



O grito dos mártires que desafia um mundo que esqueceu Deus

Numa época em que milhões de católicos consideram a Missa dominical algo opcional, uma antiga frase ressoa desde os primeiros séculos do cristianismo com uma força extraordinária:

“Sine dominico non possumus.”

Traduzida literalmente, significa:

“Sem o domingo não podemos viver.”

No entanto, esta expressão contém muito mais do que uma simples referência a um dia da semana. Para os cristãos que a pronunciaram, significava:

“Sem a Eucaristia, sem a assembleia cristã, sem Cristo presente no meio de nós, não podemos viver.”

Essas palavras foram pronunciadas diante de um tribunal romano por homens, mulheres e crianças que sabiam que iam morrer por permanecer fiéis à Santa Missa.

Hoje, enquanto muitos abandonam voluntariamente aquilo por que outros derramaram o seu sangue, vale a pena redescobrir o significado profundo desta frase, que se tornou um dos lemas mais poderosos de toda a história do cristianismo.

O contexto histórico: os mártires de Abitina

Para compreender o significado de *Sine Dominico Non Possumus*, devemos recuar ao ano 304.

O Império Romano atravessava então uma das piores perseguições contra os cristãos sob o imperador Diocleciano.

Foi promulgado um édito que proibia as reuniões cristãs e ordenava a entrega das Sagradas Escrituras.



Celebrar a Eucaristia tinha-se tornado um crime punível com a morte.

Na cidade norte-africana de Abitina, um grupo de quarenta e nove cristãos decidiu reunir-se em segredo para celebrar o Santo Sacrifício da Missa.

Eles conheciam perfeitamente o risco que corriam.

Não eram imprudentes.

Não ignoravam as consequências.

Simplesmente consideravam que obedecer a Deus era mais importante do que preservar a própria vida.

As autoridades descobriram a reunião e todos foram presos.

Durante o julgamento, perguntaram-lhes por que tinham violado o decreto imperial.

A resposta de um deles ficou para sempre gravada na memória da Igreja:

| *“Sine dominico non possumus.”*

Ou seja:

| *“Sem o domingo não podemos viver.”*

Pouco depois foram torturados e executados.

A Igreja recorda-os como os **Mártires de Abitina**.



O que significa realmente “Dominicum”?

Existe um detalhe linguístico muito importante.

A palavra latina *dominicum* pode referir-se tanto ao **Dia do Senhor (domingo)** como àquilo que pertence ao Senhor, especialmente à **Eucaristia**.

Por isso, muitos historiadores e teólogos consideram que a frase pode ser entendida num sentido mais profundo:

“Sem a Eucaristia do Senhor não podemos viver.”

Os mártires não estavam simplesmente a defender um calendário religioso.

Não estavam a dizer:

“Gostamos de nos reunir ao domingo.”

Eles estavam a afirmar algo infinitamente mais profundo:

“A nossa vida depende de Cristo.”

E Cristo dá-se a nós de forma única na Santa Missa.

O domingo: uma instituição divina

Do ponto de vista católico, o domingo não é uma invenção humana.

As suas raízes estão diretamente ligadas ao mistério de Cristo.

Os Evangelhos sublinham repetidamente que a Ressurreição ocorreu:

| *“No primeiro dia da semana.”*



| *(Mc 16,2)*

Esse dia tornou-se imediatamente o centro da vida cristã.

Os Apóstolos começaram a reunir-se para partilhar o pão precisamente ao domingo.

O livro dos Atos dos Apóstolos relata:

| *“No primeiro dia da semana, estando nós reunidos para partilhar o pão...”*

| *(At 20,7)*

Também São Paulo faz referência a esta prática:

| *“No primeiro dia da semana, cada um de vós ponha de parte o que puder economizar.”*

| *(1 Cor 16,2)*

Já no final do primeiro século, o domingo era conhecido como:

| *“O Dia do Senhor.”*

| *(Ap 1,10)*

Portanto, a santificação do domingo não é um costume tardio.

Faz parte da vida da Igreja desde os tempos apostólicos.



A Eucaristia: o coração do domingo

Quando os mártires afirmavam que não podiam viver sem o domingo, estavam a indicar uma verdade essencial:

A Eucaristia é o coração da existência cristã.

A Igreja ensina que a Santa Missa não é simplesmente uma reunião de crentes.

Não é uma conferência espiritual.

Não é uma cerimónia simbólica.

É a atualização sacramental do Sacrifício do Calvário.

O mesmo Cristo que morreu e ressuscitou torna-se realmente presente no altar.

Por isso Ele ensinou:

“*Eu sou o pão vivo que desceu do céu; se alguém comer deste pão viverá eternamente.*”

(Jo 6,51)

E também:

“*Se não comerdes a carne do Filho do Homem e não beberdes o seu sangue, não tendes a vida em vós.*”

(Jo 6,53)



Estas palavras são fundamentais.

Jesus não apresenta a Eucaristia como um complemento opcional.

Ele apresenta-a como fonte de vida sobrenatural.

A visão dos Padres da Igreja

Os primeiros cristãos compreendiam perfeitamente esta realidade.

Santo Inácio de Antioquia chamava à Eucaristia:

| *“Medicina da imortalidade.”*

Ele não a via como uma simples recordação.

Era o remédio divino contra a morte espiritual.

São Justino Mártir descreveu no século II como os cristãos se reuniam todos os domingos para ouvir as Escrituras e celebrar a Eucaristia.

Para eles, era impossível separar a fé cristã da participação no Sacrifício eucarístico.

A comunidade cristã nascia em torno do altar.

