

QUINTA-FEIRA / 8 DE OUTUBRO / 2020 WWW.ARQUIDIOCESE-BRAGA.PT



IGREJA Viva

ENTREVISTA

**"TEMOS QUE CUIDAR DA
NOSSA SAÚDE MENTAL
TODOS OS DIAS"**

PEDRO MORGADO

PSIQUIATRA NO HOSPITAL DE BRAGA, PROFESSOR DA ESCOLA DE MEDICINA DA UM

P. 04-05

BREVES

Papa evoca aparições de Fátima para pedir oração do Rosário

O Papa evocou esta quarta-feira no Vaticano as aparições de Fátima para pedir aos católicos que rezem o Rosário, nestes tempos de pandemia, e que a sua vida seja “serviço de amor” ao próximo, especialmente os mais desprotegidos.

“Nossa Senhora, nas suas aparições exortou muitas vezes à recitação do Rosário, especialmente perante as ameaças que pairavam sobre o mundo. Também hoje, neste momento de pandemia, é necessário ter o Rosário nas mãos, rezando por nós, pelos nossos entes queridos e por todas as pessoas”, disse Francisco, nas saudações aos peregrinos que se reuniram, pela primeira vez desde o confinamento, no Auditório Paulo VI.

O regresso à sala das audiências, com milhares de pessoas, aconteceu depois de cinco encontros, em Setembro, no Pátio de São Dâmaso, ao ar livre.



Francisco alertou para “lucro que esquece o ser humano” e o “reduz a uma coisa entre as coisas”

O Papa Francisco disse esta segunda-feira que “o pensamento cristão” opõe-se ao lucro “a qualquer custo”, numa audiência aos directores e funcionários da Caixa de Depósitos e Empréstimos de Itália.

“O pensamento cristão não é contrário, por princípio, à perspectiva do lucro, mas se opõe ao lucro a qualquer custo, ao lucro que esquece o ser humano, que o torna escravo, que o reduz a uma coisa entre as coisas”, explicou o Papa.

Na audiência, Francisco assinalou que a Doutrina Social da Igreja “concorda com uma visão” que vários investidores esperem “uma justa remuneração dos recursos captados, para canalizá-los para o financiamento de iniciativas que visem a promoção social e colectiva”.



OPINIÃO

Não podemos adiar o afecto



CARLA RODRIGUES

ADVOGADA

O mês de Outubro arrancou a tiracolo do Outono. Desde as cores, a temperatura, o aroma, o paladar, os condimentos, tudo respira a Outono e respira tão bem! Desde as horas que passamos à mesa, em família, a alimentar conversas, a estimular o diálogo, a respeitar opiniões diferentes – e numa família há sempre opiniões diferentes –, tudo sabe a Outono. Ouvir os mais novos, saborear as palavras dos mais velhos, chorar a falta dos que não estão presentes, tudo cheira a Outono. Rir, sorrir, muito, uns com os outros, uns dos outros, sabe a família, sabe a Outono, sabe a colheita. E este Outubro chegou assim, em força e em grande com um fim-de-semana frio e prolongado, num abraço cúmplice com o Outono. As t-shirts deram lugar às camisolas mais grossas, as colchas finas de Verão deram lugar aos edredons e cobertores, os pijamas mais quentes saltaram das gavetas e, aqui

e acolá, começou a ver-se fumo das lareiras a serpentear os céus.

O Outono, época de colheitas, é convidativo a estar, em excesso descarado de tempo, com as nossas pessoas, com a nossa família, com os nossos Amigos mais chegados. Num tempo em que a pandemia dita todo um distanciamento social, em que os abraços são proibidos, os beijos são vistos como actos criminosos e o amor é para ser alimentado à distância mínima de dois metros, o Outono é convidativo a reforçar os laços afectivos. Num tempo de aparente desproporcionalidade entre o combate ao vírus e os danos causados na sociedade com as medidas tomadas, especialmente se pensarmos nos mais frágeis e, especialmente, no domínio das doenças mentais, o Outono é convidativo a encontrarmos uma forma de nos fazermos presentes, em segurança, na vida uns dos outros. Num tempo em que as consultas nos serviços públicos são adiadas, em nome da prevenção da Covid-19, em que os resultados de diversos exames, biópsias, mamografias, entre tantos outros, são transferidos para uma consulta via telefone que nunca chega a acontecer, mas cujo valor é cobrado ao utente do serviço, o Outono é convidativo a falarmos de algum excesso de cuidados na prevenção. O Outono é convidativo a dizermos, sem pudor, que para não testarmos

positivo à Covid-19, temos de testar negativo às emoções, temos de congelar os medos, as doenças, o isolamento e a solidão; temos de fingir não notar alguma hipocrisia nas medidas tomadas, nos comportamentos que pincelam os dias em sociedade. O Outono também nos alerta que é preciso vencer o vírus, mas sem matar a humanidade.

