



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 2583

Semana: 24-05-2026 a 31-05-2026

## «RECEBEI O ESPÍRITO SANTO» SOLENIDADE DO PENTECOSTES ANO A

O tema deste domingo é, evidentemente, o Espírito Santo. Dom de Deus a todos os crentes, o Espírito dá vida, renova, transforma, constrói comunidade e faz nascer o Homem Novo.

Na primeira leitura, Lucas sugere que o Espírito é a lei nova que orienta a caminhada dos crentes. É Ele que cria a nova comunidade do Povo de Deus, que faz com que os homens sejam capazes de ultrapassar as suas diferenças e comunicar, que une numa mesma comunidade de amor, povos de todas as raças e culturas.

Na segunda leitura, Paulo avisa que o Espírito é a fonte de onde brota a vida da comunidade cristã. É Ele que concede os dons que enriquecem a comunidade e que fomenta a unidade de todos os membros; por isso, esses dons não podem ser usados para benefício pessoal, mas devem ser postos ao serviço de todos.

O Evangelho apresenta-nos a comunidade cristã, reunida à volta de Jesus ressuscitado. Para João, esta comunidade passa a ser uma comunidade viva, recriada, nova, a partir do dom do Espírito. É o Espírito que permite aos crentes superar o medo e as limitações e dar testemunho no mundo desse amor que Jesus viveu até às últimas consequências.



Adaptado de [https://www.dehonianos.org/portal/liturgia?mc\\_id=5569](https://www.dehonianos.org/portal/liturgia?mc_id=5569)

I Leitura: Actos 2,1-11

Salmo Responsorial: Salmo 103 (104)

II Leitura: 1 Cor 12,3b-7.12-13

Evangelho: Jo 20,19-23

### SEQUÊNCIA DO PENTECOSTES

Vinde, ó santo Espírito,  
vinde, Amor ardente,  
acendei na terra  
vossa luz fulgente.

Sem a vossa força  
e favor clemente,  
nada há no homem  
que seja inocente.

Vinde, Pai dos pobres:  
na dor e aflições,  
vinde encher de gozo  
nossos corações.

Lavai nossas manchas,  
a aridez regai,  
sarai os enfermos  
e a todos salvai.

Benfeitor supremo  
em todo o momento,  
habitando em nós  
sois o nosso alento.

Abrandai durezas  
para os caminhantes,  
animai os tristes,  
guiai os errantes.

Descanso na luta  
e na paz encanto,  
no calor sois brisa,  
conforto no pranto.

Vossos sete dons  
concedei à alma  
do que em Vós confia:

Luz de santidade,  
que no Céu ardeis,  
abrasai as almas  
dos vossos fiéis.

Virtude na vida,  
amparo na morte,  
no Céu alegria.

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

Na tarde daquele dia, o primeiro da semana,  
estando fechadas as portas da casa  
onde os discípulos se encontravam,  
com medo dos judeus,  
veio Jesus, colocou Se no meio deles e disse lhes:  
«A paz esteja convosco».

Dito isto, mostrou lhes as mãos e o lado.  
Os discípulos ficaram cheios de alegria ao verem o Senhor.

Jesus disse lhes de novo:

«A paz esteja convosco.

Assim como o Pai Me enviou,  
também Eu vos envio a vós».

Dito isto, soprou sobre eles e disse lhes:

«Recebei o Espírito Santo:

àqueles a quem perdoardes os pecados ser-lhes-ão perdoados;  
e àqueles a quem os retiverdes serão retidos».



# VIDA PAROQUIAL

## SOLENIDADE DO PENTECOSTES

24 de maio

<b>10h00</b>	Terço e mês de Maria.
<b>10h30</b>	Missa por Maria Rodrigues Alves e marido, m.c. filho Jorge; José Gonçalves, m.c. esposa e filhos; Laurinda Ramos Pinheiro, m.c. sobrinho; Maria Glória Peixoto Gramoso e sogra, m.c. viúvo; Bernardino Alves Morgado, m.c. filho Fernando; Joaquim Alves Palheiro, esposa e filhos, m.c. filha Prazeres; Alberto Pires Peixoto, m.c. a família; João da Cruz Ferreira, António Barbosa Peixoto, Ana Marques Fino do Pilar, José Areias Amaro e Cristina Ribeiro Lima, m.c. Confraria das Almas.

