



# DESPERTAR

## Boletim Paroquial de Marinhas

Morada: Rua Conde Madimba, n.º 2, 4740-572 Esposende  
Tel: 253 961 391 Tim (pároco): 934 849 728 E-mail: paroquiademarinhas@gmail.com Site: http://www.paroquiademarinhas.com

ANO: XLIX

N.º 2547

Semana: 14-09-2025 a 21-09-2025

### «PARA QUE TODO AQUELE QUE ACREDITA TENHA N'ELE A VIDA ETERNA» XXIV DOMINGO DO TÉMPO COMUM FESTA DA EXALTAÇÃO DA CRUZ ANO C

No séc. II o imperador Adriano (117-138), para dissuadir o culto cristão em Jerusalém, soterrou o local onde Jesus tinha sido crucificado e sepultado. No local do Santo Sepulcro, colocou a estátua de Júpiter; no local da crucifixão de Jesus, erigiu uma estátua em honra de Vénus. Os cristãos, contudo, continuaram a frequentar esses lugares, aí evocando a morte e a ressurreição de Jesus. Mais tarde, em 13 de setembro de 326, Santa Helena, mãe do imperador Constantino, por indicação de um habitante de Jerusalém, descobriu no local do Calvário o madeiro da cruz onde Jesus tinha sido crucificado. Demolidas as construções pagãs erigidas por Adriano, foi construída uma basílica cristã, cuja dedicação aconteceu em 13 de setembro de 335. No dia a seguir, 14 de setembro, a cruz lá encontrada foi exposta à adoração dos fiéis. É este facto que está na origem da chamada Festa da Exaltação da Santa Cruz. A cruz de Jesus – que a liturgia deste dia nos convida a contemplar – é a expressão suprema do amor de um Deus que veio ao nosso encontro, aceitou partilhar a nossa humanidade, quis fazer-se servo dos homens, deixou-se matar para que o egoísmo e o pecado fossem vencidos. Ao entregar a sua vida na cruz, em dom de amor, Jesus indicou-nos o caminho para chegar à vida plena.

A **primeira leitura** traz-nos uma história do tempo em que os israelitas vagueavam pelo deserto. Deus propõe-se corrigir a tendência de Israel para a murmuração e a ingratidão; mas, constatando que o "remédio" podia "matar o doente", Deus engendra uma estratégia de salvação. A serpente de bronze levantada sobre um poste, através da qual Deus cura o seu Povo, sinaliza o amor e a bondade de Deus; e é, por outro lado, um símbolo dessa força salvífica que alguns séculos mais tarde brotará da cruz de Cristo, o homem levantado ao alto para dar vida a todo o mundo.

No **Evangelho** Jesus, em conversa com um fariseu chamado Nicodemos, desvela-lhe o sentido e o significado da Sua presença no meio dos homens: Deus amou tanto o mundo que entregou o seu Filho Unigénito, para que todo o homem que acredita n'Ele não pereça, mas tenha a vida eterna". O amor de Deus tornar-se-á particularmente evidente quando, na cruz, Jesus entregar a sua vida por todos. Os que olharem para o Crucificado e acolherem a lição de amor que Ele oferece, encontrarão vida em abundância.

A **segunda leitura**, Paulo apresenta aos crentes de Filipos a sua leitura da incarnaçāo de Cristo. Jesus, o Filho de Deus, despojou-se da sua dignidade divina e veio ao encontro dos homens, revestido da nossa frágil natureza. Ele escolheu o caminho da obediência ao Pai e do serviço aos homens, até ao dom da vida. A cruz é a expressão máxima desse caminho e dessa opção. Paulo pede aos filipenses – e aos "discípulos" de todas as épocas e lugares – que aceitem percorrer o mesmo caminho que Jesus percorreu.

