

## «CONTRA A AUTOPROMOÇÃO»

“A humildade é um bem subestimado na nossa sociedade. Política, negócios, entretenimento, universidade e até a Igreja parecem prosperar na autopromoção. As nossas publicações no Facebook e fotografias no Instagram exibem em grande destaque as nossas vidas invariavelmente fascinantes. O nosso comportamento no Twitter (publicar, partilhar, “retweetar” e gostar) é tipicamente antitético à verdadeira comunicação; melhora os nossos “ratings” e avança a nossa posição social.

As redes sociais fornecem os exemplos mais flagrantes. Mas a perda de humildade é visível para onde quer que nos voltamos - de portfólios de alunos de escolas primárias à implacável promoção de marcas, passando pela fanfarronice nos níveis mais altos da política. A autopromoção parece estar seguramente aninhada nas estruturas mais íntimas da nossa vida.

A humildade é uma virtude essencial, de acordo com a tradição cristã. A Regra de São Bento menciona os anjos que descem e sobem pela escada de Jacob para explicar, alegoricamente, que a pessoa desce por orgulho e sobe por humildade. Para S. Bento, não é o orgulho, mas a humildade, que nos leva ao topo. Ele fala do «pináculo da humildade» e descreve com algum detalhe os doze degraus de humildade que precisamos de escalar para chegar ao perfeito amor

de Deus que expulsa o medo.

S. Tomás de Aquino classifica a humildade como uma virtude da temperança, descrevendo-a como uma louvável auto-humilhação no mais baixo nível. A humildade, de acordo com o Doutor Angélico, modera o nosso apetite, impedindo-o de visar grandes coisas contra a razão certa. A humildade é uma virtude necessária, explica S. Tomás, porque elimina o obstáculo para o nosso bem-estar espiritual, a saber, esforçar-se para tornar-se grande nas coisas terrenas. Ao moderar e erradicar o autoengrandecimento terrestre, alcançamos o nosso objetivo espiritual. Em nítido contraste com os valores da sociedade, Bento declara que a humildade nos leva ao topo, e Tomás de Aquino sustenta que a moderação nos permite alcançar a nossa meta final. Jesus, parece, está com Bento e Tomás. Ele insiste que os «pequenos» aceitam a revelação divina, que permanece oculta aos «sábios e entendidos» (Mateus 11,25).

Porque é que o orgulho desvaloriza enquanto a humildade exalta? Jesus sustenta a afirmação apontando para si mesmo – primeiro, a sua vida exaltada no Deus Uno e Trino, e, depois, a sua auto-humilhação na Encarnação. «Todas as coisas», diz Ele, «me foram entregues por meu Pai, e ninguém conhece o Filho senão o Pai, como ninguém conhece o Pai senão o Filho» (11,27).

A maior parte da tradição cristã viu nestas palavras uma referência à geração eterna do Filho. Santo Hilário de Poitiers, por exemplo, explica que as palavras de Jesus mostram que «a mesma essência do Pai e do Filho existia no seu conhecimento um do outro. Alguém que pudesse conhecer o Filho também conheceria o Pai no seu Filho, porque tudo Ihe foi entregue pelo Pai». Assim, para Hilário, quando o Pai, eternamente, “entrega” tudo ao Filho, Ele entrega nada menos que a sua própria essência. Pai e Filho conhecem-se perfeitamente por causa da eterna geração do Pai.

Depois, Jesus reflete sobre a sua própria humildade e auto-humilhação na Encarnação. A eterna Sabedoria do Pai assume a carne humana. Com efeito, toda a passagem (11,25-30) se centra na inter-relação entre sabedoria e humildade. Jesus, enquanto eterna Sabedoria de Deus na carne, revela o Pai aos pequeninos (11,25,27). Na sua própria pessoa, Jesus revela-nos o Pai. Como Jesus sublinha no Evangelho de João: “Quem me viu, viu o Pai” (14,6). A eterna Sabedoria de Deus não estava sob nenhuma coação para mostrar humildade; a sua humildade - mansa de coração (Mateus 11:29) - é uma oferta de pura graça, inteiramente por nossa causa. Para nos tornarmos sábios, precisamos de ser discipulados, aprender e obedecer; em suma, precisamos de nos humilhar.

## PALAVRA DA SALVAÇÃO



“Naquele tempo, Jesus entrou, num sábado, em casa de um dos principais fariseus para tomar uma refeição.

Todos O observavam.

Ao notar como os convidados escolhiam os primeiros lugares, Jesus disse-lhes esta parábola: «Quando fores convidado para um banquete nupcial, não tomes o primeiro lugar. Pode acontecer que tenha sido convidado alguém mais importante do que tu; então, aquele que vos convidou a ambos, terá que te dizer: ‘Dá o lugar a este’; e ficarás depois envergonhado, se tiveres de ocupar o último lugar. Por isso, quando fores convidado, vai sentar-te no último lugar; e quando vier aquele que te convidou, dirá: ‘Amigo, sobe mais para cima’; ficarás então honrado aos olhos dos outros convidados. Quem se exalta será humilhado e quem se humilha será exaltado».