### Segunda - feira

25 de maio

<b>16h00</b>	Reunião da Ação Católica.
<b>17h30</b>	Mês de Maria e oração do terço.
<b>18h00</b>	Missa pelas Almas do Purgatório, intenção dos ofertantes das Alminhas de Cepães; António Martins Cepa, m.c. filha Rosa.

### Terça - feira

26 de maio

<b>17h30</b>	Mês de Maria e oração do terço.
<b>18h00</b>	Missa por Maria Luísa Gonçalves Regado (30º dia), m.c. Confraria do Santíssimo.

### Quarta - feira

27 de maio

<b>17h30</b>	Mês de Maria e oração do terço.
<b>18h00</b>	Missa por Bertila da Silva Lima e mãe, m.c. Manuela Noronha.
<b>18h35</b>	Atendimento de cartório.

### Quinta - feira

28 de maio

<b>17h00</b>	Exposição e adoração ao Santíssimo Sacramento.
<b>18h00</b>	Missa pelas intenções do Santo Padre.
<b>19h00</b>	Celebração para pais e catequizandos do 9º ano - ENRAIZADOS EM CRISTO.

### Sexta - feira

29 de maio

<b>17h30</b>	Mês de Maria e oração do terço.
<b>18h00</b>	Missa por Cristina Ribeiro Lima (30º dia), m.c. Confraria do Santíssimo; José Joaquim Coutinho Carneiro, m.c. viúva e filhos.
<b>18h35</b>	Atendimento de cartório.
<b>20h30</b>	Em Góios, Mês de Maria – Pais e crianças da catequese.

### Sábado

30 de maio

<b>14h30</b>	<b>FESTA DO PERDÃO</b> - pais e catequizandos do 3º ano.
<b>17h30</b>	Mês de Maria e oração do terço.
<b>18h00</b>	Missa vespertina por Aurélio Vilas Boas Laranjeira, m.c. família; Maria Pires Laranjeira, m.c. neta Manuela; Alexandrino Gonçalves Lemos, m.c. filho Jeremias; Francisco Regado e esposa Laurestina, m.c. família; Maria Alves Azevedo, m.c. filha Lucinda; Isabel Maria do Pilar Cunha Calheiros e Abílio Ribeiro Pereira, m.c. Confraria das Almas.

## DOMINGO DA SANTÍSSIMA TRINDADE

31 de maio

<b>10h00</b>	Terço e mês de Maria.
<b>10h30</b>	Missa por Manuel Silva Nascimento, m.c. genro Jaime; Francisco José Santa-Marinha Bajão, m.c. mãe.
<b>19h00</b>	Terço meditado.
<b>19h30</b>	Procissão solene, com a presença de todos os movimentos paroquiais e autoridades civis até à rotunda de N. Sra de Fátima. Oração de consagração ao Imaculado Coração de Maria.
<b>Nota</b>	<b>Após a consagração, regresso em procissão até às capelas.</b>

## PENTECOSTES (ANO A)

Salmo 103(104) (1ab.24c.29bc.30.31.34)

**Refrão: Enviai, Senhor, o Vosso Espírito, e renovai a face da terra!**

**Bendiz, ó minha alma, o Senhor.**

**Senhor, meu Deus, como sois grande!**

**Como são grandes, Senhor, as vossas obras!**

**A terra está cheia das vossas criaturas.**

**Se lhes tirais o alento, morrem**

**e voltam ao pó donde vieram.**

**Se mandais o vosso espírito, retomam a vida**

**e renovais a face da terra.**

**Glória a Deus para sempre!**

**Rejuble o Senhor nas suas obras.**

**Grato Lhe seja o meu canto**

**e eu terei alegria no Senhor.**

Após exaltar a grandeza de Deus no céu (vv. 1b-4), o salmista volta-se para a terra e tudo o que há nela, especialmente o ser humano (vv. 5-24). Passa em seguida ao mar (vv. 25-26) e ao sustento e renovação dos seres vivos (vv. 27-30). No final (vv. 31-34), espera que o seu poema agrade ao Senhor e compromete-se a continuar louvando-o “enquanto viver”. Neste domingo de Pentecostes bendizemos a Deus por tudo quanto o Seu Espírito faz em nós e através de nós, na Igreja e no mundo.