Adaptado de [https://www.dehonianos.org/portal/liturgia/?mc\\_id=5234](https://www.dehonianos.org/portal/liturgia/?mc_id=5234)

I Leitura: Números 21,4b-9 Salmo Responsorial: Salmo 77 (78)

II Leitura: Filipenses 2,6-11 Evangelho: João 3,13-17

### EVANGELHO DE NOSSO SENHOR CRISTO SEGUNDO SÃO JOÃO

#### Não esqueçais as obras do Senhor.

Escuta, meu povo, a minha instrução,  
presta ouvidos às palavras da minha boca.  
Vou falar em forma de provérbio,  
vou revelar os mistérios dos tempos antigos.

Quando deus castigava os antigos, eles O procuravam,  
tornavam a voltar-se para Ele  
e recordavam-se de que Deus era o seu protetor,  
o Altíssimo o seu redentor.

Eles, porém, enganavam-n'O com a boca  
e mentiam-Lhe com a língua;  
o seu coração não era sincero,  
nem eram fiéis à sua aliança.

Mas Deus, compadecido, perdoava o pecado  
e não os exterminava.  
Muitas vezes reprimia a sua cólera  
e não executava toda a sua ira.

Naquele tempo, disse Jesus a Nicodemos:

«Ninguém subiu ao Céu  
senão aquele que desceu do Céu: o Filho do homem.  
Assim como Moisés elevou a serpente no deserto,  
também o Filho do homem será elevado,  
para que todo aquele que acredita  
tenha n'Ele a vida eterna.  
Deus amou tanto o mundo  
que entregou o seu Filho Unigénito,  
para que todo o homem que acredita n'Ele  
não pereça, mas tenha a vida eterna.  
Porque Deus não enviou o seu Filho ao mundo  
para condenar o mundo,  
mas para que o mundo seja salvo por Ele».



# VIDA PAROQUIAL

## XXIV DOMINGO DO TEMPO COMUM

14 de setembro

### EXALTAÇÃO DA SANTA CRUZ

	<b>PEREGRINAÇÃO À SENHORA DA PAZ</b>
<b>08h00</b>	Terço.
<b>08h30</b>	Missa por Maria da Saúde Losa Esteves Ferreira (30º dia), m.c. Confraria do Santíssimo; Maria dos Anjos Gonçalves Lemos, m.c. Leopoldina; Teresa de Jesus Martins Matos Curvão, m.c. filhos; Zeladores e associados do Apostolado da Oração, falecidos no último ano, m.c. Apostolado da Oração.
<b>09h15</b>	Saída da <b>peregrinação</b> em procissão até à Sra da Paz.
<b>10h30</b>	Na capela da Sra da Paz, missa solene pelos paroquianos e pela Paz no mundo.

### Segunda - feira

15 de setembro

#### Nossa Senhora das Dores

<b>17h30</b>	Terço.
<b>18h00</b>	Missa pelas almas do Purgatório, intenção dos ofertantes das Alminhas de Outeiro.

### Terça - feira

16 de setembro

<b>17h30</b>	Terço.
<b>18h00</b>	Missa por Aurélio Nogueira Miranda, m.c. viúva.

### Quarta - feira

17 de setembro

<b>17h30</b>	Terço.
<b>18h00</b>	Missa pelas almas do Purgatório, intenção dos ofertantes das Alminhas de Góios.
<b>18h00</b>	Atendimento.

### Quinta - feira

18 de setembro

<b>17h00</b>	Exposição e adoração ao Santíssimo Sacramento.
<b>17h30</b>	Terço.
<b>18h00</b>	Missa almas do Purgatório, intenção dos ofertantes das Alminhas de Rio de Moinhos.
<b>21h00</b>	Reunião de Responsáveis de Ano - Catequese.

