



O POVO DE DEUS

FOLHETO LITÚRGICO DA ARQUIDIOCESE DE BRASÍLIA

Ano LX – Brasília, 20 de julho de 2025 – Nº 42


60
anos
DO FOLHETO

DÉCIMO SEXTO DOMINGO DO TEMPO COMUM

Ano Litúrgico C, São Lucas – Cor litúrgica: verde – Formulário de Missa – MR., p.398

ANO JUBILAR: “Peregrinos da Esperança”



 **A.:** O caminho cristão nos propõe duas vias que se cruzam: contemplação e ação. Um não pode ser vivido sem o outro, não há oposição entre eles. Firmes no propósito de rezar e servir sem medidas, iniciemos a Santa Missa dominical.

RITOS INICIAIS



1 CANTO DE ABERTURA – Sl 53;

M.: Pe. José Weber, SVD

R.: QUEM ME PROTEGE E ME AMPARA É MEU DEUS./ É O SENHOR QUEM SUSTENTA MINHA VIDA!/
1) Quero ofertar-vos o meu sacrifício de coração e com muita alegria; quero louvar, ó Senhor, vosso nome, quero cantar vosso nome que é bom! 2) Por vosso nome, salvai-me, Senhor; e dai-me a vossa justiça! Ó meu Deus, atendei minha prece e escutai as palavras que eu digo! 3) Demos glória a Deus Pai onipotente e a seu Filho, Jesus Cristo, Senhor nosso, e ao Espírito que habita em nosso peito, pelos

séculos dos séculos. Amém.

séculos dos séculos. Amém.

2 SAUDAÇÃO INICIAL

P.: Em nome do Pai e do Filho ✠ e do Espírito Santo.

T.: AMÉM.

P.: A graça e a paz daquele que é, que era e que vem estejam convosco.

T.: BENDITO SEJA DEUS, QUE NOS REUNIU NO AMOR DE CRISTO.

3 ATO PENITENCIAL

P.: No dia em que celebramos a vitória de Cristo sobre o pecado e a morte, também nós somos convidados a morrer para o pecado e ressurgir para uma vida nova. Reconheçamo-nos necessitados da misericórdia do Pai. *(breve silêncio)*

P.: Confessemos os nossos pecados:
T.: CONFESSO A DEUS TODO-PODEROSO E A VÓS, IRMÃOS E IRMÃS, QUE PEQUEI MUITAS VEZES POR PENSAMENTOS E PALAVRAS, ATOS E OMISSÕES, e, batendo no peito, dizer: POR MINHA CULPA, MINHA CULPA, MINHA TÃO GRANDE CULPA. E PEÇO À VIRGEM MARIA, AOS ANJOS E SANTOS E A VÓS, IRMÃOS E IRMÃS, QUE ROGUEIS POR MIM A DEUS, NOSSO SENHOR.

P.: Deus todo-poderoso, tenha compaixão de nós, perdoe os nossos pecados e nos conduza à vida eterna.

T.: AMÉM.

P.: Kýrie, eléison.

T.: KÝRIE, ELÉISON.

P.: Christe, eléison.

T.: CHRISTE, ELÉISON.

P.: Kýrie, eléison.

T.: KÝRIE, ELÉISON.

4 HINO DO GLÓRIA – Glória...

5 COLETA

P.: OREMOS: *(breve silêncio)* Senhor, sede propício a vossos fiéis e, benigno, multipliquei neles os dons da vos-

sa graça, para que, fervorosos na fé, na esperança e na caridade, perseverem sempre vigilantes na observância dos vossos mandamentos. 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. **T.:** AMÉM.

LITURGIA DA PALAVRA



A.: *Irmãos, acolher a Cristo é estar atento à sua voz e demonstrar vontade de estar em comunhão com Ele. Escutemos com atenção.*

