltello e la forchetta, i bicchieri. Ma anche a casa molti hanno l'abitudine di preparare la tavola. Anche quando sono soltanto in due. E poi parlano del cibo, lo commentano, lo confrontano, lo giudicano. Questa è "la cultura del cibo": il cibo ha un valore che va al di là dall'ingurgitare qualcosa per sopravvivere. Ha un valore sociale. Il cibo è cultura e storia in molti paesi. Per gli italiani, infatti, è essenziale il piacere, il gusto, la bellezza. Per questo è importante il cibo. E non solo gli ingredienti, le scatole che compriamo al supermercato, ma il modo in cui apparecchiamo la tavola, la tovaglia, i piatti, il vasellame, il modo in cui lo cuciniamo, lo serviamo, lo mangiamo...

Tutto questo avveniva anche in altre culture, ad esempio in Israele. Anche per il nostro Signore Gesù Cristo il cibo e la convivialità (cioè lo stare insieme a mangiare) era importante. I Suoi discorsi più importanti li aveva fatti a tavola. Inoltre, centrale, come tutti sanno, era per Lui, e quindi per tutti i cristiani, la celebrazione di quella che chiamiamo "La Cena del Signore", con la condivisione del pane e del vino. Famose, nel nostro ambiente, erano pure le abitudini del riformatore Martin Lutero che spesso insegnava ai suoi allievi proprio a tavola. Ci è stato tramandato, infatti, il libro dal titolo: "Discorsi a tavola", che riporta gli appunti dei suoi studenti proprio in quelle occasioni.

Una volta, a proposito di cibo, Gesù aveva detto qualcosa di stupefacente che aveva lasciato tutti allibiti, anzi, scandalizzati. Una volta Gesù aveva affermato: "*La mia carne è vero cibo e il mio sangue è vera bevanda*". Questa frase fa parte del testo biblico sottoposto oggi alla nostra attenzione. Che cosa voleva dire Gesù con quella strana espressione? Era forse improvvisamente ...impazzito?

Il cibo al centro dell'attenzione

Il testo biblico sul quale oggi ci soffermiamo, si trova al capitolo 6 del vangelo secondo Giovanni. Il capitolo è introdotto dal racconto della moltiplicazione dei pani e dei pesci. Ancora cibo, dunque. Un'intera folla viene nutrita da Gesù che, per loro, miracolosamente moltiplica quel poco cibo che avevano a disposizione, tanto che tutti ne sono abbondantemente saziati e persino se ne raccolgono gli avanzi.

Davanti a questo stupefacente segno della potenza e della cura provvidente di Gesù per il Suo popolo, la gente esclama: «*Questi è certo il profeta che deve venire nel mondo*» (14), e cercano persino di farlo Re, capo della loro nazione. "Finalmen-

te," essi pensano, "ecco davvero qualcuno che potrà prendersi cura dei nostri bisogni".

Gesù, però, non sembra compiaciuto, lusingato, dal successo che ottiene presso la gente, tanto è vero che si ritira da loro, tutto solo. Più tardi, quando la folla Lo va a cercare, inseguendolo, non volendo certo lasciarsi sfuggire qualcuno come Lui, tristemente Egli dice: *"Voi mi cercate, non perché avete visto dei segni miracolosi, ma perché avete mangiato dei pani e siete stati saziati"* (26).

Sì, per quanto importante possa essere il cibo e la soddisfazione dei bisogni materiali, Gesù rileva come vi sia qualcosa d'ancora più importante di quello. Dice, infatti: *"Adoperatevi non per il cibo che perisce, ma per il cibo che dura in vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà; poiché su di lui il Padre, cioè Dio, ha apposto il proprio sigillo"* (27). Anche l'antico popolo di Israele aveva fatto l'esperienza di come Iddio provvedesse per loro in modo miracoloso quando, attraversando il deserto, Egli li aveva nutriti con la manna. C'era però qualcosa di ancora più importante che il popolo di Dio doveva perseguire, un cibo particolare che non si guasta e che può garantire vita eterna a chi se ne nutre.

Di che cosa si tratta? La risposta di Gesù a questa domanda, come abbiamo già osservato, è stupefacente, anzi, scandalosa, non solo per loro, ma anche per noi a cui pure essa ci viene rivolta. Egli dice, infatti: *"Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà più fame e chi crede in me non avrà mai più sete"* (35). Il meno che si possa dire al riguardo è che si tratta di un'espressione molto curiosa!

