

O “afundamento” é um processo e por isso devemos estar vigilantes para perceber onde está a nossa atenção, quais os pensamentos que alimentamos em que estamos a colocar a nossa confiança.

Todos nós experimentamos quedas/“afundamentos” em que deixamos que os medos sejam maiores que a presença de Deus. Contudo, quando fixamos os olhos no Senhor e confiamos que a nossa segurança está na Sua Palavra, o impossível torna-se possível. Reflitamos:

- Recordo algum momento em que comecei cheio de fé, mas depois deixei que o desânimo me fizesse “afundar”?
- Que “ventos” ou tempestades me têm feito desviar o olhar de Jesus?
- Quando enfrento uma dificuldade, vejo apenas um problema ou também uma oportunidade de Deus agir?
- Que queda da minha vida precisa hoje da mão de Jesus para me levantar?

Cada um de nós é convidado a apresentar a sua prece a Deus. Terminamos dizendo “Senhor, estende-nos a Tua mão”

De mãos dadas, em redor da taça da água que preparámos, rezemos com Jesus

Pai Nosso...

Senhor Jesus, quantas vezes também nós começamos bem o caminho, mas deixamos que o medo ocupe o lugar da confiança. Quando desviamos o olhar de Ti, tudo parece mais escuro e sentimos que nos afundamos.

Ensina-nos a fixar os olhos em Ti, a interpretar a visa à luz da Tua presença e a confiar mais na Tua palavra que nas nossas fragilidades.

e quando cairmos, dá-nos a humildade de Te chamar e a certeza de que a Tua mão nunca deixa de nos procurar.

Faz de nós discípulos que caminham pela fé e não pelo medo.

Ámen.

Que o senhor nos acompanhe nas tempestades da vida, fortaleça a nossa fé, renove a nossa confiança e nos conceda a Sua paz.

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

Consulte a oração em oraremfamilia.pt



Semana de 9 a 15 de Agosto de 2026
XIX DOMINGO DO TEMPO COMUM - ANO A

O PROCESSO DO “AFUNDAMENTO” DE PEDRO



Preparemos o espaço de forma a que fiquemos confortáveis e nos consigamos ver uns aos outros.

Podemos colocar uma taça com água, de modo a nos lembrar das tempestades da vida e da presença de Jesus, que vem ao nosso encontro. Assim como uma vela acesa e a Bíblia aberta em Mateus 14.

Com a confiança e a fé que Jesus mantém a Sua mão estendida para cada um de nós, em cada momento da nossa vida, benzemo-nos.

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

Louvemos a Deus, que segura as nossas mãos, quando o mar da vida nos quer afogar ou as tristezas nos vem sufocar. (Letra do cântico “Segura nas mãos de Deus”)

Se as águas do mar da vida quiserem te afogar	Segura na mão de Deus, segura na mão de Deus
Segura na mão de Deus e vai	Pois ela, ela te sustentará
Se as tristezas desta vida quiserem te sufocar	Não temas, segue adiante e não olhes para trás
Segura na mão de Deus e vai	Segura na mão de Deus e vai

Antes de escutarmos a Palavra, cada membro da família é convidado a agradecer a Deus um momento importante em que sentiu a Sua ajuda ou proteção. E, de coração cheio de gratidão, agradecemos-Lhe espontaneamente, o que hoje nos fez sorrir...

Escutemos atentamente, na voz de um de nós, o texto que hoje nos é sugerido:

