

XIX DOMINGO COMUM A
8 E 9 DE AGOSTO DE 2026

"VAI QUEM JÁ NADA TEME. VAI O HOMEM DO LEME!"

CANÇÃO DE XUTOS & PONTAPÉS 1985

PARÓQUIAS | SENHORA DA HORA E SÃO MARTINHO DE GUIFÕES.



I. RITOS INICIAIS

Monição Inicial

P. Em pleno mês de agosto, a Liturgia da Palavra conduz-nos ao monte de Deus, o Horeb, e ao mar da Galileia. No monte, refúgio do profeta Elias, procuramos a paz e a serenidade no meio do vento, do fogo e do terramoto que o sacodem, abalam e consomem. Só uma brisa suave lhe devolve a confiança na presença de Deus, que está perto dos corações atribulados, dos migrantes e refugiados e dos que deixam a sua terra para encontrar o seu lugar no mundo. No mar, os discípulos, depois da festa dos pães, são surpreendidos por uma tempestade e desafiados a vencer o medo. Façamos desta Eucaristia um encontro sereno, no qual o Senhor nos chama à Sua presença e à intimidade com Ele, pois prefere a mansidão misericordiosa ao tumulto do aparato e da violência.

Ato Penitencial

P. Pelos nossos gritos de protesto e pela falta de confiança em Vós, Senhor, tende piedade de nós!

R. Senhor, tende piedade de nós!

P. Pelos nossos medos e crises, sem oração nem esperança, Cristo, tende piedade de nós!

R. Cristo, tende piedade de nós!

P. Pelas nossas dúvidas e incertezas, sinal da nossa pouca fé, Senhor, tende piedade de nós!

R. Senhor, tende piedade de nós!

Hino do Glória | Oração Coleta

II. LITURGIA DA PALAVRA

Pároco ausente - Sugestão de texto de inspiração para a Homilia

Cf. Papa Francisco, ANGELUS, 13 de agosto de 2023

1. Jesus, à noite, caminha sobre as águas do mar da Galileia, para ir ao encontro dos discípulos, que faziam a travessia num barco (cf. Mt 14, 22-33) [...] Por detrás deste caminhar sobre as águas, há uma mensagem. Naquele tempo, as grandes extensões de água eram consideradas o lugar profundo de forças malignas, que não podiam ser dominadas pelo homem; especialmente quando agitadas pela tempestade, os abismos eram símbolo do caos e lembravam as trevas do mundo subterrâneo. Naquele momento, os discípulos encontram-se no meio do lago, na escuridão: neles há o medo de afundar, de serem absorvidos pelo mal. E eis que surge Jesus, que caminha sobre as águas, isto é, caminha sobre as forças do mal. E diz aos seus: «Coragem, sou eu, não tendes medo!» (v. 27).

2. Tudo isto é uma mensagem que Jesus nos transmite. Eis o significado do sinal: os poderes malignos, que nos assustam e que não conseguimos dominar, com Jesus são imediatamente redimensionados. Ele, caminhando sobre as águas, quer dizer-nos: “*Não tendes medo, eu ponho os vossos inimigos debaixo dos pés*” - bela mensagem: “*ponho os vossos inimigos debaixo dos pés*” – não as pessoas! – não são elas os inimigos. Os inimigos são o medo, a morte, o pecado, o mal, o diabo. E Jesus esmaga esses inimigos por nós.

3. Cristo repete hoje a cada um de nós: “*Coragem, sou eu, não tendes medo!*”. Coragem, pois eu estou aqui, porque já não estás sozinho nas águas agitadas da vida. Então, o que fazer quando nos encontramos em alto mar e à mercê de ventos contrários? O que fazer no medo, que é um mar aberto, quando só vemos escuridão

e nos sentimos perdidos? Devemos fazer duas coisas, que no Evangelho os discípulos fazem. O que fazem os discípulos?

4. Os discípulos invocam e acolhem Jesus. Nos momentos piores, mais escuros, mais tempestuosos, devemos **invocar Jesus e acolher Jesus**. Pedro caminha um pouco sobre as águas em direção de Jesus, mas depois tem medo, afunda e grita: «*Senhor, salva-me!*» (v. 30). **Invoca Jesus, chama por Jesus**. Esta oração é bonita, exprime a certeza de que o Senhor pode salvar-nos, que Ele vence o nosso mal e os nossos medos. Convido-vos a repeti-la agora todos juntos: «Senhor, salva-me! Juntos, três vezes: *Senhor salva-me, Senhor salva-me, Senhor salva-me!*

5. E depois **os discípulos acolhem Jesus no barco**. O texto diz que, logo que ele entra a bordo, «*o vento cessou*» (v. 32). O Senhor sabe que a barca da vida, assim como a barca da Igreja, está ameaçada por ventos contrários e que o mar no qual navegamos é muitas vezes agitado. Ele não nos livra do cansaço da navegação, pelo contrário convida-nos a enfrentar as dificuldades, para que também elas se tornem lugares de salvação, porque Jesus as vence, tornam-se oportunidades de encontro com Ele. De facto, nos nossos momentos de escuridão Ele vem ao nosso encontro, pedindo para ser acolhido, como naquela noite no lago.

6. Perguntemo-nos então: *nos medos, nas dificuldades, como me comporto? Vou em frente sozinho, com as minhas forças, ou invoco o Senhor com confiança? E como está a minha fé? Acredito que Cristo é mais forte do que as ondas e os ventos adversos? Mas sobretudo: navego com Ele? Acolho-O, dou-Lhe lugar no barco da minha vida - nunca sozinho, sempre com Jesus - confio-Lhe o leme?*

Maria, Mãe de Jesus, Estrela do Mar, ajuda-nos a procurar, nas travessias escuras, a luz de Jesus!