Jesus disse ainda a quem O tinha convidado: «Quando ofereceres um almoço ou um jantar, não convides os teus amigos nem os teus irmãos, nem os teus parentes nem os teus vizinhos ricos, não seja que eles por sua vez te convidem e assim serás retribuído. Mas quando ofereceres um banquete, convida os pobres, os aleijados, os coxos e os cegos; e serás feliz por eles não terem com que retribuir-te: ser-te-á retribuído na ressurreição dos justos” (Lc 14, 1.7-14),

### Acção:

- “Quando fores convidado, vai sentar-te no último lugar”.
- “Convida os pobres, os aleijados, os coxos e os cegos; e serás feliz por eles não terem com que retribuir-te: ser-te-á retribuído na ressurreição dos justos”.
- “Quem se humilha será exaltado”: combater a autoexaltação, ser humilde.

# COMUNIDADES

# in forma ação

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

94-01-07/09/2025



## SANTA MARIA MAIOR - Barcelos

### Segunda-feira - 01/09/2025

(Féria da 22ª Semana do Tempo Comum)

- **09:00h (Senhor da Cruz):** Beatriz Gomes Santos Faria.

- **15:30h (Igreja do Terço):** Em honra de S. Bento.

### Terça-feira - 02/09/2025

(Féria da 22ª Semana do Tempo Comum)

- **19:00h (Igreja Matriz):** 1º aniv. de Domingos Fernandes de Sá e esposa / Pais de Alice Lima / Pe. Dulcínio dos Santos Duarte Vasconcelos.

### Quarta-feira - 03/09/2025

(São Gregório Magno, papa e doutor da Igreja)

- **09:00h (Capela de S. José):** Almas do purgatório.

- **15:30h (Igreja do Terço):** Fernanda da Costa Carvalho (antiga operária CEE) / Pelos irmãos, vivos e falecidos, da Confraria do Terço.

### Quinta-feira - 04/09/2025

(Féria da 22ª Semana do Tempo Comum)

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

- **19:00h (Igreja Matriz):** 12º aniv. de António Mário Vilas Boas / Henrique Linhares Soares e família.

### Sexta-feira - 05/09/2025

(Féria da 22ª Semana do Tempo Comum)

- **09:00h (Senhor da Cruz):** Manuel António Oliveira Lopes.

### Sábado - 06/09/2025

(Domingo XXIII do Tempo Comum)

- **12:30h (Igreja Matriz):** Casamento de Fábio Augusto Silva Rodrigues e Juliana Filipa de Castro Gonçalves.

- **16:30h (Capela de S. José):** Acção de graças a Santa Rita / Maria Arminda Fernnades da Costa.

- **17:30h (Igreja Matriz):** Domingos Ferreira da Cruz / Pais de João Loureiro / Bernardino Pereira da Costa e familiares de Tereza Carreiras.

### Domingo XXIII do Tempo Comum (Ano C) - 07/09/2025

- **09:00h (Senhor da Cruz):** Irmãos vivos e falecidos da Irmandade do Senhor da Cruz / António Fernandes Pereira, pais e cunhado / António Vale.

- **11:00h (Igreja Matriz):** Pelos irmãos, vivos e falecidos, da Confraria do Santíssimo Sacramento / Aniv. de Emília Lopes de Campos / Manuel Carlos Loureiro Machado / Amélia Alda Amaral Neiva / Fernando da Silva Durães.

- **15:30h (Igreja do Terço):** Ana Maria da Silva Pereira.

- **17h30 (Igreja Matriz):** Hora de adoração,

## SÃO MARTINHO - Vila Frescainha

### Sexta-feira - 05/09/2025 (Sto Afonso Maria de Ligório, bispo

e doutor da Igreja) - **19:00h:** Associados do Coração de Jesus e Maria / 30º dia de João Manuel Gomes Gonçalves (Coração de Maria) / Aniv de Manuel Alves de Matos (esposa e filhos) / Aniv de Maria Teresa Vale Oliveira (irmãos) / Aniv de Maria da Conceição dos Santos e Manuel Gonçalves da Silva / Aniv de Joaquim Machado da Silva (pai) / Aniv de Joaquim António Carvalho Cardoso e pai, António da Costa Cardoso (mãe) / Isolina Mimosa Capela Miranda / Familiares falecidos de Fátima Melo / Joaquim Lopes da Silva e família (Luzia Lima) / José da Silva Oliveira e esposa / António Artur Santos Araújo e Maria do Carmo Gomes da Costa (filhos) / Luís Gonzaga Gomes Gonçalves (esposa) / Joaquim da Silva Carvalho e esposa (filhos) / José António Faria Ribeiro Novo (esposa).