O problema moderno: quando o domingo perde o seu sentido

Uma das maiores tragédias espirituais do nosso tempo é o desaparecimento progressivo do sentido cristão do domingo.



Para muitos tornou-se simplesmente:

- Um dia de descanso.
- Um dia desportivo.
- Um dia de compras.
- Um tempo de entretenimento.
- Uma oportunidade para dormir mais.

Todas estas coisas podem ter o seu lugar legítimo.

Mas quando o domingo perde a sua referência a Deus, perde a sua verdadeira identidade.

O resultado é uma sociedade espiritualmente exausta.

Paradoxalmente, nunca houve tantas formas de entretenimento e, ainda assim, tantas pessoas experimentam um vazio interior.

Os Mártires de Abitina recordam-nos uma verdade incómoda:

o ser humano não pode viver apenas de atividades materiais.

Precisa de encontrar Deus.

Precisa de alimento espiritual.

Precisa de adoração.

Precisa da graça.

Por que razão a Igreja obriga a participar na Missa dominical?

Muitos perguntam:

“Se Deus é amor, por que razão a Igreja impõe uma obrigação?”



A resposta é simples.

Porque a Igreja age como uma mãe.

Uma mãe não obriga um filho a comer porque gosta de impor regras.

Ela fá-lo porque sabe que sem alimento a criança ficará doente.

Da mesma forma, a Igreja conhece a necessidade espiritual da Eucaristia.

Por isso estabelece o preceito dominical.

Não como um peso.

Mas como proteção.

O Catecismo ensina que a participação na Missa dominical constitui um testemunho de pertença a Cristo e à sua Igreja.

Uma lição para os católicos de hoje

Os Mártires de Abitina caminharam para o martírio porque não estavam dispostos a renunciar à Missa.

Hoje muitos têm igrejas abertas, liberdade religiosa e vários horários de celebração.

Ainda assim, a participação na Missa dominical continua a diminuir em muitos lugares.

A pergunta que esses mártires nos dirigem do céu é direta:

Valorizamos realmente aquilo por que eles morreram?

Se alguém tivesse dito a esses cristãos:

“Podem salvar a vossa vida simplesmente deixando de ir à Missa durante algumas semanas”,

eles teriam respondido:



“Não podemos.”

Não porque fossem fanáticos.

Mas porque compreenderam que a vida biológica não é o bem supremo.

O bem supremo é permanecer unidos a Cristo.

“Sem Cristo não podemos viver”

No fundo, a frase *Sine Dominico Non Possumus* resume toda a espiritualidade cristã.

Não se trata apenas de cumprir uma obrigação.

Trata-se de reconhecer uma dependência de amor.

O verdadeiro cristão sabe que precisa de Deus.

Precisa da graça.

Precisa da oração.

Precisa dos sacramentos.

Precisa da Igreja.

Precisa da Eucaristia.

Por isso, a frase dos mártires continua atual dezassete séculos depois.

Numa cultura que proclama a autossuficiência do homem, eles recordam-nos uma verdade fundamental:

“*Eu sou a videira; vós sois os ramos. Quem permanece em mim e eu nele dá muito fruto, porque sem mim nada podeis fazer.*”



| (Jo 15,5)

Aplicações pastorais para a nossa vida

1. Redescobrir a centralidade da Missa

A Missa não deve ocupar o último lugar na nossa agenda semanal.

Deve ser o centro em torno do qual organizamos a nossa vida.

2. Preparar-nos espiritualmente

Chegar com antecedência, manter o recolhimento e participar atentamente ajuda-nos a viver mais profundamente o mistério eucarístico.

3. Recuperar o caráter sagrado do domingo

O domingo deve incluir momentos de oração, leitura espiritual, descanso santo e convivência familiar.

4. Educar as novas gerações

As crianças aprendem observando.

Se veem que os pais consideram a Missa uma prioridade, compreenderão que a fé não é um simples acessório cultural.

5. Viver eucaristicamente durante toda a semana

A comunhão dominical deve prolongar-se em obras de caridade, paciência, sacrifício e amor ao próximo.



Conclusão: o desafio dos mártires continua atual

As palavras pronunciadas em Abitina há mais de dezassete séculos não pertencem ao passado.

São um apelo urgente para o nosso tempo.

Vivemos numa sociedade que tenta convencer-nos de que podemos viver sem Deus, sem oração, sem sacramentos e sem Igreja.

Os mártires responderam com uma certeza que nenhuma tortura conseguiu destruir:

“Sine Dominico Non Possumus.”

Sem o Dia do Senhor não podemos viver.

Sem a Eucaristia não podemos viver.

Sem Cristo não podemos viver.

E talvez aqui se encontre uma das maiores lições para o católico contemporâneo: compreender que a Missa dominical não é apenas uma obrigação religiosa, mas o encontro semanal com Aquele que dá sentido a toda a nossa existência.

Pois quando tudo passa, quando as seguranças humanas desaparecem e quando o mundo oferece respostas insuficientes às grandes perguntas do coração, permanece uma verdade — aquela que atravessou os séculos desde as prisões de Abitina até aos nossos dias:

o homem pode sobreviver sem muitas coisas, mas não pode alcançar a plenitude para a qual foi criado sem Deus.

Por isso os mártires preferiram morrer a abandonar a Eucaristia.

E por isso a Igreja continua a proclamar, século após século, a mesma mensagem:



“Sine Dominico Non Possumus.” Sem o Senhor, sem o seu Dia e sem a sua presença sacramental, a nossa vida perde o seu centro, a sua força e o seu destino eterno.