



solo tre pani

alessandro martinelli, 2020

«Amico, prestami tre pani
perché è giunto da me un amico da un viaggio
e non ho nulla da offrirgli»

evangelo di Luca 11,5

Il pane della Parola
Il pane dell'Eucaristia
Il pane della Fraternità

Due parole

In ogni cultura da sempre il pane costituisce un elemento primario, il sostentamento principale, una sorta di garanzia di vita.

Farina e acqua, soprattutto nell'area mediterranea - ma il concetto è estendibile ben oltre - sono elementi che caratterizzano le basi dell'alimentazione. Non solo. Si tratta di un impasto che riporta ad una sorta di intreccio generativo tra creato e creatura.

Se l'acqua costituisce il nutrimento primordiale della vita, un'autentica gratuità, segno di una creazione libera e senza limiti, il frumento rimane l'alimento più semplice, naturale, di cui ancora una volta la natura stessa si prende cura, ma che riconosce il bisogno di una cooperazione affidata alle mani.

L'acqua sgorga, scorre e ritorna alla fonte indipendentemente da qualsiasi azione o condizione umana; il pane no, necessita di preparazione. Per questo l'intreccio che ne esce è il simbolo più interessante dell'armonia tra creatura e creato.

Paradossalmente, parlare di pane potrebbe sembrare di dover affrontare questioni di cibo, entrando in dinamiche alimentari o nutrizioniste; semplicemente questioni di cucina.

Ma non è così. Il pane è strettamente legato all'umanità, perché ancor prima di esser preparato, il pane si pensa, si attende, si gode, si custodisce, e soprattutto si spezza mangiandolo.

Accanto al pane c'è una tavola, ci sono persone, è necessario del tempo. Accanto al pane ci sono le mani, i gesti compiuti per trasformarlo in condivisione, e, ancor più forte, in amicizia.

È questo il motivo che lo trasforma in uno strumento.

Grazie al pane possiamo conoscere il segreto della vita raccontato dalle mani attraverso i gesti dell'impastare, dell'amalgamare, del cuocere, dello spezzare, del condividere. Verbi che dimostrano la necessità di un cooperare, ovvero di un crescere insieme. Grazie al pane altre parole diventano importanti: frugalità, semplicità, relazione, condivisione, responsabilità.

Il pane diventa icona di vita.

I tre pani

Nelle tradizioni abramitiche, il pane - credo senza tante spiegazioni - rimane al centro non solo di infinite narrazioni, quanto dell'essenza stessa della fede. Per la dimensione cristiana, il pane diventa ancor più esperienza diretta della presenza di Cristo, costituendone così una naturale essenza.

Il pane diventa vita, liberata, offerta gratuitamente ad ogni creatura, che attraverso questo trova senso e forza per la sua quotidianità.

Perché *tre* pani?

Perché nella particolarità evangelica, sono almeno tre i *luoghi* in cui le caratteristiche proprie del pane risultano vere.

Un primo pane è costituito dalla *Parola*, da quella Scrittura biblica a cui s'attinge senso. Spezzare il pane della Parola non significa tanto saper leggere il contenuto dei passi biblici, quanto scoprire ciò che converge all'essenziale, come dono gratuito dello Spirito. Le madri e i padri della Chiesa narravano un tempo come questa Parola necessitasse di esser ruminata; sì, come fanno gli animali. Perché solo una sana e costante *ruminatio* permetterebbe a questa Parola di entrare in noi, di essere mangiata e digerita, fatta nostra, per dare sapore alle piccole e grandi parole di tutti i giorni, ovvero alle nostre vite.

Un secondo pane, ancor più tipico della fede cristiana, è costituito dall'*Eucaristia*. È il pane dei pellegrini, il pane dei poveri, il pane di cui si necessita per transitare sulle strade della vita, ed è il pane che costituisce la Comunità. È un pane da spezzare, da mangiare e da condividere e che, ancora una volta gratuitamente, diventa elemento di sussistenza per dar senso a un'esperienza dal sapore comunitario.

Il terzo pane, infine, è quello che ci viene indicato come valore di crescita, come prova di ciò che abbiamo digerito dei due pani precedenti. È il pane della *Fraternità*. Un pane forse meno farinaceo ma probabilmente più aderente alla quotidianità. È un pane che mette alla prova, legittimando gli altri due pani, ma da questi inscindibile. Un pane carico di fatica ma altrettanto colmo di speranza; un pane duro, talvolta, ma decisamente concreto.