6 PRIMEIRA LEITURA – Gn 18,1-10^a Leitura do Livro do Gênesis.

Naqueles dias, 'o Senhor apareceu a Abraão junto ao carvalho de Mambré, quando ele estava sentado à entrada da sua tenda, no maior calor do dia. ²Levantando os olhos, Abraão viu três homens de pé, perto dele. Assim que os viu, correu ao seu encontro e prostrou-se por terra. ³E disse: “Meu Senhor, se ganhei tua amizade, peço-te que não prossigas viagem, sem parar junto a mim, teu servo. ⁴Mandarei trazer um pouco de água para vos lavar os pés, e descansareis debaixo da árvore. ⁵Farei servir um pouco de pão para refazerdes vossas forças, antes de continuar a viagem. Pois foi para isso mesmo que vos aproximastes do vosso servo”. Eles responderam: “Faze como disseste”. ⁶Abraão entrou logo na tenda, onde estava Sara, e lhe disse: “Toma depressa três medidas da mais fina farinha, amassa alguns pães e assa-os.” ⁷Depois, Abraão correu até o rebanho, pegou um bezerro dos mais tenros e melhores e deu-o a um criado, para que o preparasse sem demora. ⁸A seguir, foi buscar coalhada, leite e o bezerro assado e pôs tudo diante deles. Abraão, porém, permaneceu de pé, junto deles, debai-

xo da árvore, enquanto comiam. ⁹E eles lhe perguntaram: “Onde está Sara, tua mulher?” “Está na tenda”, respondeu ele. ^{10a}E um deles disse: “Voltarei, sem falta, no ano que vem, por este tempo, e Sara, tua mulher, já terá um filho”. Palavra do Senhor.

T.: GRAÇAS A DEUS.

7 SALMO RESPONSORIAL – Do Salmo 14/15

R.: SENHOR, QUEM MORARÁ EM VOSSA CASA?/ 1) É aquele que caminha sem pecado e pratica a justiça fielmente; que pensa a verdade no seu íntimo e não solta em calúnias sua língua./ **2)** Que em nada prejudica o seu irmão nem cobre de insultos seu vizinho; que não dá valor algum ao homem ímpio, mas honra os que respeitam o Senhor./ **3)** Não empresta o seu dinheiro com usura, nem se deixa subornar contra o inocente. Jamais vacilará quem vive assim!

8 SEGUNDA LEITURA – Cl 1,24-28 **Leitura da Carta de São Paulo aos Colossenses.**

Irmãos: ²⁴Alegro-me de tudo o que já sofri por vós e procuro completar, na minha própria carne, o que falta das tribulações de Cristo, em solidariedade com o seu corpo, isto é, a Igreja. ²⁵A ela eu sirvo, exercendo o cargo que Deus me confiou de vos transmitir a palavra de Deus em sua plenitude: ²⁶o mistério escondido por séculos e gerações, mas agora revelado aos seus santos. ²⁷A estes Deus quis manifestar como é rico e glorioso entre as nações este mistério: a presença de Cristo em vós, a esperança da glória. ²⁸Nós o anunciamos, admoestando a todos e ensinando a todos, com toda sabedoria, para a todos tornar perfeitos em sua união com Cristo. Palavra do Senhor.

T.: GRAÇAS A DEUS.

9 ACLAMAÇÃO

R.: ALELUIA, ALELUIA, ALELUIA./ V.: Felizes os que observam a palavra do Senhor, de reto coração, e que produzem muitos frutos, até o fim perseverantes! (Lc 8,15)

10 EVANGELHO – Lc 10,38-42

P.: O Senhor esteja convosco.

T.: ELE ESTÁ NO MEIO DE NÓS.

P.: Proclamação do Evangelho de Jesus Cristo segundo Lucas.

T.: GLÓRIA A VÓS, SENHOR!

P.: Naquele tempo, ³⁸Jesus entrou num povoado, e certa mulher, de nome Marta, recebeu-o em sua casa. ³⁹Sua irmã, chamada Maria, sentou-se aos pés do Senhor e escutava a sua palavra. ⁴⁰Marta, porém, estava ocupada com muitos afazeres. Ela aproximou-se e disse: “Senhor, não te importas que minha irmã me deixe sozinha, com todo o serviço? Manda que ela me venha ajudar!” ⁴¹O Senhor, porém, lhe respondeu: “Marta, Marta! Tu te preocupas e andas agitada por muitas coisas. ⁴²Porém, uma só coisa é necessária. Maria escolheu a melhor parte e esta não lhe será tirada”. Palavra da Salvação.

T.: GLÓRIA A VÓS, SENHOR!

