



## O Suficiente É Suficiente

Pe. Joseph Juknialis

O programa de rádio discutia se os americanos achavam que estavam melhor ou pior hoje do que há um ano atrás. Como seria de esperar, as opiniões dividiram-se. Alguns acreditavam que estávamos melhor - a inflação tinha caído 6 pontos percentuais para cerca de 3 por cento e, embora os preços estivessem mais altos, o mesmo acontecia com a maioria dos salários. Outros acreditavam no oposto - muitos custos tinham aumentado, especialmente a alimentação, bem como os artigos de grande valor, como casas e carros. Uma das participantes do painel sugeriu então o que ela sabia que seria uma opinião impopular: enquanto muitos ainda lutavam para sobreviver e não tinham o suficiente, havia outros que, devido ao suplemento pandémico, começaram a gastar demais e agora não conseguiam manter o seu estilo de vida. A sua opinião era que, para muitos, não era uma questão de ter o suficiente, mas sim de querer demasiado e de não ter um orçamento adequado.

Quando Jesus alimentou as pessoas reunidas junto à montanha, não deu um banquete, mas pão e peixe, que eram suficientes para todos. É assim que Deus nos alimenta todos os dias, com o suficiente. Levantamo-nos todas as manhãs com sono, mas com energia suficiente para passar o dia. A nossa saúde pode já não ser a mesma de outrora, mas há o suficiente para nos mantermos vivos. A nossa oração pode parecer rotineira e carecer de inspiração celestial, mas de alguma forma parece ser suficiente para continuarmos a viver com fé. Deus alimenta-nos, nem sempre com a abundância que desejamos, mas sempre com o suficiente do que precisamos. [✎](#)



**MISSA**  
DOMINGO XVII DO TEMPO COMUM

**ORAÇÃO COLETA**

Senhor nosso Deus, protetor dos que em Vós esperam, sem Vós nada tem valor, nada é santo. Multiplicai sobre nós a vossa misericórdia, para que, conduzidos por Vós, usemos de tal modo os bens temporais que possamos aderir, desde já, aos bens eternos. 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 2 Reis 4, 42-44**

**Leitura do Segundo Livro dos Reis**

Naqueles dias, veio um homem da povoação de Baal-Salisa e trouxe a Eliseu, o homem de Deus, pão feito com os primeiros frutos da colheita. Eram vinte pães de cevada e trigo novo no seu alforge. Eliseu disse: «Dá-os a comer a essa gente». O servo respondeu: «Como posso com isto dar de comer a cem pessoas?». Eliseu insistiu: «Dá-os a comer a essa gente, porque assim fala o Senhor: ‘Comerão e ainda há de sobrar’». Deu-lhos e eles comeram, e ainda sobrou, segundo a palavra do Senhor. Palavra do Senhor.

**SALMO RESPONSORIAL Salmo 144 (145)**

**Refrão:** Abris, Senhor, as vossas mãos e saciais a nossa fome.

Graças Vos deem, Senhor, todas as criaturas e bendigam-Vos os vossos fiéis.  
Proclamem a glória do vosso reino e anunciem os vossos feitos gloriosos.

Todos têm os olhos postos em Vós, e a seu tempo lhes dais o alimento.  
Abris as vossas mãos e todos saciais generosamente.

O Senhor é justo em todos os seus caminhos e perfeito em todas as suas obras.  
O Senhor está perto de quantos O invocam, de quantos O invocam em verdade.

**LEITURA II Ef 4, 1-6**

**Leitura da Epístola do apóstolo São Paulo aos Efésios**

Irmãos: Eu, prisioneiro pela causa do Senhor, recomendo-vos que vos comporteis segundo a maneira de viver a que fostes chamados: procedei com toda a humildade, mansidão e paciência; suportai-vos uns aos outros com caridade; empenhai-vos em manter a unidade de espírito pelo vínculo da paz. Há um só Corpo e um só Espírito, como há uma só esperança na vida a que fostes chamados. Há um só Senhor, uma só fé, um só Batismo. Há um só Deus e Pai de todos, que está acima de todos, atua em todos e em todos Se encontra.  
Palavra do Senhor.

**ALELUIA Lc 7, 16**

**Refrão:** Aleluia.

Apareceu entre nós um grande profeta: Deus visitou o seu povo.

