

### 3 – ORAÇÃO (Oratio)

#### **Pausadamente recitar a seguinte oração**

Oh Cristo Jesus, bondoso e humilde de coração, no excesso do teu amor humilhaste-te fazendo-te obediente até à morte de cruz.

Concede-nos, ó Pai, viver conforme a sua humildade, obediência, caridade e mansidão.

Ámen, Senhor Jesus, pelo teu poder e para tua glória.

*S. João Eudes*

*Cântico: Cristo Jesus, Tu me chamaste (Laudate 248)*

### 4 – CONTEMPLAÇÃO (Contemplatio)

#### **Como interiorizamos a mensagem? Que respondo ao Senhor?**

Senhor Jesus, tu tornas a minha carga leve.

Peço-te humildade para que possa deixar sempre e completamente em tuas mãos, todos os meus problemas.

*Em silêncio colocar-se diante do Senhor e, interiormente, repetir estas palavras.*

### 5 – PARTILHA (Collatio)

*(Quando feito em grupo ou em família)*

Que quero partilhar? Cada elemento do grupo ou da família é convidado a partilhar a sua oração. O que mais me marcou no texto? Que senti ao meditar este texto?

### 6 – AÇÃO (Actio)

#### **Com o que me comprometo? Com o que nos comprometemos?**

Perguntaremos a duas pessoas com quem tenhamos muita confiança, sobre a nossa atitude, pedir-lhe-emos que nos digam se agimos com humildade e em que ocasiões somos soberbos, isto com a finalidade de tomar consciência disso e começar a melhorar.

*"Não podemos fazer grandes coisas,  
mas sim coisas pequenas com um grande amor."*

*Madre Teresa de Calcutá*

*Cântico: Senhor eu seguirei o vosso exemplo (Laudate 760)*

*Adaptado: <http://www.lectionautas.com> - <http://www.discipulitos.com>*

LECTIO DIVINA - 6 de julho de 2014

XIV Domingo do Tempo Comum

**"Que é o homem, Senhor, para que dele cuideis,  
o filho do homem para pensardes nele?".** (Cf. Salmo 144,3)

### 0 – PREPARAÇÃO (Statio)

*Cântico: Hoje se escutardes (Laudate 426)*

Em nome do Pai do Filho e do Espírito Santo. Ámen.

Pai, fonte de luz e calor, envia-nos a tua palavra viva, ensina-nos a aceitá-la sem medo e a deixarmo-nos abrasar por ela.

Senhor, que a tua palavra venha incendiar os nossos corações com o fogo inextinguível, para que levemos esse fogo a todos os outros.

Transforma-nos, Senhor, em palavras vibrantes e calorosas, capazes de incendiar o mundo, para que cada homem possa sentir-se envolvido pelas chamas infinitas do Teu Amor. Ámen.

*(Pe. Ignácio Larrañaga)*

### 1 – LEITURA: TEXTO BÍBLICO: Mateus 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.

#### **Que diz o texto? Algumas perguntas para uma leitura atenta...**

- Que faz Jesus antes de falar de seu Pai?
- Quem é que conhece realmente o Pai e o Filho?
- Que devemos aceitar e aprender de Jesus? Porquê?

## Algumas pistas para compreender o texto...

*Pe. Antonino Cepeda*

Em três invocações, Jesus bendiz o Pai (vv. 25-26), dá-se a conhecer (v. 27), e convida os simples e humildes a descansar n'Ele (vv. 28-30).

### Jesus bendiz o Pai

Expressa-se num paralelismo antitético: Oculto / revelado; aos sábios e inteligentes / aos pequeninos. Frente à atitude arrogante do sábio e inteligente, encontra-se a disponibilidade das pessoas simples, que sim podem aceitar com humildade a palavra revelada. Deus Pai revelou-se aos pequeninos. Revelou o quê? Quando Jesus diz «estas verdades», a que se refere? A todo o evangelho de Jesus, pregado com palavras e com ações. Jesus dedicou as bem-aventuranças aos pobres, mostrando que o Pai tem uma predileção amorosa por eles.

### Jesus dá-se a conhecer

Na segunda invocação Jesus expressa-se mais ao estilo joanino, quer dizer ao estilo do evangelista João. Jesus mostra-se respeitoso da decisão amorosa do Pai: “porque assim foi do teu agrado”. O Filho põe-se em sintonia com o Pai. Jesus, que é a própria sabedoria é capaz de dar a conhecer o Pai, porque O conhece e sabe o desígnio da sua vontade.

### Convida os simples a descansar n'Ele

Com três imperativos, “vinde – tomai - aprendei”, exorta todos os simples. E Jesus promete-lhes descanso: “Eu vos aliviarei”, “encontrareis descanso”.

O próprio Jesus convidou os seus discípulos a descansar; nem sempre o conseguiram, porque a multidão procurava Jesus. Inclusive chega-se a dizer que não lhes sobrava tempo nem para comer, ou descansar. O descanso humano não é só gozar férias para aliviar-se dos compromissos diários, mas é também estabelecer um ritmo de trabalho menos sufocante, acompanhado de respiros com a família, com os amigos... e, claro está, com Deus no silêncio e na oração.

“Aprende” é um verbo emparentado com a palavra “discípulo”. Jesus pede às pessoas que sejam seus discípulos. Isso significa imitar o mestre, seguir as suas pegadas (Cf. 1 Pe 2,21-23).

## 2 – MEDITAÇÃO (*Meditatio*)

### Que me diz o Senhor a mim neste texto?

O Papa Francisco, reflete sobre a humanidade de Jesus, na Eucaristia diária que celebra na Capela de Santa Marta; hoje, partilhámos o seguinte convite que nos faz para contemplar Jesus:

«Não é fácil para os cristãos viver segundo os princípios e as virtudes inspirados por Jesus. Não é fácil mas é possível: basta contemplar Jesus sofredor, a humanidade sofredora e levar uma vida escondida com Jesus em Deus.

Eis o caminho para fazer o que o Senhor nos pede: esconder a nossa vida com Cristo em Deus. E isto deve renovar-se em cada atitude diária, pois só se dirigirmos o coração e a mente para o Senhor, triunfador sobre o pecado e a morte, poderemos fazer o que Ele nos pede.

Mansidão, bondade, ternura e magnanimidade são as virtudes necessárias para seguir o caminho indicado por Cristo. Recebê-las é uma graça que brota da contemplação de Jesus. Não foi por acaso que os nossos pais e mães espirituais nos ensinaram como é importante contemplar a paixão do Senhor.

Só contemplando a humanidade sofredora de Jesus, podemos ser mansos como Ele. Não há outro caminho. Sem dúvida, deveríamos esforçar-nos por procurar Jesus, pensar na sua paixão, no seu sofrimento, no seu silêncio manso. Este deve ser o nosso esforço; Ele pensará no resto e dar-nos-á o que nos falta. Mas nós devemos esconder a nossa vida com Cristo em Deus.

Portanto, para ser cristão é necessário contemplar sempre a humanidade de Jesus, o homem que sofre. Como dar testemunho, não odiar o próximo, não tagarelar contra os outros? Contemplando Cristo sofredor; estas são as mesmas virtudes do Pai, bom, manso e magnânimo, que nos perdoa sempre, e de Nossa Senhora, nossa mãe.

Não é fácil, mas é possível.

Confiamo-nos à Virgem Maria.

### Perguntas para a reflexão pessoal

Acreditas que vale a pena esforçar-se por ser manso e humilde como Jesus?

Em que momentos notaste que o Senhor te ajudou a viver essa mansidão?

Entregas a Jesus os teus jugos, para que os torne mais leves?