



Agenda litúrgica

Data	Calendário Litúrgico	1ª Leitura	2ª Leitura	Evangelho
8 março	Domingo III da Quaresma	Ex 17, 3-7	Rm 5, 1-2. 5-8	Jo 4, 5-42
15 março	Domingo IV da Quaresma	1Sm 16, 1b. 6-7. 10-13a	Ef 5, 8-14	Jo 9, 1-41
22 março	Domingo V da Quaresma	Ez 37, 12-14	Rm 8, 8-11	Jo 11, 1-45
29 março	Dom. Ramos na Paixão do Senhor	Is 50, 4-7	Flp 2, 6-11	Mt 26, 14-27, 66
2 abril	5ª Feira da Ceia do Senhor	Ex 12, 1-8.11-14	1Cor 11, 23-26	Jo 13, 1-15
5 abril	Domingo de Páscoa	At 10, 34a. 37-43	Cl 3, 1-4	Jo 20, 1-9



Agenda paroquial

Data	Dia	Hora	Evento
8	Domingo	10h00 / 16h30	Retiro de Quaresma da Catequese
13	Sexta-feira	19h00	Via Sacra na Igreja
14	Sábado	16h00	Missa de Unção dos Doentes
20	Sexta-feira	19h00	Via Sacra na Igreja
27	Sexta-feira	19h00	Via Sacra nas ruas da Torrinhã
2 abril	Quinta-feira	19h00	Missa de Quinta-feira Santa
2 abril	Quinta-feira	20h00 / 22h00	Adoração do Santíssimo
3 abril	Sexta-feira	15h00	Celebração da Paixão do Senhor

A igreja paroquial da Ameixoeira **está aberta** às 3ªs e 5ªs feiras e ao sábado, das 18h até ao final da missa das 19h; domingos, das 9h até ao final da missa das 12h; e das 18h, até ao final da missa das 19h. **Missas:** 3ªs e 5ªs feiras - 19h; Sábados - 19h; Domingos - 10h, 12h e 19h.

A igreja **está encerrada** à 2ªfeira e 4ª feira.

Na **Quaresma** abrirá às 6ªs feiras às 18h para a Via Sacra.

Contactos: 217585696 / 910964228 paroquia.ameixoeira@sapo.pt



Ficha técnica

O Farol da Ameixoeira é o boletim informativo da paróquia da Ameixoeira, diocese de Lisboa, com periodicidade mensal e edição no primeiro fim-de-semana de cada mês.

Contacto: farol.ameixoeira@gmail.com

Diretor: Pe. Alcindo Armas | Edição: Rui Costa

Colaboraram neste número: Hugo Claro, Hugo Rodrigues, José Alberto, Pe. Alcindo Armas, Ricardo Pena Baldaia, Rui Costa, Selma Pena Baldaia e Vanessa Kene.

Ilustração do cabeçalho: Gonçalo Costa.

Tiragem: 220 exemplares



Nº 47 • 26º Ano

MARÇO 2026

Escutar e jejuar. Quaresma como tempo de conversão

Mensagem do Papa Leão XIV para a Quaresma

Queridos irmãos e irmãs!

A Quaresma é o tempo em que a Igreja, com solicitude maternal, nos convida a recolocar o mistério de Deus no centro da nossa vida, para que a nossa fé ganhe novo impulso e o coração não se perca entre as inquietações e as distrações do quotidiano. Todo o caminho de conversão começa quando nos deixamos alcançar pela Palavra e a acolhemos com docilidade de espírito. Existe, portanto, um vínculo entre o dom da Palavra de Deus, a hospitalidade que lhe oferecemos e a transformação que ela realiza. Por isso, o itinerário quaresmal torna-se uma ocasião propícia para dar ouvidos à voz do Senhor e renovar a decisão de seguir Cristo, percorrendo com Ele o caminho que sobe a Jerusalém, onde se realiza o mistério da sua paixão, morte e ressurreição.

Escutar

Este ano gostaria de chamar a atenção, em primeiro lugar, para a importância de dar lugar à Palavra através da escuta, pois a disponibilidade para escutar é o primeiro sinal com que se manifesta o desejo de entrar em relação com o outro.

