

## 8 de enero: el verdadero alimento

Comentario al Evangelio del 8 de enero. “Dadles vosotros de comer”. Jesús nos recuerda que su petición de dar de comer a los hambrientos atañe a todos los cristianos. A nosotros nos compete ver cómo hacer eso realidad en el día a día, con nuestras palabras y con nuestras obras.

**Te podría interesar: *Evangelio y comentario del jueves después de Epifanía (celebrada el domingo)***

---

## Evangelio (Mc 6,34-44)

Al desembarcar vio una gran multitud y se llenó de compasión por ella, porque estaban *como ovejas que no tienen pastor*, y se puso a enseñarles muchas cosas. Y cuando ya se hizo muy tarde, se acercaron sus discípulos y le dijeron:

—Éste es un lugar apartado y ya es muy tarde; despídelos para que vayan a las aldeas y pueblos de alrededor, y compren algo de comer.

Y les respondió:

—Dadles vosotros de comer.

Y le dicen:

—¿Es que vamos a ir a comprar doscientos denarios de pan para darles de comer?

Él les dijo:

—¿Cuántos panes tenéis? Id a verlo.

Y después de averiguarlo dijeron:

—Cinco, y dos peces.

Entonces les mandó que acomodaran a todos por grupos sobre la hierba verde. Y se sentaron en grupos de cien y de cincuenta. Tomando los cinco panes y los dos peces, levantó los ojos al cielo, pronunció la bendición, partió los panes y empezó a dárselos a sus discípulos para que los distribuyesen; también repartió los dos peces para todos. Comieron todos hasta que quedaron satisfechos. Y recogieron doce cestos llenos de los trozos de pan y de los peces. Los que comieron los panes eran cinco mil hombres.

---

## **Comentario al Evangelio**

Jesús sale al paso de la necesidad.  
Dios nos ha creado de tal forma que

la misma dinámica de nuestra vida nos recuerde que somos seres esencialmente necesitados: de alimento, de educación, de cariño, de descanso. Todo lo que ha salido de las manos de Dios es para nosotros pedagogía. Las ovejas sin un pastor están perdidas. Las personas, sin alguien que les dé el alimento que es fuerza y guía de sus vidas, también están perdidas. Jesús ha venido a traernos ese alimento: en él encontramos el sentido de nuestra vida; gracias a él las tinieblas que nos impedían reconocernos con claridad se disipan. Del mismo modo, al cuerpo le podemos dar todo tipo de alimentos, pero no todos alimentan del mismo modo. Cristo mismo se hace alimento por excelencia.

Aquellas personas que seguían a Jesús se olvidaron del alimento del cuerpo. Y el Señor se sirvió de eso para ilustrar a los discípulos. El alimento no se puede postergar

mucho. Pero, ¿dónde se encuentra ese alimento? ¿De qué alimentos nos habla en realidad el evangelio de la misa de hoy? Los alimentos del cuerpo se compran. Los discípulos, sin embargo, no podían proveer de ese alimento a muchas personas. Entonces, ¿por qué les pidió Jesús que dieran de comer a tantos? Porque hay un alimento que ellos sí podían dar. Un alimento que, ofrecido con generosidad, se multiplica y, como le sucedió a la viuda de Sarepta, de la que nos habla el primer libro de los Reyes (17,8-16), aunque se disponga de él no se agota.

La Palabra de Dios debe atravesar todo tiempo y todo espacio, de modo que, de edad en edad, llegue a todos los rincones del orbe. Y lo hace, de un modo particular, a través de sus profetas, encargados de llevar el alimento de la Palabra a las personas que les rodean para que estas, a su vez, lo lleven a otras, y así el

alimento abunde y pueda alimentar cada vez a más en más sitios. Jesús nos recuerda que su petición de dar de comer a los hambrientos atañe a todos los cristianos. A nosotros nos compete ver cómo hacer eso realidad en el día a día, con nuestras palabras y con nuestras obras.

Juan Luis Caballero // Photo:  
Fox - Pexels

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es/gospel/evangelio-8-  
enero/](https://opusdei.org/es/gospel/evangelio-8-enero/) (09/03/2026)