Mt 14, 22-33: Depois de ter saciado a fome à multidão, Jesus obrigou os discípulos a subir para o barco e a esperá-l'O na outra margem, enquanto Ele despedia a multidão. Logo que a despediu, subiu a um monte, para orar a sós. Ao cair da tarde, estava ali sozinho. O barco ia já no meio do mar, açoitado pelas ondas, pois o vento era contrário. Na quarta vigília da noite, Jesus foi ter com eles, caminhando sobre o mar. Os discípulos, vendo-O a caminhar sobre o mar, assustaram-se, pensando que fosse um fantasma. E gritaram cheios de medo. Mas logo Jesus lhes dirigiu a palavra, dizendo: «Tende confiança. Sou Eu. Não temais». Respondeu-Lhe Pedro: «Se és Tu, Senhor, manda-me ir ter contigo sobre as águas». «Vem!» – disse Jesus. Então, Pedro desceu do barco e caminhou sobre as águas, para ir ter com Jesus. Mas, sentindo a violência do vento e começando a afundar-se, gritou: «Salva-me, Senhor!» Jesus estendeu-lhe logo a mão e segurou-o. Depois disse-lhe: «Homem de pouca fé, porque duvidaste?» Logo que saíram para o barco, o vento amainou. Então, os que estavam no barco prostraram-se diante de Jesus, e disseram-Lhe: «Tu és verdadeiramente o Filho de Deus».

Que texto tão encorajador para a nossa caminhada! Tentemos percebê-lo melhor! Diz-nos o texto do Evangelho que Pedro começou a afundar-se, isto é, ele não se afundou de imediato mas de forma gradual. Neste sentido, o texto apresenta-nos o processo de afundamento de Pedro em várias etapas.

Primeira: A mudança de atenção. Pedro caminha sobre as águas enquanto mantém o olhar fixo em Jesus. Neste estado, ele participa do impossível, sustentado não pela sua própria capacidade mas pela confiança no chamamento e palavra de Jesus. No entanto, num determinado momento, ele sente “a violência do vento”. O vento forte e o mar agitado sempre ali estiveram mas agora passam a ocupar o centro da sua atenção. Este pequeno deslocamento é decisivo porque aquilo que ocupa a nossa mente começa a moldar a nossa experiência. Quando a atenção se fixa no problema, ele cresce de forma desproporcional dentro de nós e a alma começa a perder estabilidade. Assim, o vento deixou de ser um elemento da realidade e passou a ser a realidade dominante que desfocou Pedro da palavra e do chamamento de Jesus. **Segunda: A interpretação.** Pedro percebe o vento e interpreta a situação como ameaça. O que antes era sustentado pela fé passa a ser analisado pela lógica do medo. Surgem pensamentos silenciosos como “isto é perigoso”, “não vai dar certo”, “eu não estou seguro”, “eu não consigo”. Enquanto Pedro estava com o olhar fixo em Jesus, a interpretação da realidade era sustentada pela confiança. O vento podia até estar presente mas não era o elemento dominante da realidade. Quando o foco muda, a interpretação também muda. Agora o vento deixa de ser apenas parte do cenário e das circunstâncias e passa a ser o centro da realidade que faz oscilar tudo. **Terceira: O deslocamento da confiança.** Depois de Pedro deslocar a sua atenção e interpretar o vento como ameaça, ele começa, silenciosamente, a transferir a sua confiança. Até então, a sua segurança estava na palavra de Jesus e no chamamento “vem” mas, perante a interpretação negativa da realidade, esta confiança começa a mudar de lugar. Não desaparece de uma vez mas enfraquece-se à medida que outra forma de confiança se instala: a confiança na própria percepção, na própria análise, na própria leitura da situação. Pedro começa a dar mais peso àquilo que sente do que àquilo que ouviu de Jesus. A força do vento torna-se, para ele, mais convincente do que a palavra que o tinha sustentado até ali. Assim, a confiança sai do relacionamento com Jesus e fixa-se na circunstância. À medida que Pedro alimenta a percepção do vento a confiança em Jesus cai. **Quarta: a experiência da queda.** Só depois deste processo interior é que a queda se manifesta exteriormente. Na vida espiritual e também na vivência humana ninguém se perde ou cai de forma repentina mas é fruto dum processo gradual. O que vemos por fora – uma crise, um desânimo, uma perda de sentido – geralmente é resultado dum caminho interior feito aos poucos, muitas vezes sem nos apercebermos. Pequenas distrações, pensamentos negativos repetidos, medos alimentados em silêncio... tudo isto vai construindo, gradualmente, a experiência de se estar a “afundar”.