

## **Tema 29. O terceiro mandamento**

O homem, que é chamado a participar no poder criador de Deus, aperfeiçoando o mundo através do seu trabalho, deve também cessar de trabalhar no sétimo dia, a fim de o dedicar ao culto e descanso divinos. O domingo é santificado principalmente pela participação na Santa Missa. A Igreja estabelece esta obrigação para que aos seus filhos não lhes falte o alimento de que necessitam absolutamente para viverem como filhos de Deus.

01/10/2022

## Sumário:

- 1. Domingo ou o Dia do Senhor
- 2. Participação na Santa Missa ao domingo
- 3. Domingo, dia de descanso
- Bibliografia básica

.....

O terceiro mandamento do Decálogo é *Santificar os domingos e festas de guarda*. Manda honrar a Deus também com obras de culto aos domingos e outros dias de festa.

.....

## 1. Domingo ou o Dia do Senhor

A Bíblia narra o trabalho de criação em seis “dias”. «Deus abençoou o sétimo dia e santificou-o, visto ter sido nesse dia que Ele repousou de toda a obra da criação» (Gn 1, 31.2.3).

Portanto, no Antigo Testamento, Deus estabeleceu o sétimo dia da semana como um dia santo, um dia separado e distinto dos outros. O homem, que é chamado a participar no poder criador de Deus, aperfeiçoando o mundo através do seu trabalho, deve também deixar de trabalhar no sétimo dia, a fim de o dedicar ao culto divino e ao descanso. Desta forma, tenta proteger no seu coração a verdadeira ordem da vida dos filhos de Deus, para que as dinâmicas e exigências do trabalho e outras realidades quotidianas sejam integradas na prática com as verdadeiras prioridades e o verdadeiro significado das coisas.

O conteúdo primário deste preceito não é, portanto, a simples interrupção do trabalho, mas a recordação e celebração – que é viver como verdadeiramente presentes, pelo poder do Espírito Santo – das maravilhas operadas por Deus, para Lhe agradecer e louvá-l’O por elas. Na medida em que este sentido está pessoalmente vivo, o mandamento do descanso também mostra o seu pleno significado: por ele o homem participa profundamente no "descanso" de Deus e torna-se capaz da mesma alegria que o Criador experimentou depois da criação, vendo que tudo o que ele tinha feito “era muito bom”.

«E então começa o dia de descanso, que é a alegria de Deus pelo que Ele criou. É o dia da contemplação e da bênção, então o que é o descanso segundo este mandamento? É o tempo da contemplação, é o tempo do louvor, não da fuga. É o momento

de olhar para a realidade e dizer: como a vida é bela! Ao descanso como uma fuga da realidade, o Decálogo opõe o descanso como uma bênção da realidade»<sup>[1]</sup>.

---

## **2. Participação na Santa Missa ao domingo**

Uma vez que o Sacrifício da Eucaristia é a «fonte e o cume da vida da Igreja»<sup>[2]</sup>, e, portanto, também de todos os fiéis, o domingo é santificado principalmente pela participação na Santa Missa. «Para nós cristãos, o centro do Dia do Senhor, domingo, é a Eucaristia, que significa “ação de graças”. É o dia de dizer a Deus: obrigado, Senhor, pela vida, pela tua misericórdia, por todos os teus dons»<sup>[3]</sup>.

Antes da vinda de Jesus Cristo, o dia santo era o sábado. No Novo

Testamento é o Domingo, o chamado “*Dies Domini*”, o Dia do Senhor, porque é o dia em que Jesus Cristo ressuscitou dos mortos. O sábado representou o fim da Criação; o domingo representa o início da “Nova Criação” que teve lugar com a Ressurreição de Jesus Cristo<sup>[4]</sup>.

