

XII DOMINGO COMUM A
20 E 21 DE JUNHO DE 2026

HERÓIS DO MAR. HERÓIS DE AMAR!



PARÓQUIAS | SENHORA DA HORA E SÃO MARTINHO DE GUIFÕES

RITOS INICIAIS

Procissão e cântico de entrada

Saudação inicial

Monição de Entrada

P. Em pleno campeonato de Futebol, a Palavra de Deus, neste XII Domingo Comum, propõe-nos escolher o Senhor, como o nosso “herói poderoso”, no jogo limpo da vida, em que é preciso dar o corpo ao manifesto, para não perder de vez a alma. Esta escolha, aumenta em nós a confiança do amor vencedor, no meio do terror, e liberta-nos do medo que nos paralisa. Reunimo-nos em Eucaristia, para acolhermos com abundância, a graça de Deus, dom contido na graça de um só Homem, Jesus Cristo. Aproximemo-nos d’Ele, com toda a confiança do coração. Com esta mesma confiança no amor misericordioso de Deus, invocamos o Seu perdão:

Kyrie

P. Senhor, que viestes salvar os corações atribulados, Senhor, tende piedade de nós!

R. Senhor, tende piedade de nós!

P. Cristo, que pela Vossa morte nos dais a abundância da Vossa graça, Cristo, tende piedade de nós!

R. Cristo, tende piedade de nós!

P. Senhor, que Vos declarais por nós junto do Pai, Senhor, tende piedade de nós! **R.** Senhor, tende piedade de nós!

Hino do Glória

Oração coletiva

LITURGIA DA PALAVRA

1.ª Leitura: Jr 20, 10-13 – abreviada na Missa com Catequese (SMG, 17h30)

Leitura do Livro do profeta Jeremias

Disse Jeremias:

Todos os meus amigos
esperavam que eu desse um passo em falso.

Mas o Senhor está comigo
como herói poderoso
e os meus perseguidores cairão vencidos.

Senhor do Universo,
que sondais o justo
e conheceis os corações,
a Vós confiei a minha causa.

Palavra do Senhor.

R. Graças a Deus.

Salmo Responsorial: *Salmo 68 (69), 8-10.14.17. 33-35 (R. 14c)*

Refrão: Pela vossa grande misericórdia, atendei-me, Senhor. Repete-se

2.^a Leitura: Rom 5, 6-11 – abreviada na Missa com Catequese (SMG, 17h30)

Leitura da Epístola do apóstolo São Paulo aos Romanos

Irmãos:

Assim como por um só homem
entrou o pecado no mundo
e pelo pecado a morte,
assim também a morte
atingiu todos os homens,
porque todos pecaram.

Se pelo pecado de um só
todos morreram,
com muito mais razão a graça de Deus,
– dom contido na graça de um só homem, Jesus Cristo –
se concedeu com abundância
a todos os homens.

Palavra do Senhor.

R. Graças a Deus.

Aclamação ao Evangelho

Evangelho: Mt 10, 26-33 – leitura integral

Homilia

A Homilia para a Festa da Primeira Comunhão (com batismos) pode ser adaptada para uma assembleia comum

HOMILIA NO XII DOMINGO COMUM A 2026

1. “O Senhor está comigo como herói poderoso” (Jr 20,11), confessa Jeremias, o profeta-menino, que não tem um nome conhecido como o de um jogador de futebol! Os rostos dos grandes heróis do Campeonato do Mundo de Futebol, pelo contrário, estão estampados, em memoráveis coleções de cromos! Os heróis em campo são vistos como uma espécie de *super-homens*, ganhadores, figuras incríveis e invencíveis. Projetamos neles os nossos desejos de grandeza, de vitória, de sucesso, de poder, de dinheiro, de glória, de fama. No Top + dos *ídolos da bola*, figuram os vencedores e não os perdedores, os fortes e não os frágeis. Mas quando o jogo da vida nos inflige uma queda, uma derrota, o sofrimento, a humilhação, a perseguição, a crise, a doença, ou mesmo a morte, qual destes heróis em campo nos poderá levantar do chão? Jeremias é perseguido dentro e fora de campo, por todos os lados! E quem é o seu herói, nesta luta? Ele confessa: “O Senhor está comigo como herói poderoso”. Vem daí toda a sua força e a sua confiança na vitória. Esta é a razão por que não tem medo: a sua confiança inabalável no Senhor. É Ele o seu poderoso Herói!

