

IGREJA

Viva

ITINERÁRIO

Incluir o Círio pascal aceso no arranjo floral.



LITURGIA DA PALAVRA

DOMINGO IX DO TEMPO COMUM SOLENIDADE DA SANTÍSSIMA TRINDADE

LEITURA I Ex 34, 4b-6.8-9 «O Senhor, o Senhor é um Deus clemente e compassivo»

Deus manifesta-Se a Moisés como um Deus cheio de amor e de ternura para com o Seu povo. Sem deixar de ser justo, antes de tudo e acima de tudo, Ele é o Deus que ama e perdoa. Compenetrado desta verdade, Moisés não tem receio de interceder pelo Povo, que fora infiel à Aliança, voltando as costas, ao Deus vivo, para se entregar aos ídolos. E Moisés não vê frustrada a sua esperança. Deus continuará no meio do Seu povo, porque Ele é, na verdade, Aquele que salva.

Leitura do Livro do Êxodo

Naqueles dias, Moisés levantou-se muito cedo e subiu ao monte Sinai, como o Senhor lhe ordenara, levando nas mãos as tábuas de pedra. O Senhor desceu na nuvem, ficou junto de Moisés, que invocou o nome do Senhor. O Senhor passou diante de Moisés e proclamou: «O Senhor, o Senhor é um Deus clemente e compassivo, sem pressa para Se indignar e cheio de misericórdia e fidelidade». Moisés caiu de joelhos e prostrou-se em adoração. Depois disse: «Se encontrei, Senhor, aceitação a vossos olhos, digno-Se o Senhor caminhar no meio de nós. É certo que se trata de um povo de dura cerviz, mas Vós perdoareis os nossos pecados e iniquidades e fareis de nós a vossa herança». Palavra do Senhor.

Salmo responsorial Dan 3, 52.53.54.55.56

(R. 52b)

Refrão: Digno é o Senhor de louvor e de glória para sempre. Repete-se
Ou: Louvor e glória ao Senhor para sempre. Repete-se

LEITURA II 2 Cor 13, 11-13 «A graça de Jesus Cristo, o amor de Deus e a comunhão do Espírito Santo»

Ao iniciarmos as nossas assembleias litúrgicas com o voto de S. Paulo, no final da carta aos Coríntios nós professamos a nossa fé no mistério de um Deus em três Pessoas distintas. Nós reconhecemos que a presença da Trindade é o que constitui a comunidade cristã. Na verdade, é pelo dom gratuito de Jesus Cristo, pelo amor universal do Pai e pela força unitiva do Espírito de caridade que somos congregados em assembleia, para celebrarmos a glória de Deus. Reunida pela ação da Santíssima Trindade, a comunidade cristã deve empenhar-se em se assemelhar à comunidade trinitária vivendo na busca da perfeição, na alegria e no amor mútuo que se exprime pelo ósculo da paz.

Leitura da Segunda Epístola do apóstolo São Paulo aos Coríntios

Irmãos: Sede alegres, trabalhai pela vossa perfeição, animai-vos uns aos outros, tende os mesmos sentimentos, vivei em paz. E o Deus do amor e da paz estará convosco. Saudai-vos uns aos outros com o ósculo santo. Todos os santos vos saúdam. A graça do Senhor Jesus Cristo, o amor de Deus e a comunhão do Espírito Santo estejam convosco. Palavra do Senhor.

ALELUIA cf. Ap 1, 8

Refrão: Aleluia. Repete-se
Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo, ao Deus que é, que era e que há de vir. Refrão

EVANGELHO Jo 3, 16-18 «Deus enviou o seu Filho ao mundo, para que o mundo seja salvo por Ele»

O mistério da Santíssima Trindade é um mistério

de amor: amor de um Deus que se revela aos homens e, num gesto de infinita bondade, lhes dá o Seu Filho, o Qual, encarnando e entregando-Se, totalmente, aos homens até à morte de Cruz (Flp 2, 8), veio não para julgá-los, mas para salvá-los. Perante este amor de Deus, o homem só pode ter uma atitude: aceitar Jesus Cristo como seu Salvador deixar-se penetrar pelo Seu amor e iluminar pela Sua verdade, que é o Seu Evangelho de amor. Recusar Jesus Cristo é recusar a salvação. Deus não condena ninguém. Cada um de nós, com a sua aceitação ou recusa de Cristo, é que decide acerca do seu juízo final.

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São João

Naquele tempo, disse Jesus a Nicodemos: «Deus amou tanto o mundo que entregou o seu Filho Unigénito, para que todo o homem que acredita n'Ele não pereça, mas tenha a vida eterna. Porque Deus não enviou o seu Filho ao mundo para condenar o mundo, mas para que o mundo seja salvo por Ele. Quem acredita n'Ele não é condenado, mas quem não acredita n'Ele já está condenado, porque não acreditou no nome do Filho Unigénito de Deus». Palavra da salvação.