Ascoltiamo, a questo riguardo, il nostro testo, un frammento più esteso del discorso che Gesù fa loro, dal versetto 55 al 65.

55 *"...perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue è vera bevanda. 56 Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue dimora in me, e io in lui. 57 Come il Padre vivente mi ha mandato e io vivo a motivo del Padre, così chi mi mangia vivrà anch'egli a motivo di me. 58 Questo è il pane che è disceso dal cielo; non come quello che i padri mangiarono e morirono; chi mangia di questo pane vivrà in eterno». 59 Queste cose disse Gesù, insegnando nella sinagoga di Capernaum. 60 Perciò molti dei suoi discepoli, dopo aver udito, dissero: «Questo parlare è duro; chi può ascoltarlo?». 61 Gesù, sapendo dentro di sé che i suoi discepoli mormoravano di ciò, disse loro: «Questo vi scandalizza? 62 E che sarebbe se vedeste il Figlio dell'uomo ascendere dov'era prima? 63 È lo Spirito che vivifica; la carne non è di alcuna utilità; le parole che vi ho dette sono spirito e vita. 64 Ma tra di voi ci sono alcuni che non credono». Gesù sapeva infatti fin dal principio chi erano quelli che non credevano, e chi era colui che lo avrebbe tradito. 65 E diceva: «Per questo vi ho detto che nessuno può venire a me, se non gli è dato dal Padre» (Gv. 6:55-65).*

Un paragone significativo

Il modo in cui Gesù qui si esprime è stupefacente. La gente stessa presente in quel giorno, afferma che le parole di Gesù siano "davvero troppo". Gesù ha coraggio non solo di dire qualcosa di apparentemente assurdo ed incomprensibile, ma è pronto anche a correre il rischio, come in effetti avviene, che molti, scandalizzati, si allontanino da Lui. Che intendeva dire?

Diciamo subito che queste parole non hanno nulla a che vedere con la dottrina del Cattolicesimo per la quale si afferma, in modo piuttosto rozzo, che il pane, consacrato dai loro "sacerdoti" nella Messa, diventi, in modo misterioso, il vero corpo di Cristo, di cui i fedeli si nutrono e da cui trarrebbero benefici spirituali. No. Si tratta di un'espressione figurata, da non prendersi alla lettera, simile a tante altre dette da

Gesù, come, per esempio, "Io sono la porta", "Io sono il buon pastore", "Io sono la risurrezione e la vita", "Io sono la via, la verità e la vita", "Io sono la vite e voi siete i tralci". E' lo stesso quando Gesù dice: "Io sono il pane della vita"

Esaminiamo meglio la questione. Gesù ci vuole insegnare che è essenziale...

I. "Fare nostro" ciò che Gesù è. *"...perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue è vera bevanda"* (55). Qui Gesù dice: la mia Persona, il mio essere in mezzo a voi, il mio insegnamento, il mio esempio, la mia opera, il mio sacrificio, "assorbito" diligentemente nella vostra vita, "digerito" tramite un'attenta riflessione e che diventa in voi "energia" e forza concreta nel vostro modo di pensare e di vivere, equivale al cibo che per voi è necessario per sostenere il vostro corpo. Senza cibo ci indeboliremmo e moriremmo. Senza Cristo, ciò che in noi ha valenza eterna e che normalmente designiamo come la nostra anima, rimarrebbe in condizione di morte e di separazione da Dio. Il senso della nostra vita si realizza in comunione consapevole con Dio. Gesù è lo strumento che Dio ha stabilito per ritornare ad essere in comunione con Lui. Se non ci "nutriamo" di Cristo, la nostra vita perde di significato e diventa frustrante, vuota e destinata solo al peggio. Il fatto che Gesù abbia moltiplicato per quella folla pani e pesci, in modo simile a ciò che Dio aveva fatto per nutrire il Suo popolo durante la sua marcia nel deserto, doveva indicare loro, essere figura, della necessità assoluta che avevano di Gesù, la sua Persona, opera ed influenza sulla loro condizione ultima. Lo stesso vale per noi. Dobbiamo "fare" nostro Gesù tanto da identificarci con Lui. Il testo, poi, ci insegna che dobbiamo...

