

# Paróquia de Alfragide

N.º 20 | Maio 2026



## Maria, Nossa Mãe

Neste mês de maio, dedicado a Nossa Senhora, somos convidados a redescobrir Maria como verdadeira Mãe da Igreja e modelo de fé para todos os cristãos. São João Paulo II, devoto incansável de Maria, lembra-nos, na encíclica *Rosarium Virginis Mariae* (2002), que a devoção mariana não é uma prática secundária na nossa vida de fé, mas um caminho essencial que nos conduz ao coração de Cristo. Maria é a primeira discípula, aquela que guardou todas as coisas no coração e as meditou profundamente. Ela ensina-nos a contemplar os mistérios da vida de Jesus com olhos de fé e de amor.

O Papa Francisco lembrava que não podemos amar verdadeiramente a Cristo sem amar a Sua Mãe, pois foi Ela quem O deu ao mundo e O acompanhou desde o presépio até à Cruz. Maria não nos afasta de Jesus, antes pelo contrário: conduz-nos sempre a Ele, como fez nas bodas de Caná quando disse aos servos «fazei

tudo o que Ele vos disser» (Jo 2, 5).

A Virgem Maria brilha como estrela da evangelização (Papa Bento XVI), iluminando o caminho de todos os que procuram Cristo. Ela é a Mãe que desata os nós da nossa vida, que intercede por nós nos momentos de dificuldade e nos ensina as virtudes essenciais do verdadeiro cristão: o serviço humilde, a disponibilidade total à vontade de Deus e a capacidade de guardar a esperança mesmo nas horas mais escuras.

Ao pé da Cruz, Maria acolheu-nos como filhos quando Jesus lhe confiou o discípulo amado (Jo 19, 25-34). No Cenáculo, acompanhou a Igreja nascente em oração (Atos 1,14). Hoje, continua a ser nossa Mãe, protegendo-nos com o seu manto maternal e intercedendo por nós junto de Deus.

Que Nossa Senhora nos abençoe e proteja a nossa paróquia!

*Ave Maria!*



## O Rosário: Oração do Coração



O Rosário é muito mais do que a repetição de Ave-Marias. É uma oração contemplativa que nos permite mergulhar nos mistérios da vida de Jesus através dos olhos de Maria, Sua Mãe e nossa Mãe.

Ao rezar o Rosário, percorremos os momentos centrais da salvação, de Anunciação a Pentecostes. Cada mistério revela o amor de Deus. As Ave-Marias repetidas criam um ritmo que acalma e prepara para a contemplação. Não é monotonia, mas sim música de fundo para a nossa conversa com Deus.

Esta oração, simples e profunda, está ao alcance de todos: crianças, jovens, adultos e idosos. Não exige conhecimentos teológicos complexos, apenas um coração aberto. Podemos rezá-lo sozinhos, em família ou em comunidade. Muitas famílias encontram no Rosário um mo-

mento privilegiado de união e paz, especialmente ao final do dia.

O Rosário é uma arma espiritual poderosa contra as dificuldades do nosso tempo. Quando preocupações, ansiedade ou o peso do mundo surgem, segurar o terço e deixar as contas entre os dedos traz serenidade. Maria intercede por nós e apresenta as nossas intenções a Jesus.

Neste mês de maio, convidamos-vos a redescobrir o Rosário. Experimentai rezá-lo em família, ao adormecer, no caminho para o trabalho. Deixai que Maria vos ensine a contemplar o seu Filho. Vereis como esta oração antiga e sempre nova transforma o coração e fortalece a fé.

Que Nossa Senhora nos acompanhe nesta caminhada de oração!

Santa Maria, Mãe de Deus, rogai por nós!

## Pentecostes: o batismo da Igreja

*Quando chegou o dia da festa do Pentecostes, estavam todos reunidos no mesmo lugar. De repente, veio do céu um ruído semelhante ao de um vento forte que ressoou por toda a casa onde se encontravam. Foram então vistas por eles umas línguas como de fogo, que se espalharam e desceram sobre cada um deles. Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar noutras línguas, conforme o Espírito Santo lhes concedia que falassem. (Atos 2:1-4)*

Celebrar o Pentecostes é regressar ao “Cenáculo” da nossa fé. Como nos narra Atos 2, 1-4, o Espírito Santo desceu sobre os Apóstolos como um vento impetuoso, transformando o medo em audácia missionária.

