

## SAUDAÇÃO

Um lugar deserto, para rezar. O pão partido e repartido à mesa da abundância. Uma comunidade reunida e saciada, com a palavra e a presença do Senhor. Recordamos os gestos fundamentais de Jesus, que tomou o pão, deu graças, partiu-o e pediu que fosse distribuído pela multidão. Deixemos os ruídos que nos dispersam e procuremos um lugar para Jesus nos falar e sentar-se connosco à mesa. A Palavra de Deus interpela-nos e ensina-nos que nós devemos matar a fome dos outros, mas só Deus nos pode saciar o coração.

*Em nome do Pai, e do Filho, e do Espírito Santo. TODOS: Ámen.*

## PEDIMOS PERDÃO

*Confiantes na fidelidade de Deus, invoquemos a sua misericórdia.*

> Pelas vezes em que a fartura do pão, nos fez esquecer a fome do irmão: Senhor, misericórdia. *TODOS: Senhor, misericórdia.*

> Pelas vezes em que mandamos embora os que precisavam das nossas mãos abertas: Cristo, misericórdia. *TODOS: Cristo, misericórdia.*

> Pelas vezes em que o pão de cada dia nos fez esquecer o Pão da Eucaristia: Senhor, misericórdia. *TODOS: Senhor, misericórdia.*

## ACOLHEMOS A PALAVRA

*[Ver/ouvir a primeira parte do vídeo/audio disponível no Laboratório da fé; Quem não tem acesso aos meios digitais pode ler o texto da folha em anexo]*

LEITURA DO SANTO EVANGELHO SEGUNDO SÃO MATEUS

*[capítulo 14, versículo 13 a 21]*

Naquele tempo, quando Jesus ouviu dizer que João Baptista tinha sido morto, retirou-se num barco para um local deserto e afastado. Mas logo que as multidões o souberam, deixando as suas cidades, seguiram-n'ò por terra. Ao desembarcar, Jesus viu uma grande multidão e, cheio de compaixão, curou os seus doentes. Ao cair da tarde, os discípulos

aproximaram-se de Jesus e disseram-Lhe: «Este local é deserto e a hora avançada. Manda embora toda esta gente, para que vá às aldeias comprar alimento». Mas Jesus respondeu-Lhes: «Não precisam de se ir embora; dai-lhes vós de comer». Disseram-Lhe eles: «Não temos aqui senão cinco pães e dois peixes». Disse Jesus: «Trazei-mos cá». Ordenou então à multidão que se sentasse na relva. Tomou os cinco pães e os dois peixes, ergueu os olhos ao Céu e recitou a bênção. Depois partiu os pães e deu-os aos discípulos e os discípulos deram-nos à multidão. Todos comeram e ficaram saciados. E, dos pedaços que sobraram, encheram doze cestos. Ora, os que comeram eram cerca de cinco mil homens, sem contar mulheres e crianças.

*[Ver/ouvir a segunda parte do vídeo/audio...]*

## PARTILHAMOS A PALAVRA

Jesus Cristo demonstra que o dom é tão generoso e abundante que produz o milagre da partilha e da superabundância. Naquele tempo, não tinham «senão cinco pães e dois peixes». Não te preocupes se tens muito ou pouco, se sabes rezar bem ou mal. Coloca-te nas mãos de Deus. Confia-te ao amor. E verás acontecer o milagre.

O pão tem um significado amplo e profundo. É símbolo do sustento necessário para a nossa sobrevivência. Somos mais do que o pão, mas não podemos dele prescindir para viver. Por outro lado, também expressa o trabalho e o esforço humano, o suor e as lágrimas de uma jornada em busca do melhor que nos pode dar a vida.

Na eucaristia, recebemo-lo como vida divina, sinal do amor, antecipação da promessa de ressuscitados, alimento de fraternidade para as filhas e os filhos de Deus. Conscientes de toda esta amplitude e profundidade, em cada Oração do Senhor, pedimos o «pão nosso de cada dia».

Para o cristão, o «pão nosso de cada dia» é também a palavra de Deus, sobretudo Jesus Cristo, a Palavra (com letra maiúscula).