## **EVANGELHO Jo 6, 1-15**

### **Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São João**

Naquele tempo, Jesus partiu para o outro lado do mar da Galileia, ou de Tiberíades. Seguiu-O numerosa multidão, por ver os milagres que Ele realizava nos doentes. Jesus subiu a um monte e sentou-Se aí com os seus discípulos. Estava próxima a Páscoa, a festa dos judeus. Erguendo os olhos e vendo que uma grande multidão vinha ao seu encontro, Jesus disse a Filipe: «Onde havemos de comprar pão para lhes dar de comer?». Dizia isto para o experimentar, pois Ele bem sabia o que ia fazer. Respondeu-Lhe Filipe: «Duzentos denários de pão não chegam para dar um bocadinho a cada um». Disse-Lhe um dos discípulos, André, irmão de Simão Pedro: «Está aqui um rapazito que tem cinco pães de cevada e dois peixes. Mas que é isso para tanta gente?». Jesus respondeu: «Mandai-os sentar». Havia muita erva naquele lugar e os homens sentaram-se em número de uns cinco mil. Então, Jesus tomou os pães, deu graças e distribuiu-os aos que estavam sentados, fazendo o mesmo com os peixes; e comeram quanto quiseram. Quando ficaram saciados, Jesus disse aos discípulos: «Recolhei os bocados que sobraram, para que nada se perca». Recolheram-nos e encheram doze cestos com os bocados dos cinco pães de cevada que sobraram aos que tinham comido. Quando viram o milagre que Jesus fizera, aqueles homens começaram a dizer: «Este é, na verdade, o Profeta que estava para vir ao mundo». Mas Jesus, sabendo que viriam buscá-l'O para O fazerem rei, retirou-Se novamente, sozinho, para o monte. Palavra da salvação.

### **ORAÇÃO SOBRE AS OBLATAS**

Aceitai, Senhor, os dons que recebemos da vossa generosidade e trazemos ao vosso altar, e fazei que estes sagrados mistérios, por obra da vossa graça, nos santifiquem na vida presente e nos conduzam às alegrias eternas. Por Cristo nosso Senhor.

### **ORAÇÃO DEPOIS DA COMUNHÃO**

Senhor, que nos destes a graça de participar neste divino sacramento, memorial perene da paixão do vosso Filho, fazei que este dom do seu amor infinito sirva para a nossa salvação. Ele que vive e reina pelos séculos dos séculos.

### **Nota Histórica - Martirológio**

#### **Santos Marta, Maria e Lázaro – Segunda-feira - 29 de Julho**

Marta era irmã de Maria e de Lázaro. Quando recebia o Senhor em sua casa de Betânia, próximo de Jerusalém, servia-O com grande diligência e com a sua oração, obteve a ressurreição de seu irmão.

#### **Santo Inácio de Loiola, presbítero – Quarta-feira - 31 de Julho**

Inácio nasceu no ano 1491, em Loiola, na Cantábria, região de Espanha. Viveu na corte e no exército, até que, gravemente ferido, se converteu a Deus. Depois, consa--grando-se totalmente ao Senhor, estudou Teologia em Paris, e aí reuniu os primeiros companheiros, com quem, mais tarde, fundou, em Roma, a Companhia de Jesus, para a maior glória de Deus e ao serviço da Igreja, em obediência total ao sucessor de Pedro. Exerceu intensa atividade apostólica e, particularmente com os seus escritos e com a formação de discípulos, contribuiu grandemente para a reforma da vida cristã e para a renovação da ação missionária. Morreu em Roma, no ano 1556.

#### **Santo Afonso Maria de Ligório, bispo e doutor da Igreja – Quinta-feira - 1 de Agosto**

Afonso Maria de Ligório nasceu em Nápoles, no ano 1696. Doutor em Direito Civil e Eclesiástico, recebeu a ordenação sacerdotal e fundou a Congregação do Santíssimo Redentor para a evangelização das populações rurais. Para fomentar entre o povo a vida cristã, dedicou-se à pregação e escreveu vários livros, sobretudo de Teologia Moral, matéria em que é considerado mestre insigne. Foi eleito bispo de Sant'Agata dei Goti e empenhou-se intensamente neste ministério até que, quinze anos depois e por causa de graves enfermidades, teve de o deixar, vindo a morrer entre os seus, em Nócera dei Pagáni, na Campânia, no ano 1787.



## O CANTINHO DO BISPO

Caros Irmãos Católicos,

Quando li esta notícia, pensei que se enquadrava perfeitamente na semana que se aproximava nas Bermudas.