### Sexta - feira

19 de setembro

<b>17h30</b>	Terço.
<b>18h00</b>	Missa por Amélia Ramos e irmão, m.c. filha Maria Adélia; Erminda Augusta Miranda, m.c. filha Aida; Cláudia Neiva Arruda e família, m.c. família.
<b>21h30</b>	<b>Na igreja matriz de Espoende, vigília para todos os catequistas, em comunhão com o jubileu dos catequistas, em Roma.</b>

**Sábado**

20 de setembro

<b>11h00</b>	Celebração matrimonial e batismal.
<b>15h30</b>	Reunião da Cúria da Legião de Maria.
<b>16h00</b>	Reunião da Conferência Vicentina.
<b>17h30</b>	Terço.
<b>18h00</b>	Missa vespertina por António Gonçalves Abreu e família, m.c. Maria Landelina; Abel Miranda Marques, m.c. esposa e filhos; Maria Adélia R. Coutinho, marido e filhos falecidos, m.c. Zita Carneiro; Francisco Regado e esposa Laurestina, m.c. família; Leontina Cavalheiro Capitão Moreira, Rosa de Abreu Ribeiro, Maria Arminda Alves Marques Couto e Maria da Saúde Losa Esteves Ferreira, m.c. Confraria das Almas.

## XXV DOMINGO DO TEMPO COMUM

21 de setembro

<b>10h00</b>	Terço.
<b>10h30</b>	Missa pelos paroquianos e de ação de graças pelo 80º aniversário de Manuel Sapateiro Peixoto; Ana Maria Abreu Rodrigues Ferreira, m.c. irmão José; Benfeiteiros falecidos da Conferência Vicentina.

## SAGRADA FAMÍLIA (AGOSTO 2025)

Nos oratórios da Sagrada Família foram recolhidos os seguintes valores, que se destinam a despesas com obras de apostolado e despesas paroquiais.

Rio de Moinhos 119,00€; Abelheira 20,00€; Cepães 89,00€; Pinhote 40,00€; Outeiro 60,00€; Góios 12,00€.  
Total 340,00€

## ORATÓRIOS do Coração Imaculado de Maria

Lugar	Responsável	Valor
Góios	Deolinda Laranjeira Júlia Afonso	12.00€ 7.00€
Pinhote	Maria Regado – 4 meses Adelina Carqueijó – 2 meses Fernanda Franco	10.00€ 20.00€ 6.00€
Cepães	Fernanda Miranda Lurdes Peixoto Fátima Losa – 2 meses	5.00€ 12.50€ 15.00€
Igreja	Residência paroquial – 2 meses	42.50€
Outeiro	Nocas Neiva	16.00€
Abelheira	Cândida Barbosa	5.00€
Rio de Moinhos	Celeste Carneiro Rosa Capitão Lurdes Cepa – 2 meses	8.00€ 37.20€ 25.00€
	Total= Entregue 31/08/2025 =	221.20€ 220.00€

# NA PAZ DE DEUS



## AMÉLIA CEPA MOREIRA

Nasceu em 26.05.1936  
Faleceu em 06.09.2025

## MONTE

# 'SANCTA SANCTIS' O QUE É SANTO PARA OS SANTOS



Já no século IV, as liturgias orientais continham o 'sancta sanctis', isto é, "o que é santo para os santos" ou "as coisas santas para os santos", na apresentação do sacramento [Jesus sacramentado na hóstia santa] ao povo imediatamente antes da administração da comunhão. Uma resposta típica do povo era: "um só é santo, um só é o Senhor, Jesus Cristo, para a glória de Deus Pai".

1. Que significado tem esta expressão – 'sancta santis': o que é santo para os santos – no contexto de hoje? Sendo uma expressão latina e de impacto litúrgico, como podemos e devemos interpretá-la para os nossos dias? Atendendo a que se insere no contexto litúrgico e eucarístico em particular, onde e como se aplica? Seremos (ou seríamos) capazes de proferir tal expressão num tempo tão tolerante como o nosso? Valerá a pena trazer este tema para o espaço da nossa liturgia/eucaristia tão convivial e de pretensa boa relação humana? Até onde poderá ir a nossa vivência eucarística na linha desta expressão, possivelmente considerada exigente? Quem tem a responsabilidade eclesial seria capaz de expor e explicar o significado – se o souber devida e esclarecidamente – sem medo de se tornar menos simpático para com os seus fregueses?