2. Os heróis deste mundo, sejam do mundo da ficção, do espetáculo ou do desporto, da terra ou do mar, não serão eles a imagem perfeita da nossa ilusão e, por isso mesmo, a causa mais próxima da nossa decepção? Na era da inteligência artificial, não vivemos, por exemplo, a ilusão ingénuo de uma técnica que supere toda a capacidade humana? Não alimentamos em nós o sonho de um homem, autónomo e autómato, produzido «*ex-machina*», que leve a espécie humana a um aperfeiçoamento total, sem limites, liberta de toda a fragilidade (cf. MH 12)?

3. Vejamos como desapareceram do mapa e das decorações das nossas casas, as imagens de Cristo, dos apóstolos, dos mártires, dos santos, dos *heróis de amar*, para dar lugar a heróis, com pés de barro, ou pés na bola? Não fará falta recolocarmos na parede do quarto das nossas crianças e jovens, a imagem do Crucifixo, deste Deus

feito homem, ferido, vulnerável, perseguido até à morte? Não Se identifica Ele mais que todos os heróis com as nossas fraquezas? Não é Ele mais encorajador, para a nossa luta diária, do que os heróis vendidos e passageiros do sucesso imediato?!

4. Na verdade, sejamos sinceros: para a nossa cultura do bem-estar, Jesus é o anti-herói. Ele não se valeu da grandeza da sua condição divina ou dos seus títulos de glória, mas morreu e deu a vida por nós, desfigurado na Cruz, para que pudéssemos encontrar n'Ele a vida nova, a vida em abundância, que nem a morte nos pode tirar! O Crucificado, elevado na Cruz, não é *herói do mar*, mas ensina-nos – bem ao contrário das promessas do progresso tecnológico – que a grandeza da nossa humanidade está em amar, não está em suprimir a nossa fragilidade, como um erro, um defeito de marca. Crescemos muito em humanidade, na aceitação amorosa e no cuidado recíproco da nossa fragilidade humana comum! Não serão, por certo, as capacidades *mecânicas* de um qualquer *super-homem*, que tornarão o ser humano maior! Não. Essa humanidade ferida pelo pecado, que desejamos reencontrar, está noutra lugar, não está em qualquer paraíso artificial! A Humanidade será sempre maior, na sua vulnerabilidade, na dependência amorosa e extremosa do cuidado de cada um por outrem. Em Jesus, medida do Homem novo, do Homem na sua plenitude, a nossa *magnífica humanidade* não se encontra no *homem de sucesso*, invencível e inquebrável, mas na pessoa humana vulnerável, frágil, exposta à indignância e à correspondência do amor, que se faz proximidade, atenção e cuidado do próximo.

5. Em tempo de festivo Campeonato Mundial de Futebol, aprendamos as boas lições do desporto: a competir e a perder sem odiar, a ganhar sem humilhar, a perder sem se perder e a levantarmo-nos depois de cairmos. Mas vale a pena interrogarmo-nos sobre que heróis nos podem hoje ensinar, que *no jogo da vida perder é ganhar*? Neste Campeonato somos todos heróis do mar! Mas Cristo é para nós o único e poderoso Herói, o Herói de amar!

HOMILIA NA FESTA DA EUCARISTIA (PRIMEIRA COMUNHÃO) COM BATISMOS

Três palavras apenas:

1. Uma primeira palavra aos meninos e meninas hoje batizados e a fazer a primeira comunhão: **“Valeis muito mais do que todos os passarinhos” (Mt 10,31)**. Cada um de vós é preciso e precioso aos olhos de Deus. Cada um de vós é fruto de um pensamento amoroso de Deus. Deus ama e cuida de cada um de vós, como se não houvesse mais ninguém para cuidar e amar. Por isso, cada um de vós, justamente por ser criado e amado por Deus, vale mais que o mundo inteiro; cada um de vós tem uma grandeza, uma beleza, uma dignidade infinita aos olhos de Deus. Nenhum de vós é um erro, um número, uma coisa. Mesmo quando falhámos, nunca perdermos, aos olhos de Deus, esta dignidade infinita de sermos seus filhos muito amados. A cada um de vós, Deus ama e chama pelo próprio nome. Mais ainda, por termos muitas vezes falhado e desfigurado a beleza da nossa alma, Deus enviou ao mundo o Seu Filho, que morreu por todos! Sim, «por todos». Mas, na verdade, cada um pode dizer hoje, com verdade: **“Cristo amou-me e entregou-Se por mim” (Gl 2,20)**. Hoje, este amor, chegamos através das águas do Batismo, que nos salva da morte, nos faz filhos de Deus, irmãos em Cristo, membros da Igreja, nova família. Hoje, o Pai do Céu, que veste e dá alimento às aves do céu (cf. Mt 6,25-26), dá-nos Jesus, o próprio Filho, como alimento! Neste caso, é mais que o pão de cada dia para mantimento do corpo. É Cristo, o Pão vivo descido do céu, como bem nos lembra o Anjo da Paz, em 1916, ao dar a comunhão aos Pastorinhos! Meninos e meninas: não vos preocupeis apenas com o que comer ou que vestir; procurai sobretudo o pão que perdura e dá a vida eterna (cf. Jo 6,27). Que a vossa Primeira Comunhão desperte em vós o vosso desejo de comungar, em cada domingo.