11 HOMILIA

12 PROFISSÃO DE FÉ

Creio em Deus Pai, todo-poderoso, Criador do céu e da terra. E em Jesus Cristo, seu único Filho, nosso Senhor, *(faz-se inclinação nas palavras destacadas)* **que foi concebido pelo poder do Espírito Santo, nasceu da Virgem Maria, padeceu sob Pôncio Pilatos, foi crucificado, morto e sepultado, desceu à mansão dos mortos, ressuscitou ao terceiro dia, subiu aos céus, está sentado à direita de Deus Pai todo-poderoso, donde há de vir a julgar os vivos e os mortos. Creio no Espírito Santo, na santa Igreja católica, na comunhão dos santos, na remissão dos pecados, na ressurreição da carne e na vida eterna. AMÉM.**

13 ORAÇÃO DOS FIÉIS

P.: Irmãos e irmãs, instruídos pela Palavra divina, supliquemos com confiança, dizendo: ouvi-nos, Senhor.

T.: OUVI-NÓS, SENHOR.

1) Que, por meio dos sofrimentos do tempo presente, a Igreja possa revelar o mistério rico e glorioso da presença de Cristo, amigo fiel e verdadeiro, ensinando com sabedoria a união com ele, oremos:

T.: OUVI-NÓS, SENHOR.

2) Que a agitação, os muitos afazeres da vida cotidiana e a ansiedade do momento não nos afastem da pre-

sença amorosa de Cristo, amigo rico e glorioso, e não nos tirem de sua amizade plena, oremos:

T.: OUVI-NÓS, SENHOR.

3) Que cada um de nós, reunidos para celebrar o mistério de Cristo, saiba também reconhecer e acolher sua presença no cotidiano de nossa vida, oremos:

T.: OUVI-NÓS, SENHOR.

4) Que o Espírito Santo reconduza ao lar os desabrigados, alivie os sofrimentos dos enfermos e salve aqueles que se encontram em perigo, oremos:

T.: OUVI-NÓS, SENHOR.

(preces espontâneas):

P.: Suba até vós, Senhor, a confiante oração dos vossos fiéis, e desçam sobre nós a vossa graça e a vossa bênção. Por Cristo, nosso Senhor.

T.: AMÉM.

LITURGIA EUCARÍSTICA



14 APRESENTAÇÃO DOS DONS – L. e M.: Pe. Almir dos Reis e Fr. Valdir Silva

1) A mesa santa que preparamos, mãos que se elevam a Ti, ó Senhor. O pão e o vinho, frutos da terra, duro trabalho, carinho e amor: Ô, ô, ô, recebe, Senhor! Ô, ô, recebe, Senhor! **2)** Flores, espinhos, dor e alegria, pais, mães e filhos diante do altar. A nossa oferta em nova festa, a nossa dor vem, Senhor, transformar! Ô, ô, ô, recebe, Senhor! Ô, ô, recebe, Senhor! **3)** A vida nova, nova família, que celebramos, aqui tem lugar. Tua bondade vem com fartura, é só saber reunir, partilhar. Ô, ô, ô, recebe, Senhor! Ô, ô, recebe, Senhor!

15 P.: Oraí, irmãos e irmãs, para que o meu e vosso sacrifício seja aceito por Deus Pai todo-poderoso.

T.: RECEBA O SENHOR POR TUAS MÃOS ESTE SACRIFÍCIO, PARA A GLÓRIA DO SEU NOME, PARA O NOSSO BEM E DE TODA A SUA SANTA IGREJA.

16 SOBRE AS OFERENDAS

P.: Ó Deus, no único sacrifício da cruz levastes à plenitude os diversos sacrifícios da antiga lei. Aceitai esta oblação das mãos dos vossos fiéis e santificai-a, com a mesma bênção que des-

tes à oferta de Abel, a fim de que sirva para a salvação de todos o que cada um trouxe em vossa honra. Por Cristo, nosso Senhor.

T.: AMÉM.

17 ORAÇÃO EUCARÍSTICA III – MR., p.545 – Prefácio dos Domingos do Tempo Comum IX: O dia do Senhor. – MR., p.482

P.: Na verdade, é digno e justo, é nosso dever e salvação bendizer-vos e dar-vos graças, Pai santo, fonte da verdade e da vida, porque, neste domingo festivo, nos acolhestes em vossa casa. Hoje, vossa família, reunida para escutar vossa Palavra e repartir o Pão da Eucaristia, celebra a memória do Senhor ressuscitado, enquanto a humanidade inteira espera o domingo sem ocaso para entrar no vosso repouso. Então contemplemos a vossa face e louvaremos para sempre a vossa misericórdia. Nesta alegre esperança, unidos aos Anjos e Santos, cantamos (*dizemos*) a uma só voz:

T.: SANTO, SANTO, SANTO...

