



LECTIO DIVINA

2025 | 2026

SOMOS UM PORTO
PEREGRINO

ABRIR CAMINHOS DE ESPERANÇA!

ENC. #30 16/06/2026

12.º Comum / A Mt 10,26-33

Portanto não tenhais medo



INVOCAÇÃO

Vinde, Espírito Santo,
enchei os corações dos vossos fiéis
e acendei neles o fogo do Vosso amor.
Enviai, Senhor, o Vosso Espírito,
e tudo será criado, e renovareis a face da terra.



STATIO Preparação

Momento de silêncio.



LECTIO Leitura: O que diz o texto?

«²⁶ Portanto, não tenhais medo deles, pois nada há encoberto que não venha a descobrir-se, nem escondido que não venha a conhecer-se. ²⁷ O que eu vos digo às escuras, dizei-o às claras, e o que ouvís com os ouvidos, proclamai-o sobre os telhados. ²⁸ Não tenhais medo dos que matam o corpo, mas não podem matar a alma. Tende, antes, medo de quem pode destruir a alma e o corpo na Geena. ²⁹ Não se vendem dois passarinhos por uma moeda? E nem um deles cairá por terra sem o consentimento do vosso Pai. ³⁰ Ora, até os cabelos da vossa cabeça estão todos contados. ³¹ Por isso, não

tenhais medo: vós valeis muito mais do que todos os passarinhos. ³² Todo aquele que se declarar por mim diante dos homens, também Eu me hei de declarar por ele diante do meu Pai que está nos céus. ³³ Aquele, porém, que me negar diante dos homens, também Eu o negarei diante do meu Pai que está nos céus.».

Versão: Bíblia da CEP - Revisão de agosto de 2024



MEDITATIO Meditação: O que me diz o texto?

Que pensamentos e sentimentos despertam em mim as palavras de Jesus?

Nesta passagem, ecoa o refrão que percorre toda a Bíblia: “Não temais!” As adversidades vividas e a incerteza do futuro tornam-me temeroso? Abalam as minhas convicções e criam desconfiança? Sinto vergonha de falar/viver o Evangelho?



ORATIO Oração

Porque

Porque os outros se mascaram mas tu não

Porque os outros usam a virtude

Para comprar o que não tem perdão.

Porque os outros têm medo mas tu não.

Porque os outros são os túmulos caiados

Onde germina calada a podridão.

Porque os outros se calam mas tu não.

Porque os outros se compram e se vendem
E os seus gestos dão sempre dividendo.
Porque os outros são hábeis mas tu não.

Porque os outros vão à sombra dos abrigos
E tu vais de mãos dadas com os perigos.
Porque os outros calculam mas tu não.

Sophia de Mello Breyner Andresen



CONTEMPLATIO Contemplação

«Meu Deus, toma-me pela mão! Eu te seguirei com determinação, sem muita resistência. Não me furtarei a nenhuma das tempestades que caírem sobre mim nesta vida. Suportarei o choque com o melhor das minhas forças. Mas dá-me, de vez em quando, um breve instante de paz. ... eu te seguirei e tentarei não ter medo. Esteja onde estiver, tentarei irradiar um pouco de amor, do verdadeiro amor ao próximo que há em mim.»

[Cadernos diários. 1941 - Etty Hillesum]



DISCRETIO Discernimento

Quem nos poderá separar do amor de Cristo?

A tribulação, a angústia, a perseguição, a fome, a nudez, o perigo, ou a espada?

...

Mas em tudo isto somos mais que vencedores, graças Àquele que nos amou.

De facto, estou certo de que nem a morte nem a vida, nem os anjos nem os principados, nem as coisas presentes nem

as que estão para vir, nem as potestades, nem a altura nem a profundidade, nem qualquer outra criatura, nos poderá separar do amor de Deus em Cristo Jesus nosso Senhor.

(Rm 8, 35-39)



ACTIO Ação

Descobre os medos que te afastam do Amor de Deus. Ajuda outros a superar esses medos e a confiar plenamente no Senhor. **«Meu Senhor e Meu Deus!»**