



Assuma o Jugo

ANN M. GARRIDO



A invenção do jugo, há 6.000 anos, marcou um dos grandes avanços da história da humanidade. O jugo — uma trave de madeira colocada sobre o pescoço — permitia aproveitar a força de dois bovinos a puxar na mesma direção, acelerando o trabalho de lavrar a terra e o transporte de mercadorias.

É fácil compreender porque, entre muitos povos antigos, o jugo se tornou um símbolo de submissão. Quando o exército romano vencida uma batalha, obrigava os soldados derrotados a passar por baixo de um «jugo» feito de lanças, para indicar que se encontravam agora num estado de servidão. O profeta Jeremias chegou a percorrer Jerusalém usando um jugo, para advertir o povo de que estava prestes a ser conquistado pela Babilónia.

No judaísmo, porém, a Torá também era, por vezes, designada como um jugo. Era uma lei à qual se devia obedecer, mas era igualmente um modo de vida que oferecia uma alternativa aos cruéis «jugos» impostos pelos reis. O Livro de Ben Sira exorta os jovens: «Tomai sobre o vosso

pescoço o seu jugo, para que a vossa mente receba o seu ensinamento. [...] Vede por vós mesmos! Trabalhei apenas um pouco e encontrei muito» (Ben Sira 51,26–27).

Não é totalmente claro o que Jesus quis dizer quando nos convidou a aceitar o seu jugo, mas é provável que estivesse a fazer eco do convite de Ben Sira. Queria que soubéssemos que seguir a lei de Deus nos torna capazes de trabalhar em conjunto, realizando muito mais do que conseguiríamos sozinhos. E que a lei de Deus é uma lei suave — uma lei que capacita em vez de oprimir. Estás disposto a acolher o ensinamento suave de Cristo e a torná-lo teu? ●

Refletir

Há algum ensinamento de Jesus que consideres difícil de aceitar?

MISSA

DOMINGO XIV DO TEMPO COMUM

ORAÇÃO COLECTA

Senhor nosso Deus, que, pela humilhação do vosso Filho, levantastes o mundo decaído, dai aos vossos fiéis uma santa alegria, para que, livres da escravidão do pecado, possam chegar à felicidade eterna. Por nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus e convosco vive e reina, na unidade do Espírito Santo, por todos os séculos dos séculos.

LEITURA I Zc 9, 9-10

Leitura da Profecia de Zacarias

Eis o que diz o Senhor: «Exulta de alegria, filha de Sião, solta brados de júbilo, filha de Jerusalém. Eis o teu Rei, justo e salvador, que vem ao teu encontro, humildemente montado num jumentinho, filho duma jumenta. Destruirá os carros de combate de Efraim e os cavalos de guerra de Jerusalém; e será quebrado o arco de guerra. Anunciará a paz às nações: o seu domínio irá de um mar ao outro mar e do Rio até aos confins da terra». Palavra do Senhor.

SALMO RESPONSORIAL Salmo 144 (145)

Refrão: Louvarei para sempre o vosso nome, Senhor, meu Deus e meu Rei.

Quero exaltar-Vos, meu Deus e meu Rei, e bendizer o vosso nome para sempre.

Quero bendizer-Vos, dia após dia, e louvar o vosso nome para sempre.

O Senhor é clemente e compassivo, paciente e cheio de bondade.

O Senhor é bom para com todos e a sua misericórdia se estende a todas as criaturas.

Graças Vos dêem, Senhor, todas as criaturas e bendigam-Vos os vossos fiéis.

Proclamem a glória do vosso reino e anunciem os vossos feitos gloriosos.

O Senhor é fiel à sua palavra e perfeito em todas as suas obras.

O Senhor ampara os que vacilam e levanta todos os oprimidos.

LEITURA II Rom 8, 9.11-13

Leitura da Epístola do apóstolo São Paulo aos Romanos

Irmãos: Vós não estais sob o domínio da carne, mas do Espírito, se é que o Espírito de Deus habita em vós. Mas se alguém não tem o Espírito de Cristo, não Lhe pertence. Se o Espírito d'Aquele que ressuscitou Jesus de entre os mortos habita em vós, Ele, que ressuscitou Cristo Jesus de entre os mortos, também dará vida aos vossos corpos mortais, pelo seu Espírito que habita em vós. Assim, irmãos, não somos devedores à carne, para vivermos segundo a carne. Se viverdes segundo a carne, morrereis; mas, se pelo Espírito fizerdes morrer as obras da carne, vivereis. Palavra do Senhor.