A equipa de críquete do Vaticano deslocou-se a Londres para a sua digressão, onde defrontou a equipa inglesa de mais de 60 anos, a Universidade de St. Mary e, num jogo muito aguardado no Castelo de Windsor, a equipa do Rei Carlos. Esta foi a décima digressão “Luz da Fé” da equipa de críquete do Vaticano desde a sua formação em 2014. Os destinos anteriores incluíram Portugal, Itália, Argentina, Quênia, Malta, Espanha e Reino Unido. O objetivo da viagem deste ano foi, como sempre, promover o diálogo e a amizade entre a Igreja Católica e o país anfitrião. Um post na página da equipa nas redes sociais falava em “espalhar a mensagem de amizade, unidade e esperança evangélica”.

A ênfase foi também colocada no facto de os jogadores, que são todos seminaristas e padres baseados em Roma, (desta vez todos da Índia) serem “embaixadores” do sacerdócio católico. Tal como o diretor da equipa, o Padre Eamonn O'Higgins, recordou à equipa numa reunião em Roma antes da partida, eles podem muito bem ser os únicos padres católicos que muitos daqueles com quem interagem alguma vez irão conhecer. A equipa do Vaticano, oficialmente St. Peter's Cricket Team, faz parte da Athletica Vaticana, uma organização que reúne todos os atletas do Vaticano. No início deste ano, o Papa Francisco agradeceu à Athletica Vaticana pelo seu empenho em “promover a fraternidade, a inclusão e a solidariedade” e por “dar testemunho da fé cristã entre os desportistas”. O Papa disse: “No momento histórico particularmente sombrio que estamos a viver, o desporto pode construir pontes, derrubar barreiras e promover relações pacíficas”.

Bom domingo e uma semana relaxante de jogos da Taça!

*Bispo Wes*

### Intenções de Missa: Catedral de Santa Teresa – 28 de Julho, 2024

- Jose Fernando Pimentel
- Angelina Botelho
- Antonio Pimentel
- Senhor Padre Julio

### Dia Dos Avós - Santos Joaquim e Ana; Rogai por nós!

Que alegria e privilégio ser pais e avós, sobretudo quando nos damos conta de quantos outros desejaram ver e experimentar essa bênção e nunca o conseguiram. É um privilégio que exige gratidão, sobretudo quando a nossa descendência projectou e preservou os bons e gloriosos tesouros da árvore genealógica e do nome da família. Os avós de Jesus, Joaquim e Ana, continuam orgulhosos no céu, hoje, de sua filha e de seu neto, Maria e Jesus. Isso se deve ao que Deus fez na vida do filho e do neto. A alegria dos avós está, sem dúvida, no crescimento dos filhos e dos netos. Quando, porém, a verdadeira grandeza se manifesta na vida desses descendentes, como na vida de Maria e de Jesus, a alegria é ainda maior e mais sublime. Aqui, a alegria é eterna, porque essa grandeza está nas coisas de Deus.

*“A semente lançada entre os espinhos é aquela que ouve a palavra, mas então a ansiedade do mundo e a sedução das riquezas sufocam a palavra e ela não dá fruto. Mas a semente lançada em solo rico é aquele que ouve a palavra e a entende, que realmente dá fruto e rende cem, sessenta ou trinta vezes mais.” Mateus 13:22–23*

### Lista de Serviço na Catedral de Santa Teresa–4 de Agosto, 2024

<b>Ministros da Comunhão:</b>	Jose Benevides	Bertinha Pacheco	Isabel Almeida	Antonio Chibante
<b>Leitores:</b>	Sandra Bolarinho	Lídia Silva	<b>Ofertório:</b> Carlos Ledo e Família	
<b>Coletores:</b>	Carlos Ledo	Francisco Pontes		

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

7/07/24	Eduardo Vieira e Família*	Rosalina Pacheco e Família*	Antero Bento e Família*	Lúcia Piedade e Família*
14/07/24	Gilberto Oliveira e Família*	Edmundo Faria e Família*	José Benevides e Família*	Margarida Rodrigues e Família*
21/07/24	José Oliveira e Família*	José Marques e Família*	António Chibante e Família*	Francisco Pontes e Família*
28/07/24	Manuel Medeiros e Família*	Ana Medeiros e Família*	Luis Barroso e Família*	António Pacheco e Família*