2. Efetivamente este tema poderá parecer um tanto ao arrepio da enxurrada de comunhões nas nossas missas. Hoje vemos uma multidão de comungantes – às dezenas ou centenas – que se aproximam da comunhão – Jesus presente no pão eucarístico – com largos meses ou anos sem se confessarem. Isso tem vindo a ser considerado normal, dirão alguns natural, mas nem sempre tão sobrenatural como deveria ser. Talvez devamos refletir – sobretudo os responsáveis eclesiásticos – sobre esta normalidade de comungantes, na rotina de cada domingo. Por vezes vemos abeirar-se da mesa da comunhão quem não tem a mínima noção daquilo que se trata, desde os gestos não-apropriados para receber a comunhão até à forma algo displicente com que se recebe a hóstia consagrada. Estes e outros sinais demonstram que se torna importante explicar o tal 'o que é santo para os santos', tentando excluir a possibilidade de sacrilégio na forma direta ou tentada...

3. Recordemos o que diz a Instrução Geral ao Missal Romano: «na Oração dominical pede-se o pão de cada dia, que para os cristãos evoca principalmente o pão eucarístico; igualmente se pede a purificação dos pecados, de modo que efectivamente "as coisas santas sejam dadas aos santos". O sacerdote formula o convite à oração, que todos os fiéis recitam juntamente com ele. Em seguida o sacerdote diz sozinho o embolismo, que o povo conclui com uma doxologia» (n.º 81).

Aqui se faz expressa referência às 'coisas santas [que] sejam dadas aos santos'. Não teremos andado distraídos com outros floreados – como a dita 'saudação da paz' e outros adereços um tanto escusados – em vez de nos centrarmos no que interessa? Até mesmo a invocação, com pendor algo penitencial, do 'Cordeiro de Deus, que tirais o pecado do mundo' (nas vezes que é repetido), nos faz preparar, pessoal e comunitariamente, para receber o menos indignamente possível, o Corpo do Senhor. Aliás, a resposta de todos, extraída de uma passagem evangélica – 'Senhor, eu não sou digno que entreis em minha morada, mas dizei uma palavra e serei salvo' – recorda-nos que somos agraciados com este dom divino de recebermos o Senhor naquela forma simples e humilde de pão...

4. 'O que é santo para os santos' torna-se, assim, uma espécie de paradoxo, pois, somos nós como pecadores que recepcionamos o Santo, que nos santifica, cada vez mais. Assim sejamos dignos de exercer esta indignidade santificada...

António Sílvio Couto

## BOLETIM

SALDO DE 2024	-346,16 €
Entradas na semana: 31.08.2025 a 14.09.2025	15,00 €
Saídas na semana: 31.08.2025 a 14.09.2025	0,00 €
Total entradas 2025	1 025,00 €
Total saídas 2025	1 979,58 €
Saldo 2025	-1 300,74 €

## REDE MUNDIAL DE ORAÇÃO DO PAPA



## APOSTOLADO DA ORAÇÃO

Intenção do mês de setembro

## PELA NOSSA RELAÇÃO COM TODA A CRIAÇÃO

Rezemos para que, inspirados em São Francisco, experimentemos a nossa interdependência com todas as criaturas, amadas por Deus e dignas de amor e respeito.

### Reflexão

O Papa convida-nos a darmo-nos conta da nossa interdependência com todas as criaturas, profundamente enraizada na tradição cristã do respeito e do cuidado pela Criação. Esta intenção, que celebra o 800.º aniversário do Cântico das Criaturas de São Francisco de Assis, oferece uma rica base para refletir sobre a nossa relação com o meio ambiente e todas as formas de vida.

