



Dia 22 DOMINGO I DA QUARESMA - Ano A

Gn 2, 7-9 - 3, 1-7; Sl 50; Rm 5, 12-19 ou Rm 5, 12. 17-19; Mt 4, 1-11

«Vai-te, Satanás, porque está escrito:

‘Adorarás o Senhor teu Deus e só a Ele prestarás culto’»

Missa: 10h (Vilar), 10h30, 12h e 19h (Sé).

17h00 **Concerto Solidário “Sons da Natureza”**, pela Orquestra Filarmónica das Beiras, a favor das Florinhas do Vouga (86º aniversário), na Casa da Música (Aradas).

19h00 Missa estacional, presidida pelo Sr. Bispo, com apresentação e inscrição no respectivo Livro dos Catecúmenos de toda a Diocese, que serão baptizados na próxima Vigília Pascal. na Sé.

Dia 23 SEGUNDA-FEIRA - Lv 19, 1-2. 11-18; Sl 18 B; Mt 25, 31-46

Dia 24 TERÇA-FEIRA - Is 55, 10-11; Sl 33; Mt 6, 7-15

21h00 Catequese de Adultos para os Sacramentos de Iniciação Cristã, no centro paroquial.

Dia 25 QUARTA-FEIRA - Jn 3, 1-10; Sl 50; Lc 11, 29-32

19h00 **Ciclo “Café com Ideias”**: «o bom morrer e o bom viver, são **responsabilidade de todos**», conversa sobre a vida nas suas fragilidades, com Mariana Abranches Pinto e o Padre Johnny Freire, no salão paroquial da Vera Cruz.

Dia 26 QUINTA-FEIRA - Est 4, 17. n. p-r. aa-bb. gg-hh; Sl 137; Mt 7, 7-12

21h30 Conferência “**ECOconversão e Casa Comum**”, com o tema “Desigualdade”, uma conversa com Viviane Runa (Orbis), no CUFC.

Dia 27 SEXTA-FEIRA - Ez 18, 21-28; Sl 129; Mt 5, 20-26

18h30 Via-Sacra, na Sé.

21h30 Reunião de Pais do 9º ano de catequese, no centro paroquial.

Dia 28 SÁBADO - Dt 26, 16-19; Sl 118; Mt 5, 43-48

17h00 VIII Sessão de Formação de candidatas a Acólitos, no centro paroquial.

17h30 **EXPOSIÇÃO DO SANTÍSSIMO SACRAMENTO**, com Vésperas, às 18h30, antes da missa, na Igreja.

17h30 Oração do Terço, antes da missa, em Santiago.

18h00 Missa vespertina, em Santiago.

19h00 Missa vespertina, na Sé.

Dia 01 DOMINGO II DA QUARESMA - Ano A

Gn 12, 1-4a; Sl 32; 2Tm 1, 8b-10; Mt 17, 1-9

«O seu rosto ficou resplandecente como o sol»

Missa: 10h (Vilar), 10h30, 12h e 19h (Sé).

PRIMEIRO DOMINGO DO MÊS - OFERTÓRIO PARA AS OBRAS

REFLEXÃO

INFORMAÇÕES



Tentações !

No Evangelho do 1º Domingo da Quaresma somos sempre convidados a acompanhar Jesus ao deserto, onde, tentado pelo demónio, jejuou 40 dias, teve fome e passou frio. Apenas o Espírito Santo estava presente.

Tentação, palavra fora de moda, que a publicidade usa a propósito de coisas fúteis, tem um significado muito importante e actual: significa escolher como viver, ordenar as próprias escolhas, pois é escolhendo que somos livres.

Com a primeira tentação, Jesus quebra a ilusão de que os bens, por si só, enchem a vida. O pão é um bem inquestionável, é verdade, mas Jesus aumenta a parada ao dizer que “nem só de pão vive o homem”. O pão é bom, contudo melhor é a Palavra de Deus, que suscita no coração humano sede e fome de céu.

Mas não se fica por aqui o diabo, que, de Bíblia na mão, no pináculo do templo, desafia: “atira-te daqui abaixo”, pois Deus tomará conta de ti. Aquilo que parecia o mais elevado acto de fé e confiança em Deus, não passa de uma caricatura, uma pura busca do próprio proveito.

Por fim, o diabo eleva ao máximo a parada: “tudo isto te darei, se, prostrado, me adorares”. O diabo, ao contrário de Deus, entra em negociações com o homem e promete-lhe dinheiro fácil, uma poltrona cómoda, um pouco de poder. Tudo efémero, a troco, tantas vezes, do desrespeito pela dignidade da própria pessoa!

