

## YO SOY EL PAN DE VIDA

### I. Meditación

Dejémonos impresionar en este día por el discurso del pan de vida, que el IV evangelista nos ofrece en



el capítulo 6 de su evangelio. Este capítulo tiene un momento culminante: aquel en que Jesús se autoproclama a sí mismo como el Pan de la Vida. Dejádme que trate de ser un mero exégeta de sus palabras. Dejád que su mensaje se convierta para vosotros o vosotras en palabras de gracia o de juicio. Porque ante Él podemos adoptar distintas posturas: la de la gente que lo busca, la de los judíos que lo rechazan, la de los discípulos que lo abandonan, la de los Doce que lo proclaman en medio de su debilidad.

### **Jesús es buscado por la gente: en el desierto y en Cafarnaum, a la orilla del lago**

(Leamos en primer lugar Jn 6,1-34. ¡He aquí nuestro comentario!)

El pueblo busca a Jesús porque encuentra en Él algo importante para su bienestar y su vida. El hombre fuera de la revelación vive en la insatisfacción, se hace muchas preguntas, busca. En el IV Evangelio aparecen personas que buscan y se cuestionan: los discípulos del Bautista y sus asociados, la madre de Jesús, Nicodemo, un fariseo, los samaritanos, un noble, la multitud de Galilea, María y Marta, los Griegos... Revela la universalidad de la búsqueda. En el capítulo 6, quien busca es una multitud de

gente.

Al principio, el Jesús del IV Evangelio llama (Jn 1.19 - 2,11); después es buscado. Nos dicen los Sinópticos que una muchedumbre seguía a Jesús porque veían «los signos» que realizaba sobre los enfermos. En el desierto Jesús realizó un signo de liberación: la multiplicación de los panes. Apareció como un profeta-signo. Según las convicciones rabínicas, así como el primer redentor trajo consigo el maná, así debería hacer el segundo redentor. Era precisamente ésto lo que esperaba el pueblo. En el desierto Jesús les dio el maná. El pueblo vio en Él al profeta (6,14) y quiso proclamarlo rey. Moisés era el profeta-rey; Jesús debía serlo.

A quien le busca Jesús corresponde con un don. Recompensó a la gente con alimento. Pero no respondió al intento de hacerlo rey. Jesús se separó de ellos. No obstante, la búsqueda continúa: al día siguiente la gente se desplazó a otro lugar, a Cafarnaum.

Allá Jesús reconoció que el pueblo no lo buscaba por los signos, o porque Él fuera el profeta-signo, sino porque vio saciada su hambre. Entonces Jesús les habló de dos tipos de alimento: el que perece y el que da la vida eterna. Él mismo se autopresentó como el segundo:

«Yo soy el pan de la vida. El que venga a mí, no tendrá hambre, y el que crea en mí, no tendrá nunca sed. Pero ya os lo he dicho: Me habéis visto y no creéis».

Les pidió que no actuasen por el alimento perecedero, sino por el que permanece para la vida eterna. A la gente, obstinada, no le bastaba el signo liberador de la multiplicación: querían otro signo parecido al maná del cielo. Jesús les replicó que Moisés no les dio pan del cielo. Aquel pan no daba la vida:

«Vuestros padres comieron el maná en el desierto y murieron».

Quien da (no dio, ni dará) el verdadero pan del cielo es el Padre de Jesús. Ese pan es dado ahora y a este pueblo, no a los antiguos. Ese es el verdadero pan del cielo, el pan de Dios y que da vida al mundo.

En la multiplicación Jesús se presentó como el que da el pan. Ahora Jesús se identifica con el verdadero pan de vida bajado del cielo. Yo soy el pan de vida es una fórmula de revelación. Jesús se autorrevela, exige que se le reconozca en la fe y promete la vida. El pan de vida es su persona misma. Jesús-Pan tiene las tres características del maná: viene de manos del Padre, es enviado por él, ha descendido del cielo y da la vida al mundo.