O próprio Deus, revelando-se a Moisés na sarça ardente, mostra que a escuta é uma característica distintiva do seu ser: «Eu bem vi a opressão do meu povo que está no Egito, e ouvi o seu clamor». Escutar o clamor dos oprimidos é o início de uma história de libertação, na qual o Senhor envolve também Moisés, enviando-o a abrir um caminho de salvação para os seus filhos reduzidos à escravidão. É um Deus que nos envolve e, hoje, também vem até nós com os pensamentos que fazem vibrar o seu coração. Por isso, escutar a Palavra na liturgia educa-nos para uma escuta mais verdadeira da realidade: entre as muitas vozes que passam pela nossa vida pessoal e social, as Sagradas Escrituras tornam-nos capazes de reconhecer aquela que

surge do sofrimento e da injustiça, para que não fique sem resposta. Entrar nesta disposição interior de recetividade significa deixar-se instruir hoje por Deus para escutar como Ele, até reconhecer que «a condição dos pobres representa um grito que, na história da humanidade, interpela constantemente a nossa vida, as nossas sociedades, os sistemas políticos e económicos e, sobretudo, a Igreja».

Jejuar

Se a Quaresma é um tempo de escuta, o *jejum* constitui uma prática concreta que nos predispõe a acolher a Palavra de Deus. Na verdade, a abstinência de alimentos é um exercício ascético muito antigo e insubstituível no caminho da conversão. Precisamente porque implica o corpo, torna mais evidente aquilo de que temos “fome” e o que consideramos essencial para o nosso sustento. Portanto, é útil para discernir e ordenar os “apetites”, para manter vigilante a fome e a sede de justiça, subtraindo-a à resignação e instruindo-a a fim de se tornar oração e responsabilidade para com o próximo.

Com grande sensibilidade espiritual, Santo Agostinho deixa transparecer a tensão entre o tempo presente e a realização futura que atravessa esta salvaguarda do coração, quando observa que: «Ao longo da vida terrena, cabe aos homens ter fome e sede de justiça, mas ser saciados pertence à outra vida. Os anjos saciam-se deste pão, deste alimento. Os homens, pelo contrário, sentem fome dele, estão inclinados ao seu desejo. Esta inclinação ao desejo dilata a alma, aumentando a sua capacidade». Compreendido neste sentido, o jejum permite-nos não só disciplinar o desejo, purificá-lo e torná-lo mais livre, mas também ampliá-lo, de tal modo que se volte para Deus e se oriente para agir no bem.

No entanto, para que o jejum conserve a sua autenticidade evangélica e evite a tentação de envaidecer o coração,

(Continua na página 5)



Carta de marear

Quaresma, tempo para?

Tempo de oração, contar com a força da palavra de Deus. Tempo para renovar a nossa fé e fidelidade a Deus. Tempo de conversão, de mudança, transformação. Tempo de graça e purificação. Caminho para o perdão, seguindo os passos de Jesus. Aspetos que todos somos convidados a ter presente na nossa caminhada quaresmal para celebrar dignamente a Páscoa.

Deus sempre nos perdoa, a sua misericórdia é infinita. Aprendamos a pôr em prática a misericórdia de Deus, uns com os outros. O perdão é o instrumento posto nas nossas frágeis mãos para alcançar a serenidade do coração, algo parecido dizia-nos o Papa Francisco. A conhecida parábola do filho pródigo (Lc 15,11-32), permanece inacabada. Não sabemos o final, diz-nos que o pai saiu para tentar convencer o filho maior que entrasse na festa com seu irmão menor. O irmão maior indignado não queria participar na festa. Não sabemos se o pai conseguiu convencê-lo, a história segue esperando um final. Jacob e Esaú eram também irmãos zangados (Gn 27,4). Tanto na parábola como no caso dos patriarcas, estamos diante de irmãos feridos. Quanta vez se passa o mesmo no seio familiar, dentro das nossas comunidades, irmãos separados por zangas, irmãos que não se falam, irmão incapazes de reconciliação. Da história de Jacob e Esaú conhecemos o final. Esaú correu ao encontro de Jacob, abraçou-o, atirando-se-lhe ao pescoço e beijou-o e ambos choraram (Gn 33,4). Jesus retoma estas expressões ao referir-se ao filho menor. O Pai viu-o e, enchendo-se de compaixão correu a lançar-se ao pescoço e cobriu-o de beijos (Lc 15,20). Estas duas passagens bíblicas demonstram o que Deus quer de cada um de nós.