P.: Na verdade, vós sois Santo, ó Deus do universo, e tudo o que criastes proclama o vosso louvor, porque, por Jesus Cristo, vosso Filho e Senhor nosso, e pela força do Espírito Santo, dais vida e santidade a todas as coisas e não cessais de reunir para vós um povo que vos ofereça em toda parte, do nascer ao pôr do sol, um sacrifício perfeito. Por isso, ó Pai, nós vos suplicamos: santificai pelo Espírito Santo as oferendas que vos apresentamos para serem consagradas, a fim de que se tornem o Corpo e \times o Sangue de vosso Filho, nosso Senhor Jesus Cristo, que nos mandou celebrar estes mistérios.

T.: ENVIAI O VOSSO ESPÍRITO SANTO!

P.: Na noite em que ia ser entregue, Jesus tomou o pão, pronunciou a bênção de ação de graças, partiu e o deu a seus discípulos, dizendo:

“TOMAI, TODOS, E COMEI: ISTO É O MEU CORPO, QUE SERÁ ENTREGUE POR VÓS”.

Do mesmo modo, no fim da Ceia, ele tomou o cálice em suas mãos, pronunciou a bênção de ação de graças, e o

deu a seus discípulos, dizendo:

“TOMAI, TODOS, E BEBEI: ESTE É O CÁLICE DO MEU SANGUE, O SANGUE DA NOVA E ETERNA ALIANÇA, QUE SERÁ DERRAMADO POR VÓS E POR TODOS PARA REMISSÃO DOS PECADOS. FAZEI ISTO EM MEMÓRIA DE MIM”.

Mistério da fé para a salvação do mundo!

T.: SALVADOR DO MUNDO, SALVA-NOS, VÓS QUE NOS LIBERTASTES PELA CRUZ E RESSURREIÇÃO!

P.: Celebrando agora, ó Pai, o memorial da paixão redentora do vosso Filho, da sua gloriosa ressurreição e ascensão ao céu, e, enquanto esperamos sua nova vinda, nós vos oferecemos, em ação de graças, este sacrifício vivo e santo.

T.: ACEITAI, Ó SENHOR, A NOSSA OFERTA!

P.: Olhai com bondade a oblação da vossa Igreja e reconhecei nela o sacrifício que nos reconciliou convosco; concedei que, alimentando-nos com o Corpo e o Sangue de vosso Filho, repletos do Espírito Santo, nos tornemos em Cristo um só corpo e um só espírito.

T.: O ESPÍRITO NOS UNA NUM SÓ CORPO!

P.: Que o mesmo Espírito faça de nós uma eterna oferenda, para alcançarmos a herança com os vossos eleitos: a santíssima Virgem Maria, Mãe de Deus, São José, seu esposo, os vossos santos Apóstolos e gloriosos Mártires, (*Santo do dia ou padroeiro*) e todos os Santos, que não cessam de interceder por nós na vossa presença.

T.: FAZEI DE NÓS UMA PERFEITA OFERENDA!

P.: Nós vos suplicamos, Senhor, que este sacrifício da nossa reconciliação estenda a paz e a salvação ao mundo inteiro. Confirmai na fé e na caridade a vossa Igreja que caminha neste mundo, com o vosso servo o Papa Leão e o nosso Bispo Paulo Cezar, com os bispos do mundo inteiro, os presbíteros e diáconos, os outros ministros e o povo por vós redimido. Atendei propício às preces desta família, que reunistes em vossa presença. Reconduzi a vós, Pai

de misericórdia, todos os vossos filhos e filhas dispersos pelo mundo inteiro.

T.: LEMBRAI-VOS, Ó PAI, DA VOSSA IGREJA!

P.: Acolhei com bondade no vosso reino os nossos irmãos e irmãs que partiram desta vida e todos os que morreram na vossa amizade. Unidos a eles, esperamos também nós saciar-nos eternamente da vossa glória, por Cristo, Senhor nosso. Por ele dais ao mundo todo bem e toda graça.

Por Cristo, com Cristo, e em Cristo, a vós, Deus Pai todo-poderoso, na unidade do Espírito Santo, toda honra e toda glória, por todos os séculos dos séculos.

T.: AMÉM.