La palabra de Dios, descendida del cielo es el pan de vida. La única actitud válida ante este pan de vida es la fe en la persona de Jesús, único pan celestial dado por Dios y que da vida eterna. Comer en esta primera parte significa metafóricamente creer, come quien cree. Ante esta propuesta, que todavía resultaba ambigua, el pueblo suplicó:

«Señor, danos siempre de ese pan» (v.34).

La pregunta es, ¿cómo la gente le pide a Jesús el pan, si el que lo da es el Padre? Ello quiere decir, que al menos provisoriamente, la gente acoge a Jesús como enviado de Dios. Jesús y no el maná es el pan

del cielo. De hecho, quienes comieron el maná murieron. «Del cielo» no indica el origen del pan, sino la cualidad de la vida que el verdadero pan ofrece: es la vida del mundo futuro. Jesús lo ofrece pidiendo un compromiso personal de fe. El pueblo llegará a ver saciado su deseo, su búsqueda, si se focaliza en la persona de Jesús.

## **Jesús es rechazado por los judíos en la sinagoga de Cafarnaum**

*(Leamos ahora Jn 6,36-60. ¡He aquí nuestro comentario!)*

Jesús no quiere echar a nadie que venga a él. Pero constata negativamente: «me habéis visto y no creéis». En este momento cambia la audiencia de Jesús y el lugar y el tiempo de la acción: ahora son los judíos en la sinagoga de Cafarnaum. Estos versículos delatan la lucha entre los cristianos joanneos y los judíos de la sinagoga. A quienes se dirige Jesús son los judíos de la sinagoga. Ya no se trata de la multitud galilea que ha seguido a Jesús y los busca, sino de la sinagoga hostil. Los judíos murmuran y objetan que Jesús no es el enviado de Dios, ni el pan bajado del cielo. Jesús responde que sólo aquellos a quienes el Padre atrae y enseña pueden venir a El. Quienes rechazan a Jesús demuestran así que no han sido elegidos por el Padre.

Jesús añade que el pan que ha de ser comido es su carne: «el pan que yo le voy a dar es mi carne por la vida del mundo» (Jn 6,51 b). Jesús asevera la necesidad de comer la carne del Hijo del Hombre y de beber su sangre (6,53), lo que es mucho más provocador y escandaloso. Este lenguaje está influenciado por la práctica eucarística de la primitiva iglesia -acusada de canibalismo. Antes, comer y beber eran símbolos del venir a Jesús y creer en él (6.35); ahora se intenta que se crea en la función de dar vida que tiene Jesús cuando da la vida por el mundo. Jesús no responde a la objeción que le habían propuesto, sino que la agrava hasta afirmar:

«si no coméis la carne del Hijo del hombre, y no bebéis su sangre, no tenéis vida en vosotros. El que come mi carne y bebe mi sangre, tiene vida eterna, y yo le resucitaré el último día. Porque mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida. El que come mi carne y bebe mi sangre, permanece en mí, y yo en él».

Hay que creer en la eficacia de la muerte de Jesús. Los judíos rechazaron esta llamada.

Jesús habla de un comer y beber real, de un alimento y bebida reales: verdadera comida, verdadera bebida. Ahora los conceptos clave no son venir a mí, ni creer, sino dar y comer-beber. El don de Dios de la primera parte se convierte ahora en el don del propio Jesús a nosotros. El pan de vida es presentado como la carne que Jesús dará y entregará, para la vida del mundo. Jesús insiste en la necesidad de comer su carne y de beber su sangre. El término masticar tal vez resalte el carácter realista de la manducación eucarística. No se trata solo de creer, sino también de comer en el sentido material de la palabra.

Permaneced en mí y yo en vosotros (Jn 6,56) dice cómo la unión con Cristo no se resuelve en una disolución mística de la personalidad humana. Es fórmula semejante a la paulina «Cristo en nosotros».