### Domingo XXIII do Tempo Comum (Ano C) - 07/09/2025 -

**09:30h:** Irmãos e irmãs da Confraria do Santíssimo Sacramento / Aniv de Manuel Gonçalves Figueiras e esposa (família) / Aniv de José Augusto Vilas Boas Pereira e avós (pais) / Aniv de Maria Arminda Gomes Fernandes Eiras / Aniv de Maria de Graça Ribeiro Gomes / Aniv de Emília Fernandes Dantas e José António Freitas Mano / Aniv de António Gato dos Santos / Aniv de Joaquim Campos da Silva e filho / José Manuel Cardoso Gomes / Maria Albina Fernandes Perestrelo / Rosa Gomes Ferreira (amigos) / Sátiro Costa Carvalho e genro, Manuel Joaquim / João Arantes Torres, esposa e família (filhos) / António Oliveira da Cruz (esposa) / Maria Ernestina Costa Marinho Rodrigues (marido) / Maria Alzira Ferreira Barbosa / Maria da Conceição Miranda Alves do Vale e familiares / António Manuel Gomes Faria.

## SÃO PEDRO - Vila Frescainha

### Sábado - 06/09/2025 (Domingo XXIII do Tempo Comum, Ano C)

- **19:00h:** Associados do Sagrado Coração de Jesus / 30º dia de Maria da Conceição Fonseca de Figueiredo (Coração de Jesus) / 30º dia de Maria de Jesus Vieira Cardoso / Aniv de José Pereira Cardoso, esposa, Belmira Faria Alves, filho e genro (Alexandrina) / Aniv de nasc de António Ferreira Cardoso (esposa, Rosa) / Manuel Ferreira e Arminda (afilhada, Isabel) / Arménio Miranda Pontes, esposa e tia, Maria Conceição (Manuel Pontes) / Teresa Martins Baptista de Sousa Ferreira (marido) / José Luís de Sá Martins (esposa) / Justina Ferreira Fernandes e Armindo Fernandes Ferreira.

### Domingo XXIII do Tempo Comum (Ano C) - 07/09/2025

- **08:00h:** Irmãos e irmãs da Confraria do Santíssimo Sacramento / Aniv de Deolinda Soares da Costa (filho, Joaquim) / Aniv de Ana Silva Guimarães e marido / Clementina Cardoso Vilas Boas / Aniv de Maria Fernandes, marido, filhos e genro (Domingos) / Aniv de nasc de Maria Alves da Costa, marido e filho (filha, Emília) / Fábio David Cordeiro Veloso, avós, tio, e Susana Margarida Bajão Gonçalves / Joaquim Lourenço Pereira e sogros (família) / Bernardino Sousa Amorim (esposa) / António Veloso e sogros (Luís Matos) / Pais e filho de Eufrosina.

## CONTRA A AUTOPROMOÇÃO (continuação).

A sabedoria, para nós, vem através da humildade. A eterna Sabedoria de Deus - da mesma essência que o Pai, como Hilário sustentava - não precisa de aprender. O Filho foi sempre sábio, é sempre sábio, através do seu relacionamento eterno com o Pai. Ele é a própria Sabedoria. O que quer que Ele faça, faz por nós.

A liturgia liga a passagem de Mateus ao profeta Zacarias: «Eis que o teu rei vem a ti; Ele é justo e vitorioso; vem, humilde, montado num jumento» (9,9). Aquele que é a eterna Sabedoria em si

mesmo, a Pessoa que não tem absolutamente necessidade de humildade, humilha-se a si próprio percorrendo a estrada num jumento, obedecendo até ao ponto de morrer, em morte de cruz. Sabedoria e humildade estão ambas no Rei que monta um jumento a caminho de Jerusalém. Jesus insiste que esta humildade deve ser nossa: «Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, que Eu hei-de aliviar-vos. Tomai sobre vós o meu jugo e aprendei de mim, porque sou manso e humilde de coração e encontrareis descanso para o vosso espírito. Pois o meu jugo é suave e o meu fardo é

leve» (Mateus 11,28-30). Jesus quer que aprendamos a sua humildade, para que possamos ganhar a sua sabedoria. Se a Sabedoria-em-Pessoa se humilha a si mesma num jumento, devemos tomar o mesmo jugo e humilharmo-nos a nós próprios.

Compartilhar da sabedoria de Cristo é adotar a sua humildade. É uma abordagem sensata, porque nos leva ao topo da escada: Jesus promete descanso para as nossas almas (Mateus 11,28-29). Do que Ele fala depois é de um lugar no eterno conhecimento compartilhado entre Pai e Filho.

O nosso apego cultural à autopromoção é antitético ao Evangelho. Toda a pretensão, autoimportância, vaidade e arrogância estão sob a condenação de Jesus. As nossas práticas precisam de regressar ao ensino de Bento e Tomás. É montando o jumento que entramos na Nova Jerusalém. É ao renunciar à autopromoção que recebemos a promoção divina”.

(Hans Boersma, In *First Things*, Trad.: Rui Jorge Martins, in Secretariado Nacional da Pastoral da Cultura).