

## «VIVER PLENAMENTE»

“Viver plenamente significa abandonar a lógica de dobrar o mundo, tudo aquilo que nos rodeia, à nossa vontade; viver plenamente significa procurar integrarmos-nos, nele da melhor maneira.

Devemos aprender a partilhar, a participar, a unirmo-nos, e não a dividir ou a dominar ou a controlar o outro.

A história de cada um de nós é aproximarmo-nos do invisível, do espiritual. Existe um plano de Deus, preparado para cada um de nós, ainda antes de nascermos; compete a cada um de nós aderir-lhe ou não, procurá-lo ou não.

### Como reconhecer uma pessoa que vive verdadeiramente?

Pelos seus frutos. Sobretudo, é preciso dar bons frutos.

«Porventura podem colher-se uvas dos espinheiros ou figos dos abrolhos? Toda a árvore boa dá bons frutos e toda a árvore má dá maus frutos. A árvore boa não pode dar maus frutos nem a árvore má, dar bons frutos. Toda a árvore que não dá bons frutos é cortada e lançada ao fogo. Pelos frutos, pois, os conhecereis» (Mt 7,16~20).

O meu homem sente, dentro de si, que deve fazer alguma coisa nesta terra, completar um desígnio, realizar um projeto, alcançar um objetivo. Mas, se não formos conscientes, se não tivermos em conta a nossa componente psicoespiritual, acabaremos por viver o mundo como lugar de competição, de agressão, onde o único objetivo é sobreviver, é pensar no nosso interesse pessoal e, conseqüentemente, viver o outro como coisa ou objeto, sempre em nosso proveito.

A espiritualidade revela-nos que o mundo não é nosso, que o outro não é nosso, que a natureza, que o mundo em que vivemos não são nossos. Nada é nosso. Nem sequer o corpo em que vivemos. Somos apenas hóspedes. Porque tudo é de Deus.

Por outro lado, quando não nos sentimos realizados, satisfeitos com as nossas existências; quando não temos sentido espiritual, experimentamos um sentimento de mal-estar, Sentimo-nos inúteis, anónimos, confusos. É o modo como vivemos a vida que é importante.

É o modo e a atitude como e com que enfrentamos cada momento do dia, cada encontro, que faz toda a diferença. Só teremos sucesso, quando deixarmos de nos preocupar com o nosso sucesso pessoal. Quando já não nos preocuparmos com possuir, é que começaremos a ter. Quando não nos preocuparmos com controlar, seremos livres. A nossa vida é como um campo infinito de possibilidades, de oportunidades. Por isso, quanto mais nos separarmos de ideias preconcebidas, de preconceitos, tanto mais nos abrimos à possibilidade de mudar, de nos transformarmos. Ou melhor, permitimos que a nossa pessoa atraia a si coisas, pessoas, situações que ajudarão a realizar os seus objetivos.

Tenta imaginar, por exemplo, como seria a tua vida sem medos, sem complexos de culpa ou de inferioridade (...). Quase todas as nossas vidas rodam, sem que nos apercebamos disso, ao redor da neurose, dos nossos complexos, dos nossos medos. Por isso, por exemplo, estamos sempre à defesa ou preferíamos agredir. Só com a espiritualidade, com a cria-

tividade podemos sair das prisões invisíveis que criamos para nós.

### A rigidez não é um valor!

- Quanto mais rígido fores, tanto mais negativo serás.
- Quanto mais rígido fores, tanto mais fechado serás.
- Quanto mais rígido fores, tanto mais limitado serás.
- Quanto mais rígido fores, tanto mais ciumento serás.
- Quanto mais rígido fores, tanto mais invejoso serás.
- Quanto mais rígido fores, tanto mais perigoso serás.
- Quanto mais rígido fores, tanto mais incapaz serás de compreender os outros.

Pelo contrário, uma pessoa criativa, espiritual, é uma pessoa aberta, disponível, otimista, flexível e generosa. Frequentemente, é a nossa educação, são os usos e costumes do nosso ambiente que nos bloqueiam. Mas, quando se vive coerentemente o motivo, o objetivo por que viemos ao mundo, quando estamos no percurso de crescimento psicoespiritual, já nada mais é impossível.

O conhecimento das nossas verdades funda-se no nível de maturidade, no conhecimento de nós mesmos. Se descobirmos verdadeiramente quem somos, também reconheceremos as nossas potencialidades e respeitarmos-nos a nós próprios.

