

**"Antes de partir o  
pão, convida Jesus e  
pede-lhe que  
abençoe o que  
fizemos e o que não  
conseguimos fazer"**

No Angelus deste domingo, o Santo Padre recordou que “o verdadeiro pão da vida é o que nos faz viver, ao contrário sobrevivemos, porque só Ele alimenta nossas almas, nos dá a força para amar e perdoar, dá ao coração a paz que busca, dá a vida para sempre quando a vida aqui termina”.

09/08/2021

*Prezados irmãos e irmãs, bom dia!*

No Evangelho da Liturgia de hoje, Jesus continua a pregar ao povo que viu o prodígio da multiplicação dos pães. E convida aquelas pessoas a dar um salto de qualidade: depois de evocar o maná, com que Deus tinha alimentado os pais no longo caminho através do deserto, agora aplica o símbolo do pão a si próprio. Diz claramente: «Eu sou o pão da vida» (Jo 6, 48).

O que significa *pão da vida*? Para viver, há necessidade de pão. Quem tem fome não pede alimentos requintados e caros, pede pão. Quem está desempregado não pede salários enormes, mas o “pão” de um emprego. Jesus revela-se como o pão, ou seja, o essencial, o necessário para

a vida de todos os dias; sem Ele as coisas não funcionam. Não *um* pão entre muitos outros, mas *o* pão da vida. Em síntese, sem Ele, mais do que viver, vai-se vivendo: pois só Ele nutre a nossa alma, só Ele nos perdoa daquele mal que sozinhos não conseguimos superar, só Ele nos faz sentir amados, até quando todos nos desiludem, só Ele nos dá a força de amar, só Ele nos dá a força de perdoar nas dificuldades, só Ele infunde no coração a paz que procuramos, só Ele dá a vida para sempre, quando a vida aqui na terra acaba. É o pão essencial da vida.

*«Eu sou o pão da vida», diz.*

Detenhamo-nos nesta bonita imagem de Jesus. Ele poderia ter feito um raciocínio, uma demonstração, mas - como sabemos - Jesus fala por parábolas, e nesta expressão: «Eu sou o pão da vida», resume verdadeiramente todo o seu ser e toda a sua missão. Isto ver-se-á na

sua totalidade no final, na Última Ceia. Jesus sabe que o Pai lhe pede não apenas que dê de comer às pessoas, mas que se ofereça a si mesmo, que se parta a si próprio, a sua vida, a sua carne, o seu coração, para que nós possamos ter vida. Estas palavras do Senhor despertam em nós *a maravilha pelo dom da Eucaristia*. Ninguém neste mundo, por mais que ame outra pessoa, pode tornar-se alimento para ela. Deus fê-lo, e fá-lo, por nós. Renovemos esta maravilha. Façamo-lo adorando o Pão de vida, pois a adoração enche a vida de assombro.

Mas no Evangelho, em vez de se admirar, as pessoas escandalizam-se, rasgam as suas vestes. Pensam: «Conhecemos este Jesus, conhecemos a sua família; como, pois, pode dizer: Eu sou o pão que desceu do céu?» (cf. vv. 41-42). Talvez também nós nos escandalizemos: ficaríamos mais à vontade com um Deus que está no

Céu, sem se intrometer na nossa vida, enquanto podemos gerir os nossos assuntos aqui na terra. No entanto, Deus tornou-se homem para entrar na realidade do mundo, para entrar na nossa realidade; Deus tornou-se homem para mim, para ti, para todos nós, a fim de entrar na nossa vida. E interessa-lhe tudo da nossa vida. Podemos falar-lhe dos afetos, do trabalho, do dia a dia, das dores, das angústias, de muitas coisas. Podemos contar-lhe tudo, pois Jesus deseja ter esta intimidade connosco. O que não deseja? Ser relegado para um segundo plano – Ele que é o pão - ser negligenciado e posto de lado, ou ser chamado em causa somente quando precisamos dele.

*Eu sou o pão da vida.* Comemos juntos pelo menos uma vez por dia; talvez à noite, em família, depois de um dia de trabalho ou de estudo. Seria bom, antes de partir o pão,

convidar Jesus, pão de vida, pedir-lhe com simplicidade que abençoe o que fizemos e o que não conseguimos fazer. Convidemo-lo para a nossa casa, oremos em estilo “doméstico”. Jesus estará à mesa connosco e nós seremos alimentados por um amor maior.

A Virgem Maria, em quem a Palavra se fez carne, nos ajude a crescer dia após dia na amizade com Jesus, pão de vida.

Fonte

---

Bênção de início e final das refeições

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de [https://  
opusdei.org/pt-pt/article/papa-francisco-](https://opusdei.org/pt-pt/article/papa-francisco-)

antes-de-partir-o-pao-convida-hesus-e-  
pede-lhe-que-abencoe-o-que-fizemos-e-  
o-que-nao-conseguimos-fazer/  
(28/01/2026)