Pane Parola

Lo nutrirà con il pane dell'intelligenza
e lo disseterà con l'acqua della sapienza

Siracide 15,3

Come può essere *pane* una Parola? Lo può essere tanto quanto diventa nutrimento, tanto quanto costituisce sostentamento.

La scrittura biblica, prima di essere un testo, così come qualsiasi libro, nasce come esperienza. Esperienza di ricerca, di incontro, di dialogo. Non facile, come ogni relazione. È la storia di un continuo cercarsi, tra l'Altro e ogni alterità, nel tentativo di comprendersi, di sostenersi, di intendersi, mediante un vocabolario più di senso che non di vicende.

È il motivo per cui nelle pagine bibliche troviamo le ragioni e il significato, le domande e le provocazioni, le fatiche e le incomprensioni che fanno parte di ogni vita vissuta. La Bibbia, in fondo, rappresenta un po' uno specchio in cui riflettersi, per lasciarsi scoprire nella nudità.

Masticare la Parola come si fa col pane è il modo per renderla vera, per renderla aderente alla realtà. È questo il motivo per cui diventa nutrimento. Ancor prima di qualsiasi altro principio, la fede trova nella Parola la fonte del suo cercare. Che non smette mai di suscitare domande e dubbi, inquietudini e provocazioni, ma anche speranze, sogni, attese. Non è un pane facile, banale, di semplice uso; è un pane che va masticato, lentamente, a piccoli bocconi. Perché è pane intessuto di Mistero. Nascosti tra le pagine, i bocconi si mostrano proprio nell'arcano.

Uno dei suggerimenti che giunge attraverso i nostri progenitori, sul modello del tempo necessario per impastare il pane, è la prospettiva della *ruminatio*. Coglierne una traccia, un versetto, leggerlo, rileggerlo, pensarlo, masticarlo nella vita di ogni giorno, potrebbe diventare il metodo per far entrare il senso di questa Parola nelle viscere della quotidiana esistenza. Un'esperienza non così lontana dai *mantra* orientali, laddove un breve testo, nella sua costante ripetizione, *diventa*.

È questo il senso del comprendere la Parola come pane. Diversamente, ne risulterebbe una lettura parziale, superficiale, da sfogliare alla stregua di un grande romanzo.

L'esperimento più semplice ci può venir offerto dalle pagine, sobrie, dei salmi. Alcuni versetti sembrano prestarsi proprio a questo.

«*Insegnaci a contare i nostri giorni e condurremo il cuore a sapienza*», si legge nel salmo 89 al versetto 12.

Come potremmo pensare di masticare queste parole? Semplicemente pensando al senso del limite, alla nostra vita che non è di un infinito tempo, all'importanza di cogliere ciò che è essenziale, alla necessità di recuperare relazioni, al saper riconoscere quanto basta. Persino al sapersi accontentare. La ripetizione di questo *mantra* potrebbe sollevarci di fronte al bisogno di potere, al sentirci super, imbattibili, sempre sulla cresta dell'onda.

«*Poni, Signore, una custodia alla mia bocca, sorveglia la porta delle mie labbra*», recita il salmo 140 al versetto 3.

Come non pensare alle tante e troppe parole vuote che pronunciamo? Alle parole di diffidenza, alle parole ostili, alle parole che portano persino all'odio. È un versetto ultramoderno, che dovrebbe aiutare a *pensare prima di parlare*, come insegniamo sovente ai nostri figli. Come non pensare agli slogan quotidiani che invadono le nostre menti, e alla difficoltà nel discernere ciò che è vero da ciò che non lo è?

Masticare la Parola come si fa col pane significa renderla viva, necessaria, «*efficace e più tagliente di ogni spada a doppio taglio; essa penetra fino al punto di divisione dell'anima e dello spirito, fino alle giunture e alle midolla, e discerne i sentimenti e i pensieri del cuore*», scrive l'autore della lettera agli Ebrei al versetto 12 del quarto capitolo.

Perché questa Parola - ma in fondo ogni parola - si traduce in scelta. Se la Parola è vera, anche le scelte diventeranno tali. E così non si potrà dribblare tra un *sarebbe bello ma non posso*, oppure semplificare con un *interessante ma troppo impegnativo*. Il *taglio della spada* ci porta inevitabilmente a stare dalla parte della giustizia, dell'autenticità.