II. Affidarci completamente a Gesù. *"Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue dimora in me, e io in lui"* (56). Mangiare Cristo o nutrirsi di Lui, significa venire a Lui, credere in Lui, aver fiducia di Lui. Gesù dice poco prima: *«Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato»* (29). Al versetto 35 Egli dice: *"Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà più fame e chi crede in me non avrà mai più sete"* (35). Al versetto 37 leggiamo: *"Tutti quelli che il Padre mi dà verranno a me; e colui che viene a me, non lo cacerò fuori"* (37). Al versetto 40: *"Questa è la volontà del Padre mio: che chiunque contempla il Figlio e crede in lui, abbia vita eterna; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno"* (40); versetto 47: *"In verità, in verità vi dico: chi crede in me ha vita eterna"* (47); versetto 64: *"Ma tra di voi ci sono alcuni che non credono"* (64). E' importante comprendere questo, perché senza questa spiegazione, sembrerebbe che Gesù, nel parlarci di mangiare la Sua carne, ci proponesse il cannibalismo! Ciò di cui Gesù qui ci parla è la necessità di venire a Lui, credere in Lui, nutrire la nostra anima con la Sua Parola, ed entrare in una vita di comunione e di dipendenza da Lui. Nutrirsi di Lui, poi, significa essere...

III. Vivi per Dio o "pesi morti"? *"Come il Padre vivente mi ha mandato e io vivo a motivo del Padre, così chi mi mangia vivrà anch'egli a motivo di me"* (57). Iddio è una realtà personale vivente e l'esistenza stessa del Gesù terreno dipende proprio dal fatto che questo Iddio ha voluto affinché noi fossimo per lui "una realtà vivente", utile, e non un "peso morto"! Sono io, siete voi, "un peso morto" per Dio? Se non comprendete che "mangiare Cristo" significa affidarsi completamente a Lui, allora sarà impossibile per voi comprendere le altre Sue parole. Vi siete mai sentiti, nella vostra vita, "inutili"? Ebbene, Gesù restituisce alla nostra vita l'utilità perduta!

La gente a cui Egli si rivolgeva, non comprendendo, borbottava e disputava fra sé dicendo: *"Non è costui Gesù, il figlio di Giuseppe, del quale conosciamo il padre e la madre? Come mai ora dice: "Io sono disceso dal cielo?"* (42). Gesù, però, invece di fermarsi e di chiarire questa difficoltà, presenta la cosa in modo ancora più radicale ed usa parole che potremmo definire...

IV. Parole discriminanti. Gesù non ha paura di "scandalizzare" con le Sue parole e di allontanare la gente, perché chi Lo segue deve essere un autentico credente, a cui lo Spirito Santo ha rinnovato mente e cuore. Chi ha lo Spirito Santo in sé comprende queste cose, come dice l'Apostolo: "Noi ne parliamo non con parole insegnate dalla sapienza umana, ma insegnate dallo Spirito, adattando parole spirituali a cose spirituali" (1 Co. 2:13). Ecco perché troviamo nel nostro testo: "Gesù, sapendo dentro di sé che i suoi discepoli mormoravano di ciò, disse loro: «Questo vi scandalizza? E che sarebbe se vedeste il Figlio dell'uomo ascendere dov'era prima? È lo Spirito che vivifica; la carne non è di alcuna utilità; le parole che vi ho dette sono spirito e vita. Ma tra di voi ci sono alcuni che non credono». Gesù sapeva infatti fin dal principio chi erano quelli che non credevano, e chi era colui che lo avrebbe tradito" (61-64). Potete allora ben comprendere l'orrore di quella gente nell'udire le parole di Gesù. Per comprenderle, aveva bisogno che lo Spirito Santo aprisse il loro cuore, e senza vita spirituale in loro, le Sue parole li avrebbero solo respinti, e Gesù permette che questo avvenga. Perché? Perché non vuole che chi lo segue lo faccia per le ragioni sbagliate. Ecco perché non si può diventare membri di molte chiese evangeliche senza essere un autentico credente consacrato di tutto cuore a Cristo. Si può anche parteciparvi, certo, come "osservatori", ma altra cosa è esserne veramente membri di pieno diritto! Accettandoli ugualmente come membri di chiesa, si farebbe loro un dis-servizio e darebbe loro false speranze! Seguire Gesù è cosa seria!