- ‘Bendiz, ó minha alma, o Senhor. Senhor, meu Deus, como sois grande!’ (v. 1). O salmista enumera, então, as maravilhas de Deus, usando uma linguagem poética, dentro da cosmologia do seu tempo e multiplicando imagens alusivas à narrativa de Deus sobre a criação, tais como: a do “manto de luz” que envolve o Senhor, a do céu como “tenda estendida”, a morada de Deus sobre “as águas superiores”, as nuvens como carruagem, os ventos como portadores de recados, as chamas de fogo dos relâmpagos como executoras de suas ordens. Em pequenos ciclos o salmista canta a intervenção de Deus na criação e na história dos humanos: as águas e a terra (vv. 5-10), as fontes nos vales (vv. 11-12), os frutos da terra (vv. 14-15), árvores e montanhas (vv. 16-18), a lua e o sol (vv. 19-23), a vastidão do mar (vv. 25-26)...

- ‘Se lhes tirais o alento, morrem e voltam ao pó donde vieram. Se mandais o vosso espírito, retomam a vida e renovais a face da terra’ (v. 29bc-30). Enquanto o ser humano deve procurar e preparar o seu alimento, os animais, todos eles, são alimentados por Deus... É Deus também quem lhes dá a respiração de vida. E é Deus quem, pelo seu Espírito, faz continuar o ciclo da vida e “renova a face da terra”, palavras que se tornaram, na liturgia da Igreja, a invocação do Espírito Criador... como fazemos, neste dia de Pentecostes!

- ‘Glória a Deus para sempre! Rejuble o Senhor nas suas obras’ (v. 31). O salmista faz votos de que Deus continue a alegrar-se com as suas criaturas, assim como se alegrou ao criá-las.

- ‘Grato Lhe seja o meu canto e eu terei alegria no Senhor’ (v. 34). Algo pode perturbar a harmonia da criação: os pecadores, os ímpios... o mistério do Mal. Não seria possível reprimir os malvados? Não era tudo bom quando Deus criou o mundo? Não são um corpo estranho os ímpios? Tendo expresso esse voto, essa esperança, o salmista pode voltar a interpelar-se: Bendiz, minha alma, o Senhor! E Deus “agradou-se” tanto do seu poema, que nós ainda hoje o rezamos. Nada é mais salutar da bênção divina do que o louvor que o Espírito Santo suscita naqueles que se deixam conduzir por Ele... nele, por ele e com ele louvamos o Senhor vivo e ressuscitado.

**António Sílvio Couto**

## NA PAZ DE DEUS



**LUÍSA BERNARDINA  
MACHADO  
BERNARDINO**

Nasceu em 26.03.1942  
Faleceu em 22.05.2026

**OUTEIRO**



**ARMANDO  
AFONSO MORGADO**

Nasceu em 22.01.1952  
Faleceu em 22.05.2026

**MONTE**

## ORAÇÃO AO ESPÍRITO SANTO



**Espírito Santo,  
alma de minha alma,  
eu Vos adoro!  
Iluminai-me, guiai-me,  
fortalecei-me,  
consolai-me.  
Dizei-me o que fazer,  
dai-me as Vossas ordens.  
Prometo submeter-me  
a tudo o que desejares de mim  
e aceitar tudo  
o que permitirdes  
que me aconteça.**

(Cardeal Mercier)

## TERÇO MISSIONÁRIO

16 de maio



## XXIV PEREGRINAÇÃO À NOSSA SENHORA DA GUIA



## ESCUTEIROS

No passado sábado, dia 16 de maio, os nossos Lobitos viveram uma atividade cheia de aventura, juntamente com as suas bicicletas!

Durante a manhã, aprenderam vários aspetos técnicos e teóricos sobre a utilização correta da bicicleta e do capacete, percebendo a importância da segurança rodoviária. Tivemos ainda a visita da GNR, que veio falar com os Lobitos sobre regras e cuidados a ter na estrada — e até os acompanhou numa experiência prática, onde puderam circular na estrada seguindo todas as indicações dadas pela GNR!

Ao longo do resto da manhã e início da tarde, chegou o momento de pôr as habilidades em prática! Entre obstáculos, rampas, cones, e muitos desafios, os Lobitos mostraram equilíbrio e coragem sempre em cima das bicicletas. Para



terminar em grande, realizou-se a tão esperada corrida final, num percurso cheio de obstáculos, onde foi decidido o grande vencedor da Taça Portorosso!

Foi um dia cheio de aprendizagens, diversão e espírito de aventura!