18 RITO DA COMUNHÃO

19 CANTO DE COMUNHÃO – L.: Lc 10, 42 e Sl 18^o; M.: Pe. José Weber, SVD

R.: MARIA ESCOLHEU A PARTE MELHOR/ QUE NÃO LHE SERÁ TIRADA JAMAIS./ 1) A lei do Senhor Deus é perfeita, conforto para a alma! O testemunho do Senhor é fiel, sabedoria dos humildes./ **2)** Os preceitos do Senhor são precisos, alegria ao coração. O mandamento do Senhor é brilhante, para os olhos é uma luz./ **3)** É puro o temor do Senhor, imutável para sempre. Os julgamentos do Senhor são corretos e justos igualmente./ **4)** Mais desejáveis do que o ouro são eles, do que o ouro refinado. Suas palavras são mais doces que o mel, que o mel que sai dos favos. **5)** Que vos agrade o cantar dos meus lábios e a voz da minha alma; que ela chegue até vós, ó Senhor, meu Rochedo e Redentor!

20 DEPOIS DA COMUNHÃO

P.: OREMOS: (breve silêncio) Nós vos pedimos, Senhor misericordioso, permanecei junto ao vosso povo e fazei passar da antiga para a nova vida aqueles que iniciastes nos mistérios do céu. Por Cristo, nosso Senhor.

T.: AMÉM.

RITOS FINAIS



21 BREVES AVISOS

22 BÊNÇÃO FINAL

LEITURAS DA SEMANA

Seg.: Ex 14,5-18; Ex 15,1-2.3-4.5-6; Mt 12,38-42; Ter.: Ct 3,1-4ª ou 2Cor 5,14-17; Sl 62(63), 2.3-4.5-6.8-9; Jo 20,1-2.11-18. **Sta. Maria Madalena, festa;** Qua.: Ex 16,1-5.9-15; Sl 77(78), 18-19.23-24. 25-26.27-28; Mt 13,1-9; Qui.: Ex 19,1-2.9-11.16-20ª; Dn 3,52.53-54.55.56-57; Mt 13,10-17; Sex.: 2Cor 4,7-15; Sl 125(126), 1-2ª. 2ª.3.4-5.6; Mt 20,20-28. **S. Tiago, Apóstolo, Festa;** Sáb.: Eclo 44, 1.10-15; Sl 131(132), 11.13-14.17-18; Mt 13,16-17. **Ss. Joaquim e Ana, memória.**

FOLHETO LITÚRGICO DA ARQUIDIOCESE DE BRASÍLIA

Arcebispo: D. Paulo Cezar Costa. Editor Geral: Pe. Paulo Alves; repertório musical: Pe. Justino Silva, OSB; preces: Diácono Marcos Soares; revisores: Sandra P. e Oliveira; Bráulio de Oliveira; Elias Santana; diagramação e ilustração: Ton Vieira; informes e distribuição: Fernanda Alcântara; gráfica: Inconfidência. Texto litúrgico publicado com a autorização da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB). **Todos os direitos reservados.** Contato: opovodedeusdf@gmail.com

INFORME DINÂMICO

FESTA DE SANTA CLARA 2025

Tríduo: Santa Missa às 10h, nos dias: **27/Julho; 03 e 10/Agosto/2025;**

11/Agosto/2025 - Dia de Santa Clara:

• Santa Missa às 10h e 19h30; Adoração Eucarística; barraquinhas durante todo o dia 11.

Local: Mosteiro Santa Clara de Deus Trino – Núcleo Rural Alexandre Gusmão, Ingra 7 – BR 080, caminho de Brazlândia.

Informações: Irmãs Clarissas – (61) 99982.8228; Walliston (Zap) – (61) 98292.7978.



EDITAL

A Presidência do **Tribunal Eclesiástico Interdiocesano e de Apelação de Brasília** convida: **CLAÚDIO DE CASTRO MARTINS; FRANCISCO CLEISON DA SILVA;** e **ELIANE CAMPOS NEIVA DIAS,** a comparecerem à nossa sede – Cúria Metropolitana de Brasília – situada na Esplanada dos Ministérios, Lote 12, ao lado da Catedral de Brasília, no prazo de **30 dias**, em nosso horário de expediente: 8h – 12h; 13h – 17h; de segunda a sexta-feira, para tomarem conhecimento em assunto de seu interesse.

Pede-se às pessoas que os conheçam o favor de comunicá-lhes essa citação.

Presidência do Tribunal Eclesiástico Interdiocesano

VOCÊ JÁ PENSOU EM SER PADRE?



O Encontro de Discernimento Vocacional Masculino acontece sempre no primeiro domingo de cada mês, a partir das 8h, no Seminário Maior Arquidiocesano de Brasília – Nossa Senhora de Fátima (SHIS QI 17, A.E. s/n, Lago Sul).