ALELUIA cf. Mt 11, 25

Refrão: Aleluia.

Bendito sejas, ó Pai, Senhor do céu e da terra, porque revelastes aos pequeninos os mistérios do reino.

EVANGELHO Mt 11, 25-30

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São Mateus

Naquele tempo, Jesus exclamou: «Eu Te bendigo, ó Pai, Senhor do céu e da terra, porque escondeste estas verdades aos sábios e inteligentes e as revelaste aos pequeninos. Sim, Pai, Eu Te bendigo, porque assim foi do teu agrado. Tudo Me foi dado por meu Pai. Ninguém conhece o Filho senão o Pai e ninguém conhece o Pai senão o Filho e aquele a quem o Filho o quiser revelar. Vinde a Mim, todos os que andais cansados e oprimidos, e Eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo e aprendei de Mim, que sou manso e humilde de coração, e encontrareis descanso para as vossas almas. Porque o meu jugo é suave e a minha carga é leve». Palavra da salvação.

ORAÇÃO SOBRE AS OBLATAS

Fazei, Senhor, que a oblação consagrada ao vosso nome nos purifique e nos conduza, dia após dia, a viver mais intensamente a vida da graça. Por Cristo nosso Senhor.

ORAÇÃO DEPOIS DA COMUNHÃO

Senhor, que nos saciastes com estes dons tão excelentes, fazei que alcancemos os benefícios da salvação e nunca cessemos de cantar os vossos louvores. Por Cristo nosso Senhor.

Nota Histórica - Martirólogo

Santo António Maria Zacarias, presbítero – 5 de Julho

António Maria Zacarias nasceu em Cremona, cidade da Lombardia, no ano 1502. Estudou medicina, em Pádua e, depois de ordenado presbítero, fundou a Congregação dos Clérigos regrantes de São Paulo, ou Barnabitas, para promover a renovação moral dos fiéis. Morreu em 1539.

Comum dos pastores da Igreja: para um pastor, pp. 1104-1105:

ou Comum dos santos: para os educadores, 1134; ou para os religiosos, pp. 1130-1131.

Santa Maria Goretti, virgem e mártir – 6 de Julho

Maria Goretti nasceu em Corinaldo, na Itália, no ano 1890, de família humilde. Passou uma infância dura em Nettuno, no Lácio, ajudando sua mãe na lide doméstica. Pela sua índole piedosa, recorria assiduamente à oração. No ano 1902, com doze anos de idade, em defesa da sua castidade, preferiu morrer a manchar a sua alma e, por isso, morreu apunhalada. Foi canonizada por Pio XII, em 1950, estando presente o seu agressor, ao qual tinha perdoado antes de expirar.

São Bento, abade, padroeiro da Europa – 11 de Julho

Bento nasceu em Núrsia, na Úmbria, por volta do ano 480. Estudou em Roma. Começou a praticar a vida eremítica em Subiaco, onde reuniu um grupo de discípulos. Mais tarde, dirigiu--se para Montecassino, onde fundou o célebre mosteiro e compôs a Regra, que se difundiu por muitas regiões, ao ponto de ser chamado o patriarca dos monges no Ocidente. Esta Regra abre uma nova via à civilização europeia. Nesta escola de serviço do Senhor têm um papel determinante a leitura meditativa da palavra de Deus e o louvor litúrgico, alternando com os ritmos do trabalho, num clima intenso de caridade fraterna e de serviço recíproco. Segundo a tradição, morreu no dia 21 de março de 547. Mas, desde os fins do século VIII, em muitas regiões, começou a celebrar-se a sua memória neste dia.



O CANTINHO DO BISPO

Caros Irmãos Católicos,

"Precisamos de vós. Precisamos da vossa imaginação, da vossa criatividade narrativa e do vosso pensamento vivo e dinâmico. Precisamos destas qualidades para criar espaços de liberdade e autenticidade, nos quais a graça divina possa fazer ressoar a promessa de consolação e de paz."