2. Uma segunda palavra, bem forte, de Jesus, pode ser dita aos pais, padrinhos e avós e aos demais adultos desta celebração: **“Não temais os que matam o corpo, mas**

não podem matar a alma. Temei antes aquele que pode lançar na geena a alma e o corpo” (Mt 10,28). Vede: corremos o risco de querer ganhar o mundo inteiro e vir a perder a vida. Não andamos nós obcecados apenas pelo cuidado físico do corpo, para que esteja em forma e goze de boa aparência, mas sem qualquer preocupação por alimentar e cuidar da nossa alma e da alma dos nossos filhos?! Quando apostamos as *fichas todas*, na prática do desporto e descuidamos por completo o exercício espiritual, a interioridade, a oração pessoal e familiar, a celebração da Eucaristia, preferindo o bem-estar individual à qualidade e à santidade de vida... não estaremos nós, pouco a pouco, a matar a nossa alma e a matar a alma dos nossos filhos, deixando-os morrer de sede e de fome de Deus? Quantos sacrifícios pessoais e familiares somos nós capazes de fazer, para estarmos em boa forma física, para levarmos os filhos aos jogos, para os tornarmos vencedores?! E, no entanto, para desenvolver a nossa relação com Deus, para alimentar a nossa amizade com Cristo, para fortalecer a nossa alma, tudo nos parece «de mais»! Perguntemo-nos: Exercitamos a nossa vida espiritual, tanto quanto treinamos fisicamente o nosso corpo? Preocupamo-nos por cuidar da nossa alma e da alma dos nossos filhos?

3. Uma palavra final sai da boca de Jeremias, o profeta-menino: **“O Senhor está comigo como herói poderoso”** (Jr 20,11). O campeonato mundial de futebol está aí, com uma série de heróis. Esquecemo-nos, por vezes, que, por trás de cada vitória, **está um grande espírito de equipa, uma alimentação cuidada, um treino diário**. Se queremos manter viva a água do Batismo, procuremos então crescer como *“equipa-comunidade”*, em que todos contamos e fazemos falta; em tempo de Verão, *exercitemos diariamente* a oração, pessoal e familiar; voltemos juntos, em cada domingo, à mesa da Eucaristia, para tomarmos o alimento, que nos fortalece para a luta e nos garante a vitória final.

Nestes dias, em que somos todos *heróis do mar*, escolhamos Jesus, como o nosso único e poderoso herói (Jr. 2011). Herói de amar!

Profissão de Fé

P. A fé é confiança absoluta no amor de Deus. O maior inimigo da fé não é a dúvida, mas o medo. A cada pergunta sobre a nossa fé, respondamos: «**Sim, creio. Sim confio**».

P. Credes e confiais em Deus Pai, que cuida com ternura de todas as Suas criaturas e a cada pessoa ama com infinito amor?

R. Sim, creio. Sim confio!

P. Credes e confiais em Jesus Cristo, Seu Filho, poderoso herói, que pela graça da sua Vida entregue à morte, vos concede a abundância da salvação?

R. Sim, creio. Sim confio!

P. Credes e confiais no Espírito Santo, que vos conduz para a liberdade e vos concede a remissão de todos os pecados?

R. Sim, creio. Sim confio!

P. Credes e confiais na Igreja, a Esposa amada de Cristo, que vos conduz na confiança e no temor de Deus?

R. Sim, creio. Sim confio!

P. Credes e confiais no amor mais forte do que a morte, que vos assegura a esperança da vida eterna, na plenitude da comunhão com Deus?

R. Sim, creio. Sim confio!

Oração dos Fiéis

P. Animados pelo santo temor de Deus e cheios de confiança no Seu amor, ousamos rezar e interceder pelos nossos irmãos e irmãs, dizendo:

R. Senhor, eu confio em Vós!

1. Pela Santa Igreja em processo sinodal: para que não trema diante das perseguições e dos poderosos deste mundo, mas ponha toda a Sua confiança na graça de Deus e do Seu Amor providente. Oremos.

2. Pelos diocesanos do Porto, em caminho sinodal: para que se deixem renovar por Cristo e sejam corajosas testemunhas do Evangelho. Oremos.