## **Controversia de Jesús con los discípulos**

*(Leamos ahora Jn 6,60-66. ¡He aquí nuestro comentario!)*

Se produce ahora otro cambio: desde la sinagoga a un lugar no especificado, en donde la audiencia está constituida por los discípulos. Se habla de un amplio número de discípulos. Al principio de este capítulo se habla de pocos discípulos, probablemente sólo de los 12. Ahora se trata de muchos. Estos encuentran muy duras las palabras de Jesús y se escandalizan de él hasta murmuran de él e incluso hasta abandonarlo. Todos lo abandonaron. Lo que escandaliza a los discípulos en el discurso de Jesús es lo referente al comer la carne del Hijo del hombre y beber su sangre. Ellos, como los judíos esperaban un Mesías-Rey, y se encuentran con un Mesías que muere, que es triturado como el pan. Jesús responde a esta murmuración diciendo:

«¿Y cuando veáis al Hijo de! hombre subir adonde estaba antes?...»

Esta subida se refiere a la muerte de Jesús en la cruz a través de la cual él es exaltado en eficacia salvadora. El comer la carne y beber la sangre del Hijo del hombre no debía ser entendido en sentido materialístico. Con todas las palabras de Jesús sobre la necesidad de comer su carne y beber su sangre provocaron un escándalo que llevó a la apostasía a muchos discípulos. Tal vez ésta haga referencia a la pérdida de popularidad de Jesús en la última etapa de su ministerio; o puede reflejar la división en la comunidad joánica que llevó al evangelista y sus seguidores a quedarse en minoría.

La ascensión del Hijo del Hombre y el Espíritu que vivifica en la resurrección, dan la clave de las palabras de Jesús. Él es dador de vida o pan de vida no solo por la encarnación; también por su entrega hasta la muerte. Pero la carne no basta. Jesús es pan de vida, dador de vida, definitivamente por su exaltación y por la misión del Espíritu. Por esto se dice que la carne no sirve de nada. La carne es fuente de vida en cuanto inmolada y ascendida al cielo: debe ausentarse para poder ser vivificadora. No se trata de comer una carne material. Lo que vivifica es el comer una carne espiritual, la del Hijo del hombre celestial. La vida otorgada en y a través del cuerpo de Cristo no se recibe más que si se percibe espiritualmente aquello que la persona de Jesús es y significa para nosotros.

### **Y los Doce: ¿recomendación o condenación? (Jn 67-71)**

*(Leamos ahora Jn 6,67-71)*

La conducta de la mayoría de los discípulos no debe ser imitada. Sólo hay que emular la confesión de Pedro. La forma de confesión («Señor, ¿a quién vamos a ir? Tú tienes palabras de vida eterna, y nosotros creemos y sabemos que tú eres el Santo de Dios») difiere de la de los Sinópticos y Jesús no hace referencia a su muerte, como en los Sinópticos, ni se opone a Pedro. Aquí, sin embargo. Jesús habla de Judas Iscariote como demonio. Parece como si el reproche a Pedro de los Sinópticos, fuera aquí transferido a Judas: «Y uno de vosotros es un diablo» .

En conclusión: El relato de la multiplicación de los panes dramatizaba en sus orígenes el rechazo por parte de Jesús de la función política de un profeta-signo y la proclamación de Cristo como Juez escatológico. Hijo del hombre. El evangelista transformó esta tradición en una historia de búsqueda de Jesús. A la Samaritana en busca de agua Jesús le habla de dos tipos de agua. A la gente que busca pan Jesús le propone dos tipos de pan. Probablemente el capítulo de la samaritana y el de la multiplicación formaban originariamente un todo: el agua de la vida, el pan de la vida. Eran una llamada a los

simpatizantes de la sinagoga a buscar a Jesús.

Los símbolos del agua y del pan tenían un especial eco en el judaísmo. La fuente es la ley. El pan, el maná, también se convirtió en signo de la ley. Usando estos símbolos Jesús se opone a Moisés y la ley como mediadores de vida. El hecho de que la gente busque a Jesús quiere decir que la ley no es fuente de vida. La gente exige que Jesús tenga por fin que declarar:

«Yo soy el pan de la vida. El que venga a mí, no tendrá hambre, y el que crea en mí, no tendrá nunca sed» (Jn 6,35)

### **Es en nosotros donde el pan eucarístico puede multiplicarse**

Tenemos hambre de vida, porque ella se nos ha concedido de forma precaria. Es frágil nuestro vivir. Se halla amenazado interior y exteriormente. Este cuerpo, en el que vivimos, es sensible a todos los influjos. Esta alma que nos posee fácilmente entra en la noche, o se ofusca y siente agonía.