«*Lampada per i miei passi è la tua parola, luce sul mio cammino*», si legge nel salmo 118 al versetto 105. La Parola diventa luce. E se senza luce non c'è vita, senza cibo non si vive. Masticarla la rende parte di un corpo, il nostro, confermando il Mistero. Così come è della fede, simile alla luce più che alla matematica.

Pane Eucaristia

E, mentre mangiavano, prese il pane e recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro, dicendo: «Prendete, questo è il mio corpo»

Marco 14,22

I cristiani, discepoli della Parola del Cristo, si potrebbero riconoscere come gente *affamata*. Sì, perché sulle loro labbra sono posti sovente una serie di verbi tipici dello stare a tavola: cenare, mangiare, spezzare, bere, intingere. Sono i verbi in cui è custodita l'essenza del cammino cristiano: il pane diventa sostentamento, indispensabile, vitale. E questo pane, per fede, è quello stesso Cristo Gesù che si fa cibo.

Potrebbero apparire frasi scontate, ma provate a trasmetterne il senso ad una persona che non mastica *ecclesialese*; non sarà così facile!

Ripercorriamo la narrazione attraverso ciò che scrive Paolo nella sua prima lettera alla comunità di Corinto al capitolo 11, versetti 18 e 20: *«Innanzitutto sento dire che, quando vi radunate in assemblea, vi sono divisioni tra voi, e in parte lo credo. Quando dunque vi radunate insieme, il vostro non è più un mangiare la cena del Signore»*.

In fondo, sembra una presa d'atto del nostro mangiare quotidiano, una lettura del nostro alimentarci semplicemente per sopravvivere.

Il pane di cui parla Cristo è *altro* rispetto a ciò che rappresenta il pane sulle nostre tavole. Non una semplice sopravvivenza, ma un entrare dentro le storie, le fragilità, le ricerche.

Infatti Paolo prosegue narrando di quella Cena nella quale avviene un *passaggio*: *«Io ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi ho trasmesso: egli prese del pane, lo spezzò e disse: Questo è il mio corpo, che è per voi. Allo stesso modo prese anche il calice, dicendo: Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue. Ogni volta infatti che mangiate questo pane e bevete al calice, voi annunciate la morte del Signore, finché egli venga»*.

In queste ultime parole è racchiuso il senso della Cena. E il motivo per cui i cristiani hanno iniziato a ritrovarsi la domenica attorno a una mensa. Una mensa attorno alla quale più che *mangiare* si *diventa*.

Mi piace pensare a tutto questo come a un gesto mite, un insieme di azioni genuine, umili, comprensibili anche senza spiegazioni. *Ti voglio così bene che ti mangerei*, si dice persino alla persona amata.

Il Pane mangiato trasforma tutte e tutti in altrettanti pani con l'unico scopo di farsi cibo, prendendo sul serio il rendere grazie per il dono gratuito, e annunciando la realizzazione di un mondo *altro* ove il Risorto vive facendosi prossimo tra prossimi. È la distinzione che fa della Chiesa una dimensione, e non un ente filantropico, o, peggio, un memoriale di immagini da museo.

E qui è interessante notare che tra i quattro evangelii, uno solo, invece che la Cena, narra un altro episodio avvenuto in quel contesto, ovvero la lavanda dei piedi. Questo atto diventa comparabile al racconto del pane e del vino; un atto che diventa segno evidente di che cosa sia e a che cosa serva cibarsi di un pane nuovo.

Lo descrive nei particolari Giovanni, al capitolo 13 del suo evangelo: «Gesù si alzò da tavola, prese un asciugamano e se lo cinse. Poi versò dell'acqua nel catino e cominciò a lavare i piedi dei discepoli. Poi disse: *Capite quello che ho fatto per voi? Se dunque io, Signore e Maestro, ho lavato i piedi a voi, anche voi dovete lavare i piedi gli uni agli altri. Vi ho dato esempio perché anche voi facciate come io ho fatto a voi*».

Quest'atto diventa occasione per rendere *sacramentale* il servizio, ovvero per aiutarci a capire che qui non si tratta solo di gesti, di azioni di solidarietà e di altruismo, quanto di rendere vera e autentica una Presenza. Compiendo quest'azione i cristiani annunciano la vita nuova nel suo nome. E così il grembiule, come scrisse profeticamente don Tonino Bello, diviene l'autentico indumento che identifica i discepoli e le discepole di Cristo. Non migliori e né peggiori di nessuno; semplicemente *altri* in nome di un Altro.

