

***Erguei-vos e não tenhais medo!”***



© Renaud Perrin

Gênesis 12, 1-4a . Salmo 32 (33) . 2Timóteo 1, 8b-10 . Mateus 17, 1-9

*A palavra de Deus é o alimento que nos fornece os nutrientes da coragem e do entusiasmo, atitudes fundamentais para o nosso crescimento. Sem coragem e sem entusiasmo nunca seremos capazes de apreciar o sabor da presença de Deus.*

”

#### **JEJUAR COMO ESTILO DE VIDA**

Jesus Cristo não nos quer parados ou instalados no nosso comodismo. Quer-nos corajosos a caminho e cheios de entusiasmo: “Erguei-vos e não tenhais medo!”.

O jejum, ao contrário do que muitos pensam, não é uma negação do prazer e da alegria. É de facto uma privação, não para negar o prazer, mas para educar o desejo, para que a alegria seja ainda mais intensa e também autêntica. Será tanto mais eficaz, quanto mais reconhecermos o que é que nos impede de acolher a Transfiguração, ou seja, a vitória da Páscoa, a vida nova do Ressuscitado. Como a Quaresma, o jejum está sempre em função da vitória pascal. Aquele que jejuar abre espaço para a contemplação do Ressuscitado,

condição essencial para viver com intensidade em modo pascal. A prática do jejum ajuda-nos a focar a atenção naquilo que verdadeiramente nos alimenta, reorienta para essa fome essencial que nos habita e nos coloca em busca de sentido para a vida. Então, mais do que uma prática ocasional, este ponto de esforço vai ajudar-nos a assumir o jejum como um estilo de vida. Com a prática regular do jejum podemos ser libertos daquilo que nos impede de alcançar uma vida feliz. É para isso que servem os três pontos de esforço, em particular o jejum. O jejum só tem sentido quando é fruto da nossa liberdade, quando é uma escolha que fazemos diante daquilo que nos escraviza e nos impede de estar mais recetivos à passagem de Deus pela nossa vida quotidiana. O amadurecimento espiritual não é outra coisa senão a nossa dedicação jubilosa em descobrir a luz e a beleza da vida. É tempo de recuperarmos a importância do jejum para purificar a nossa vida, em todos os sentidos, e melhorar a nossa relação com Deus. Sem dúvida que jejuar é já rezar, o jejum é uma oração. Um dos proveitos espirituais do jejum é a criação de boas condições para colocar Deus no centro da nossa vida. Não só quando nos apetece ou temos vontade, mas sempre, todos os dias.



# EUCARISTIAS

- Ter. 07 19h30 Ao Servo de Deus Padre Abílio Gomes Correia**
- Qua. 08 19h30 Ao Servo de Deus Padre Abílio Gomes Correia**
- Qui. 09 19h30 Domingos Rodrigues Fernandes, m.c. esposa**
- Sex. 10 20h30 António Gomes Gonçalves e Maria Rodrigues da Mota, m.c. Ana da Mota Gonçalves**
- Sáb. 11 19h30 30º Dia Salvador Ribeiro de Sousa Braga, m.c. confraria Santíssimo Sacramento; 30º Dia Manuel Carlos Silva Soares, m.c. Teresa da Silva Fernandes; Alberto Sousa e Silva, Almas Purgatório (Aniv.), m.c. Gilete Costa Fernandes; Glória da Rocha Pereira e marido, m.c. família; João Antunes, esposa e filho, m.c. Maria da Conceição Vieira Antunes; Manuel Gomes Alves e filho, m.c. família; Maria de Lurdes Rodrigues Rocha, m.c. Maria Olívia Rocha Fernandes; Maria Glória Branco Fernandes, pais e sogros, m.c. família**
- Dom. 12 09h30 Irmãos da Confraria do Santíssimo, m.c. Confraria**

BOLETIM PAROQUIAL

ATENDIMENTO SEMANAL

Quartas 20h00

Sextas 20h00

## Agenda Paroquial

**11.03**

- Reunião Preparação Baptismo

**12.03**

- Ofertório Cáritas
- Via Sacra Bom Jesus

**13.03**

- 10º Aniversário Eleição Papa Francisco

**17.03**

- 24 HORAS PARA O SENHOR

**19.03**

- DIA DO PAI

**21.03**

- Encontro com Deus / Formação / S. Mamede

**25.03**

- ANUNCIAÇÃO

- Encontro Arquidiocesano da Catequese com Adolescentes

**26.03**

- Peregrinação Penitencial ao Bom Jesus

## INFORMAÇÕES

**VIA SACRA BOM JESUS.** No domingo 12 de março, assumiremos a logística da Via Sacra no Bom Jesus. Iniciará às 15 horas, junto ao Pórtico. A eucaristia será na basílica às 16.30 horas.

**PREPARAÇÃO BAPTISMO.** No dia 11 de março, às 15h00, haverá Encontro de Preparação para o Baptismo.

**OFERTÓRIO CÁRITAS.** No próximo fim de semana, o ofertório das eucaristias reverterá para a Cáritas Diocesana, no apoio às famílias mais carenciadas.

**24 HORAS PARA O SENHOR.** Na noite de 17 para 18 de março, na Igreja do Pópulo, teremos a iniciativa *24 horas para o Senhor*. A nossa comunidade paroquial assume o horário entre a meia noite e a uma da manhã.

**CELEBRAÇÃO PENITENCIAL.** No dia 18 de março, às 10 horas, estarão alguns sacerdotes na igreja paroquial, para atendimento do sacramento da Reconciliação.

**OFERTA.** A Comissão de Festas de São Sebastião ofereceu a quantia de 1.200,00€ para as despesas da paróquia. O Conselho Económico destina esta oferta às obras a realizar no Chamor. Em nome da comunidade paroquial agradeço este gesto da Comissão de Festas.