Além disso, cada ação realizada para satisfazer uma necessidade começa com a atividade de pensamento. Cada um de nós deve tomar, se responsável não somente pelas suas ações, mas também pelos seus pensamentos, pelas suas emoções. No fundo, somos nós quem escolhe a vida que estamos a viver” (Valerio Albisetti, in SNPC).

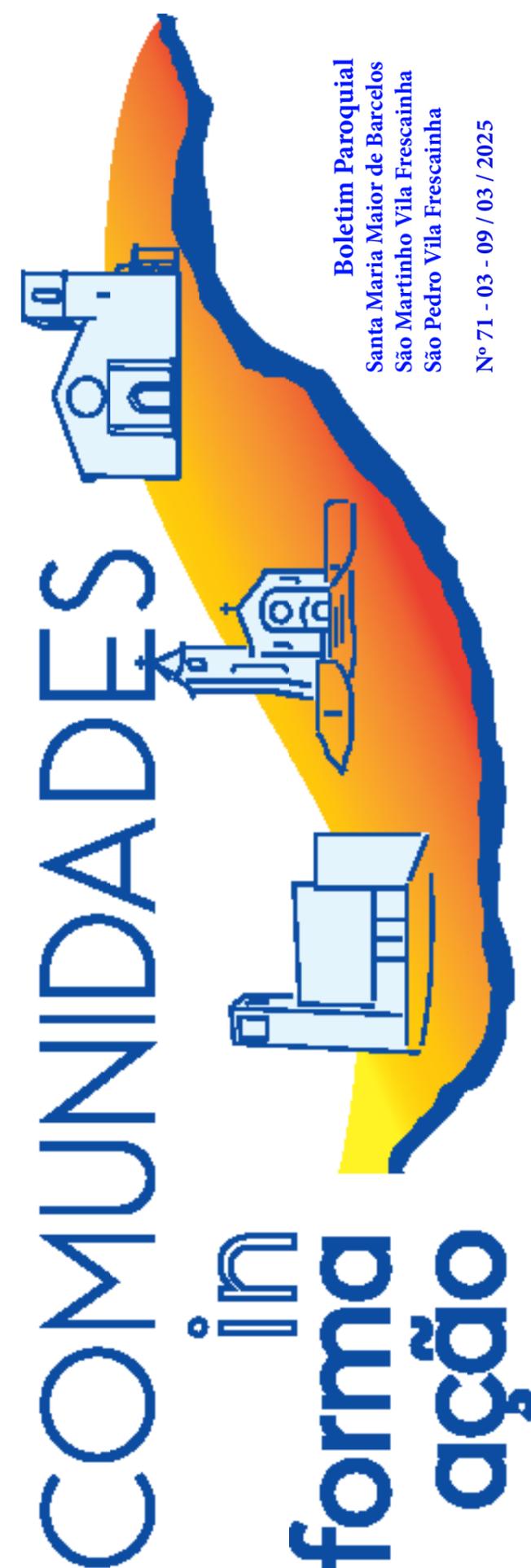
## PALAVRA DA SALVAÇÃO



“Naquele tempo, disse Jesus aos discípulos a seguinte parábola: «Poderá um cego guiar outro cego? Não cairão os dois nalguma cova? O discípulo não é superior ao mestre, mas todo o discípulo perfeito deverá ser como o seu mestre. Porque vês o argueiro que o teu irmão tem na vista e não reparas na trave que está na tua? Como podes dizer a teu irmão: ‘Irmão, deixa-me tirar o argueiro que tens na vista’, se tu não vês a trave que está na tua? Hipócrita, tira primeiro a trave da tua vista e então verás bem para tirar o argueiro da vista do teu irmão. Não há árvore boa que dê mau fruto, nem árvore má que dê bom fruto. Cada árvore conhece-se pelo seu fruto: não se colhem figos dos espinheiros, nem se apanham uvas das sarças. O homem bom, do bom tesouro do seu coração tira o bem; e o homem mau, da sua maldade tira o mal; pois a boca fala do que transborda do coração»” (Lucas 6, 39 - 45).

### Acção:

- **Conhecer o Mestre traduz-se em “ser como o seu mestre”.**
- **Estar bem consigo próprio para poder olhar os irmãos e as irmãs como uma bênção.**
- **Encher-se do Espírito Santo para o coração transbordar de bondade.**



Boletim Paroquial  
Santa Maria Maior de Barcelos  
São Martinho Vila Frescaíña  
São Pedro Vila Frescaíña

Nº 71 - 03 - 09 / 03 / 2025



## SANTA MARIA MAIOR - Barcelos

### Segunda-feira - 03/03/2025

(Féria da 8ª Semana do Tempo Comum)

- **09:00h (Senhor da Cruz):** Joaquim Araújo Abilheira, pais, sogros e cunhado.

