

# **Evangelho da terça-feira: a Eucaristia enche-nos de vida**

Terça-feira da 3<sup>a</sup> semana da Páscoa. Jesus respondeu-lhes: “Eu sou o pão da vida”. Jesus ressuscitado espera-nos na Eucaristia para nos dar a sua vida e encher-nos com essa energia com que transformamos o mundo.

## **Evangelho (Jo 6, 30-35)**

Naquele tempo, a multidão perguntou a Jesus: “Que sinal realizas, para que possamos ver e crer em ti? Que obra fazes? Nossos pais comeram o maná no deserto,

como está na Escritura: 'Pão do céu deu-lhes a comer'“.

Jesus respondeu: “Em verdade, em verdade vos digo, não foi Moisés quem vos deu o pão que veio do céu. É meu Pai que vos dá o verdadeiro pão do céu. Pois o pão de Deus é aquele que desce do céu e dá vida ao mundo”.

Então pediram: “Senhor, dá-nos sempre desse pão”.

Jesus lhes disse: “Eu sou o pão da vida. Quem vem a mim não terá mais fome e quem crê em mim nunca mais terá sede”.

---

## **Comentário**

No Evangelho da Missa de hoje, Jesus apresenta-se como o pão que dá a vida ao mundo. Ao lermos esta

passagem durante a época pascal, podemos recordar que Cristo vive e que n'Ele está a fonte da vida. Tudo o que é grande e belo no nosso mundo, tudo o que nos enche de energia e nos faz experimentar que vale a pena viver, está de algum modo ligado a Jesus. São João diz: “Tudo foi feito por Ele, e sem Ele nada foi feito. N'Ele estava a vida, e a vida era a luz dos homens” (Jo 1,3-4).

Em Jesus temos tudo. Por isso, podemos dizer com os personagens do Evangelho: “Senhor, dá-nos sempre deste pão”. Quando sentimos um vazio no nosso coração ou sentimos que nos falta a força para enfrentar o nosso trabalho diário... que grande remédio temos na participação na Eucaristia! Aí reacendemos a nossa paixão de viver e de levar ao mundo a alegria de saber que somos amados por Deus.

A missa é o momento de nos deixarmos renovar por Nosso Senhor. São Josemaria confidenciou a sua própria experiência: “ao rezar ao pé do altar *ao Deus que alegra a minha juventude*, sinto-me muito jovem e sei que nunca chegarei a considerar-me velho, porque, se permanecer fiel ao meu Deus, o Amor me vivificará continuamente; renovar-se-á, como a da águia, a minha juventude” (*Amigos de Deus*, n. 31).

Queremos que esta vitalidade que o Senhor nos dá não fique fechada dentro de nós, mas transborde em nossas atividades diárias e nas pessoas que encontramos durante o dia. Será útil deixarmos no altar tudo o que temos: projetos, sonhos, preocupações. O Senhor o tomará e fará próprio. Deixará de ser algo meramente humano para ser transformado, pela ação da graça, em alimento que dá vida ao mundo.

Rodolfo Valdés // Yan Krukov -  
Pexels

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/gospel/evangelho-3-  
feira-3-semana-pascoa/](https://opusdei.org/pt-br/gospel/evangelho-3-feira-3-semana-pascoa/) (20/01/2026)