## ATO DE RENOVAÇÃO DA CONSGRAÇÃO CIVIL E RELIGIOSA AO IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA DA PARÓQUIA DE MARINHAS

50<sup>o</sup> Aniversário  
1976-2026  
CONSGRAÇÃO DA PARÓQUIA DAS MARINHAS  
AO CORAÇÃO IMACULADO DE MARIA



PARÓQUIA DE  
SÃO MIGUEL DE MARINHAS



ALIANÇA DE  
SANTA MARIA

Santíssima Virgem Maria,  
Rainha do Céu e da Terra,  
Augusta Mãe de Deus e  
Mãe nossa,  
Em resposta à mensagem que  
nos trouxestes a Fátima  
E no reconhecimento dos  
direitos que Vos assistem,  
Sobre tudo o que somos e nos  
pertence:

**És Mãe, minha mãe;  
És Mãe, nossa Mãe.**

Queremos nós, como legítimos  
representantes do povo,  
E como cidadãos desta terra  
amada de Marinhas,  
Em seu nome e por sua expressa  
vontade,  
Entregar, confiar e consagrar,  
No dia de hoje, ao Vosso  
Imaculado Coração,  
Totalmente e para sempre,  
Tanto quanto em nós cabe,  
esta freguesia de Marinhas e seu  
termo,  
com todos os seus filhos e  
habitantes, presentes e  
ausentes,  
as crianças, os jovens, os adultos,  
os doentes e os velhinhos,

**És Mãe, minha mãe;  
És Mãe, nossa Mãe.**

Te entregamos, confiamos e  
consagramos assim como os  
seus haveres, móveis e imóveis,  
as casas e as terras, as famílias e  
as empresas, as associações e os  
grupos, as escolas e as oficinas,  
tudo o que somos e temos.

**És Mãe, minha mãe;  
És Mãe, nossa Mãe.**

Aceitai, querida Mãe,  
Este ato de entrega nas vossas  
mãos,  
Para que sejais doravante,  
A Senhora e a Rainha da nossa  
Terra e dos nossos corações,  
E todos aqui Vos venerem  
respeitem e aceitem.  
A maternal mensagem que  
trouxestes à Cova da Iria,  
A fim de que se apresse a hora  
do triunfo que prometestes em  
Fátima,  
E em nós e por vós se dilate o  
Reino de Vosso Filho.

Assim seja.

**És Mãe, minha mãe;  
És Mãe, nossa Mãe.**

**V/ Imaculado Coração de Maria**

**R/ Sede a nossa salvação**

**(3 vezes)**

### Fazendo memória

Foi a 23 de maio de 1976  
que foi feito o 'Ato de  
Consgração Civil e  
Religioso ao Imaculado  
Coração de Maria da  
Paróquia de Marinhas',  
assumindo tal  
responsabilidade o Padre  
Avelino Peres Filipe, pároco  
e o António Pires Carneiro  
(Capitão), presidente da  
Junta de Freguesia.  
Nessa data ocorria o  
cinquentenário das  
aparições do Imaculado  
Coração de Maria à Irmã  
Lúcia, em Pontevedra.  
Aquele ato de consagração  
foi um preito de  
homenagem e um  
compromisso de Marinhas  
para com Nossa Senhora, na  
invocação de Imaculado  
Coração

## COMISSÕES DE FESTAS

Em ordem a fazer o ponto de situação de cada um dos momentos de festa e para que sejam dadas indicações de interesse para todos, convoco as comissões das várias festas – São João, São Sebastião, São Bento, São Roque, Nossa Senhora das Neves, Nossa Senhora da Saúde e de São Miguel Arcanjo – para o dia 5 de junho (6.ª feira), às 21 horas, no salão paroquial. Apesar de ser realizada pela confraria, quem promove a festa do Santíssimo também poderá estar presente.

Será apresentado o modelo de 'novena', bem como serão acertados os horários de cada uma das festas propostas... além de considerarmos esclarecimentos comuns a ter em conta.

Por ser de importância essencial, espero e estimo a presença de todos.

**António Sílvio Couto, pároco**

## FESTA DE N. SRA DO ROSÁRIO



Neste domingo, não teremos a habitual procissão. O regresso dos andores às capelas acontecerá no próximo domingo, dia 31, após a procissão solene com saída da igreja às 18h30, até à rotunda de Nossa Senhora de Fátima. À chegada teremos um momento de oração comunitária consagrando-nos à proteção de Nossa Senhora. Depois, iniciar-se-á o regresso às capelas, formando-se duas procissões, uma para norte e outra para sul/poente.