Para mais informações, entre em contato pelo Instagram oficial da Pastoral Vocacional [@vocacionaldf](https://www.instagram.com/vocacionaldf) ou pelo telefone: (61) 3366.9900.

FIQUE POR DENTRO DAS NOTÍCIAS DA ARQUIDIOCESE DE BRASÍLIA

Acesse nosso portal e siga nossas redes sociais

www.arqbrasil.com.br

[Arquidiocese de Brasília](https://www.facebook.com/Arquidiocese.de.Brasilia) [@arqbrasil](https://www.instagram.com/@arqbrasil)

[Arquidiocese de Brasília - DF](https://www.youtube.com/Arquidiocese.de.Brasilia)



Inconfidência (61) 99125.8684 - DF

PALAVRA DO PASTOR



CONJUGAR CONTEMPLAÇÃO E AÇÃO

Cardeal Paulo Cezar Costa

Arcebispo Metropolitano de Brasília

Neste domingo, no Evangelho, a Palavra de Deus coloca diante de nós a atitude de duas mulheres: Marta e Maria (Lc 10, 38-42). A atitude delas não está em oposição, mas revela aspectos importantes da existência que devem estar correlacionados: contemplação e ação. Maria se coloca aos pés do mestre para ouvir a sua palavra; Marta está preocupada com os muitos afazeres da casa e interpela Jesus: “Senhor, não te importas que minha irmã me deixe sozinha, com todo o serviço? Manda que ela venha me ajudar” (Lc 10,40).

Papa Francisco nos ajuda a entrar no mistério desse texto do Evangelho. “(...) Nesta cena de Maria de Betânia aos pés de Jesus, São Lucas mostra a atitude orante do crente, que sabe estar na presença do Mestre para o ouvir e para se pôr em sintonia com Ele. Trata-se de fazer uma pausa durante o dia, de se recolher em silêncio, por alguns minutos, para dar espaço ao Senhor que ‘passa’ e para encontrar a coragem de permanecer um pouco ‘à parte’ com Ele, para depois voltar, com serenidade e eficácia, às situações da vida de todos os dias. Elogiando o comportamento de Maria, que ‘escolheu a melhor parte’ (v. 42), Jesus parece repetir a cada um de nós: ‘Não te deixes dominar pelas coisas a fazer, mas, antes de tudo, ouve a voz do Senhor, para cumprir bem as tarefas que a vida te confiar’.

“Depois há a outra irmã, Marta. São Lucas diz que foi ela quem acolheu Jesus (cf. v. 38). Talvez Marta fosse a mais velha das duas irmãs, não sabemos, mas certamente esta mulher tinha o carisma da hospitalidade. Com efeito, enquanto Maria ouve Jesus, ela está totalmente ocupada com os numerosos serviços. Por isso, Jesus diz-lhe: ‘Marta, Marta, estás inquieta e perturbada com muitas coisas’ (v. 41). Com estas palavras, Ele certamente não tenciona condenar a atitude de serviço, mas sobretudo a ansiedade com que às vezes ele é vivido. Também nós compartilhamos a preocupação de Santa Marta e, seguindo o seu exemplo, propomos fazer com que, nas nossas famílias e comunidades, se viva o sentido de hospitalidade e fraternidade, para que todos possam sentir-se ‘em casa’, especialmente os pequeninos e os pobres quando batem à porta.

“Portanto, o Evangelho de hoje recorda-nos que a sabedoria do coração consiste precisamente em saber conjugar estes dois elementos: *contemplação e ação*. Marta e Maria indicam-nos o caminho. Se quisermos saborear a vida com alegria, devemos associar estas duas atitudes: por um lado, ‘estar aos pés’ de Jesus, para o ouvir enquanto Ele nos revela o segredo de tudo; por outro, estar atentos e prontos na hospitalidade, quando Ele passa e bate à nossa porta, com o rosto do amigo que tem necessidade de um momento de conforto e fraternidade. É necessária esta hospitalidade! (...)” (Papa Francisco, *Angelus* de 21 de julho de 2019).

Vivemos num mundo que talvez se assemelhe a Marta, muito preocupado com o fazer, o operar, o realizar. A sabedoria do coração consiste em conjugar contemplação e ação. É encontrando tempo para o silêncio, a oração, para escutar o Senhor que vamos encontrando a unidade do nosso ser. Numa sociedade da fragmentação, a contemplação nos ajuda a encontrar a unidade do ser.