- **15:30h (Igreja do Terço):** Aniv. de Luís da Costa Miranda / Jorge Quintas e Sebastião Rodrigo Médicis.

### Terça-feira - 04/03/2025

(Féria da 8ª Semana do Tempo Comum)

- **19:00h (Igreja Matriz):** Domingos Fernandes de Sá e esposa.

### Quarta-feira de Cinzas - 05/03/2025

- **09:00h (Capela de S. José - Imposição das Cinzas):** Pelas almas do Purgatório.

- **15:30h (Igreja do Terço - Imposição das Cinzas):** Pelos irmãos, vivos e falecidos, da Confraria do Terço / Augusto Dias Salgueiro, esposa e família / Fernanda da Costa Carvalho (antiga funcionária C.E.) / Ana Maria da Silva Pereira.

### Quinta-feira depois das Cinzas - 06/03/2025

- **09:00h (Senhor da Cruz):** Aniv. de Henrique Sousa / António Fernandes Pereira, pais e cunhado / Manuel António Oliveira Lopes / Maria Adelaide Rodrigues Soares.

- **19:00h (Igreja Matriz):** Sérgio Cândido Lopes dos Santos / Jorge Cândido Rodrigues Torres.

### Sexta-feira depois das Cinzas - 07/03/2025

- **09:00h (Senhor da Cruz - Imposição das Cinzas):** Pelas almas do Purgatório.

### Sábado - 08/03/2025

(Domingo I do Tempo Quaresma, Ano C):

- **12:00h: Baptizado** de Ana Margarida Ribeiro Fernandes.

- **16:30h (Capela de S. José):** Rui Nuno Silva Loureiro.

- **17:30h (Igreja Matriz - Imposição das Cinzas):** Aniv. de Ana Amaral e marido / Amélia Alda Amaral Neiva / Bernardino Pereira da Costa e familiares de Tereza Carreiras.

### Domingo I do Tempo da Quaresma (Ano C) - 09/03/2025

- **09:00h (Senhor da Cruz):** Pelos irmãos, vivos e falecidos, da Real Irmandade do Senhor da Cruz / Carmo Glória Martins, Fernando Agra e Domingos Fernando Martins Almeida / Marcelina Lopes de Oliveira.

- **11:00h (Igreja Matriz):** Pelos irmãos, vivos e falecidos, da Irmandade de Santa Maria Maior / 30º dia de Arminda dos Prazeres Ferreira.

**Baptizado** de Tomás Beleza Macedo.

- **15:00h: Via-Sacra** (Convento dos Frades - Santuário da Franqueira).

- **17:30h (Igreja do Terço):** Rui Manuel da Silva Rosas.

## SÃO MARTINHO - Vila Frescainha

**Quarta-feira de Cinzas - 05/03/2025 - 19:00h:** Sátiro Costa Carvalho e genro, Manuel Joaquim / António Oliveira da Cruz (esposa) / Familiares de Gracinda da Silva Sousa / Maria Ernestina Costa Marinho Rodrigues (marido) / Maria Luísa Vilas Boas e António da Silva Carvalho / Maria Alzira Ferreira Barbosa.

### Sábado - 08/03/2025

- **10:30h - 12:00h:** Confissões Quaresmais.

### Domingo I do Tempo da Quaresma (Ano C) - 09/03/2025 - 09:30h - Sagrado Lausperene:

Aniv de Luísa Gomes Cardoso Faria / Aniv de Abílio Cordeiro e Silva e esposa (neta, Sara) / Aniv de Maria da Graça Lopes da Silva e marido (Adelino Fortes) / Aniv de Maria Celeste Ferreira da Silva e José Maria Silva Carvalho (filha, Cândida) / Aniv de Maria da Graça Lopes da Silva, marido, e anv de Joaquina Ferros e marido (filha, Ludovina Fortes) / Aniv de nasc de Maria Martins da Costa / Aniv de nasc de Joaquim Jorge Ferreira Carvalho (esposa, Teresa) / Aniv de nasc de Beatriz Cardoso Gomes, genro e família (filhos) / Aniv de Beatriz de Carvalho Freitas, José Mendes, Francisca Barbosa Freitas, Germano Dantas Costa e irmãos (Graça Costa) / Aniv de nasc de Manuel Joaquim da Silva Forte / Isolina Mimoso Capela Miranda / Maria Isolete Silva Andrade e Joaquim Figueiredo Mendes / Francisco Ferreira da Silva, pais e irmãos (sobrinho, Rui) / António Manuel Gomes Faria / António Carvalho Araújo, esposa, genro Álvaro Ribeiro, e neto, António (filha, Adelaide) / Joaquim Araújo Abilheira.