Outubro traz-nos dias perfeitos de Outono, com frio e chuva a bater nas vidraças. Traz-nos mantas e sofás. Traz-nos cinema em casa e pipocas. Traz-nos jogos de tabuleiro e amendoim. Traz-nos vindimas e colheitas. Traz-nos serões sussurrados e namorados ao entardecer dos dias. Traz-nos a família sentada à mesa, sem pressa de sair, numa urgência em ficar e ser família, em semear para colher. Traz-nos a beleza ímpar da mudança de estação, com o verde, o amarelo, o laranja e o vermelho a ocupar o lugar no pódio da paleta das cores. Aparentemente indiferente à pandemia, que parece paralisar e ofuscar o mundo, a natureza ostenta, sem falsa modéstia, uma beleza única, com toques de uma sublimidade digna do Criador da mais bela obra de arte. Uma beleza que se renova a cada novo ano, a cada trajectória da terra à volta do Sol, numa translação que nos apanha sempre desprevenidos, tal e qual um filho querido e traquina que não deixa de nos surpreender com as suas inesgotáveis habilidades.





PAPA FRANCISCO

5 DE OUTUBRO 2020 · Viver indiferentes à dor não é uma opção possível; não podemos deixar ninguém caído «nas margens da vida». Isto deve indignar-nos de tal maneira que nos faça descer da nossa serenidade alterando-nos com o sofrimento humano. Isto é dignidade. #FratelliTutti

6 DE OUTUBRO 2020 · Sonhemos como uma única humanidade, como caminantes da mesma carne humana, como filhos desta mesma terra que nos alberga a todos, cada qual com a riqueza da sua fé ou das suas convicções, cada qual com a própria voz, mas todos irmãos. #FratelliTutti

NACIONAL

V Peregrinação das Escolas Católicas acontece a 22 de Outubro

No dia 22 de Outubro acontece a V Peregrinação Nacional das Escolas Católicas ao Santuário de Fátima, em plena Semana Nacional da Educação Cristã e com o tema "EComMaria 2020".

Organizada pela Associação Portuguesa de Escolas Católicas (APEC), em parceria com o Secretariado Nacional da Educação Cristã (SNEC), a iniciativa este ano vê-se obrigada a algumas adaptações.

"Tendo em conta a impossibilidade de reunir no santuário uma grande assembleia de peregrinos a organização prevê uma representação de cada Escola Católica num programa mais reduzido que contempla um encontro entre os representantes das Escolas Católicas e de D. António Moiteiro, presidente da Comissão Episcopal da Educação Cristã e Doutrina da Fé (CEECD), pelas 11 horas, e a celebração da Eucaristia, na Capelinha das Aparições, pelas 12h30 com transmissão online", adianta o SNEC.

Em Portugal existem cerca de 144 escolas católicas, do pré-escolar ao 12º ano de escolaridade, que são frequentadas por cerca de 73 mil alunos.

OPINIÃO

O amor... pendurado num velho portão!

FÁTIMA CASTRO

EQUIPA MISSIONÁRIA SALAMA! 2020

Dezasseis. É o número de vezes que Sua Santidade, o Papa Francisco, escreve a palavra "amor" na Mensagem para o Dia Mundial das Missões. Dá a mão ao "amor" a palavra "missão", e juntas seguem caminho, animadas pela assertividade da resposta do profeta Isaías: «Eis-me aqui, envia-me» (Is 6, 8). Quando a missão nasce do amor, e o amor é a nossa missão, não temos outro caminho senão aquele que nos coloca ao serviço.

Na mesma missiva, o Papa Francisco adverte-nos que "a vida humana nasce do amor de Deus, cresce no amor e tende para o amor" na medida em que a missão é um convite "a sair de si mesmo por amor de Deus e do próximo" e uma "oportunidade de partilha, serviço, intercessão".