Le conseguenze

In che modo tutto questo si applichi alla nostra vita, comincia, dunque ad esserci più chiaro. In primo luogo:

1. Gesù è una realtà da conoscere e da vivere. Dobbiamo chiederci: Gesù, per noi, spiritualmente, è altrettanto reale di qualcosa che può essere assaggiato o maneggiato? Fa tanto parte della nostra vita da essere simile a qualcosa che si possa mangiare? Non pensate che io dica una cosa strana od offensiva se dico che Gesù deve essere per noi altrettanto reale ed utile quanto lo può essere una bistecca o delle patate! Lo dico, perché, sebbene sia ovvio che Egli sia molto più reale ed utile di queste, è triste osservare come, di fatto, per tanta gente, Egli sia molto meno reale di queste! Molti credono che la fede cristiana sia "una cosa astratta". Lo può diventare, certo, quando non è fedele alla sua vocazione originaria o non viene recepita con la necessaria serietà! Domandiamoci poi:

2. Gesù vive in noi veramente? Ricordate le parole del Primo Comandamento? Dicono: "Non avere altri dèi oltre a me" (Es. 20:3). Detto in termini positivi, suonerebbe come: "Abbiatemi come Dio!". Ritengo che sia positivo considerarlo in questo modo, perchè rivolgerebbe così la nostra attenzione al grado di "intimità" che noi dobbiamo avere con Lui. Dobbiamo conoscerlo bene ...come se lo mangiassimo! Egli deve, infatti, diventare parte di noi. Se è così, ne conseguirà che noi pure assumiamo in noi stessi la Sua vita di risurrezione. L'apostolo Paolo scriveva: "Sono stato crocifisso con Cristo: non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me! La vita che vivo ora nella carne, la vivo nella fede nel Figlio di Dio il quale mi ha amato e ha dato sé stesso per me" (Ga. 2:20). Non solo questo, ma...

3. Continuiamo noi a "nutrirci" di Gesù? Ho visto una volta un ristorante che offriva prodotti "naturali" e "biologici", mettere su un cartello pubblicitario che diceva: "Venite a mangiare qui e vivrete una lunga vita!". Un altro ristorante concorrente lì vicino, che non voleva essere da meno, aveva però messo su un altro cartello che diceva: "Venite a mangiare da noi, e morirete felici!". In un certo qual senso, per quanto riguarda Gesù, entrambi i cartelli sono veri ...moriremo felici ed avremo una lunga vita... Per questo dobbiamo continuare a nutrirci di Lui e ad avere fame di Lui.

Non accontentiamoci di impressioni passeggere e superficiali. Leggiamo ogni giorno una porzione della Bibbia, riceviamo il nutrimento e la forza di cui abbiamo bisogno affinché Gesù sia per noi una realtà che davvero conosciamo e viviamo!

Conclusione

Abbiamo cominciato la nostra riflessione mettendo in rilievo non solo l'importanza del cibo, ma anche di "una buona cucina", una "cucina di qualità", non fatta solo di "cose da mangiare", ma anche di piacere, di gusto, di bellezza e di socialità. Lo stesso può e deve avvenire anche a livello spirituale. Ci nutriamo di tutto ciò che Gesù è. Egli è la vita della nostra anima, vita di qualità e pure vita eterna. E' pure Lui che ci dona autentico piacere, gusto, e bellezza. Ed è anche Lui che ci dona socialità e comunione: noi con Lui e gli uni con gli altri. Queste non sono "cose astratte", ma cose concrete come il pane quotidiano!

Una benedizione conclusiva potrebbe essere, allora:

Abbiate Dio nella vostra vita, perché non avrete altri dèi oltre al Signore, L'iddio onnipotente. Amatelo con tutto il vostro cuore, anima, mente e forza.

Fate in modo che Gesù sia in voi. Assumetelo nel più profondo del vostro essere affinché non ci sia più dubbio alcuno su chi voi seguiate e a chi voi vogliate assomigliare.

...e continuate a nutrirvi! Abbiate fame di Lui e continuate a nutrirvi di Lui fin tanto che non conosciate a fondo le Sue Parole, i Suoi insegnamenti ed il Suo amore per ciascuno di noi.

Ora, a Colui che è in grado di rendervi stabili attraverso l'Evangelo e la proclamazione di Gesù Cristo, all'unico e sapiente Iddio, sia per sempre la Gloria per Gesù Cristo! Amen!

Paolo Castellina, venerdì 4 marzo 2005. Tutte le citazioni bibliche, salvo diversamente indicato, sono tratte dalla versione "La Nuova riveduta", a cura della Società Biblica di Ginevra, prima edizione 1994.

Ordine del Culto del 6 marzo 2005

Castasegna 9.00 – Soglio 10.30 – 20.00 Casaccia

1. Introduzione

6 "Quando attraversano la valle di Baca essi la trasformano in luogo di fonti e la pioggia d'autunno la ricopre di benedizioni. **7** Lungo il cammino aumenta la loro forza e compaiono infine davanti a Dio in Sion. **8** O SIGNORE, D io degli eserciti, ascolta la mia preghiera; porgi orecchio, o Dio di Giacobbe! [Pausa]. **12** O SIGNORE degli eserciti, beato l'uomo che confida in te!" (Salmi 84:6-8,12).

