

# **Evangelho de segunda-feira: para saborear a Eucaristia**

Comentário ao Evangelho de segunda-feira da III semana da Páscoa. «Trabalhai, não tanto pela comida que se perde, mas pelo alimento que dura até à vida eterna». A Eucaristia pode transformar as nossas vidas e torná-las divinas se procurarmos aproximar-nos dela com uma fé ardente.

**Evangelho (Jo 6, 22-29)**

Depois de Jesus ter saciado os cinco mil homens, os seus discípulos viram-n’O a caminhar sobre as águas. No dia seguinte, a multidão que permanecera no outro lado do mar notou que ali só estivera um barco e que Jesus não tinha embarcado com os discípulos; estes tinham partido sozinhos. Entretanto, chegaram outros barcos de Tiberíades, perto do lugar onde eles tinham comido o pão, depois de o Senhor ter dado graças. Quando a multidão viu que nem Jesus nem os seus discípulos estavam ali, subiram todos para os barcos e foram para Cafarnaum, à procura de Jesus. Ao encontrá-l’O no outro lado do mar, disseram-Lhe:

«Mestre, quando chegaste aqui?»

Jesus respondeu-lhes:

«Em verdade, em verdade vos digo: vós procurais-Me, não porque vistes milagres, mas porque comestes dos

pães e ficastes saciados. Trabalhai, não tanto pela comida que se perde, mas pelo alimento que dura até à vida eterna e que o Filho do homem vos dará. A Ele é que o Pai, o próprio Deus, marcou com o seu selo».

Disseram-Lhe então:

«Que devemos nós fazer para praticar as obras de Deus?».

Respondeu-lhes Jesus:

«A obra de Deus consiste em acreditar n'Aquele que Ele enviou».

---

## Comentário

No dia anterior, Jesus tinha saciado a multidão, que O seguia, de pão. Aqueles que beneficiaram do milagre estão agora entusiasmados e procuram insistentemente Jesus.

Estão prontos para ir daqui para ali, para atravessar o lago, para seguir o rasto d'Aquele que foi capaz de arranjar pão sem o menor esforço para o dar à multidão. Chamam a Jesus Mestre e, no fundo, querem proclamá-l'O rei porque pensam que finalmente chegou alguém que irá realmente resolver os seus problemas. Acreditam que com Ele terão assegurado o pão e quem sabe quantas outras coisas.

Jesus, que conhece o fundo dos corações, não se deixa deslumbrar pelo aparente sucesso. Quer elevar os Seus ouvintes ao verdadeiro significado do milagre da multiplicação dos pães: é um sinal, que anuncia algo melhor. Jesus diz-lhes: «Trabalhai, não tanto pela comida que se perde, mas pelo alimento que dura até à vida eterna e que o Filho do homem vos dará». A multidão responde: «Que devemos nós fazer para praticar as obras de

Deus?» Não se dão conta de todas as implicações das suas palavras.

Talvez estas pessoas pensem fazer uma espécie de troca: faremos as obras que Deus nos pede e em troca receberemos o nosso pão de cada dia. O Senhor, porém, quer dar-lhes algo maior, quer dar-lhes o Seu próprio Corpo como alimento. Mas para podermos apreciá-lo, precisamos de nos preparar bem: «A obra de Deus consiste em acreditar n'Aquele que Ele enviou».

O Evangelho de hoje convida-nos a perguntar-nos se fazemos o esforço de procurar o verdadeiro alimento que é a Eucaristia. Lembra-nos também que, para saborear a Eucaristia, precisamos de nos aproximar dela com fé. Quanto nos serve, por exemplo, preparar esses encontros com o Senhor com comunhões espirituais, que são momentos para acender a fé nos

nossos corações. Então, receber a Eucaristia irá transformar-nos verdadeiramente, irá fazer-nos realizar as obras de Deus nas nossas vidas, irá divinizar o nosso trabalho de cada dia.

Rodolfo Valdés // kelvin Han -  
Unsplash

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de <https://opusdei.org/pt-pt/gospel/evangelho-feria-ii-terceira-semana-pascoa/>  
(20/01/2026)