Tenemos hambre de vida, porque vivimos de los demás. Su amor nos hace vivir, configura nuestra identidad. Nuestro amor nos hace sentirnos vivos, útiles. Pero el amor que recibimos, o el amor que comunicamos, tantas veces nos parece escaso, insuficiente. Queda en nosotros una señal permanente que grita su insuficiencia.

Tenemos hambre de vida, porque hemos sido creados para vivir en abundancia. Hay en nosotros una capacidad de infinito, que sólo el Infinito puede colmar.

En el Paraíso del Génesis se habla del árbol de la vida. Sus frutos remediaban el hambre vital. Era el árbol medicinal por excelencia. Acercándose a él y tomando de sus frutos, el hombre, la mujer, podía saciar su hambre vital y superar cualquier enfermedad o eventualidad de muerte, cualquier pena o sufrimiento interior. Viviendo junto a aquel árbol se recibía el don de la inmortalidad, de la vida sin fin. El Apocalipsis, por otra parte, nos presenta la utopía de la Ciudad Nueva en la que están plantados dos árboles de vida: «A cada lado del río crecía un árbol de vida: da doche cosechas, una cada mes del año y las hojas del árbol sirven de medicina a las naciones» (Apc 22,2).

Hemos sido llamados por Jesús para participar en el gran acontecimiento de la Vida, como sus primeros discípulos. Pero, aun agraciados con su llamada, hemos de buscarle. Buscarle con tanta gente que le busca. Mezclados, como los primeros discípulos, con la multitud.

Pero ¡qué fácil es buscar a Jesús únicamente por sus dones y no por Él mismo! Creer es siempre nuestra asignatura pendiente. Creer de verdad en Él, fiarnos de Él y del designio del Padre. La fe en Jesús nos lleva a convertirnos también nosotros en pan que se entrega por la vida del mundo. Jesús no nos llama para saciar simplemente nuestra hambre, sino para que con Él estemos dispuestos a saciar el hambre del mundo. En en nosotros donde el pan eucarístico puede multiplicarse.

En medio de tanta muerte. ¿a dónde vamos a ir? La fuente de la vida nos permite a nosotros ser fuente de vida..., pero si estamos dispuestos -como Él- no a reinar, sino a morir.

Por eso, te buscamos... para que realices el milagro.

---

## II. Resonancias

### Oración

Jesús,  
Tú nos has buscado,  
nos has dirigido tu palabra,  
te has convertido para nosotros  
en Palabra.

Jesús,  
te preguntamos dónde vivías  
y Tú nos conmoviste con tu voz  
y nos hiciste morar  
allí donde logramos  
la más sublime identidad.

Jesús,  
no basta seguirte.  
Constantemente hay que buscarte,  
porque el sentido se nos escapa,  
porque estamos hambrientos,  
irremediablemente  
hambrientos de vida.

Jesús,  
no sabemos vivir,  
se nos pierde la vida  
nos desangramos sin remedio.

Jesús,  
casi siempre te buscamos  
interesadamente.  
Tú eres el Pan que se entrega,  
el desinterés hecho alimento.  
Para creer en Tí,  
es necesario desposeerse;  
creer en Tí es convertirse en pan  
en pan multiplicado y partido  
que sólo busca ser para los demás  
pan de vida.

Jesús,

¡es difícil entender tu mesianismo!  
¡es difícil ver en la muerte  
del grano de trigo  
la posibilidad de la espiga  
o del pan que da vida!

Jesús,  
Tú en nosotros, nosotros en Tí.  
¿A dónde iremos?  
¡Sólo Tú tienes palabras de Vida!  
¡Sólo en tí está la Vida!

José Cristo Rey García Paredes (Revista Vida Religiosa)

---

Publicado en Ciudad Redonda  
[www.ciudadredonda.org/articulo/yo-soy-el-pan-de-vida](http://www.ciudadredonda.org/articulo/yo-soy-el-pan-de-vida)