



**Espíritu Santo, Paráclito divino, ven.
Espíritu Santo, Espíritu de la verdad, dadnos hambre de Eucaristía
Espíritu Santo, dadnos amor a la Palabra y la Eucaristía como alimento de
vida eterna.**

**Domingo 07 de
junio de 2026**

Solemnidad del
Cuerpo y la Sangre de
Cristo

**“Ha puesto paz en
tus fronteras, te sacia
con flor de harina”
Sal 147.**



Texto Bíblico

Jn 6, 51-58

⁵¹Yo soy el pan vivo que ha bajado del cielo; el que coma de este pan vivirá para siempre. Y el pan que yo daré es mi carne por la vida del mundo». ⁵²Disputaban los judíos entre sí: «¿Cómo puede este darnos a comer su carne?». ⁵³Entonces Jesús les dijo: «En verdad, en verdad os digo: si no coméis la carne del Hijo del hombre y no bebéis su sangre, no tenéis vida en vosotros. ⁵⁴El que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna, y yo lo resucitaré en el último día. ⁵⁵Mi carne es verdadera comida, y mi sangre es verdadera bebida. ⁵⁶El que come mi carne y bebe mi sangre habita en mí y yo en él. ⁵⁷Como el Padre que vive me ha enviado, y yo vivo por el Padre, así, del mismo modo, el que me come vivirá por mí. ⁵⁸Este es el pan que ha bajado del cielo: no como el de vuestros padres, que lo comieron y murieron; el que come este pan vivirá para siempre».



Lectura

¿Qué dice el texto?

Algunas preguntas para una lectura atenta

1. ¿A qué invita Jesús en el evangelio?
2. ¿Qué ofrece Jesús como comida y bebida?
3. ¿Qué produce en nosotros el alimento que Jesús dona?
4. ¿De dónde procede el alimento que Jesús ofrece?
5. ¿Qué tipo de vida se recibe alimentándose del pan que Jesús ofrece?

*Padre Francisco León
Oquendo Góez. Doctor en
Teología Bíblica por la
Pontificia Universidad
Gregoriana, Directore del
Departamento de
Catequesis y ABP de la
CEC*

Algunas pistas para comprender el texto:

Francisco León Oquendo Góez. Pbro.

El paso del evangelio es exquisitamente eucarístico, eucarísticamente exquisito. Hace parte del discurso del pan de vida que hallamos en el capítulo 6 del cuarto evangelio, en el que encontramos la primera auto definición de Jesús, usando la expresión “yo soy”: “Yo soy el pan de la vida” (6,35). El discurso del pan de la vida suele dividirse en siete partes, y el texto que nos nutre hoy constituye la quinta parte.

Respecto a los elementos literarios, conviene notar la construcción del paso en forma concéntrica. En los extremos, los versículos 52-53 se corresponden con los versículos 57-58 mediante los conceptos “comer” y “vivir/vida”. Los versículos 54 y 56 se corresponden porque su estructura es idéntica: “el que come mi carne y bebe mi



sangre”. En medio de la estructura concéntrica y por ello como versículo central y fundamental está el versículo 55: “Mi carne es verdadera comida, y mi sangre es verdadera bebida” (ἡ γὰρ σὰρξ μου ἀληθῆς ἐστὶν βρῶσις, καὶ τὸ αἷμά μου ἀληθῆς ἐστὶν πόσις).



Meditación

¿Qué me dice el Señor en el texto?

Si se focaliza la mirada en el texto de Jn 6, 52-58, la quinta parte del discurso del pan de vida, resalta la recurrencia de algunos términos significativos: el verbo comer se halla siete veces y para indicarlo, el autor usa dos términos griegos: el verbo “estío” (φαγεῖν) que significa comer y el verbo “trego” (τρώγω) que significa masticar. El concepto de “vida/vivir” se halla seis veces, de las cuales tres se refieren a la vida eterna: “vivirá para siempre”. El verbo “beber”, tres veces.