Felizes daqueles que tiraram o olhar do asfalto e, não só se reconhecem irmãos do próximo, como fazem dele a sua missão. Sem a espera dos aplausos terrenos, mas acreditando que merecedoras de olhares ternos divinos, há pessoas que se tornam protagonistas de atitudes verdadeiramente altruístas de dois dos valores de que mais carece a nossa sociedade: empatia e bonda-

de. Como aquele jovem que encontrei nas primeiras horas do dia, por um mero (e feliz) acaso, enquanto caminhava. Abrandei os passos quando o vi pendurar um saco, do lado de dentro de um velho portão, numa pequena casa gasta pelo tempo. Pouco depois cruzamo-nos e, após as formalidades dos cumprimentos "distantes" e de alguma conversa de circunstância, confidenciou-me que ali morava um casal com mais de oito décadas de história. Tinham três filhos... mas estavam longe! No decorrer da conversa contou-me que, sempre que por lá passava e os encontrava, perguntava-lhes se precisavam de algo uma vez que, devido à pandemia, não podiam (nem deviam) sair de casa. A velha senhora, com a voz trémula e arrastada, respondia-lhe sempre com um sorriso agradecido acompanhado da frase: "obrigada menino, mas cá nos vamos arranjando como podemos". Mas este "menino" sabia que não era verdade porque não os via nos lugares do costume e raramente os voltou a encontrar no pequeno mercado da terra. Este velho casal não lhe era indiferente e, por isso, semanalmente e sempre às primeiras horas do dia para que eles não o vissem, lá lhes deixava um pequeno saco com mercearia pendurado naquele velho portão. Para além dos bens que ele con-

siderava essenciais, colocava ainda um saquinho com rebuscados. "Para que a vida deles seja um pouquinho mais doce" – disse-me, sorrindo. Na vida, o que "tende para o amor", são as atitudes em que mesmo sem podermos apertar a mão do outro... a apertamos com mais força que nunca!

Talvez aqueles dois anciãos nunca venham a saber quem é o seu Cireneu! Mas isso, para aquele jovem, não é importante. Ele sabe que o bem não faz barulho. E naquele dia, nem ele soube o bem que me fez em perceber que há gente assim. Gente simples. Feitas do bem. Feitas de caridade. Feitas daquele amor que nos induz na certeza de que Deus jamais se cansará de "procurar pessoas para enviar ao mundo", como diz Francisco, para serem o Seu rosto e as Suas testemunhas.

Neste tempo peculiar, enquanto o mundo nos pede paciência e nos ensina a esperar por melhores dias, vai crescendo o amor na humanidade. Fica-nos a certeza de que, como diz na mensagem, "Deus é sempre o primeiro a amar-nos e, com este amor, vem ao nosso encontro e chama-nos." E quando Ele nos chama, a nossa resposta pode sempre ir personificada num simples saquinho de rebuscados, dentro de um saco de mercearia, pendurado num velho portão!



ENTREVISTA

"É FUNDAMENTAL APOSTAR NA LITERACIA EM SAÚDE"

JOÃO PEDRO QUESADO (ENTREVISTA)

A PROPÓSITO DO DIA MUNDIAL DA SAÚDE MENTAL, COMEMORADO A 10 DE OUTUBRO, FALAMOS COM PEDRO MORGADO – PSQUIATRA NO HOSPITAL DE BRAGA E PROFESSOR DE PSQUIATRIA NA ESCOLA DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE DO MINHO – SOBRE UMA DAS PARTES MAIS IMPORTANTES E MAIS DESCUIDADAS DA NOSSA SAÚDE.

[Igreja Viva] Porque é que esta pandemia colocou tanto foco sobre a nossa saúde mental?

[Pedro Morgado] A pandemia COVID-19 colocou desafios muito exigentes à nossa sociedade: controntámo-nos com um vírus desconhecido que colocou em causa a nossa integridade e que nos obrigou a mudar de hábitos com uma rapidez inédita. Para além das consequências directas do vírus na nossa saúde, o que inclui sintomas neuro-psiquiátricos cuja extensão permanece desconhecida, a pandemia atingiu de forma muito significativa a saúde mental de todos, em particular das populações mais vulneráveis. A ansiedade, o stress e as alterações do sono dominaram as respostas iniciais, contribuindo para uma adaptação à nova realidade. O facto de ter existido uma experiência tão generalizada de sintomas de ansiedade ajudou a colocar a saúde mental no centro das aten-

ções durante a pandemia. Por outro lado, existe hoje uma maior consciencialização acerca da importância da saúde mental e isso também fez a diferença.