A Igreja concretiza o terceiro mandamento do Decálogo, estabelecendo o seguinte: «No domingo e nos outros dias festivos de preceito, os fiéis têm obrigação de participar na Missa»<sup>[5]</sup>. Além do domingo, os principais dias santos de preceito – embora a autoridade eclesiástica possa suprimir, transferir ou dispensar o preceito de algum deles, dependendo das circunstâncias do país ou região – são: «Natal, Epifania, Ascensão, Santíssimo Corpo e Sangue de Cristo, Santa Maria Mãe de Deus, sua Imaculada Conceição e Assunção, São

José e os Apóstolos S. Pedro e S. Paulo e, finalmente o de Todos os Santos»<sup>[6]</sup>.

«O preceito da participação na Missa é cumprido por quem assiste à Missa, onde quer que ela seja celebrada num rito católico, tanto no dia da festa como no dia anterior à tarde»<sup>[7]</sup>. Por “tarde” aqui deve ser entendido por volta da hora canónica das Vésperas (aproximadamente entre as 16 e as 18 horas), ou mais tarde.

O preceito vincula os fiéis, «a menos que sejam dispensados por uma razão grave (por exemplo, doença, cuidado de crianças pequenas) ou dispensados pelo seu próprio pároco»<sup>[8]</sup>. «Os que deliberadamente faltem a esta obrigação cometem um pecado grave»<sup>[9]</sup>.

Ao mesmo tempo, vale a pena considerar que quando a Igreja apela a estes níveis mínimos de participação na Eucaristia, concretizando assim a principal

forma de “santificar as festas”, ela age especialmente como uma mãe que cuida de que aos seus filhos não falte o alimento de que necessitam absolutamente para viverem como filhos de Deus: por esta razão, antes de ser um dever, os batizados têm a necessidade e o direito de participar na celebração da Eucaristia. Nos Atos dos Apóstolos, é dito dos primeiros cristãos que «perseveravam na doutrina dos Apóstolos, na união fraterna, na fração do pão e nas orações» (At 2, 42). A norma da Igreja procura precisamente proteger e fomentar esta vitalidade primordial da vocação cristã.

---

### **3. O domingo, dia de descanso**

«Assim como Deus parou no sétimo dia depois de todo o trabalho que tinha feito» (Gn 2, 2), a vida humana

segue um ritmo de trabalho e descanso. A instituição do Dia do Senhor ajuda todos a desfrutar do tempo de descanso que lhes permite cultivar a sua vida familiar, cultural, social e religiosa»<sup>[10]</sup>. Portanto, aos domingos e outros dias santos de preceito, os fiéis têm o dever de se abster «das obras e atividades que os impedem de adorar a Deus, de gozar a alegria própria do Dia do Senhor, ou de gozar o descanso próprio da mente e do corpo»<sup>[11]</sup>. Trata-se de uma obrigação grave, como o preceito de santificar as festas, embora possa não ser obrigatória face a um dever superior de justiça ou caridade. No entanto, a Igreja recorda-nos que «cada cristão deve evitar impor desnecessariamente a outro o que o impediria de guardar o Dia do Senhor»<sup>[12]</sup>.

Em alguns países existe hoje uma mentalidade generalizada que considera a religião como um

assunto privado que não deveria ter manifestações públicas e sociais. Pelo contrário, a doutrina cristã ensina que o homem deve ser «livre de professar a religião em público e em privado»<sup>[13]</sup>. De facto, a lei moral natural, que é própria de todo o homem, prescreve «dar a Deus um culto exterior, visível e público»<sup>[14]</sup>.

Certamente, o culto pessoal a Deus é em primeiro lugar um ato interior; mas deve poder manifestar-se externamente, porque o espírito humano «necessita servir-se das coisas materiais como sinais mediante os quais é estimulado a realizar as ações espirituais que o unem a Deus»<sup>[15]</sup>.