Que nos perdoemos uns aos outros. A nossa vida seja de sanação e reconciliação. Embora a realidade humana esteja marcada por enfrentamentos entre povos e nações, incapazes de se perdoarem e reconciliarem-se. Sigamos o exemplo de Jesus, converte a samaritana, a adúltera e a prostituta (Jo 4; 8; Lc 7).

Que este tempo santo da Quaresma, seja uma oportunidade para nos convertermos aos planos de Deus. Nesta caminhada quaresmal, a Igreja convida-nos a compreender melhor a natureza e necessidade da oração, dando mais importância na nossa vida pessoal, familiar e comunitária. “É preciso orar sempre sem desfalecer” (Lc 18,1). “Orai sem cessar” (1Tes. 5,17). “Sede perseverantes e vigilantes na oração” (Col 4,2; Rom 12,12). Ser cristão é ter um certo modo de estar no mundo, um certo modo de vida que se centra no amor, na comunhão com Deus e com os irmãos. A oração serve de ponte entre Deus e os homens. Termos consciência que, se rezarmos mais e melhor, a nossa vida mudará, a nossa fé aumentará, a nossa vida espiritual será mais cuidada e protegida. Somos convidados a permanecer no amor de Deus. Seja um tempo para redescobrir a caridade de Deus por nós, de nós por Ele e pelos irmãos. “Deus amou de tal modo o mundo que lhe deu o seu filho unigénito” (Jo 3,16). A comunidade primitiva vivia em caridade (Act 2,44-46, 4,32-37). Sejamos exemplo na nossa forma de ser e atuar, seguindo as pegadas daquela comunidade primitiva, na unidade, na oração e na partilha. Nunca podemos esquecer que é pela prática da caridade para com Deus e com o próximo que se caracteriza a nossa vida como crentes e como discípulos e discipulas que somos.

Continuação de um santo tempo quaresmal. *Pe. Alcindo Armas*

VENDA DE BOLOS E CAFÉ NO FINAL DA MISSA DAS 10 HORAS

Apresentamos o balanço das vendas de bolos e cafés do último trimestre de 2025, cujo resultado ajudou a Catequese e as obras da nossa Paróquia. Vamos continuar com esta partilha no final da missa das 10h: uma forma simples de angariar fundos para a Igreja e para as atividades da Catequese, mas também um bom momento de encontro e convívio entre todos. Esta iniciativa é preparada com carinho pelas famílias da Catequese, que se responsabilizam pelos bolos e pela sua organização. A receita foi de **461,99€**, com uma despesa de 29,98€ em cafés e copos, resultando num lucro total de **432,01€**. Deste montante, metade (216,01€) foi destinado às obras da Igreja e do Centro Paroquial que se avizinham.

Receita	461.99 €
5 de outubro	21.50 €
12 de outubro	58.50 €
19 de outubro	20.50 €
26 de outubro	24.50 €
2 de novembro	44.01 €
9 de novembro	69.00 €
16 de novembro	48.50 €
23 de novembro	49.21 €
30 de novembro	38.07 €
7 de dezembro	43.00 €
14 de dezembro	45.20 €

Selma Pena Baldaia



Farol de Nevoeiro

Para o mês de março, o Farol apresenta aos seus leitores mais um novo desafio de Sudoku.

Boa sorte!

Hugo Claro

5	8	9	2
	2		1
4		6	7
2			9
	3	5	1
8			4
			5
3		5	6
	7		5
	2	4	7
		7	9

Solução do número anterior:

3	9	2	6	4	1	8	5	7
7	8	1	5	2	9	4	6	3
4	6	5	8	7	3	2	9	1
6	2	9	3	1	8	7	4	5
5	4	8	2	6	7	3	1	9
1	7	3	4	9	5	6	2	8
2	1	7	9	3	4	5	8	6
9	5	4	7	8	6	1	3	2
8	3	6	1	5	2	9	7	4



Intenções de Oração do Santo Padre

PELO DESARMAMENTO E PELA PAZ

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

Recordemos a importância que o Papa Francisco, durante o seu pontificado, deu à oração pela paz. De várias formas e constantemente, ele convidava-nos a uma transformação que nos permite abrir os olhos para a realidade da guerra, que só gera mortes e destrói o tecido social, por vezes de forma irreparável.

