



Paróquia de Castelões de Cepeda

Folha Dominical

N.º 284 - 04/08/2024

XVIII Domingo

Tempo Comum



Leitura do Livro do Êxodo

(Ex 16, 2-4)

Naqueles dias, toda a comunidade dos filhos de Israel começou a murmurar no deserto contra Moisés e Aarão.

Disseram-lhes os filhos de Israel:

«Antes tivéssemos morrido às mãos do Senhor na terra do Egípto, quando estávamos sentados ao pé das panelas de carne e comíamos pão até nos saciarmos.

Trouxestes-nos a este deserto, para deixar morrer à fome toda esta multidão».

Então o Senhor disse a Moisés:

«Vou fazer que chova para vós pão do céu.

O povo sairá para apanhar a quantidade necessária para cada dia.

Vou assim pô-lo à prova, para ver se segue ou não a minha lei.

Eu ouvi as murmurações dos filhos de Israel.

Vai dizer-lhes:

‘Ao cair da noite comereis carne e de manhã saciar-vos-ei de pão.

Então reconhecereis que Eu sou o Senhor, vosso Deus’.

Nessa tarde apareceram codornizes, que cobriram o acampamento, e na manhã seguinte havia uma camada de orvalho em volta do acampamento.

Quando essa camada de orvalho se evaporou, apareceu à superfície do deserto uma substância granulosa, fina como a geada sobre a terra.

Quando a viram, os filhos de Israel perguntaram uns aos outros:

«Man-hu?», quer dizer:

«Que é isto?», pois não sabiam o que era.

Disse-lhes então Moisés:

«É o pão que o Senhor vos dá em alimento».

Palavra do Senhor

Salmo responsorial (77)

O Senhor deu-lhes o pão do céu. O Senhor deu-lhes o pão do céu.

Leitura da Epístola do apóstolo São Paulo aos Efésios (Ef 4, 17.20-24)

Irmãos:

Eis o que vos digo e aconselho em nome do Senhor:

Não torneis a proceder como os pagãos, que vivem na futilidade dos seus pensamentos.

Não foi assim que aprendestes a conhecer a Cristo, se é que d'Ele ouvistes pregar e sobre Ele fostes instruídos, conforme a verdade que está em Jesus.

É necessário abandonar a vida de outrora e pôr de parte o homem velho, corrompido por desejos enganadores.

Renovai-vos pela transformação espiritual da vossa inteligência e revesti-vos do homem novo, criado à imagem de Deus na

justiça e santidade verdadeiras.

Palavra do Senhor

Aleluia! Aleluia! Aleluia!

Nem só de pão vive o homem, mas de toda a palavra que sai da boca de Deus.

Aleluia! Aleluia! Aleluia!

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São João (Jo 6, 24-35)

Naquele tempo, quando a multidão viu que nem Jesus nem os seus discípulos estavam à beira do lago, subiram todos para as barcas e foram para Cafarnaum, à procura de Jesus.

Ao encontrá'lo 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».

Disseram-Lhe eles:

«Que milagres fazes Tu, para
que nós vejamos e acreditemos
em Ti?

Que obra realizas?

No deserto os nossos pais
comeram o maná, conforme está
escrito:

‘Deu-lhes a comer um pão
que veio do Céu’».

Jesus respondeu-lhes:

«Em verdade, em verdade
vos digo:

Não foi Moisés que vos deu o
pão do Céu; meu Pai é que vos dá
o verdadeiro pão do Céu.

O pão de Deus é o que desce
do Céu para dar a vida ao
mundo».

Disseram-Lhe eles:

«Senhor, dá-nos sempre
desse pão».

Jesus respondeu-lhes:

«Eu sou o pão da vida: quem
vem a Mim nunca mais terá
fome, quem acredita em Mim
nunca mais terá sede».

Palavra da Salvação

Oração dos Fiéis:

- Ouvi-nos, Senhor.