[Igreja Viva] O que é que significou ter a vida toda concentrada em casa durante o período do confinamento? O que é que isso faz à nossa cabeça, por assim dizer?

[Pedro Morgado] É preciso salientar que este confinamento foi especial: fechámo-nos em casa para nos proteger, para protegermos os outros e para garantirmos que o SNS mantinha o apoio a quem precisava. Foi um confinamento aceite voluntariamente pela maior parte das pessoas, o que reduz o seu impacto negativo na saúde mental. Para algumas pessoas foi uma oportunidade para parar e organizar o trabalho de uma forma mais eficiente, compatibilizando melhor a vida laboral com a vida familiar.

Para outras representou um aumento significativo da ansiedade, com a sobrecarga de ter que cuidar de filhos ou idosos dependentes sem apoios. Para aqueles que ficaram sem trabalho e/ou sem rendimento foi um momento muito difícil, marcado pela angústia e pelas dificuldades. Viver em confinamento implica uma grande disciplina, com reserva de tempo para cuidarmos de nós próprios e uma clara separação entre os tempos de trabalho e os tempos de lazer e descanso.

[Igreja Viva] A incerteza é um factor importante nesta equação?

[Pedro Morgado] Sem dúvida. O nosso cérebro não gosta muito da incerteza e, debaixo de stress, tende a evitá-la. Esta é uma situação em que não podemos evitar uma incerteza que se mantém há demasiado tempo. E isso aumenta os nossos níveis de ansiedade e a nossa sensação de vulnerabilidade.

[Igreja Viva] Antes desta fase, antes da pandemia, tomávamos bem conta da nossa saúde mental?

[Pedro Morgado] Ao longo dos últimos anos fizemos muitos avanços no que respeita à saúde mental mas este continua a ser o "parente pobre" da saúde.

A falta de literacia em saúde continua a perpetuar o estigma mais cruel contra as pessoas que sofrem de doença psiquiátrica. Ainda demoramos demasiado tempo a procurar ajuda quando experienciamos sintomas psiquiátricos, desvalorizamos a doença psiquiátrica e julgamos aqueles que sofrem. Mas é importante assinalar que cuidar da saúde mental não começa quando procuramos ajuda depois de adoecer. Temos que cuidar da nossa saúde mental todos os dias mantendo hábitos de vida saudáveis, como fazer exercício físico, ter alimentação saudável, um so-





© TIM MOSSHOLDER/UNSPLASH



Viver em confinamento implica uma grande disciplina, com reserva de tempo para cuidamos de nós próprios e uma clara separação entre os tempos de trabalho e os tempos de lazer e descanso.

no regular, e evitar bebidas alcoólicas, tabaco e drogas.

[Igreja Viva] O que é que mais afecta a saúde mental?

[Pedro Morgado] A saúde resulta de um equilíbrio entre factores genéticos - que herdamos - e factores ambientais. A nossa saúde mental é extraordinariamente determinada pelas nossas condições de vida, incluindo a educação, a habitação, o trabalho, a estabilidade familiar, os hábitos de vida, a capacidade financeira ou a organização urbanística da cidade em que moramos. Também existem factores genéticos e biológicos que desempenham um papel relevante e que expli-

cam o aparecimento de algumas doenças psiquiátricas. É fundamental apostar na literacia em saúde e na capacitação das populações para o reconhecimento e valorização da saúde mental e da doença psiquiátrica; na avaliação e monitorização da saúde mental da população; e no estudo dos factores de risco para o estabelecimento de doenças psiquiátricas. Só assim será possível desenvolver e implementar políticas de saúde que reduzam os impactos negativos e os elevados custos sociais da doença psiquiátrica.

[Igreja Viva] Muitas pessoas sentem-se perdidas quando precisam de procu-

rar ajuda profissional. Como é que podem dar esse primeiro passo?