Foi este o encorajamento que o Papa Leão XIV dirigiu, na quarta-feira, a escritores provenientes de várias partes do mundo, reunidos em Roma para assinalar o centenário da fundação da Editora Vaticana. O Papa observou que a escrita é uma forma de expressão humana em que uma diversidade de estilos e linguagens serve de ensinamento e de exemplo.

Em primeiro lugar, o Papa afirmou que escrever é um ato de verdade, de revelação, porque revela quem somos, aquilo em que acreditamos e esperamos, o mundo pelo qual nos esforçamos e o futuro com que sonhamos. O Pontífice disse esperar que os escritores inspirem outros a procurar a verdade, precisamente porque eles próprios são atraídos por ela.

Em segundo lugar, declarou que escrever é um ato de humanidade, observando que a literatura abrange todo o espectro da experiência humana, proporcionando uma amplitude de perspectiva que alarga a nossa própria humanidade. O Papa afirmou: «É o grande campo de formação da humanidade que proporcionais aos vossos leitores, porque, de certa forma, os leitores "vivem" muitas vidas para além da sua própria. Isto ajuda-nos também a descobrir diferentes perspectivas, a evitar tratar as nossas próprias opiniões como absolutas e a compor, como num mosaico, o contorno daquela verdade que nos transcende sempre.»

Por fim, o Papa Leão sublinhou que a escrita diz respeito a Deus. Citou o Cardeal Timothy Radcliffe, que escreveu: «Para os cristãos, nada do que é humano é alheio a Cristo. Toda a tentativa de enfrentar as questões fundamentais da nossa vida, como amar, como ser justo, como ser livre, como enfrentar o sofrimento e a morte, ajuda-nos a compreender Cristo, aquele que é o mais humano de todos.»

«Deus», recordou o Pontífice aos escritores, «age nas nossas vidas através daquilo que fazemos e daquilo que somos, bem como através das muitas pessoas que encontramos.» Concluiu agradecendo aos escritores os seus esforços para semear sementes de reconciliação, encontro e amizade.

Talvez o verão e o período de férias nos inspirem a ler bons livros que não tivemos tempo de ler durante o ano atarefado. Desfrutem do vosso fim de semana e tenham uma excelente semana!

Bispo Wes

Intenções de Missa: - Catedral de Santa Teresa – 5 de Julho, 2026

+Kevin Ledo

++Carlos Almeida, Rogério e Manuel Santos Bolarinho, Humberto Santos, José e Amelia Andrade Almeida

++ Marshall Yokell, Sr. e Sra. Gil F. Mello, e as Almas do Purgatório

Intenções Especiais de Natalie Yokell e do Sr. e Sra. José Garrafa

Na próxima Quinta-feira, 9 de Julho, será exibido o filme de 2008 «À Prova de Fogo» ("Fireproof"), realizado por Alex Kendrick, no evento Almoço & Filme. Kirk Cameron interpreta Caleb Holt, um corajoso capitão dos bombeiros que valoriza acima de tudo a dedicação e o serviço ao próximo. No entanto, a parceria mais importante da sua vida, o seu casamento, está prestes a desfazer-se. Esta história emocionante acompanha o desejo de um homem de transformar a sua vida e o seu casamento através do poder curativo da fé, abraçando plenamente o código de honra dos bombeiros. Duração do filme: 118 minutos. Aconselha-se a orientação parental..

Lista de Serviço na Catedral de Santa Teresa – 5 de Julho, 2026

Ministros da Comunhão:	Lúcia Piedade	Ana Maria Medeiros	José Benevides	Bertinha Pacheco
Leitores:	Lúcia Botelho	Michael Chibante	Ofertório: Teo Andrade e Família	
Colectores:	Teo Andrade	Francisco Pontes		

Velas votivas em louvor do Senhor Santo Cristo. (Para marcação de velas votivas, contactar 292-3850)

5/07/26	Eduardo Vieira e Família*	Rosalina Pacheco e Família*	Antero Bento e Família*	Lúcia Piedade e Família*
12/07/26	Gilberto Oliveira e Família*	Edmundo Faria e Família*	José Benevides e Família*	Margarida Rodrigues e Família*
19/07/26	José Oliveira e Família*	José Marques e Família*	António Chibante e Família*	Francisco Pontes e Família*
26/07/26	Manuel Medeiros e Família*	Ana Medeiros e Família*	Luís Barroso e Família*	António Pacheco e Família*