A indústria do armamento continua a crescer, facilitando o seu acesso a todos os níveis (famílias, bairros, cidades e nações). Mais grave ainda é a ameaça de destruição em grande escala devido à tecnologia nuclear. Por um lado, o objetivo é implementar efetivamente um cessar-fogo total e os programas de desarmamento, passando das declarações às ações. Por outro lado, é necessário fazer uma escolha consciente e consistente pela via do diálogo e da diplomacia, especialmente entre aqueles que têm a responsabilidade de liderar os nossos povos.

A verdadeira paz nasce de um coração reconciliado. Semear a paz no mundo começa por viver a paz no quotidiano. O desarmamento que transforma

as nações começa pelo desarmamento interior.

O Papa Leão XIV escolheu como tema da mensagem para 59.º Dia Mundial da Paz, de 2026: A paz esteja com todos vós: rumo a uma paz «desarmada e desarmante».

A invocação por uma «paz desarmada e desarmante» reaviva a importância de uma reconciliação feita com diálogo, que constrói pontes dando voz a todos. Uma paz, segundo o Pontífice, que alcance o cessar-fogo não só das armas, mas também das palavras: «desarmemos as palavras para desarmar a Terra».

Atitudes

Desarmar a linguagem

Cuida as tuas palavras todos os dias: evita frases agressivas, ironias, gozos ou críticas destrutivas.

Escolher o diálogo

Perante um conflito, procura o entendimento, em vez de impores a tua visão.

Renunciar às pequenas violências do quotidiano

Revê atitudes como a impaciência, o desprezo ou o julgamento severo.

Informar-se e rezar pela paz mundial

Escolhe uma região em conflito e reza por ela ao longo da semana.

Agir com justiça concreta

A paz não é apenas ausência de guerra, mas fruto de relações justas.

Pesquisa de Rui Costa em <https://redemundialdeoracaodopapa.pt>



Ecoss da Palavra

29 Março: Domingo de Ramos na Paixão do Senhor

A morte de Jesus tem de ser entendida no contexto daquilo que foi a sua vida. Desde cedo, Jesus apercebeu-se de que o Pai O chamava a uma missão: anunciar esse mundo novo, de justiça, de paz e de amor para todos os homens. Para concretizar este projeto, Jesus passou pelos caminhos da Palestina "fazendo o bem" e anunciando a proximidade de um mundo novo, de vida, de liberdade, de paz e de amor para todos. Ensinou que Deus era amor e que não excluía ninguém, nem mesmo os pecadores; ensinou que os leprosos, os paralíticos, os cegos, não deviam ser marginalizados, pois não eram amaldiçoados por Deus; ensinou que eram os pobres e os excluídos os preferidos de Deus e aqueles que tinham um coração mais disponível para acolher o "Reino"; e avisou os "ricos" (os poderosos, os instalados), de que o egoísmo, o orgulho, a autossuficiência, o fechamento só podiam conduzir à morte.

O projeto libertador de Jesus entrou em choque - como era inevitável - com a atmosfera de egoísmo, de má vontade, de opressão que dominava o mundo. As autoridades políticas e religiosas sentiram-se incomodadas com a denúncia de Jesus: não estavam dispostas a renunciar a esses mecanismos que lhes asseguravam poder, influência, domínio, privilégios; não estavam dispostas a arriscar, a desinstalar-se e a aceitar a conversão proposta por Jesus. Por isso, prenderam Jesus, julgaram-n'O, condenaram-n'O e pregaram-n'O numa cruz.

A morte de Jesus é a consequência lógica do anúncio do "Reino": resultou das tensões e resistências que a proposta do "Reino" provocou entre os que dominavam o mundo.

Podemos, também, dizer que a morte de Jesus é o culminar da sua vida; é a afirmação última, porém, mais radical e mais verdadeira (porque

marcada com sangue), daquilo que Jesus pregou com palavras e com gestos: o amor, o dom total, o serviço.

Na cruz, vemos aparecer o Homem Novo, o protótipo do homem que ama radicalmente e que faz da sua vida um dom para todos. Porque ama, este Homem Novo vai assumir como missão a luta contra o pecado - isto é, contra todas as causas objetivas que geram medo, injustiça, sofrimento, exploração e morte. Assim, a cruz mantém o dinamismo de um mundo novo - o dinamismo do "Reino".