- **15:00h: Via-Sacra** (Convento dos Frades - Santuário da Franqueira).

- **19:00h: Encerramento do Sagrado Lausperne - Vésperas do Santíssimo Sacramento.**

## SÃO PEDRO - Vila Frescainha

**Sábado - 08/03/2025** (Domingo I do Tempo da Quaresma, Ano C)

- **10:30h - 12:00h:** Confissões Quaresmais.

- **19:00h - Eucaristia e imposição das Cinzas:** 30º dia de Maria Florinda Martins / Aniv de Deolinda Correia Santos e marido (sobrinha, Palmira) / Aniv de Arménio Gomes Miranda Pontes, esposa e tia Conceição (Manuel Pontes) / Aniv de António de Oliveira Pereira, filho e sogros (esposa) / Aniv de Albertina Gomes da Torre, marido e filhos (filha, Teresa) / José Arantes Silva (Ana Conceição) / Sogros de Adélia Sousa (aniv da sogra) / Alexandrino Gomes Lopes, esposa e filho (filha, Antónia) / Avós e pai de Manuela Lamela / Teresa Martins Baptista de Sousa Ferreira (marido) / Pais e filho de Eufrosina.

### Domingo I do Tempo da Quaresma (Ano C) - 09/03/2025 - 08:00h:

Irmãos da Confraria da Senhora do Rosário / Aniv de Maria Faria Cardoso (filha, Teresa) / Aniv de Carolina Maria do Vale (filha, Valentina) / António Neves Ribeiro (esposa e filhos) / António Veloso, sogros e pais (Luís Matos) / Manuel Costa Ferreira e José Carlos (mãe) / Maria da Conceição Queiroz Pereira, marido e filho (filha, Antónia) / António Correia Santos, esposa e familiares (filha, Helena).

- **15:00h: Via-Sacra** (Convento dos Frades - Santuário da Franqueira).

## «Quem és tu para julgar?»

“Todos temos as nossas opiniões. As nossas crenças. As nossas verdades e as nossas formas de ver e observar o mundo. Às vezes, vivemos vários anos reféns daquilo em que acreditamos para, depois, por crescermos ou por aprendermos uma outra forma de encarar a vida e todas as coisas, percebemos que estávamos enganados.

Todos podemos enganar-nos. Todos podemos mudar de ideias, querer hoje uma coisa e amanhã querer outra. É também por isso que vivemos num país livre e que a nossa alma pode escolher o que quiser, quando quiser.

Obviamente, e por vivermos em sociedade e em comunidade, haverá princípios, leis e regras que nos impedem e restringem. Muitas vezes, ainda bem que assim é. Contudo, nos dias que correm, fomos criando juízes de bolso por aí. Atrás dos ecrãs conseguem incendiar-se discussões, rastilham-se ofensas e comentários mal-educados que raramente combinam com a imagem que temos das pessoas que os fazem (se as conhecêssemos num outro contexto, claro está).

Surpreende-me (e choca-me) a rapidez com que se idolatra e endeusa alguém para pouco tempo depois, se arrastar o nome da pessoa para a lama, para a dene-

grir e para a enxovalhar com base em informação que ninguém verifica e que, muitas vezes, é apenas uma das faces da tão “expressada” verdade.

As redes sociais são os tribunais mais parciais e menos sérios que existem e agarra-se em tudo e mais alguma coisa para se conseguir mais poder, mais dinheiro, mais seguidores e mais influência. Ainda assim, somos igualmente testemunhas dos verdadeiros milagres e acertos de contas com base na justiça que aqui também se fazem.

Mas, pergunto-me? É este o lugar para julgar?

Para aferir verdades e mentiras como se fossemos todos donos do mundo? É assim, atrás do ecrã de um telefone e de um computador que se destrói a vida de uma pessoa sem direito ao contraditório?

Justiça sim, mas não a todo o custo. Verdade sim, mas aquela que é transparente e límpida como um rio e não a que se envolve em sombras e sujidade.

Parece-me que somos todos capazes de fazer um bocadinho melhor, não é?”

(Marta Arrais, *Julgamento*, In Imissio.net).