



ARCIPRESTADO DE ESPOSENDE  
PARÓQUIA DE SÃO MIGUEL DE MARINHAS  
UNIDADE PASTORAL ESPOSENDE POENTE



# DESPERTAR

## Boletim Paroquial de Marinhas

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



ANO: L

N.º 2566

Semana: 25-01-2026 a 01-02-2026

«SEGUI-ME E EU FAREI DE VÓS, PESCADORES DE HOMENS»

**III DOMINGO DO TEMPO COMUM**

**DOMINGO DA PALAVRA DE DEUS**

**ANO A**

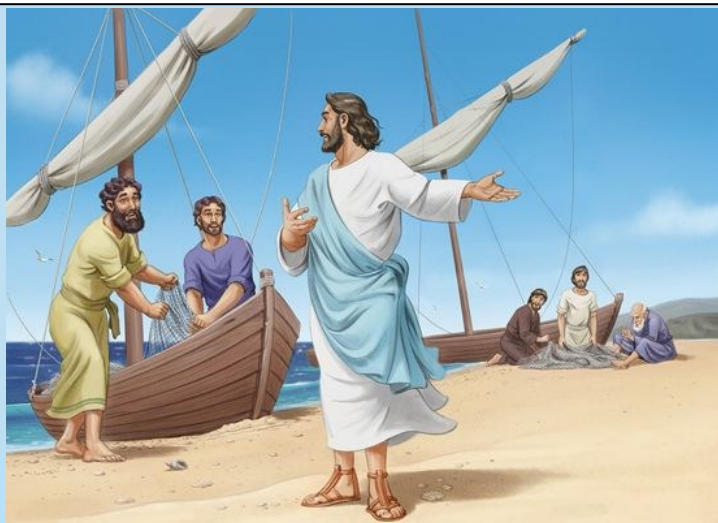
A liturgia do terceiro domingo comum desvela-nos o projeto de salvação e de vida plena que Deus tem para oferecer ao mundo e aos homens. Ele visita-nos, toma nota das nossas dificuldades, cuida das nossas feridas, mostra-nos em que direção caminhar para chegarmos à vida, fica à nossa espera para nos acolher e abraçar no final do caminho. A sua salvação ilumina cada um dos nossos passos.

Na primeira leitura, o profeta/poeta Isaías – que fala aos habitantes de Judá num tempo histórico marcado pelo imperialismo da Assíria – anuncia uma luz que Deus irá fazer brilhar por cima das montanhas da Galileia e que por fim às trevas que se abateram sobre aquela região. Talvez as intervenções de Deus não estejam sincronizadas com nossa impaciência e a nossa pressa; mas Ele nunca deixará de vir em socorro dos seus filhos que caminham no mundo.

Na segunda leitura o apóstolo Paulo pede aos cristãos de Corinto que não se esqueçam do compromisso que assumiram quando se dispuseram a seguir Jesus e a acolher a Boa Notícia da salvação. Membros do “Corpo de Cristo”, os cristãos não podem viver no meio de disputas, de conflitos e de divisões. Compete-lhes anunciar, com a própria vida, esse mundo novo de fraternidade, de comunhão e de paz que Cristo veio propor.

O Evangelho mostra-nos a concretização da promessa feita por Deus através do profeta Isaías: Jesus é a luz que começa a brilhar na Galileia para iluminar os caminhos e as vidas de todos aqueles que habitam “na sombria região da morte”. Ele anuncia a chegada de Deus para fazer nascer um mundo novo, mais justo, mais fraterno e mais humano. Jesus não está sozinho neste projeto: junta à sua volta alguns discípulos e convida-os a colaborar com Ele na construção do Reino de Deus.