Ao longo do relato da paixão, Mateus insiste no facto de os acontecimentos estarem relacionados com o cumprimento das Escrituras. Mesmo quando não refere explicitamente o cumprimento das Escrituras, Mateus liga os acontecimentos da paixão de Jesus com figuras e factos do Antigo Testamento, a fim de demonstrar que a paixão e morte de Jesus faz parte do projeto de Deus, previsto desde sempre. A explicação para esta insistência no cumprimento das Escrituras deve ser buscada no seguinte facto: Mateus escreve para cristãos que vêm do judaísmo; Ele vai, portanto, fazer referência a citações e promessas do Antigo Testamento - conhecidas de cor por todos os judeus - a fim de demonstrar que Jesus era esse Messias anunciado pelos profetas e cujo destino passava pelo dom da vida.

Só no Evangelho segundo Mateus aparece o relato da morte de Judas. O episódio deixa clara a iniquidade do processo e a inocência de Jesus. A forma como Mateus sublinha o desespero e o arrependimento de Judas deixa clara a inocência de Jesus, por um lado e, por outro, o desnoite dos responsáveis pelo processo, empenhados em "sacudir a água do capote" e em declinar responsabilidades.

Pesquisa de Rui Costa em <https://www.dehonianos.org>



Sacramentos

No mês de fevereiro não se verificou a celebração dos sacramentos do batismo e do matrimónio na nossa igreja.

Na Capela Mortuária foram celebradas exéquias em dois momentos, no decorrer do mês de fevereiro: Por Maria Pires Nunes (82 Anos), no dia 5, e por Maria Madalena Jardim de Gouveia (82 anos), no dia 22 de fevereiro.

Hugo Rodrigues

"Deus chamou-me pelo nome: ouvi e respondi!"

Foi-me colocado o desafio e a oportunidade de dar o meu testemunho durante o período de paroquiano na Ameixoeira. Não sei por onde começar.

Quero apenas agradecer a Deus o facto de continuar a surpreender-nos. A vida transborda de alegria de sentido eterno quando o Senhor manifesta muito além dos nossos planos, vai muito além do que nos atrevemos ou nos lembramos de pedir. Fui muito bem acolhido pelo Padre Luís e pelo Tiago Costa, sem menosprezar a ninguém e cito-os porque foram eles o primeiro contacto e, posteriormente, apresentaram os "cantos da casa". No geral, toda a comunidade recebeu-me positivamente. Fui convidado a ser catequista e também passei a abrir e a fechar as portas da igreja onde era o primeiro a chegar e o último a sair, algumas vezes com a ajuda das outras pessoas, porque eu não fazia as coisas sozinho. Nada posso com as minhas forças. Sem Jesus não posso fazer nada.

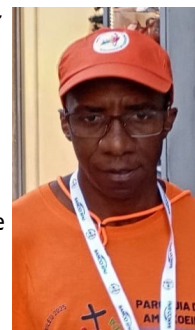
Com a entrada do Padre Alcindo e o Padre Nata-nael, continuei a servi-los com a mesma dedicação e entrega. Era uma alegria estar com os nossos sacerdotes: eu via na cara deles uma alegria autêntica e um desejo de conhecer Jesus.

Fui tentando estar disponível para aquilo que a igreja me pedisse. Na certeza de que o Senhor conta comigo para uma missão única, irrepetível e necessária. Só me restava uma coisa: DISPONIBILIDADE para aceitar o seu projeto.

Não onde quero, não onde gosto, não onde sou melhor. Mas onde sou chamado. Da minha disponibilidade e do meu SIM nasceram muitas maravilhas. No Reino de Deus não há lugar para especialistas mas sim dos que se fazem pequenos para que acolham um projeto que tornará a vida especial, fértil... uma vida que valha a pena.

Deus chamou-me pelo nome, ouvi e respondi.