Historicamente, o Pentecostes era a festa judaica das colheitas (*Shavuot*). Contudo, para nós, torna-se a colheita das almas. Como ensinou o Papa Bento XVI, “o Pentecostes não é um episódio do passado, mas o batismo da Igreja”, o momento em que o Corpo de Cristo recebe o sopro da vida para anunciar o Evangelho a todas as nações. Por isso, o Pentecostes representa a reversão de Babel. Se, em Babel, a soberba humana dividiu as línguas e espalhou os povos, no Pentecostes, o Espírito Santo une a diversidade.

O Pentecostes também é conhecido como o “aniversário da Igreja”. Se na Encarnação o Espírito Santo desceu sobre Maria para que o Verbo se fizesse carne, no Pen-

tecostes o mesmo Espírito desce sobre Maria e os Apóstolos para que o Corpo Místico de Cristo (a Igreja) nasça para o mundo.

O livro de Atos menciona explicitamente que os discípulos perseveravam na oração com “Maria, mãe de Jesus” (Atos 1, 14). Maria é a mestra da oração que prepara o grupo para a promessa do Pai. Doutores da Igreja, como São Boaventura, sublinham que ninguém conhecia melhor o Espírito Santo do que Maria. A Mãe ajuda os Apóstolos a acolherem Aqule que já operava nela desde a Anunciação. Maria é a ‘Cheia de Graça’ que, no Cenáculo, se torna a ‘Mãe da Igreja’. Assim como acompanhou o crescimento de Jesus, ela acompanha o crescimento da Igreja sob a ação do Espírito.

Santo Agostinho, Doutor da Igreja, afirmava com propriedade: “O que a alma é para o corpo do homem, o Espírito Santo é para o Corpo de Cristo, que é a Igreja”. Sem este “doce hóspede da alma”, seríamos apenas uma organização social; com Ele, somos uma comunidade viva e profética em Alfragide.

Abramos o coração a esta renovação espiritual:

*Vinde, Espírito Santo,  
Enchei o coração dos vossos fiéis  
e acendei neles o fogo do vosso amor.*

*Enviai o vosso Espírito e tudo será criado, e renovareis a face da terra.*



### MENSAGEM DO PÁROCO

Caríssimos paroquianos e amigos,

O mês de maio traz-nos sempre à memória o início das aparições de Nossa Senhora, em Fátima, e a sua mensagem, sendo que uma das suas heranças espirituais mais preciosas está na vontade de Deus em estabelecer no mundo a devoção ao Coração Imaculado de Maria (segunda e terceira aparições). Este forte apelo divino, presente na mensagem de Fátima, é particularmente significativo para a Comunidade Paroquial de Alfragide, dedicada ao Coração Imaculado de Maria. Mas que significado e alcance pode ter esta fonte de inspiração para os dias de hoje?

Oferece-nos, antes de mais, uma espiritualidade mariana que nos coloca Deus no centro, ao mesmo tempo que nos inicia, instrui e envolve na vida deste grande Mistério, que é Deus. Maria oferece-nos o seu Coração Imaculado para contemplarmos a ternura de Deus e a Sua misericórdia como força e limite contra o mal do mundo. O seu Coração Imaculado é um coração que sente as dores dos seus filhos e lhes oferece uma materna proteção. Maria comunica, deste modo, a fortaleza de Deus aos corações débeis dos homens. Aqui, podemos colher a dimensão evangelizadora da mensagem de Fátima: a não nos resignarmos à banalidade e fatalidade do mal e a escolher viver em Deus. É possível vencer o mal começando pela conversão do coração a Deus, pela oração e pela reparação dos pecados dos homens. Esta mensagem convida-nos a olhar mais longe, a manter o olhar atento aos horizontes dolorosos e obscuros do mundo e a perscrutar neles os sinais da presença ou ausência de Deus e os Seus apelos.

Por outro lado, Nossa Senhora de Fátima deixou-nos uma promessa confortante: “Por fim o Meu Imaculado Coração triunfará” (terceira aparição). O Senhor é mais forte do que o mal e Nossa Senhora é, para nós, a garantia visível, materna da bondade de Deus. Trata-se da promessa do triunfo do amor nos dramas da história.

É neste contexto que se situa a devoção dos “cinco primeiros sábados”, como forma de abrir aos homens o acesso à experiência de Deus, que nos ama de modo próximo e íntimo e que é fonte de alegria. A “comunhão reparadora dos cinco primeiros sábados” oferece-se, por conseguinte, como apelo a colaborarmos com os desígnios de misericórdia e a não nos conformarmos com o mal, mas também a resistir-lhe com a graça de Deus.

Invoco para cada um de vós e para as vossas famílias a bênção de Deus e a proteção de Nossa Senhora de Fátima.

Pe. Paulo Coelho, scj