Na encíclica "Laudato si'", o Papa Francisco recorda-nos que tudo no mundo está ligado e que o bem-estar humano não pode ser separado do bem-estar do planeta e dos seus outros habitantes.  
(...)

### ATITUDES

#### Abertura à Criação

Dás testemunho da tua fé e do teu amor por Deus com gestos concretos de respeito e cuidado amoroso para com o próximo e toda a criação? Este ano jubilar da esperança oferece-te a oportunidade da verdadeira conversão, vivendo de forma nova aquilo que desejas mudar em ti.

#### Reconhecer a vida em todas as suas formas

Reserva todos os dias um tempo para reconhecer a vida em todas as suas formas e Deus presente em tudo e em todos. Cultiva uma atenção serena do coração. Esta prática irá ajudar a encontrares-te com o melhor de ti e a oferecê-lo nos encontros com outros e em toda a tua vida.

#### Cultivar amor e respeito

Que gestos simples podes realizar para acrescentar amor e respeito à tua volta? Através deles podes contribuir para que se rompa a lógica do egoísmo reinante.

#### Conscientes da nossa interconexão

Tens consciência de estar em relação com todos e com tudo? O que fazes, pensas e decides tem uma repercussão universal. Pede ao Senhor a graça de o seguir em tudo, para que semeies amor com os teus gestos e contribuas para a santificação dos irmãos e de toda a criação.

#### Aprender a ver Deus em todas as coisas

Parar várias vezes ao longo dos teus dias e pausar o teu ritmo fará com que cresças na consciência da presença de Deus em ti, nos teus irmãos, na criação e em cada situação que vives. Se assim o fizeres, rapidamente verás crescer em ti uma alegria contagiante.

## ESCUTEIROS PIONEIROS



De 28 de agosto a 1 de setembro, os Pioneiros do Agrupamento 813-Marinhas viveram uma experiência inesquecível na cidade eterna: Roma! Foram cinco dias intensos, cheios de caminhada, descobertas, cultura, fé e, claro, muitas gargalhadas entre amigos. Visitaram lugares emblemáticos como o Coliseu, a Fontana di Trevi, a Praça de São Pedro e várias basílicas que os deixaram de boca aberta com a sua beleza e história. Mas um dos momentos mais marcantes da viagem foi sem dúvida quando conseguiram ver o novo Papa, Papa Leão XIV, no Vaticano. Além das visitas e dos monumentos, esta viagem foi também feita de partilha, amizade e espírito de equipa. Cada refeição, cada metro percorrido a pé, cada conversa ao final do dia, ajudaram-nos a crescer e a reforçar os laços que os unem. Voltaram cansados, é verdade, mas de coração cheio. "Roma deu-nos muito mais do que esperávamos: deu-nos histórias, deu-nos fé reforçada e deu-nos recordações que nunca mais vamos esquecer."

Um obrigado especial a todos os que, de uma forma ou de outra, tornaram esta aventura possível. "Uma coisa é certa: nós já deixamos a nossa marca em Roma... e Roma deixou a sua marca em nós!"



## CAMINHEIROS

De 28 a 31 de agosto, os Caminheiros do Agrupamento 813-Marinhas foram acampar a Drave, a base nacional da IV secção. A par disso, passaram pela zona da Serra da Freita, em Arouca em que fizeram um trilho "nas escarpas da Mizarela", pela encosta da Serra, junto à maior cascata de Portugal. O Clã 85 fez tudo aquilo que é pedido pelo Caminheirismo: Serviço. Pondo as mãos à obra, percorrendo trilhos e alimentando a sua espiritualidade, os caminheiros conectaram-se com eles mesmos e com Deus com o propósito de se tornarem no verdadeiro "Homem Novo". A atividade ficou marcada pelos momentos em Clã e pelos laços que saíram reforçados que muito certamente trarão frutos.