Adaptado de [https://www.dehonianos.org/porta/ilturgia?mc\\_id=5660](https://www.dehonianos.org/porta/ilturgia?mc_id=5660)



I Leitura: Isaías 8,23b-9,3

Salmo Responsorial: Salmo 26 (27)

II Leitura: 1 Coríntios 1,10-13,17

Evangelho: Mateus 4,12-23

## **EVANGELHO DE NOSSO SENHOR JESUS CRISTO SEGUNDO SÃO JOÃO**

Quando Jesus ouviu dizer que João Baptista fora preso, retirou-Se para a Galileia. Deixou Nazaré e foi habitar em Cafarnaum, terra à beira-mar, no território de Zabulão e Neftali. Assim se cumpria o que o profeta Isaías anunciara, ao dizer: «Terra de Zabulão e terra de Neftali, estrada do mar, além do Jordão, Galileia dos gentios: o povo que vivia nas trevas viu uma grande luz; para aqueles que habitavam na sombria região da morte, uma luz se levantou». Desde então, Jesus começou a pregar: «Arrependei-vos, porque o reino de Deus está próximo». Caminhando ao longo do mar da Galileia, viu dois irmãos: Simão, chamado Pedro, e seu irmão André, que lançavam as redes ao mar, pois eram pescadores. Disse-lhes Jesus: «Vinde e segui-Me e farei de vós pescadores de homens». Eles deixaram logo as redes e seguiram-n’O. Um pouco mais adiante, viu outros dois irmãos: Tiago, filho de Zebedeu, e seu irmão João, que estavam no barco, na companhia de seu pai Zebedeu, a consertar as redes. Jesus chamou-os e eles, deixando o barco e o pai, seguiram-n’O. Depois começou a percorrer toda a Galileia, ensinando nas sinagogas, proclamando o Evangelho do reino e curando todas as doenças e enfermidades entre o povo.

### **ORAÇÃO PELA UNIDADE DOS CRISTÃOS**

A Semana de Oração pela Unidade dos Cristãos 2026, preparada na Arménia, convida a recorrer à “herança cristã partilhada e a aprofundar a comunhão em Cristo”, e decorre, como habitualmente, de 18 a 25 de janeiro.





# VIDA PAROQUIAL

## III DOMINGO DO TEMPO COMUM ORAÇÃO PELA UNIDADE DOS CRISTÃOS DOMINGO DA PALAVRA DE DEUS

25 de janeiro

**10h00** Terço.  
**10h30** **FESTA DA PALAVRA** - 4.º ano da catequese.  
Missa pelos paroquianos;  
Cândido Amaro e esposa Lucília, m.c. filho;  
Mário André Sapateiro; m.c. irmãos;  
Laurentina Rodrigues Couto; m.c. filhos;  
Evaristo Vilas Boas Laranjeira, m.c. filho Francisco.

**Segunda - feira**  
26 de janeiro

**17h30** Terço.  
**18h00** Missa pelas Almas do Purgatório, intenção dos ofertantes das Alminhas de Rio de Moinhos;  
António Barbosa, m.c. filho Jaime.

**Terça - feira**  
27 de janeiro

**17h30** Terço.  
**18h00** Missa pelas Almas do Purgatório, intenção dos ofertantes das Alminhas de Góios;  
Maria do Céu da Cruz Ferreira, m.c. filho Jaime.

**Quarta - feira**  
28 de janeiro

**17h30** Terço.  
**18h00** Missa por Paulo Alexandre dos Santos Pereira, m.c. mãe;  
Adélia Calheiros e marido, m.c. filha Alice;  
Maria Glória Moreira Marques, m.c. filha Glória.  
**18h35** Atendimento de cartório.

**Quinta - feira**  
29 de janeiro

**14h30** **Visita Pastoral de D. Nélio**  
Junta de Freguesia.  
**15h00** Centro Social JUM.  
**16h30** Delegação da CVP.  
**17h00** Exposição e adoração ao Santíssimo Sacramento.  
**17h30** Terço.  
**18h00** Missa por Ramiro Martins Capitão, m.c. viúva;  
Maria Amélia G. Costa, marido e genro João, m.c. Maria Costa;  
Rosa Maria Alves Couto, pais e irmão, m.c. irmã Prazeres.  
**18h40** Visita ao F.C. Marinhas.  
**21h00** Reunião com os Conselhos Pastorais das paróquias de Marinhas e Mar, no salão paroquial.