3. Pelos que governam as nações: para que promovam políticas justas e inovadoras, atentas aos mais pobres e frágeis deste mundo. Oremos.

4. Pelo bom êxito do campeonato de mundo de futebol: para que o desporto nos ensine a competirmos sem odiarmos, a perdermos sem nos perdermos, a ganharmos sem humilharmos e a levantarmo-nos depois de cairmos. Oremos.

5. Pelas crianças, adolescentes e jovens, que assumem compromissos com Deus e com a Igreja, nas celebrações da Primeira Comunhão, da Profissão de Fé e do Crisma: para que nunca se envergonhem de Cristo e d'Ele deem testemunho. Oremos.

6. Por todos nós: para que crescamos na fé e na confiança no amor de Deus, para vencermos os nossos medos e darmos corajoso testemunho de Cristo no mundo. Oremos.

P. Senhor do Universo, que sondais o justo e perscrutais os rins e o coração: pela Vossa grande misericórdia atendei-nos a nós, que Vos confiamos a causa da nossa vida e a dos nossos irmãos. Por Cristo, nosso Senhor. **R. Ámen.**

LITURGIA EUCARÍSTICA

Apresentação dos dons | Oração sobre as oblatas | Prefácio Dominical III | Santo | Oração Eucarística II | Ritos da Comunhão

Pai-Nosso: «*Vós valeis muito mais que muitos passarinhos*»! Ao rezar o Pai-Nosso, Jesus ensinou-nos a fazê-lo com a confiança de filhos. Ensinou-nos a chamar a Deus «Pai». Ensinou-nos a fazer da oração não um grito desesperado de socorro, mas um «salto destemido» de confiança nos Seus braços de Pai. Neste espírito, rezemos a oração que o Senhor nos ensinou.

RITOS FINAIS

Agenda pastoral Nossa Senhora da Hora

1. Sábado, dia 27, às 14h30, encontro do pároco com os crismandos.
2. Próximo sábado, dia 27, há Missa Vespertina, às 19h00, com participação do Agrupamento de Escuteiros.
3. Em Julho e agosto não há Missas Vespertinas aos sábados, na Senhora da Hora. Mantém-se a Missa Vespertina, aos sábados, às 17h30, na Igreja Matriz de Guifões.
4. Domingo, dia 28, às 09h30, Profissão de Fé de 30 catequizandos do 6.º ano.
5. Domingo, dia 28, às 21h30, Concerto do *Vidi Aquam*, Coral de Nossa Senhora da Hora, na Igreja Matriz de Guifões, no âmbito das Festas em Honra de São Martinho.
6. Missas da manhã de domingo, em junho, são às 11h15.
7. **Inscrições na Catequese até 31 de julho:** **1)** das crianças batizadas e não batizadas, nascidas em 2020 para o 1.º ano; **2)** dos que desejam frequentar pela primeira vez a catequese, em qualquer idade. Apresentar cartão de cidadão ou

certidão de nascimento, comprovativo do batismo (se for o caso) e contribuição de 15 euros. **3)** Dos que já frequentam a Catequese, presume-se a renovação da inscrição, se não for dito nada em contrário. A catequese de 2026-2027 deverá começar a 10 e 11 de outubro.

Agenda pastoral São Martinho de Guifões

1. Missa dominical na Igreja da Sagrada Família, este domingo, 21 de junho, é às 08h00. Segue-se às 09h30, Missa com batismo de dois catecúmenos e Primeira comunhão de um grupo do 3.º ano. A partir de domingo, dia 28, retoma o horário normal.
2. Inscrições na Catequese até 31 de julho: **1)** das crianças batizadas e não batizadas, nascidas em 2020 para o 1.º ano; **2)** dos que desejam frequentar pela primeira vez a catequese, em qualquer idade. Apresentar cartão de cidadão ou certidão de nascimento, comprovativo do batismo (se for o caso) e contribuição de 15 euros. **3)** Dos que já frequentam a Catequese, presume-se a renovação da inscrição, se não for dito nada em contrário. A catequese de 2026-2027 deverá começar a 3 de outubro (do 2.º ano em diante) e a 17 de outubro (para o 1.º ano).
3. Sábado, dia 27, às 18h30, Hastear das Bandeiras. Às 21h00, inauguração da iluminação; às 22h00, DJ Filipe Oliveira.
4. Domingo, dia 28, às 21h30, Concerto do *Vidi Aquam*, Coral de Nossa Senhora da Hora, na Igreja Matriz de Guifões, no âmbito das Festas em Honra de São Martinho.

Bênção e Despedida

P. Heróis do mar, aprendamos de Cristo a sermos heróis de amar!

Diácono: Ide em paz e que o Senhor vos acompanhe!

R. Graças a Deus.