Foram muitas as missas, as leituras lidas, os salmos rezados e as orações ensinadas, as horas de silêncio em adoração e a rezar pelos outros, as horas a trabalhar com e para o outro para que tudo estivesse pronto, os convites feitos, as alegrias e as tristezas cuidadas, os quilómetros percorridos nas procissões, e as recusas às festas dos amigos. Poucas horas de sono para que mais uma família fosse acompanhada nas horas de luto e dor para me fazer presente mais um minuto e assim dar importância a cada um. O cansaço a ver Jesus a agir, o viver a falar de Jesus aos outros foi tudo isso que me fez ver que a santidade é um dom de Deus que pode ser recebido, e uma vida unida a Jesus dada aos outros para



que outros tenham vida. A igreja precisa de todos os cristãos verdadeiramente felizes, precisa de cristãos cheios de ardor que atraiam muitos para perto de Jesus.

Tal como em nossas casas, todos temos uma tarefa. Na missa somos todos ativos: o sacerdote, os acólitos, os leitores, os músicos, os cantores e todos nós que nos bancos respondemos, rezamos e cantamos.

Na Eucaristia é Cristo que nos congrega à volta da sua mesa, do seu altar. É um encontro de festa onde somos uma grande família reunida a volta do Senhor. Todos

os coros que animam as diversas missas (10h, 12h e 19h), dão cor às nossas missas.

A toda a comunidade paroquial, rezo por todos vós e pela vossa santidade, essencialmente duas coisas: por um lado ver o sonho de Deus a acontecer e isso para mim é um sinal de esperança, e por outro lado tudo que aprendi é para dar de volta. Obrigado pelo vosso serviço e pela vossa dedicação. Viver agradecido é viver em Eucaristia.

Domingo após domingo é a alegria do encontro de Jesus Cristo na catequese. Aos miúdos e jovens e aos catequistas desejo que a vossa alegria deve ser que o Senhor esteja a crescer em vós, nos vossos corações e nas vossas vidas. Os catequistas dão o que têm dentro de si, principalmente o tempo. No meu percurso entre a casa e a igreja ia em silêncio para ouvir o que o Espírito Santo me ia dizer e dessa forma pudesse transmitir aos outros. Que bom seria que toda a minha vida fosse isto, falar de Jesus e anunciar o evangelho.

No grupo de acólitos aprendi bastante convosco e desejo de todo o coração que amem a Deus e gostem de o servir na Eucaristia. Ser acólito é uma graça desse Deus que te chama ao seu serviço de modo que possas desempenhar este belo apostolado que convida à piedade.

Para terminar, não podia deixar de salientar outro ponto marcante passado na paróquia, que foi a Peregrinação do Jubileu dos jovens, que decorreu entre os dias 29 de julho e 3 de agosto de 2025 em Roma. Foi fantástico! Dias maravilhosos que todos vivemos. Sentimo-nos todos transformados. Foram dias que mexeram, que verdadeiramente nos inundaram totalmente e hoje, cada um de nós, julgo que se sente verdadeiramente diferente, mais missionário, mais disponível, mais próximo de Jesus. Obrigado uma vez mais ao Senhor, obrigado à paróquia da Ameixoeira e aos que tornaram possível a Peregrinação "CAVATTI TUTTI". Muito obrigado a todos por tudo e um bem haja!

José Alberto

Exortação Apostólica “*Dilexi Te*” (Eu Te amei)

O terceiro capítulo do documento que temos vindo a aprofundar, aborda várias formas como a Igreja ao longo da sua história tem vindo a lidar com os pobres. O Papa Francisco, após ser ordenado Papa, disse «Ah, como eu queria uma Igreja pobre e para os pobres!» reconhecendo



que «nos pobres e nos que sofrem a imagem do seu fundador pobre e sofredor, procura aliviar as suas necessidades, e intenta servir neles a Cristo». São Paulo refere que entre os fiéis da nascente comunidade cristã não havia «muitos sábios, nem muitos poderosos, nem muitos nobres» (1 Cor 1, 26). No seio do povo de Deus surgiram os diáconos, entre eles, Santo Estêvão, o primeiro discípulo a dar testemunho da sua fé em Cristo com o derramamento do próprio sangue.