Diz-se o Credo.

Oração sobre as oblatas

Santificai, Senhor nosso Deus, os dons sobre os quais invocamos o vosso nome e, por este divino sacramento, fazei de nós mesmos uma oblação eterna para vossa glória. Por Cristo nosso Senhor.

Antífona da Comunhão Cf. Gl 4, 6

Porque somos filhos de Deus, Ele enviou aos nossos corações o Espírito do seu Filho, que clama: Abbá, Pai.

Oração depois da comunhão

Concedei-nos, Senhor nosso Deus,

que a participação neste divino sacramento e a profissão de fé na santa e eterna Trindade e na sua indivisível Unidade, nos alcancem a saúde do corpo e da alma. Por Cristo nosso Senhor.

REFLEXÃO

Deus envia o seu Filho, por obra do Espírito Santo, para a salvação do mundo. É a maior prova de amor de Deus por todos e cada um de nós. A nossa humilde resposta só pode ser esta: «Digno é o Senhor de louvor e de glória para sempre».

Corações ocupados

Estamos no século XVII, em Paris. Vamos ao encontro de um homem que passava os dias a descascar batatas e a lavar panelas ou a consertar sandálias. Vamos conhecer o Irmão Lourenço da Ressurreição. Falou-nos dele o Papa Leão XIV, dizendo que foi um dos seus maiores influenciadores, que mais o «instruíram sobre qual possa ser o caminho para conhecer e amar o Senhor». O livro chama-se A prática da presença de Deus.

Hoje, celebramos a Solenidade da Santíssima Trindade. O perigo é acharmos que se trata apenas de um mistério complicado. Reparemos, porém, no que diz a Segunda Carta aos Coríntios: «Sede alegres, trabalhai pela vossa perfeição, animai-vos uns aos outros, tende os mesmos sentimentos, vivei em paz. E o Deus do amor e da paz estará convosco».

O segredo, ensina-nos frei Lourenço, consiste em fazer memória da presença de Deus. Parece simples! A nossa dificuldade é esvaziarmos a mente e o coração. Temos a mente cheia de notificações e de listas de tarefas, o coração demasiado ocupado com ressentimentos e tristezas. Sede alegres.

Animai-vos uns aos outros. Quando o teu coração está superlotado, Deus fica à porta, não vives em paz.

Imaginem que convidam o vosso melhor amigo para jantar. Ele chega, senta-se no sofá e vocês, em vez de conversarem com ele, passam a noite inteira a olhar para o ecrã do telemóvel ou a arrumar a casa. Mas é isso que fazemos! Deus está connosco e

IX DOMINGO DO TEMPO COMUM



EUCOLOGIA

Orações presidenciais: Orações da solenidade da Santíssima Trindade

Prefácio: Prefácio próprio da solenidade da Santíssima Trindade

Oração Eucarística: Oração Eucarística III

Bênção: Oração de Bênção sobre o Povo 11



SUGESTÃO DE CÂNTICOS

– **Entrada:** *Ao Senhor do Universo* – F. Silva

– **Preparação Penitencial:** *Tende compaixão de nós, Senhor* – M. Simões

– **Glória:** *Glória a Deus nas alturas* – F. Silva

– **Apresentação dos dons:** *Glória ao Pai que nos criou* – C. Silva

– **Comunhão:** *Recebestes um Espírito* – C. Silva

– **Final:** *Glória a Ti, Jesus Cristo* – C. Silva

31 DE MAIO 2026

nós agimos como se estivéssemos sozinhos. Será que temos de passar a vida na igreja ou num convento? O irmão Lourenço escreveu: «Não é necessário estar sempre na igreja para estar com Deus: podemos fazer dos nossos corações um oratório» e conversar com o Senhor «de forma doce, humilde e amorosa». Todos somos capazes, uns mais, outros menos. Basta uma conversa familiar com o Senhor, «uma pequena lembrança de vez em quando, um pequeno ato de adoração» ou «fazer pequenas coisas por amor a Deus». Podes falar com Deus enquanto conduzes, podes adorá-lo enquanto respondes no WhatsApp, podes oferecer-lhe o teu cansaço enquanto geres um problema familiar ou uma discussão no trabalho. É a arte de viver acompanhado. Deus «está mais perto de nós do que pensamos».