Pregiera:

Canto dell'Inno: 8 (Come cerva che assetata).

2. Prima lettura

1 Al direttore del coro. Sulla ghittea. Salmo dei figli di Core. "Oh, quanto sono amabili le tue dimore, SIGNORE degli eserciti! **2** L'anima mia langue e vien meno, sospirando i cortili del SIGNORE; il mio cuore e la mia carne mandano grida di gioia

al Dio vivente. **3** Anche il passero si trova una casa e la rondine un nido dove posare i suoi piccini... I tuoi altari, o SIGNORE degli eserciti, Re mio, Dio mio!... **4** Beati quelli che abitano nella tua casa e ti lodano sempre! [Pausa]. **5** Beati quelli che trovano in te la loro forza, che hanno a cuore le vie del Santuario! **6** Quando attraversano la valle di Baca essi la trasformano in luogo di fonti e la pioggia d'autunno la ricopre di benedizioni. **7** Lungo il cammino aumenta la loro forza e compaiono infine davanti a Dio in Sion. **8** O SIGNORE, Dio degli eserciti, ascolta la mia preghiera; porgi orecchio, o Dio di Giacobbe! [Pausa]. **9** Vedi, o Dio, nostro scudo, guarda il volto del tuo unto! **10** Un giorno nei tuoi cortili val più che mille altrove. Io preferirei stare sulla soglia della casa del mio Dio, che abitare nelle tende degli empi. **11** Perché Dio, il SIGNORE, è sole e scudo; il SIGNORE concederà grazia e gloria. Egli non rifiuterà di far del bene a quelli che camminano rettamente. **12** O SIGNORE degli eserciti, beato l'uomo che confida in te!" (Salmo 84).

Preghiera:

Canto dell'Inno: 183 (Vieni alla croce, anima errante).

3. Seconda lettura

3 "Benedetto sia il Dio e Padre del nostro Signore Gesù Cristo, il Padre misericordioso e Dio di ogni consolazione, **4** il quale ci consola in ogni nostra afflizione, affinché, mediante la consolazione con la quale siamo noi stessi da Dio consolati, possiamo consolare quelli che si trovano in qualunque afflizione; **5** perché, come abbondano in noi le sofferenze di Cristo, così, per mezzo di Cristo, abbonda anche la nostra consolazione. **6** Perciò se siamo afflitti, è per la vostra consolazione e salvezza; se siamo consolati, è per la vostra consolazione, la quale opera efficacemente nel farvi capaci di sopportare le stesse sofferenze che anche noi sopportiamo. **7** La nostra speranza nei vostri riguardi è salda, sapendo che, come siete partecipi delle sofferenze, siete anche partecipi della consolazione" (2 Co. 1:3-7).

Preghiera:

Canto dell'Inno: 57 (O Signore, noi Ti lodiam).

4. Predicazione

55 "Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue è vera bevanda. **56** Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue dimora in me, e io in lui. **57** Come il Padre vivente mi ha mandato e io vivo a motivo del Padre, così chi mi mangia vivrà anch'egli a motivo di me. **58** Questo è il pane che è disceso dal cielo; non come quello che i padri mangiarono e morirono; chi mangia di questo pane vivrà in eterno». **59** Queste cose disse Gesù, insegnando nella sinagoga di Capernaum. **60** Perciò molti dei suoi discepoli, dopo aver udito, dissero: «Questo parlare è duro; chi può ascoltarlo?». **61** Gesù, sapendo dentro di sé che i suoi discepoli mormoravano di ciò, disse loro: «Questo vi scandalizza? **62** E che sarebbe se vedeste il Figlio dell'uomo ascendere dov'era prima? **63** È lo Spirito che vivifica; la carne non è di alcuna utilità; le parole che vi ho dette sono spirito e vita. **64** Ma tra di voi ci sono alcuni che non credono». Gesù sapeva infatti fin dal principio chi erano quelli che non credevano, e chi era colui che lo avrebbe tradito. **65** E diceva: «Per questo vi ho detto che nessuno può venire a me, se non gli è dato dal Padre» (Gv. 6:55-65).

Canto dell'Inno: 212 – Cristo è il pane, o gran mistero.

Preghiera:

5. Conclusione