Luigi Pintor, descrivendo il senso di questo *abbassarsi*, fissò un'immagine che potrebbe aiutarci con ancor maggior chiarezza: «*In tutta la vita non c'è cosa più importante da fare che chinarsi perché un altro, cingendoti il collo, possa rialzarsi*».

Il Pane diventa dono. E forza.

Pane Fraternità

Erano perseveranti nell'insegnamento degli apostoli e nella comunione,
nello spezzare il pane e nelle preghiere

Atti degli Apostoli 2,42

Fraternità è il pane più complesso. Perché non comporta solo un far memoria, non riguarda solo una storia e una ricerca personale, ma perché costituisce la cartina di tornasole rispetto agli altri due: è un dare riscontro di ciò ch'è stato digerito. È un pane meno farinaceo ma quotidiano, che mette alla prova, legittimando gli altri due, e da questi indiscutibile. Un pane carico di fatica ma altrettanto colmo di speranza. Un pane necessario per testimoniare il senso della fede e per rendere visibile una scelta. Perché, come sta scritto, il riconoscimento dell'essere discepoli e discepole di Cristo non passa tanto dalle liturgie, dai percorsi di catechesi, dalle organizzazioni e dalle azioni che potremmo definire interne alle chiese, quanto da uno stile di vita *altro*.

È ciò che i nostri Padri e le nostre Madri individuarono come cuore del cristianesimo: *«I cristiani né per regione, né per voce, né per costumi si distinguono dagli altri... Testimoniano un metodo di vita sociale mirabile e indubbiamente paradossale... A dirla in breve, come è l'anima nel corpo, così nel mondo sono i cristiani»*, scrive l'autore della Lettera a Diogneto, parafrasando l'evangelista Giovanni: *«Da questo sapranno che siete miei discepoli, se avrete amore gli uni per gli altri»* (13,34).

Di questo è costituito il terzo pane, di fraternità.

I cristiani si interessano degli altri, si occupano degli altri, si prendono a cuore gli altri, semplicemente per fede. Non perché sono più bravi, non perché hanno più forza e nemmeno perché sono più organizzati: i cristiani si occupano degli altri perché questo è il senso di una fede trasmessa dal pane della Parola e sorretta dal pane dell'Eucaristia.

Non solo. Il pane della fraternità diventa un atto di giustizia. I cristiani necessitano degli altri perché la loro è una storia di relazione e non di individualismi, di accoglienza e non di egocentrismi, di libertà e non di reciprocità.

La Chiesa diventa luogo di senso tanto quanto si mostra vera, coraggiosa nell'esercitare il primato dell'essere sull'avere, disinteressata dal semplice riaffermare se stessa, attenta a cercare e non ad aspettare, rivolta ai più colpiti dal dolore, ai più lacerati dalla sofferenza, ai più disperati dalla solitudine, ai più sconfitti dalla paura, a chi vive nelle *ultimitudini* della storia, narrate nella vita terrena di Cristo ed esercitata proprio tra tante *ultimitudini*. Luogo che diventano punti di partenza per ristabilire un orientamento che è proprio quello di una fraterna giustizia sociale: «*Riconoscere ogni essere umano come un fratello o una sorella e ricercare un'amicizia sociale che includa tutti non sono mere utopie. Qualunque impegno in tale direzione diventa un esercizio alto della carità*» (Fratelli tutti, 180).

Comunemente, noi raccontiamo il povero, l'ultimo, il diverso, partendo sempre dalla descrizione del suo *vivere da ultimo*. Sappiamo coglierlo e guardarlo innanzitutto come un bisogno, come un limite, una persona debole, asociale. Come se si trattasse solo di un involucro definito dalle sue fragilità. La fraternità, l'azione fraterna che dà seguito alla Parola di fede e al Pane eucaristico, non può non pensarlo anzitutto come creatura, indipendentemente dalle sue povertà e dalla sua condizione. Una creatura affamata. Come tutte le creature.

La narrazione evangelica pone un'attenzione privilegiata verso gli *ultimi* perché in questo sguardo complesso, che intreccia storie, vicende, pensieri, errori, assenze, lontananze, vi ritrova la presenza più autentica di Cristo, addirittura ne diventa il volto. L'*ultimitudine*, la complessità di questi intrecci, capovolge la storia, rovescia il pensiero, ristabilisce gerarchicamente il senso dell'identità. Qui non si tratta tanto di rispondere a un'immediata esigenza, o a una chiamata rispetto agli imprevisti, ma di riconoscere il primato dell'essere; la sua dignità, a qualsiasi storia appartenga. La prossimità cristiana diventa relazione, accompagnamento, vita vissuta. Trasformando ognuno, allo stesso tempo, prossimo di tutti e altrettanto bisognoso di prossimità. Questa è la sola ammissibile reciprocità di fede. Che implica un riconoscersi sempre creature bisognose di relazione, mendicanti di legami, carenti di respiri condivisi. Affamate di pani.