**Sexta - feira**  
30 de janeiro

**14h00** **Visita Pastoral de D. Nélio**  
Início da visita às capelas, com o seguinte itinerário:  
S. Roque - Sra da Saúde - S. Bento - S. Sebastião - Nicho Sra do Livramento - S. João - Sra da Paz e Sra das Neves.  
**17h30** Terço.  
**18h00** Missa pelas intenções dos ofertantes dos Coros da Sagrada Família.  
**21h00** Em Apúlia, encontro de formação para agentes da caridade (Conselhos Económicos Paroquiais, Conferências Vicentinas e Confrarias).

**Sábado**  
31 de janeiro

**16h30** Reunião do Movimento da Mensagem de Fátima.  
**17h00** Visita de D. Nélio ao Agrupamento de Escuteiros.  
**17h30** Terço.  
**18h00** Missa vespertina pelos escuteiros falecidos do Agrupamento 813 - Marinhas;  
Maria de Lurdes Gonçalves André, m.c. filha Júlia;  
Maria Conceição R Lima e Manuel, m.c. filha Maria dos Anjos;  
Francisco Regado e esposa Laurestina, m.c. família;  
Valentim Calheiros de Abreu, m.c. filho Diogo;  
Valentim Fernandes Ribeiro, esposa e filho Gualdino, m.c. filha Eva;  
Manuel Barbosa Moreira, m.c. Confraria do Divino Espírito Santo;  
Abílio Ribeiro Pereira e Isabel Maria do Pilar Cunha Calheiros, m.c. Confraria das Almas.

## IV DOMINGO DO TEMPO COMUM 01 de fevereiro VISITA PASTORAL

**09h30** Adoração ao Santíssimo Sacramento  
**10h30** Missa pelos paroquianos;  
irmãos falecidos da Confraria do Santíssimo;  
Cirilo Pires Carneiro, m.c. filha Celeste;  
Francisco Regado e esposa Laurestina, m.c. família.  
**NOTA** *No final da missa, almoço/convívio partilhado com o Sr. Bispo D. Nélio.*

## ASSEMBLEIA GERAL DA CONFRARIA DAS ALMAS

Domingos Enes Nóvoa, presidente da Assembleia Geral da Confraria das Almas da Paróquia de S. Miguel de Marinhas, CONVOCA, nos termos do n.º 3, art.º 18.º dos estatutos, todos os associados para uma Assembleia Geral Extraordinária, a realizar no próximo dia 26 de janeiro (Segunda-Feira), às 21h00, no Salão Paroquial de Marinhas, com a seguinte ordem de trabalhos:  
Ponto um – **Eleição dos novos Corpos Gerentes** para o triénio 2025/2028.

Marinhas, 12 de janeiro de 2026.

O Presidente da Assembleia Geral  
Domingos Enes Nóvoa



## DÁDIVA DE SANGUE MARINHAS

(ESCOLA BÁSICA ANTÓNIO RODRIGUES SAMPAIO)

**25 DE JANEIRO DE 2025**

**9.00 ÀS 12.30 HORAS**  
**DÊ SANGUE**

**SÊ DADOR DE MEDULA ÓSSEA**

**SEJA SOLIDÁRIO**

**EM MARINHAS TAMBÉM SE SALVAM VIDAS**

## **NA PAZ DE DEUS**

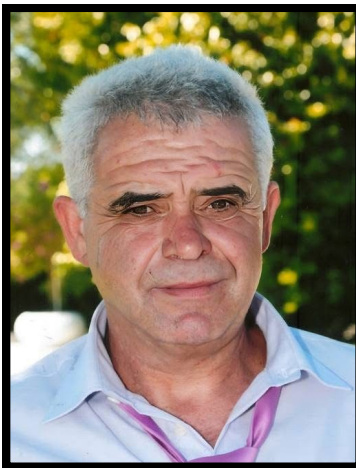


### **MARIA ROSA HUNGUANA**

Nasceu em 15.06.1943

Faleceu em 09.01.2026

**IGREJA**



### **ANTÓNIO BARBOSA PEIXOTO**

Nasceu em 06.01.1965

Faleceu em 23.01.2026

**PINHOTE**

## **AGRADECIMENTO**

A paróquia agradece o donativo da família de José Lima Gonçalves Ladeiras, recentemente falecido, no valor de 100,00€, sendo 50,00€ para as obras paroquiais, 25,00€ para o Boletim e 25,00€ para a Conferência Vicentina.