## PEREGRINAÇÃO À SENHORA DA PAZ 2025

Neste domingo, peregrinamos ao alto do monte da Sra da Paz.

Neste ano de Jubileu da Esperança, queremos confiar à Senhora da Paz o novo ano pastoral e consagrarmos à Mãe todas as nossas crianças e jovens em período de formação humana e cristã. O convite é aberto a todos os paroquianos pedindo a cada uma das comissões de festas dos lugares (as que cessaram e as que se propõem assumir) e respetivas mordomias da "Festa da Senhora" a marcarem presença com a Bandeira de N. Sra de cada lugar e se associarem a esta peregrinação, em articulação com os ministros extraordinários da comunhão e se mobilizarem para garantirem a presença da bandeira, assim como os elementos (homens e mulheres) para levarem o andor no percurso estabelecido. Às 08h30, na igreja matriz, celebraremos uma eucaristia e, no final, por volta das 09h15, daremos início à peregrinação, sendo a responsabilidade de levar o andor distribuída na seguinte ordem: iniciam os **Escuteiros** e **Grupo de Jovens** e depois os lugares da freguesia assim ordenados:

- 1º - Igreja;
- 2º - Góios;
- 3º - Outeiro;
- 4º - Pinhote;
- 5º - Cepões;
- 6º - Monte e Abelheira;
- 7º - Rio de Moinhos.

Vamos manifestar a nossa fé comunitariamente sendo esperança numa **PARÓQUIA EM MISSÃO. A SENHORA DA PAZ VOS RECOMPENSARÁ.**



## ORAÇÃO

Senhor, tu amas todos os seres e não detestas nada do que fizeste (Sab 11, 24).

Cada criatura, Pai, é objeto da tua ternura, e tu dás a cada uma um lugar no mundo.

Maravilhamo-nos ao contemplar que a mais efémera vida do ser mais insignificante é objeto do teu amor, e que, mesmo nesses poucos segundos de existência, Tu o rodeias com todo o teu carinho.

«Louvado sejas, meu Senhor», como dizia São Francisco. Hoje, juntamo-nos a este cântico e dizemos, todos juntos e a uma só voz,

«Louvado sejas».

É através da grandeza e da beleza das criaturas, que conhecemos por analogia o seu Criador

Por isso, Senhor, cremos profundamente que o mundo é algo mais do que um problema a resolver:

é um mistério jubiloso que contemplamos com alegre louvação.

Dá-nos a graça de nos reconhecermos seres amados, cada um de nós querido e desejado por ti, concebido no teu coração, fruto do teu pensamento.

«Louvado sejas, Senhor», que te manifestas quando o sol brilha e quando a noite cai, presente na diversidade de tudo o que foi criado.

Quando tomamos consciência do teu reflexo em tudo o que existe, o nosso coração experimenta o desejo de te adorar em todas as tuas criaturas...

Louvado sejas, Senhor!

Amen

**PARÓQUIA DE S. MIGUEL DE MARINHAS**  
UNIDADE PASTORAL ESPOSENSE POENTE  
ARCIPRESTADO DE ESPOSENSE - ARQUIDIOCESE DE BRAGA

## Catequese

Matrícula para o ano 2025-2026



Estão abertas as inscrições/renovação de matrícula para a catequese, até ao dia 28 de setembro, via **Google Forms**, através do seguinte link <https://forms.gle/phgQfqqUaosnX2r47>

## VACINAÇÃO ANTIRRÁBICA E IDENTIFICAÇÃO ELECTRÓNICA

À semelhança de anos transactos vai realizar-se nesta freguesia a vacinação anti-rábica dos canídeos, cuja vacinação é obrigatória a partir dos três meses de idade:

**ESPOSENSE:** dia 20 de setembro, junto central de Camionagem, às 9:30 horas;

**MARINHAS:** dia 25 de setembro: Adro da Senhora da Saúde, às 10:30 horas; Adro de São Roque, às 14:30 horas.