São Lourenço, também diácono em Roma no pontificado do Papa Sixto II, ao ser obrigado a entregar todo o tesouro da Igreja, levou os pobres, dizendo: «Estes são os tesouros da Igreja» recordando que «os ministros da Igreja não devem jamais trascurar o cuidado dos pobres e, menos ainda, acumular bens em benefício próprio». «A comunidade dos fiéis, sustentada pela força do Espírito Santo, encontra-se enraizada na proximidade aos pobres, que nela não são um apêndice, mas parte essencial do seu Corpo vivo. A Igreja aparece como mãe dos pobres, lugar de acolhimento e justiça».

Ao longo da história da Igreja, vários padres foram canonizados pelo zelo que tiveram pelos pobres. «Santo Inácio de Antioquia, por exemplo, estando a caminho do próprio martírio, exortava os fiéis da comunidade de Esmirna a não descuidar o dever da caridade para com os mais necessitados, alertando-os a não proceder como os que se opunham a Deus».

«São Justino, por sua vez, na sua primeira Apologia, dirigida ao Imperador Adriano, ao Senado e ao povo romano, explicava-lhes que os cristãos levavam aos necessitados tudo o que podiam, porque viam neles irmãos em Cristo».

São João Crisóstomo, Arcebispo de Constantinopla na passagem do século IV ao século V exortava os fiéis a reconhecer Cristo nos necessitados: «Queres honrar o Corpo de Cristo? Não permitas que seja desprezado nos seus membros, isto é, nos

pobres que não têm que vestir, nem O honres aqui no templo com vestes de seda, enquanto lá fora O abandonas ao frio e à nudez. Deus não precisa de vasos de ouro, mas de almas de ouro. De que serviria, afinal, adornar a mesa de Cristo com vasos de ouro, se Ele morre de

fome na pessoa dos pobres? Primeiro dá de comer a quem tem fome, e depois ornamenta a sua mesa com o que sobra».

Santo Agostinho insistia na exigência ética de partilhar os bens «Não é de tua propriedade aquilo que dás ao pobre; é dele. Porque tu te apropriaste do que foi dado para uso comum. A esmola é justiça restabelecida, não um gesto paternalista». O santo Bispo de Hipona ensinou o amor preferencial pelos pobres «os verdadeiros cristãos não deixam de lado o amor aos mais necessitados: atendeis os vossos irmãos, se precisam de alguma coisa; dais, se Cristo está em vós, até aos estranhos». Aquele que diz amar a Deus e não se compadece dos necessitados, mente (cf. 1Jo 4, 20).

Este olhar cristocêntrico e profundamente eclesial leva a sustentar que as ofertas, quando nascidas do amor, não aliviam apenas a necessidade do irmão, mas purificam também o coração de quem as dá e está disposto a uma mudança: «As esmolas, com efeito, podem servir-te para resgatar os pecados da vida passada, se mudares de vida».

«A compaixão cristã manifestou-se de modo peculiar no cuidado com os doentes e sofredores. A partir dos sinais presentes no ministério público de Jesus - que curava cegos, leprosos, paralisados - a Igreja entende ser parte importante da sua missão o cuidado dos enfermos, nos quais com facilidade reconhece o Senhor crucificado. São Cipriano, durante uma peste na cidade de Cartago, onde era Bispo, recordava aos cristãos a importância do cuidado com os doentes: «esta epidemia que parece tão horrível e funesta põe à prova a justiça de cada um e experimenta o espírito dos homens. A tradição cristã de visitar os doentes, de lavar as suas feridas, de confortar os aflitos não se resume a uma mera obra de filantropia, mas é ação eclesial através da qual, nos enfermos, os membros da Igreja «tocam a carne sofredora de Cristo».

(CONTINUA NO PRÓXIMO FAROL)

Pesquisa de Ricardo Pena Baldaia

Com Jesus, aprender a viver na luz

Mensagem do senhor Patriarca de Lisboa para a Quaresma

A Quaresma abre-se sempre como um convite exigente e libertador: «Vem comigo». Jesus chamamos a retirar-nos com Ele — não para fugir do mundo, mas para o reencontrar na verdade. Retirar-se com Cristo é aceitar entrar num tempo de silêncio, de escuta e de conversão; é criar espaço interior para estar na Sua presença e deixar que a Sua Palavra nos habite.

Viver a Quaresma é, por isso, uma escolha espiritual clara: renunciar ao que é sombra para caminhar na luz; afastar-se do ruído que dispersa para acolher a Palavra que orienta; deixar as trevas da confusão interior para permitir que a luz de Deus ilumine o coração. Não se trata de um tempo de tristeza, mas de um tempo de verdade. A luz pode ferir os olhos habituados à penumbra, mas só ela salva, cura e liberta.