## **FESTA DA PALAVRA** 4º Ano de Catequese



### **CONVITE**

Neste domingo, dia 25, a Igreja celebra o Domingo da Palavra de Deus. Este dia foi estabelecido pelo Papa Francisco, em 2019, para «celebração, reflexão e divulgação da Palavra de Deus». Ao fazê-lo, o Santo Padre exortava-nos a viver este domingo “como um dia solene”, lembrando que «a Bíblia é o livro do povo do Senhor», capaz de gerar unidade naqueles que a escutam e nela ouvem a voz de Deus Pai.

Este ano, no dia 25 - Dia da Palavra de Deus, as crianças do 4º ano de catequese vão celebrar, na Eucaristia das 10:30h, a sua festa de ano, a **Festa da Palavra!**

Convidamos todos os pais a marcar presença nesta Eucaristia, ajudando os seus filhos a tornar mais solene o dia em que vão receber a Bíblia—Livro da Palavra!

*As catequistas do 4º ano*

## **DIA MUNDIAL DOS LEPROSOS**

A celebração deste dia, é uma oportunidade para levar as pessoas a refletirem sobre a difícil situação de sofrimento em que vivem milhões de pessoas afetadas pela Lepra e a partilhar com elas a sua solidariedade e algo dos seus bens.

Com o nosso contributo podemos colaborar com a APARF (Associação de Amigos de Raul Follereau) que, com ajuda material e social, acompanha os casos mais urgentes e de maior necessidade.

## **III DOMINGO TEMPO COMUM**

Salmo 26 (27) (1.4.13-14)

Refrão: **O Senhor é minha luz e salvação.**

O Senhor é minha luz e salvação:  
a quem hei-de temer?

O Senhor é protector da minha vida:  
de quem hei-de ter medo?

Uma coisa peço ao Senhor, por ela anseio:  
habitar na casa do Senhor todos os dias da minha vida,  
para gozar da suavidade do Senhor  
e visitar o seu santuário.

Espero vir a contemplar a bondade do Senhor  
na terra dos vivos.

Confia no Senhor, sê forte.

Tem confiança e confia no Senhor.

*Neste ‘dia da Palavra de Deus’ – introduzido pelo Papa Francisco, desde 2020 – rezamos com maior atenção este salmo de confiança (vv. 1-6) e de súplica (vv. 7-14). Seguimos, nesta reflexão, as catequeses que o Papa João Paulo II proferiu a 21 e 28 de abril de 2004, na explicação deste salmo que rezamos nas vésperas de quarta-feira da primeira semana da Liturgia das Horas.*

- O salmista fala explicitamente de “santuário do Senhor”, do “seu templo” (v. 4), “seu teto, sua tenda, templo do Senhor” (vv. 5-6). Aliás, no original hebraico estas palavras indicam mais precisamente o “tabernáculo” e a “tenda”, ou seja, o próprio coração do templo, onde o Senhor se revela com a sua presença e com a sua palavra. Recordar-se também a “rocha” de Sião (v. 5), lugar de segurança e de refúgio e é feita alusão à celebração dos sacrifícios de ação de graças (v. 6).

- A primeira parte do Salmo, que agora meditamos, está marcada por uma grande serenidade, fundada na confiança em Deus no dia tenebroso do assalto dos malvados. As imagens usadas para descrever estes adversários, que são o sinal do mal que corrompe a história, são de dois tipos. uma imagem de caça feroz: os malvados são como feras que avançam para se apoderar da sua vítima e para devorar a sua carne, mas resvalam e caem (v. 2); por outro lado, há o símbolo militar de um assalto realizado por um exército inteiro: trata-se de uma batalha que se alastra impetuosa, semeando terror e morte (v. 3). A vida do crente muitas vezes é submetida a tensões e contestações, por vezes também a uma recusa e até à perseguição.

- O crente fiel não está só e o seu coração conserva uma paz interior surpreendente, porque como diz a maravilhosa “antífona” de abertura do Salmo: “O Senhor é minha luz e salvação” (v. 1). Repete continuamente: “de quem eu terei medo?...perante quem eu tremerei?...não temerá meu coração...mesmo assim confiarei” (vv. 1-3).