Credo

P. Credes em Deus Pai, Deus bendito por todos os séculos, que nos chama até Ele, com a voz de um fino silêncio?

R. Sim, creio!

P. Credes em Jesus Cristo, verdadeiramente o Filho de Deus, que vem ao nosso encontro e é o nosso único Salvador?

R. Sim, creio!

P. Credes no Espírito Santo, cujo sopro impele a barca da Igreja, no seu atormentado caminho ao longo da história?

R. Sim, creio!

P. Credes na ressurreição dos mortos e na vida eterna, experiência de paz verdadeira e definitiva, com Deus e com os irmãos?

R. Sim, creio!

Oração dos Fiéis

P. Oremos a Deus nosso Pai, que nos escuta sempre que O invocamos, e apresentemos-Lhe as nossas preces:

1. Pela Igreja, em processo sinodal: para que, no meio das tempestades do mundo, nunca deixe de invocar o Senhor e de O acolher na barca da sua missão, testemunhando corajosamente Cristo vencedor do mal. Oremos ao Senhor. **R.**

2. [Só na Diocese do Porto]: Pela Diocese do Porto, em Sínodo: para que saiba discernir a voz do Espírito e confie na mão de Cristo que a conduz. Oremos ao Senhor. **R.**
3. Por todos os governantes e decisores políticos: para que ponham fim aos discursos de ódio e ao populismo, promovam leis justas de integração e combatam o tráfico humano, garantindo o respeito pelos direitos fundamentais dos migrantes. Oremos ao Senhor. **R.**
4. Pelas crianças e jovens que migram sozinhos ou com as suas famílias: para que encontrem caminhos seguros, fujam dos perigos da exploração e tenham acesso pleno à educação, à saúde e a um futuro digno Oremos ao Senhor. **R.**
5. Por todos nós: para que, nas travessias difíceis da vida, confiemos o leme da nossa existência a Cristo, invocando-O com fé e acolhendo a Sua presença. Oremos ao Senhor. **R.**

P. Senhor, que estais sempre junto daqueles a quem as tempestades deste mundo põem em perigo, fazei que reconheçamos a Vossa presença e descubramos que não podemos caminhar sem a Vossa mão e a Vossa força. Por Cristo, Senhor nosso.

R. Ámen.

III. LITURGIA EUCARÍSTICA

**Apresentação dos dons | Cântico do Ofertório | Oração sobre as oblatas |
Prefácio Comum VII | Oração Eucarística II | Comunhão | Cântico de Comunhão
| Oração pós-comunhão**

IV. RITOS FINAIS

Agenda pastoral | Senhora da Hora e Guifões

1. O nosso pároco está ausente, devendo regressar na próxima segunda-feira. De qualquer modo, o ritmo pastoral das nossas paróquias abranda bastante neste mês de agosto. Devem consultar o site das paróquias da Senhora da Hora e de Guifões, para manterem atualizada a informação sobre os horários das Missas e do atendimento pastoral.
2. Nesta semana, de segunda-feira, dia 10, a sexta-feira, dia 14, a Secretaria Paroquial da Senhora da Hora abre apenas das 18h30 às 19h30, para assuntos urgentes. A Secretaria Paroquial de Guifões abre apenas na quinta-feira, das 18h30 às 19h30, também para assuntos urgentes. Fora destes dias e horários, em situações de grande urgência, devem contactar a respetiva paróquia por telefone ou email.
3. Durante o mês de agosto, não há missas, nos dias úteis de segunda a sexta-feira.
4. No próximo sábado, dia 15, temos uma exceção, pois a Solenidade da Assunção equivale a um Domingo. Para a Missa da Solenidade da Assunção, no dia 15, temos duas celebrações apenas: às 09h00 na Igreja Matriz de Guifões; às 11h00 na Igreja da Senhora da Hora.
5. Não há quaisquer Missas, na tarde de sábado, dia 15.
6. No domingo, dia 16, há Missas às 09h00 na Igreja da Sagrada Família, em Guifões (na Rua das Moitas) e na Senhora da Hora, às 11h00.
7. Aos Domingos, durante o mês de agosto, na Senhora da Hora, não há a habitual Missa, às 19h00.
8. Decorre de 9 a 16 a Semana Nacional das Migrações. O tema escolhido pelo Papa Leão XIV para o Dia Mundial do Migrante e do Refugiado é este: “Mesmo

uma só destas crianças”, inspirado no Evangelho segundo São Mateus: “Quem receber um menino como este, em meu nome, é a mim que recebe”. Com essa escolha, o Pontífice “pretende expressar a solicitude da Igreja para com os menores diretamente implicados na experiência migratória, recordando o dever de acolher cada um deles”.

Bênção | Despedida

Diácono: Sem medo, fazei-vos ao mar e deixai-vos conduzir pelas ondas do amor.

Ide em paz e que o Senhor vos acompanhe!

R. Graças a Deus.

Oração para a bênção da mesa

XIX Domingo Comum A 2026 | 8.08.2026

Senhor,

Tu dás-nos os bens da terra e do mar.

Abençoa a mesa desta refeição,

para que, fortalecidos por este alimento,

enfrentemos juntos as tempestades

e caminhemos cheios de confiança

em direção a Ti,

sobre as ondas agitadas

da nossa vida.

Ámen.