El centro de la estructura concéntrica es la afirmación solemnemente hierática, hieráticamente solemne del versículo 55: “Mi carne es verdadera comida, y mi sangre es verdadera bebida” (ἡ γὰρ σὰρξ μου ἀληθῆς ἐστὶν βρῶσις, καὶ τὸ αἷμά μου ἀληθῆς ἐστὶν πόσις). Es notable la estructura similar de las dos afirmaciones del versículo, construido a forma de paralelismo. El realismo de las palabras de Jesús que excluye toda interpretación simbólica o figurada: mi carne y mi sangre. A este realismo de Jesús corresponde el realismo de lo que él se hace por nosotros y para nosotros: comida y bebida. No dice que serán “como” comida y bebida: excluye la comparación. No dice que serán símbolo de su cuerpo y su sangre: excluye el simbolismo o la interpretación figurada.

Está afirmando que su carne es comida y que su sangre es bebida. Y el realismo queda afirmado y reafirmado, garantizado, rubricado, afianzado con el uso del adjetivo “verdadera”, usado no una vez, sino dos, para calificar a comida y bebida: mi carne es “verdadera comida”; mi sangre es “verdadera bebida”. Si el Señor afirma con solemnidad veraz y veracidad solemne que su carne es verdadera comida y su sangre es verdadera bebida, ¿quién se atreverá a negarlo?

San Ignacio de Antioquía, que fue alumno, discípulo del apóstol San Juan y que ha debido conocer estas palabras del evangelio y probablemente haberlas escuchado de boca del mismo apóstol, escribe hacia el año 110: “No tengo deleite en el alimento de la corrupción o en los deleites de esta vida. Deseo el pan de Dios, que es la carne de Cristo, que era del linaje de David; y por bebida quiero su sangre, que es amor incorruptible” (San Ignacio de Antioquía, *Carta a los Romanos*, 7,2).

“Congréguese en común, cada uno de vosotros por su parte, hombre por hombre, en gracia, en una fe y en Jesucristo, el cual, según la carne, fue del linaje de David, que es el hijo del hombre y el Hijo de Dios, con miras a que puedan obedecer al obispo y al presbiterio sin distracción de mente; partiendo un único pan que es medicina de inmortalidad, antídoto para no morir, sino para vivir para siempre en Cristo Jesús” (San Ignacio de Antioquía, *Carta a los Efesios*, 20,2).

La Eucaristía es la carne y sangre de Jesucristo nuestro Señor, es decir, él mismo se hace alimento y bebida para darnos la vida eterna: “el que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna” (ὁ τρώγων μου τὴν σάρκα καὶ πίνων μου τὸ αἷμα ἔχει ζωὴν αἰώνιον (Jn 6,54).

María, la virgen Madre, en cuyo seno virginal la Palabra eterna toma carne y sangre, las que nos ofrece en la Eucaristía como alimento, nos ayude a alimentarnos del pan que nos une y a unirnos mediante el pan que nos alimenta: “si el pan es uno solo, también nosotros siendo muchos somos un solo cuerpo, pues todos participamos del mismo pan” (1Cor 10,17: segunda lectura).

Continuamos la meditación con las siguientes preguntas:

1. ¿Qué puesto ocupa la Eucaristía en nuestra vida?
2. ¿Estamos convencidos del poder vivificador de la Eucaristía? 3
3. ¿Adoramos y nos alimentamos de la Eucaristía, verdadera comida y verdadera bebida?



Oración

¿Qué le respondo al Señor que me habla en el texto?

Gracias Señor, por quedarte en el sacramento de la Eucaristía, por dejarnos tu Cuerpo y Sangre como alimento de vida eterna, verdadero maná en nuestra peregrinación hacia la verdadera tierra prometida.



Contemplación

¿Cómo hago propias en mi vida las enseñanzas del texto?

Contempla con los ojos del corazón el Misterio de la Eucaristía, pues “en el sacramento eucarístico, Jesús sigue amándonos ‘hasta el extremo’, hasta el don de su cuerpo y de su sangre” (Benedicto XVI, *Sacramentum caritatis*, 1).



Acción

¿A qué me comprometo para demostrar el cambio?

Esta semana recibiré el Cuerpo y Sangre de Cristo y me comprometeré a vivir en comunión con los demás en la Iglesia, especialmente participando en mi parroquia.



Bitácora de grandes Leccionautas

“Lo que parece pan, no es pan, aunque al gusto le parece tal, sino que es el cuerpo de Cristo. Lo que parece vino, no es vino, aunque teniendo el gusto, sino la sangre de Cristo” (San Cirilo de Jerusalén, *Cat.* 4,9).