- O salmista orante entrega-se nos braços de Deus e o seu sonho é expresso num outro Salmo: “habitar na casa do Senhor todos os dias da minha vida” (Sl 22,6). Lá ele poderá “saborear a suavidade do Senhor” (Sl 26,4), contemplar e admirar o mistério divino.

- A parte final do salmo, que rezamos na liturgia deste domingo (cf. Sl 26,13-14), está incluída na segunda parte do Salmo 26: os versículos 7-14 começam com um grito dirigido ao Senhor: “Ouvi a voz do meu apelo, atendei por compaixão!” (v. 7), porque expressam uma busca intensa do Senhor, com o doloroso receio de ser abandonado por Ele (vv. 8-9) e, por fim, apresentam aos nossos olhos um horizonte dramático onde os próprios afetos familiares vêm a faltar (v. 10) enquanto neles se movem “inimigos” (v. 11) e “falsas testemunhas” (v. 12)...

- O elemento decisivo é a confiança que o orante tem no Senhor, que salva na provação e sustenta durante a tempestade. É expressivo o apelo, que no final o salmista, dirige a si mesmo: “Espera no Senhor e tem coragem, espera no Senhor!” (v. 14)... Na linguagem dos Salmos, “procurar a face do Senhor” muitas vezes é sinónimo da entrada no templo para celebrar e experimentar a comunhão com o Deus de Sião. Mas a expressão inclui também a experiência mística da intimidade divina mediante a oração.

- Não é a Palavra de Deus quem nos guia, consola e corrige?  
**Celebremo-la comunitariamente!**

**António Sílvio Couto**

### **BOLETIM**

<b>SALDO DE 2025</b>	<b>-947,44 €</b>
Entradas na semana: 04.01.2026 a 25.01.2026	25,00 €
Saídas na semana: 04.01.2026 a 25.01.2026	0,00 €
Total entradas 2026	110,00 €
Total saídas 2026	0,00 €
<b>Saldo 2026</b>	<b>-837,44 €</b>

## VISITA PASTORAL

### de D. Nélio à unidade pastoral 'Esposende poente'

O senhor Bispo auxiliar de Braga, D. Nélio Pita, estará na nossa unidade pastoral de 'Esposende poente' de 29 de janeiro a 1 de fevereiro, fazendo a visita pastoral, que está em curso no arceprelado de Esposende de 11 de janeiro a 8 de fevereiro.

Do programa constam alguns momentos de contato com instituições civis localizadas nas paróquias de Mar e de Marinhas, bem como a vivência de momentos celebrativos da fé católica.

#### Eis o programa:

**Dia 29 de janeiro (5.ª feira), de manhã** - visita às escolas do 1.º ciclo e encontro com a direção do Agrupamento de escolas. **De tarde** - visita à Junta de Freguesia de Marinhas, ao Centro Social Juventude Unida de Marinhas e Delegação de Marinhas da Cruz Vermelha. Ao final da tarde, visita ao F.C. Marinhas, no campo de jogos.

**À noite** - reunião conjunta dos dois **Conselhos pastorais paroquiais de Mar e Marinhas (em Marinhas)**.

**Dia 30 de janeiro (6.ª feira), de manhã**, em Mar: visita à escola, junta de freguesia e centro social. **De tarde** - visitas às capelas (seis) de Marinhas, incluindo a visita ao senhor Padre Gaio (93 anos), em sua casa.

**Dia 31 de janeiro (sábado)** - antes da missa, visita ao Agrupamento de escuteiros.

**Missas paroquiais:** 18 horas (Marinhas); 19.30 horas (Mar), aqui no final: jantar convívio aberto a todos. De referir que neste mesmo dia tem início, às 21 horas, no salão paroquial de Mar, o CPM arceprestal.

**Dia 1 de fevereiro (domingo)** - missas paroquiais: 9 horas (Mar); **10.30 horas (Marinhas), no final: almoço - convívio para todos.**

António Sílvio Couto



### CPM

**Centro de Preparação para o Matrimónio**  
Um caminho de encontro, partilha e fé

O CPM é um espaço privilegiado de preparação para o matrimónio, especialmente pensado para quem deseja viver o amor à luz da fé cristã. Mais do que encontros, é um verdadeiro tempo de crescimento, escuta e descoberta, onde cada casal é convidado a aprofundar o seu "sim".