[Pedro Morgado] A porta de entrada no nosso sistema de saúde é o médico de família. Quem se sentir perdido poderá começar por aí. A outra opção passa por procurar um psiquiatra ou um psicólogo que possa avaliar e enquadrar a situação e prestar o apoio profissional necessário. Em situações urgentes, o recurso às linhas SNS24 ou aos Serviços de Urgência pode ser uma solução. Existem também várias ferramentas, como o saudemental.p5.pt, que têm informação e testes de avaliação de saúde mental que podem também ser úteis.

“Mestre, sabemos que és sincero”

XXIX DOMINGO COMUM

ITINERÁRIO

Um caminho bifurcado será disposto diante do altar. Apenas uma das ramificações finalizará junto de um baú aberto.

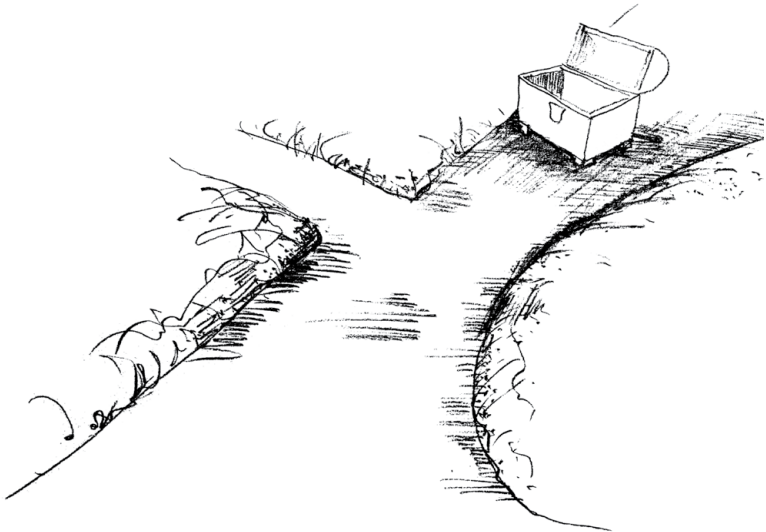


ILUSTRAÇÃO DA ARQ. MARIA TAVARES



LITURGIA DA PALAVRA

LEITURA I Is 45, 1.4-6

Leitura do Livro de Isaías

Assim fala o Senhor a Ciro, seu ungido, a quem tomou pela mão direita, para subjugar diante dele as nações e fazer cair as armas da cintura dos reis, para abrir as portas à sua frente, sem que nenhuma lhe seja fechada: “Por causa de Jacob, meu servo, e de Israel, meu eleito, Eu te chamei pelo teu nome e te dei um título glorioso, quando ainda não Me conhecias. Eu sou o Senhor e não há outro; fora de Mim não há Deus. Eu te cingi, quando ainda não Me conhecias, para que se saiba, do Oriente ao Ocidente, que fora de Mim não há outro. Eu sou o Senhor e mais ninguém”.

Salmo responsorial

Salmo 95 (96), 1.3.4-5.7-8.9-10a.c (R. 7b)

Refrão: Aclamai a glória e o poder do Senhor.

LEITURA II 1 Tes 1, 1-5b

Leitura da Primeira Epístola do apóstolo São Paulo aos Tessalonicenses

Paulo, Silvano e Timóteo à Igreja dos Tessalonicenses, que está em Deus Pai e no Senhor Jesus Cristo: A graça e a paz estejam convosco. Damos continuamente graças a Deus por todos vós, ao fazermos menção de vós nas nossas orações. Recordamos a actividade da vossa fé, o esforço da vossa caridade e a firmeza da vossa esperança em Nosso Senhor Jesus Cristo, na presença de Deus, nosso Pai. Nós sabemos, irmãos amados por Deus, como fostes escolhidos. O nosso Evangelho não vos foi pregado somente com palavras,

mas também com obras poderosas, com a acção do Espírito Santo.

EVANGELHO Mt 22, 15-21

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São Mateus

Naquele tempo, os fariseus reuniram-se para deliberar sobre a maneira de surpreender Jesus no que dissesse. Enviaram-Lhe alguns dos seus discípulos, juntamente com os herodianos, e disseram-Lhe: “Mestre, sabemos que és sincero e que ensinas, segundo a verdade, o caminho de Deus, sem te deixares influenciar por ninguém, pois não fazes acepção de pessoas. Diz-nos o teu parecer: É lícito ou não pagar tributo a César?”. Jesus, conhecendo a sua malícia, respondeu: “Porque Me tentais, hipócritas? Mostrai-me a moeda do tributo”. Eles apresentaram-Lhe um denário e Jesus perguntou: “De quem é esta imagem e esta inscrição?”. Eles responderam: “De César”. Disse-Lhes Jesus: “Então, dai a César o que é de César e a Deus o que é de Deus”.