Se a tua vida terminasse hoje, dirias que passaste os dias a caminhar com Deus ou viveste os dias a ignorar o hóspede que habita no teu peito? Esta semana, vais criar um momento de silêncio radical na tua rotina. Nos primeiros minutos do trajeto para o trabalho, para a escola, ou ao acordar, enquanto te preparas, vais manter tudo desligado. Não há rádio, não há música, não há redes sociais, não há televisão. Fecha os olhos da tua mente, respira, dispõe o coração, e saúda o hóspede. Vais dizer-lhe: Glória ao Pai, ao Filho e ao Espírito Santo. Senhor, habitas em mim, e eu estou aqui contigo.

Reflexão preparada por Laboratório da Fé
in www.laboratoriodafe.pt

**Encontrar o Pão na Palavra
Meditação Eucarística**

A narração da Instituição da Eucaristia enuncia quatro verbos: “tomar”, “dar graças”, “partir” e “dar”. Estes verbos estruturam toda a Liturgia Eucarística. O verbo “dar” corresponde ao momento da comunhão, em que o Pão da Vida é dado aos comungantes. O Evangelho dá-nos o sentido teológico desse momento ao dizer: “Deus amou tanto o mundo que entregou o seu Filho Unigénito, para que todo o homem que acredita n’Ele não pereça, mas tenha a vida eterna”. Ao receber o Corpo de Cristo, quem comunga deve ter presente esta Palavra de Jesus. Comungando, recebemos o Filho que, graças ao poder do Espírito Santo, o Pai nos entrega, para que tenhamos a Sua Vida divina. O Pai entrega-nos o Filho pelo poder do Espírito que tudo renova.

Missão da Semana

Caminhando sinodalmente, como imagem da Santíssima Trindade, nesta semana vamos dar o “ósculo da paz” a todas as pessoas com quem nos cruzamos ao longo de cada dia, em nome de Deus. Depois, levemos essas pessoas à nossa oração, fazendo com que se sintam em comunhão com o próprio Deus.

**Celebrar em comunidade
Evangelho para todos**

“Sede alegres, trabalhai pela vossa perfeição,

animai-vos uns aos outros, tende os mesmos sentimentos, vivei em paz” é o desafio lançado por Paulo à comunidade cristã de Corinto. A alegria cristã não é um mero sentimento de felicidade e júbilo; é uma alegria que brota do interior de um coração que se sabe amado por este Deus que “amou tanto o mundo que entregou o seu Filho Unigénito, para que todo o homem que acredita n’Ele não pereça, mas tenha a vida eterna”. Esta é a nossa esperança, esta é a fonte da nossa alegria: somos amados por Deus em todas as circunstâncias da vida. Mas precisamos também de fazer com que todos entrem nesta lógica, animando-nos reciprocamente e trabalhando todos juntos por este propósito. Só assim podemos viver em paz e ser sinal de paz no meio do mundo. Sejamos capazes de o demonstrar, em gestos concretos de fraternidade, como apela S. Paulo.

Oração Universal

V/ Caríssimos irmãos e irmãs: oremos a Deus Pai todo-poderoso, por mediação de seu Filho, Jesus Cristo, na comunhão do Espírito Santo, dizendo, cheios de confiança:

R/ Deus de amor, escutai-nos.

1. Pela santa Igreja, povo convocado e reunido por Deus Pai, por meio de Cristo, na comunhão de um só Espírito, para que seja na terra o sinal vivo do amor de Deus, oremos ao Pai, pelo Filho, no Espírito Santo.

2. Pelos responsáveis no governo das nações, para que atendam sobretudo os mais humildes e trabalhem pela paz e pela justiça, oremos ao Pai, pelo Filho, no Espírito Santo.

3. Pelas pessoas do mundo inteiro, por quem o Pai entregou o seu Filho, para que os que n’Ele acreditam não pereçam, mas tenham a vida eterna, oremos ao Pai, pelo Filho, no Espírito Santo.

4. Pelos que sofrem ou desesperam, para que encontrem junto de si quem os anime e lhes transmita a paz que vem de Deus, oremos ao Pai, pelo Filho, no Espírito Santo.

5. Pela nossa comunidade (paroquial), em caminho de renovação sinodal, para que se torne cada vez mais atenta e fraterna para com os mais frágeis, oremos ao Pai, pelo Filho, no Espírito Santo.

V/ Deus Pai, clemente e compassivo, lento para a ira e rico de misericórdia, que, por vosso Filho, nos enviastes o Espírito Santo, ouvi as orações do vosso povo e dai-lhe a alegria de ser atendido em seus desejos. Por Cristo, nosso Senhor.

R/ Amen.

A versão completa do subsídio litúrgico encontra-se disponível em www.arquidiocese-braga.pt/liturgia/

“
Deus não enviou o seu Filho ao mundo para condenar o mundo

Jo 3, 16-18

SANTÍSSIMA TRINDADE