Ao participarem no CPM, os noivos terão a oportunidade de:

- **Aprofundar e avaliar os laços que vos unem**, com verdade e esperança;
- **Dialogar e partilhar experiências** sobre os vários aspetos da vida conjugal, entre vós, com outros noivos e com casais que já percorrem este caminho;
- **Escutar testemunhos de vida**, que ajudam a sonhar e a construir um projeto comum sólido e feliz;
- **Fortalecer a fé**, aprofundando a relação com Deus e com a Igreja, alicerces do vosso matrimónio.

Queridos noivos, a riqueza destes encontros cresce à medida da vossa entrega. Quanto mais ativa for a vossa participação, mais profundamente sereis tocados, e mais ajudareis também outros casais a crescer no amor e na fé.

Estão **abertas as inscrições** para a 52.ª Sessão do CPM de Esposende, que decorrerá aos **sábados, às 21h00, entre 31 de janeiro e 27 de fevereiro de 2026, no Centro Paroquial de S. Bartolomeu do Mar.**

As inscrições podem ser feitas junto dos párcos.

Com estima,  
A Equipa do CPM de Esposende

## MINISTÉRIO DE ACÓLITO

No próximo domingo, às 19h30, na Igreja de S. Paulo (Seminário Conciliar de Braga), terá lugar a instituição no ministério de Acólito do Ruben Pinheiral, seminarista da nossa Unidade Pastoral, da Paróquia de S. Bartolomeu do Mar.

Decorrido um ano da sua instituição no ministério de Leitor, é agora admitido ao Ministério de Acólito.

Pedimos a Deus a Sua bênção para o Rúben e rezamos para que mantenha viva a sua generosidade e fidelidade à vocação para a qual se sente chamado. Parabéns Rúben pelo teu SIM! no serviço vivido com humildade, fidelidade e espírito de comunhão.



## ESCUITEIROS

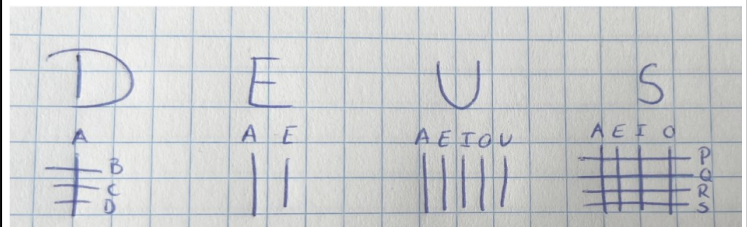
No fim de semana passado, os nossos escuteiros não tiveram atividades de campo, mas as reuniões de secção mantiveram-se firmes, como todos os fins de semana. Um dos temas que abordamos com frequência nessas reuniões são as cifras. Desengane-se quem acha que só os espíões ou organizações secretas é que comunicam por código, os escuteiros são os verdadeiros mestres dessa arte!

As cifras são métodos de codificação de mensagens. Provavelmente já ouviram falar do famoso Código Morse, mas existem muitas outras que podem ser escritas com números, letras fora do lugar ou símbolos.

Não vos podemos ensinar todos os nossos segredos (se não as nossas mensagens deixavam de ser secretas!), mas hoje vamos partilhar uma das cifras que os nossos escuteiros mais gostam: o Código Chinês!

Como funciona? É muito simples! Utilizamos o nosso abecedário, mas damos uma atenção especial às vogais. Cada "pauzinho" na vertical representa uma vogal:

I = A | II = E | III = I | IIII = O | IIIII = U



Para as restantes consoantes, utilizamos a linha horizontal por cima dos riscos. Por exemplo:



Agora, está na hora de ver se aprendeu a lição! Consegue descodificar esta mensagem?

Para a semana, revelamos a resposta. Boa caça!

## Por HUMOR de DEUS

### Anedota

"A catequista pergunta:

— Quem sabe o que Deus fez no sétimo dia?

Responde uma criança:

— Descansou.

— Muito bem! E o que aprendemos com isso?

— Que até Deus sabe que trabalhar a semana toda cansa!"