REFLEXÃO

Interpretada à luz da fé, a nossa história pessoal e colectiva recebe o seu verdadeiro significado. O ser humano contém a imagem e a inscrição divina: pertencemos a Deus. Só Deus merece o nosso cântico de acção de graças e a dedicação da nossa vida.

‘O esforço da vossa caridade’

Na célebre resposta deste trecho do Evangelho, Jesus Cristo não faz uma oposição entre religião e política, entre Deus e o dinheiro. Alguém é que usou esta resposta para criar uma separação destes âmbitos complementares da nossa condição humana. Somos irmãos, concidadãos da

comunidade humana. E alguns também somos concidadãos da comunidade cristã. Uma e outra não se opõem, nem se substituem; estão interligadas, exigem uma da outra um equilíbrio saudável. Ao contrário dos fariseus, que o disseram por provocação, nós acreditamos que Jesus Cristo é sincero, é o nosso único Mestre, que ensina o caminho de Deus. Hoje, a resposta do Mestre traduz-se deste modo: como cristãos, temos direitos e deveres que precisam de ser vividos com sinceridade, segundo os valores do Evangelho, tendo em vista o bem comum, a fraternidade universal. Há o direito e o dever de participar na vida da nossa terra, da nossa freguesia, do nosso país, da nossa Casa Comum. A Primeira Carta aos Tessalonicenses diz como o podeis pôr em prática: com “obras poderosas, com a acção do Espírito Santo”, que manifestem “a actividade da vossa fé, o esforço da vossa caridade e a firmeza da vossa esperança”. Que ‘obras poderosas’ tenho eu permitido que o Espírito Santo realize no mundo através do ‘esforço’ da minha caridade? Quando foi a última vez que uma minha boa acção transformou a vida de outra pessoa? Este ano pastoral, sob o lema da caridade, agora com a mais recente Carta Encíclica do Papa Francisco sobre a fraternidade e a amizade social, dá-nos pistas para o ‘esforço’ da nossa caridade, a partir da parábola do bom samaritano (cf. Lucas 10, 25-37). Detemo-nos no momento em que, diante do moribundo, o samaritano “chegou ao pé dele e, vendo-o, encheu-se de compaixão”. O samaritano viu naquele homem um irmão e agiu em conformidade com o seu coração aberto à fraternidade. Para nós, cristãos, a indiferença nunca é uma opção. A única opção cristã é ver (a

situação concreta da realidade) e agir (segundo os valores do Evangelho).

Coração que vê e actua
A caridade é o sinal mais eloquente da nossa ‘imagem’ e ‘inscrição’ divina. Para nós, não é mera filantropia ou assistencialismo, ter um bom coração. É o nosso vínculo ao amor divino que nos impele, até exige, a realizar todas as obras de misericórdia. Por isso, podemos dizer que todos os nossos actos de bondade são a nossa melhor resposta diante da revelação do amor de Deus. O testemunho da nossa fé, a manifestação ativa da nossa adesão a Jesus Cristo, torna-se visível no ‘esforço’ da nossa caridade. O amor é o rosto da nossa fé e o sustento da nossa esperança. O nosso programa de vida só pode ser este: um coração que “vê onde há necessidade de amor, e actua em consequência” (Bento XVI).

Reflexão preparada por Laboratório da Fé in www.laboratoriodafe.pt

Semear esperança
Acólitos
Vestir a túnica e cingir os rins com o cingulo não é um mero paramentar-se. Na linguagem bíblica, cingir os rins significa preparar-se para cumprir uma missão que nos é confiada por Deus. Assim como Deus ungiu Ciro, o tomou pela mão e o cingiu, assim também Deus nos unge, nos toma pela mão e nos cinge para o nosso serviço do altar. Ao colocar o cingulo tenho consciência de que, mais do que estar a “arranjar a roupa”, estou a aceitar humildemente o serviço que Deus me confia?