Vivemos um tempo paradoxal. Nunca tivemos tantas palavras, tanta comunicação, tanta informação. E, no entanto, cresce um silencioso analfabetismo humano e espiritual. Trata-se da incapacidade de dar nome ao que se vive interiormente, de reconhecer o que se sente, de discernir o que se deseja e de compreender o que verdadeiramente move as decisões da vida.

O exemplo de Jesus no deserto, durante quarenta dias, recorda-nos uma verdade incontornável: a centralidade do discernimento. Se não possuímos a gramática interior para compreender o que vivemos e o que nos acontece, como poderemos resistir à tentação aparentemente razoável de transformar pedras em pão para saciar uma fome imediata? Por isso, ao longo desta Quaresma, serão pro-

movidos quatro encontros, em diferentes pontos da diocese, que conjugarão oração e reflexão, precisamente sobre as tentações que hoje mais desafiam a fé, a família, os jovens e a própria Igreja.

Com Cristo, aprendemos a dar nome ao que nos habita: à sede de sentido, ao medo, à fragilidade, à esperança, à fome de amor e de verdade. Com Ele, reaprendemos a discernir os sinais do tempo e os movimentos do coração. Com Ele, deixamos que a luz de Deus atravesse as zonas feridas da nossa história pessoal, da nossa vida familiar e da nossa sociedade. Neste espírito de abertura e responsabilidade, o fruto da nossa renúncia quaresmal deste ano será destinado a pessoas e instituições afetadas pelas tempestades que assolaram Portugal. O apoio será coordenado pela Cáritas Diocesana de Lisboa.

A oração educa o coração para a escuta. O jejum liberta-nos das dependências que obscurecem o olhar. A caridade abre-nos à verdade do outro e cura o fechamento egoísta. Estes não são gestos formais, mas exercícios espirituais que nos devolvem a unidade interior e nos reconstróem como pessoas livres.

Peço a Deus que abençoe a todos com uma santa e fecunda Quaresma. *† Rui, Patriarca de Lisboa*

Renúncia quaresmal em 2025

Em 2025, o fruto da renúncia quaresmal totalizou **195.117,37 €**. Conforme referido na altura, este valor foi destinado para os fins anunciados: Centro «Tsarazaza» (na diocese de Mananjary-Madagáscar); Associação Apoio à Vida; Associação O Companheiro.

Pesquisa de Rui Costa

Mensagem do Papa Leão XIV para a Quaresma

(Continuação da página 1)

deve ser sempre vivido com fé e humildade. Ele exige um permanente enraizar-se na comunhão com o Senhor, porque «não jejua verdadeiramente quem não sabe alimentar-se da Palavra de Deus». Como sinal visível do nosso compromisso interior de, com o apoio da graça, nos afastarmos do pecado e do mal, o jejum deve incluir também outras formas de privação destinadas a fazer-nos assumir um estilo de vida mais sóbrio, pois «só a austeridade torna forte e autêntica a vida cristã». Por isso, gostaria de vos convidar a uma forma de abstinência muito concreta e frequentemente pouco apreciada, ou seja, a abstinência de palavras que atingem e ferem o nosso próximo. Começemos por desarmar a linguagem, renunciando às palavras mordazes, ao juízo temerário, ao falar mal de

quem está ausente e não se pode defender, às calúnias. Em vez disso, esforcemo-nos por aprender a medir as palavras e a cultivar a gentileza: na família, entre amigos, nos locais de trabalho, nas redes sociais, nos debates políticos, nos meios de comunicação social, nas comunidades cristãs. Assim, muitas palavras de ódio darão lugar a palavras de esperança e paz.

Juntos

Por fim, a Quaresma realça a dimensão comunitária da escuta da Palavra e da prática do jejum. A Escritura sublinha também este aspeto de várias maneiras. Por exemplo, ao narrar no livro de Neemias que o povo se reuniu para escutar a leitura pública do livro da Lei e, praticando o jejum, se dispôs à confissão de fé e à adoração, a fim de renovar a aliança com Deus. (CONTINUA) *Pesquisa de Rui Costa*