## APRESENTAMOS AS NOSSAS PRECES

*Deus, bom para com todos, acolhe as preces daqueles que escutam os seus ensinamentos. Digamos: Deus Pai, ouve as preces do teu povo.*

> Pela Igreja de Jesus Cristo: para que distribua com abundância o Pão da Palavra e o Pão da Eucaristia, a quantos procuram saciar a sua fome de Deus, em Cristo, Pão da Vida, nós te pedimos: *TODOS: Deus Pai, ouve...*

> Pelos responsáveis no governo dos povos: para que combatam, com determinação, não só o coronavírus, mas também a pandemia da fome, que alastra por toda a parte, nós te pedimos: *TODOS: Deus Pai, ouve...*

> Pelos migrantes e turistas, que percorrem, neste mês, longos caminhos, para visitar as suas famílias e descansar um pouco: para que o tempo de férias seja favorável a uma cultura do encontro, da escuta e da partilha fraterna, nós te pedimos: *TODOS: Deus Pai, ouve as preces do teu povo.*

> Pela nossa família: para que vençamos o medo do coronavírus com o contágio do amor, que é transmitido de coração a coração, de mão em mão, de pão em pão, nós te pedimos: *TODOS: Deus Pai, ouve as preces...*

> [acrescenta a tua intenção], nós te pedimos: *TODOS: Deus Pai, ouve...*

*Enquanto todos não puderem dizer «pão nosso» por falta de alimento, rezar ao Pai é comprometer-se na partilha do pão. TODOS: Pai nosso...*

## ASSUMIMOS UM COMPROMISSO

Um gesto simples, que podemos aprender a cultivar é o da oração de bênção da mesa e da família, pelo menos ao domingo (ou outro dia da semana em que estão à mesa todos os membros da família).

*Bendigamos o Senhor! TODOS: Graças a Deus!*

## **BÊNÇÃO DA FAMÍLIA E DA MESA** [PARA REZAR ANTES DA REFEIÇÃO EM FAMÍLIA]

*Senhor, esperamos que nos dêes o pão de cada dia e o Pão da Eucaristia. Abres as tuas mãos generosas para nos saciares na alegria. Abençoa esta refeição, ensina-nos a escuta do coração, faz-nos partilhar com todos este pão, até sermos recebidos à mesa do teu Reino. Ámen.*

## CONTEMPLAR

# DÉCIMO OITAVO DOMINGO

## LITURGIA FAMILIAR

*A boa notícia deste Décimo Oitavo Domingo é a confirmação do amor divino que, desde sempre, alimenta o seu povo: «Abris as vossas mãos e todos saciais generosamente». O amor de Deus é generoso e abundante.*

[PROPOSTA A PARTIR DA FERRAMENTA 'TER UMA SÓ MENSAGEM'  
E DOS SUBSÍDIOS PUBLICADOS PELO PADRE AMARO GONÇALO LOPES]

## ACOLHEMOS A PALAVRA [ANEXO À LITURGIA FAMILIAR]

[primeira parte do vídeo/áudio]

**A boa notícia** deste Décimo Oitavo Domingo (Ano A) é a confirmação do amor divino que, desde sempre, alimenta o seu povo: «Abris as vossas mãos e todos saciais generosamente». É o próprio Deus quem garante nos cumular a todos com os seus dons, quando nos dispomos a ir ao seu encontro sedentos de misericórdia e de paz: «Todos vós que tendes sede, vinde à nascente das águas. [...] Comereis o que é bom; saboreareis manjares suculentos». É eterna esta promessa e nada «poderá separar-nos do amor de Deus, que se manifestou em Cristo Jesus, Nosso Senhor». Então, como as multidões da Galileia, caminhemos confiantes ao seu encontro. Abramos-lhe os nossos corações. Jesus Cristo, cheio de confiança, mostra que quer alimentar a todos, sem exceção: «todos comeram e ficaram saciados».

[segunda parte do vídeo/áudio]

**Quanto mais** progredimos na vida de oração, tanto menos se coloca a questão sobre 'o que fazer' ou 'o que dizer', na hora em que nos dispomos a rezar. Vai aumentando de tal modo em nós o amor, que ficamos saciados apenas a saborear a presença. Tomemos como referência o que acontece entre duas pessoas que nutrem uma pela outra um intenso amor: nada as pode separar; as palavras são desnecessárias. O amor resolve todas as questões! Feliz de quem pode dizer que a sua única ocupação é amar, como exclama a esposa, no Cântico Espiritual de São João da Cruz. Assim também na oração, extasiados pela presença de Deus, a nossa única ocupação é contemplar e saborear tão intenso amor.



### *Catequese familiar*

Pintar o desenho para aprofundar o evangelho

Aprofundar sobre a simbologia do 'pão' e dialogar sobre o pedido que fazemos na Oração do Senhor: «O pão nosso de cada dia nos dai hoje»

Assumir o compromisso de rezar a oração de bênção da mesa e da família: *antes da refeição, ao domingo ou outro dia da semana em que estão à mesa todos os membros da família*