Ed è il motivo per cui *stare* nell'*ultimitudine* non significa altro che *stare* nel cuore della fede che non è «*decisione etica o grande idea, bensì l'incontro con un avvenimento, con una Persona, che dà alla vita un nuovo orizzonte*» (Deus Caritas Est, 1). Un incontro che non potrà mai avvenire nella superficialità, nella routine, nella pura filantropia, ma nel riconoscimento di un sentirsi l'un l'altro *semplicemente accanto* sulle strade umane abitate d'infinito.

Sono questi i tratti di un pane che necessita condivisione. E per questo le pagine evangeliche insistono sul plurale: *noi, voi, tutti, insieme*. Abbiamo bisogno di relazione proprio per rendere vera la fraternità in cui il battesimo ci ha inseriti. Fratelli e sorelle, siamo; non vicini di casa. «*È necessario un allenamento quotidiano* - scrive papa Francesco nel messaggio per la Giornata dei poveri 2020 - *che parte dalla consapevolezza di quanto noi per primi abbiamo bisogno di una mano tesa verso di noi. Non si tratta di un'esortazione facoltativa, ma di una condizione dell'autenticità della fede che professiamo*».

Il pane della fraternità diventa occasione per esprimere questo *bisogno d'altro*. I verbi di relazione diventano bocconi di un pane nuovo: accogliere, abbracciare, sollevare, ascoltare, rinvigorire, accarezzare, ma anche piangere, ridere, amare diventano tracce di questa vita comune a cui apparteniamo. È il riassunto della pagina finale dell'evangelista Matteo che, al capitolo 25, narra con voce inequivocabile la profezia di un mondo nuovo, non dell'aldilà futuro ma in un *aldiqua* possibile e necessario, da realizzare qui e ora: «*In verità io vi dico: tutto quello che avete fatto a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me*».

È una pagina dai volti drammatici, che talora potrebbe cedere alla tentazione di uno sguardo quasi impossibile, esagerato, fuori dall'umana portata. Ma non è così. Si tratta di una pagina che richiama ciascuno semplicemente a un duplice sguardo, di responsabilità e di onestà, per rendere più abitabile la storia. Una pagina che trasforma il pane della fraternità nel pane della credibilità. Che traduce il sentimentalismo dell'elemosina in un diritto per giustizia. Che fa della Caritas un servizio di Chiesa, ma della carità una dimensione di fede.

«Amico, prestami tre pani, perché è giunto da me un amico da un viaggio e non ho nulla da offrirgli».

Ritornando a questa prima domanda, anche a noi, oggi, è chiesto non tanto di procurarci pani quanto di *diventare pane*. Per capire il nostro posto nel mondo, la nostra avventura nella storia, il senso di un'appartenenza talora scontata, talvolta desueta o purtroppo troppe volte persino banale. Pane concreto, non solo di acqua e farina; pane di carne, per toglierci dall'ambiguità di un solo guardare; pane di vita, per evitare il pericolo di una solidarietà senza umanità.

I cristiani né per regione, né per voce, né per costumi sono da distinguere dagli altri uomini. Infatti, non abitano città proprie, né usano un gergo che si differenzia, né conducono un genere di vita speciale.

Vivendo in città greche e barbare, come a ciascuno è capitato, e adeguandosi ai costumi del luogo nel vestito, nel cibo e nel resto, testimoniano un metodo di vita sociale mirabile e indubbiamente paradossale.

Vivono nella loro patria, ma come forestieri; partecipano a tutto come cittadini e da tutto sono distaccati come stranieri. Ogni patria straniera è patria loro, e ogni patria è straniera. Dimorano nella terra, ma hanno la loro cittadinanza nel cielo. Obbediscono alle leggi stabilite, e con la loro vita superano le leggi. Amano tutti, e da tutti vengono perseguitati. Non sono conosciuti, e vengono condannati. Sono uccisi, e riprendono a vivere. Sono poveri, e fanno ricchi molti; mancano di tutto, e di tutto abbondano.

A dirla in breve, come è l'anima nel corpo, così nel mondo sono i cristiani.

dalla *Lettera a Diogneto*