Leitores
Algumas leituras, mais do que outras, mostram bem que foram pensadas para



EUCOLOGIA

Orações presidenciais: Orações para o Domingo XXIX do Tempo Comum (*Missal Romano*, 423)

Prefácio: Prefácio dos Domingos do Tempo Comum VI (*Missal Romano*, 481)

Oração Eucarística: Oração Eucarística II (*Missal Romano*, 524ss)



VIVER NA ESPERANÇA

“O nosso Evangelho não vos foi pregado somente com palavras, mas também com obras poderosas, com a acção do Espírito Santo”. Às palavras de S. Paulo, vamos construir um mundo onde Deus seja o único Senhor da vida! Sejamos instrumentos de caridade no mundo, dando às pessoas mais próximas o que recebemos de Deus: o amor.



SUGESTÃO DE CÂNTICOS

- **Entrada:** *Cantai ao Senhor um cântico novo* – F. Santos
- **Apresentação dos dons:** *Apresentamos, Senhor* – H. Faria
- **Comunhão:** *Dai a César* – A. Frade
- **Final:** *Terra inteira em paz e amor* – J. Santos

serem lidas por um leitor como nós o fazemos hoje na Eucaristia. Tal é o caso da carta de São Paulo aos Tessalonicenses. Todavia, o Evangelho não pode ser pregado apenas por palavras, mas por obras poderosas. De Paulo, agora apenas temos o texto; cabe-nos, hoje, sermos o povo das obras poderosas da misericórdia de Deus inspiradas pela ação do Espírito Santo. Ao ler, sinto-me interpelado e interpelo para a tradução em obras da Palavra proclamada?

Ministros Extraordinários da Comunhão

Nas comunidades há muitas reuniões de muitos conselhos e grupos. Todavia, nem sempre a motivação dos que nelas participam é procurar o que o Espírito diz hoje à Igreja. Por vezes, antes das reuniões, deliberamos sobre a maneira com: atirar isto à cara do outro, lavar certa roupa suja, acertar as “contas” com alguém ou “entalar” aquele outro. Nas reuniões eclesiais em que participo, procuro purificar as minhas intenções, para que o exercício do meu ministério e o dos outros seja cada vez mais segundo a vontade de Deus?

Celebrar com esperança

Homilia

Deus é Senhor de da humanidade. Deus realiza os seus designios, que são sempre de salvação, através das pessoas e das instituições humanas, por vezes até de maneira muito clara, tal como se verifica na primeira leitura.

Perante o poder temporal, representado por César, a atitude de Jesus é de respeito pela sua autonomia, mas reivindica, ao mesmo tempo, as exigências primordiais do serviço de Deus, às quais nada se pode antepor. E, ao mesmo tempo, denuncia a falta de sinceridade dos que O interrogavam; sem ela, ninguém se poderá dirigir a Deus.

Neste Dia Mundial das Missões, a palavra do Apóstolo dasafia-nos a anunciar o Evangelho, não só com palavras, mas com obras poderosas e com a ação do Espírito Santo.

Apresentação dos dons

Durante o momento da apresentação dos dons, pode fazer-se esta oração, acompanhando a gestualidade própria deste momento.

A Ti, Senhor, nosso Deus, oferecemos tudo o que é Teu. Sabemos que o que é de César não nos satisfaz, nem nos traz felicidade. Aceita a nossa oração diária, que dá força e coragem à nossa fé. Recebe o pão que faz desabrochar no nosso coração a esperança da salvação. E... aqui tens o vinho, que é sinal da alegria que nos invade, ao vivermos a caridade como caminho a seguir para Te encontrar. Senhor, nosso Deus, que chamas cada um de nós pelo nome, recebe o tesouro mais precioso que vem de ti: a nossa vida em missão!

Oração Universal

Irmãs e irmãos: a exemplo do apóstolo São Paulo, oremos, nós também, ao Pai celeste pela Igreja e por todas as pessoas deste mundo, dizendo:

R. Senhor, venha a nós o vosso Reino.

1. Pelas Igrejas do Oriente e do Ocidente, pelas que vivem em países de missão e pelos seus bispos, presbíteros e missionários, oremos, irmãos.

2. Pelos que estão constituídos em

autoridade, pelos que dão a César o que é de César, e pelos que dão a Deus o que é de Deus, oremos, irmãos.

3. Pelos homens e mulheres mais infelizes, pelos que sofrem a ditadura e a opressão provocada por esta pandemia e por aqueles que vivem sem direitos, oremos, irmãos.