Além disso, deve ser possível não só professar a religião externamente, mas também socialmente, ou seja, com outros, porque «a própria natureza social do homem exige [...] que ele possa professar a sua religião

no seio da comunidade»<sup>[16]</sup>. A dimensão social do homem exige que o culto possa ter expressões sociais. «Faz-se uma injustiça à pessoa humana se lhe for negado o livre exercício da religião em sociedade, desde que a ordem pública seja preservada [...]. A autoridade civil, cujo objetivo próprio é salvaguardar o bem temporal comum, deve reconhecer a vida religiosa dos cidadãos e promovê-la»<sup>[17]</sup>.

Existe um direito social e civil à liberdade em matéria religiosa, o que significa que a sociedade e o Estado não devem impedir, mas antes facilitar e encorajar todos a agir neste domínio de acordo com os ditames da sua consciência, tanto em privado como em público, desde que respeite os limites justos que derivam das exigências do bem comum, como a ordem pública e a moral pública<sup>[18]</sup>.

Neste sentido, «no respeito pela liberdade religiosa e pelo bem comum de todos, os cristãos devem esforçar-se por obter o reconhecimento dos domingos e dias santos da Igreja como dias feriados legais. Devem dar a todos um exemplo público de oração, respeito e alegria, e defender as suas tradições como uma contribuição preciosa para a vida espiritual da sociedade humana»<sup>[19]</sup>. Foi isto que S. Josemaria pensou quando escreveu: «Esta é a vossa tarefa como cidadãos cristãos: ajudar a assegurar que o amor e a liberdade de Cristo presidam a todas as manifestações da vida moderna: cultura e economia, trabalho e descanso, vida familiar e convivência social»<sup>[20]</sup>.

Cada pessoa está obrigada em consciência a procurar a verdadeira religião e a aderir a ela. Nesta busca pode receber ajuda de outros – de facto, os fiéis cristãos têm o dever de

dar essa ajuda através do apostolado do exemplo e da palavra – mas ninguém deve ser coagido. A adesão à fé deve ser sempre livre, assim como a sua prática<sup>[21]</sup>.

---

## **Bibliografia básica**

- *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2168-2188.
  - João Paulo II, Carta Apostólica *Dies Domini*.
  - Bento XVI-Joseph Ratzinger, *Jesus de Nazaré*, cap. 5.
- 

## **Leituras recomendadas**

– S. Josemaria, Homilia *Intimidade com Deus*, em *Amigos de Deus*, n. 142-153.

– Francisco, Audiência Geral, 08/11/2017 (este é o início das catequeses do Papa sobre a Eucaristia).

---

[1] Francisco, Audiência Geral, 05/09/2018.

[2] Concílio Vaticano II, *Sacrossanctum Concilium*, n. 10.

[3] Francisco, Audiência Geral, 05/09/2018.

[4] cf. *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2174.

[5] *Código de Direito Canônico*, c. 1247; *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2180.

[6] *Código de Direito Canónico*, c. 1246; *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2177.

[7] *Código de Direito Canónico*, c. 1248; *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2180.

[8] cf. *Código de Direito Canónico*, c. 1245.

[9] *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2181.

[10] *Ibid.*, n. 2184.

[11] *Código de Direito Canónico*, c. 1247.

[12] *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2187.

[13] Concílio Vaticano II, *Dignitatis humanae*, n. 15; *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2137.

[14] S. Tomás de Aquino, *Summa Theologiae*, II-II, q. 122, a. 4, c.; cf. *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2176.

[15] S. Tomás de Aquino, *Summa Theologiae*, II-II, q. 81, a. 7, c.

[16] Concílio Vaticano II, *Dignitatis humanae*, n. 3.

[17] *Ibid.*

[18] *Ibid.*, 7.; cf. *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2109.

[19] *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2188.

[20] S. Josemaria, *Sulco*, n. 302.

[21] cf. *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2104-2106.

Javier López / Jorge Miras

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de [https://  
opusdei.org/pt-pt/article/tema-29-o-  
terceiro-mandamento/](https://opusdei.org/pt-pt/article/tema-29-o-terceiro-mandamento/) (31/03/2026)