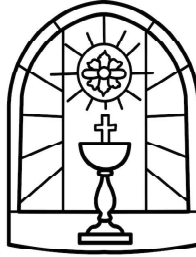
P. Fausto





O regresso do Sacrário à Capela do Santíssimo: como saudar correctamente

Com a conclusão das obras na designada **Capela do Santíssimo**, o sacrário regressa ao seu lugar próprio, onde ficará guardada a **Sagrada Reserva**. Trata-se de um momento importante para a vida litúrgica da nossa paróquia, que exige também um esclarecimento simples e claro quanto aos gestos de reverência na igreja.



1. O que significa cada gesto?

A liturgia da Igreja distingue dois gestos fundamentais:

- Genuflexão (dobrar o joelho direito até ao chão): é gesto de adoração.
- Inclinação profunda (do tronco): é gesto de veneração.

A Instrução Geral do Missal Romano ensina:

“A genuflexão, que se faz dobrando o joelho direito até ao chão, significa adoração e, por isso, reserva-se ao Santíssimo Sacramento” (IGMR, n.º 274).

Por sua vez, o altar é venerado com uma inclinação profunda, porque simboliza o próprio Cristo, pedra angular e mesa do sacrifício.

2. O que muda agora?

Durante o período das obras, estando o Sacrário colocado no centro do altar-mor, a genuflexão fazia-se ali, ao entrar, sair e passar em frente do presbitério. Com o regresso do Sacrário à Capela do Santíssimo, a prática passa a ser a seguinte:

• Ao entrar ou sair da igreja: Saudamos o Santíssimo Sacramento, presente no Sacrário da Capela do Santíssimo, com uma genuflexão, quando passamos diante do Sacrário.

• Diante do altar: Faz-se inclinação profunda ao altar, sobretudo ao entrar, sair ou passar em frente ao presbitério.

O Cerimonial dos Bispos é claro:

“Quando o Santíssimo Sacramento não está presente no presbitério, faz-se uma inclinação ao altar” (CE n.º 72).

3. Porquê esta distinção?

Porque os gestos exprimem a nossa fé.

• No Sacrário, está Cristo realmente presente na Eucaristia. Por isso, adoramos: genuflectimos.

• Diante do altar, veneramos o lugar onde se celebra o Sacrifício. Por isso, inclinamo-nos profundamente.

Como recorda o Catecismo da Igreja Católica:

“No Santíssimo Sacramento da Eucaristia está contido verdadeira, real e substancialmente o Corpo e o Sangue de Cristo” (CIC, n.º 1374).

A genuflexão não é um simples costume; é um acto de fé. É o corpo que proclama aquilo que o coração crê.

Dois Dedos de Liturgia [128]

Formação litúrgica

16. No símbolo da fé (Credo) professamos: creio na Igreja una, santa, católica e apostólica. Estas quatro notas específicas mostram a beleza, o dom e a missão da Igreja. A Liturgia é a Igreja em oração e, por isso, ao celebrar o culto divino, a Igreja exprime aquilo que é: una, santa, católica e apostólica.

CEP, Nota Pastoral: Liturgia Viva da Igreja (5 Maio, 2025)



Caminhada da Quaresma - 2026

“TRANSFORMAÇÃO: DAS CINZAS À RESSURREIÇÃO”

O DESERTO E O JEJUM

22/fev. - 1º Domingo da Quaresma (Mt 4, 1-11)

Enquadramento: No texto do Evangelho, Jesus é conduzido ao deserto. Para a abelha, o deserto seria um lugar de morte. No entanto, através do jejum de Jesus aprendemos que o deserto é lugar de escolha. Na natureza, durante o inverno ou escassez de alimento, as abelhas consomem apenas o mel armazenado, focando toda a energia em manter a Rainha viva e a colmeia quente (o essencial). O nosso jejum é “fechar a boca” para as distrações e tentações, para alimentar o espírito com a Palavra de Deus.



Ação Comunitária: “Renúncia Quaresmal”: propor que o valor poupado com o jejum de algum prazer (café, doces, tabaco, outros) seja depositado no local da “Renúncia Quaresmal” (ou criar esse lugar), até ao final da Quaresma. O valor angariado será dividido em parte igual por uma instituição que o fará chegar a comunidades pobres no Sudão e uma instituição diocesana ligada ao apoio a vítimas de violência doméstica (femininas e masculinas).

Ação semanal individual: Praticar o jejum permitindo limpar o nosso interior para que a doçura de Deus possa entrar. Trazer o valor poupado pelo jejum e colocá-lo no local da “Renúncia Quaresmal”



Intenção do Papa para o mês de Março

Oremos para que as nações avancem rumo a um desarmamento efetivo, em particular o desarmamento nuclear, e que os líderes mundiais escolham o caminho do diálogo e da diplomacia em vez da violência.