4. Pelas missões de todo o mundo, pelas religiosas e irmãos leigos que as servem e pelos cristãos que por elas oram sem desânimo, oremos, irmãos.

5. Pela nossa assembleia aqui reunida, pelos fiéis que permanecem firmes na esperança e pelos que praticam com alegria a caridade, oremos, irmãos.

Senhor, Deus do universo, que acolheis as orações e acções de graças daqueles que se reúnem em Igreja, escutai os anseios do coração e as súplicas que Vos apresentamos com toda a confiança. Por Cristo, Senhor nosso.

R. Ámen.

A versão completa do subsídio litúrgico encontra-se disponível em www.arquidiocese-braga.pt/liturgia/

“Mestre,
sabemos que és sincero”

VIGÉSIMO NONO DOMINGO
ANO A - 2020



LABORATÓRIODAFE



JUNTA DE NÚCLEO DE BRAGA DO CNE TOMOU POSSE

No passado dia 2 de Outubro realizou-se a tomada de posse da nova equipa da Junta de Núcleo de Braga do Corpo Nacional de Escutas – Escutismo Católico Português para o triénio 2020/2023.

A equipa é constituída pela chefe de núcleo Alexandra Gonçalves (S. Mamede), pelo chefe de núcleo adjunto João Paulo Caldas (Montariol), pelo secretário administrativo e financeiro Rui Lopes (S. Victor), pela secretária para a comunicação e desenvolvimento Joana Cunha (S. Lázaro), pela secretária para os recursos adultos Elisabete Gomes (Fraião) e pelo secretário para o Centro Escutista Marciano Ferreira (Aveleda).

Com “Acolher, Cuidar e Enviar” como mote para este triénio, a equipa sublinha estar consciente do vasto legado e história do Núcleo de Braga e, “contemplando o passado”, agradece aos seus antecessores. “No triénio 2020/2023 é tempo de recomeçar e olhar com esperança o futuro desafiante que nos espera. «Acolher, Cuidar e Enviar» é o mote para este triénio. Acolher os desafios, cuidar os elementos e a nossa

casa comum e enviar o que acolhemos e cuidamos para que dê fruto em abundância. Sentimo-nos impedidos a sair de nós próprios, colocando-nos ao serviço – um serviço consciente, responsável, desinteressado e assente nas linhas base do escutismo. Acreditamos que a nossa missão passa por proporcionar um espaço de crescimento saú-

dável às crianças e jovens que nos são confiados, ajudando-os a tornarem-se cidadãos activos que, no dia-a-dia, vivenciam e colocam em prática a lei, princípios e promessa escutista que um dia professaram”, afirma a equipa, ressaltando que espera contar com a ajuda de todos os irmãos escuteiros para desempenhar esta “nobre missão”.



Recoleção do Clero

20 OUT. 2020 – «Chegou ao pé dele e vendo-o, encheu-se de compaixão» (Lucas 10,33)

PROGRAMA | 9.30 LAUDES | 10.00 - REFLEXÃO

PE. NUNO VENTURA

LOCAL | ON-LINE - VIA GOOGLE MEET



Director: Damião A. Gonçalves Pereira • **Coordenação:** Departamento Arquidiocesano da Comunicação Social (Pe. Paulo Terroso, Pe. Tiago Freitas, João Pedro Quesado) • **Design:** Romão Figueiredo • **Multimédia:** Ana Marques Pinheiro • **Contacto:** comunicacao@arquidiocese-braga.pt

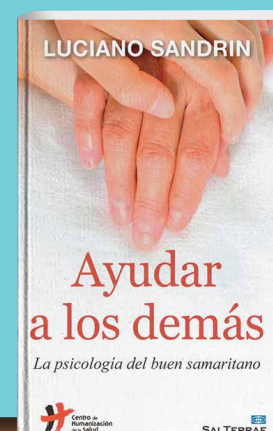
Fale connosco no
Facebook



Compre online em
www.livrariadm.pt



AYUDAR A LOS DEMÁS
LUCIANO SANDRIN



Este livro apresenta e estuda os comportamentos de ajuda, ou seja, as condutas pró-sociais e altruístas que realizamos para ajudar os outros, de modo particular nos momentos mais frágeis da sua vida. E presta particular atenção ao variado mundo do voluntariado.