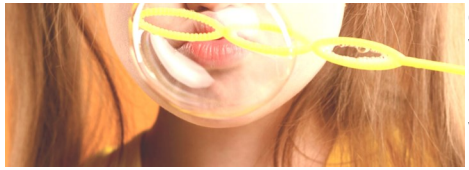
A ESPERANÇA LÁ DE CASA

Nem toda a esperança nasce de ultrapassar o sofrimento, alguma nasce da aprendizagem de viver com ele.

Ouvi a expressão "a esperança lá de casa" num encontro diocesano, dita por uma mãe de cinco filhos, um deles uma criança com deficiência. Não percebi logo o que ela quis dizer. A frase ficou a ecoar, mas sem ressoar um significado. Mais tarde, partilhei este episódio com um grupo de amigas e a reação foi imediata: não fazia sentido. Como pode a deficiência ser sinal de esperança, quando é tão difícil de viver e causa tanto sofrimento? A pergunta ficou comigo.



O ano jubilar da esperança terminou, mas a experiência da esperança não se fecha num calendário. Talvez porque a esperança, quando é verdadeira, não se aprende em abstrato. Aprende-se no quotidiano, de forma concreta, na sua maioria em lugares que não escolheríamos. A nossa sobrinha Teresinha é um desses lugares.

Falar de deficiência é, quase sempre, falar de limites. Do corpo, da linguagem, da autonomia, das expectativas. É falar de cansaço, de medo e de uma vulnerabilidade que não se pode esconder. Nada disto é fácil, nem bonito por definição. E talvez por isso exista a tentação de procurarmos rapidamente uma leitura redentora, como se fosse preciso justificar o sofrimento com uma explicação espiritual ou uma lição edificante.

Mas a Teresinha não é uma metáfora. É uma presença concreta que desorganiza rotinas, obriga a abrandar o tempo e desloca o centro das atenções. À volta dela, vamos aprendendo, devagar e com muitas falhas, que viver juntos não é apenas coordenar agendas ou cumprir planos, mas ajustar-nos continuamente uns aos outros.

A esperança, aqui, não se faz presente ao negarmos a dificuldade ou ao esperarmos que tudo se resolva. Aqui a esperança torna-se efetiva através da relação. Com aquilo que se transforma em nós quando aceitamos não controlar tudo, não compreender tudo, não resolver tudo.

Talvez por isso a deficiência incomode tanto. Porque nos lembra algo que preferimos esquecer: a nossa dependência radical uns dos outros. Num mundo obcecado pela autonomia, pela eficiência e pela normalidade, a deficiência expõe a fragilidade como parte constitutiva da condição humana.

Como sociedade, falamos progressivamente de diversidade e inclusão, e isso é importante. Mas há uma diferença grande entre incluir alguém num sistema que permanece intacto e deixar que a relação com essa pessoa nos transforme. A deficiência não é apenas uma característica individual. É uma experiência relacional, que envolve famílias, instituições, ritmos de vida e modos de organizar a sociedade.

Em casa, essa transformação acontece de forma silenciosa. Aprendemos a celebrar pequenas conquistas, a relativizar urgências, a estar presente de outra forma. Aprendemos que a vida não vale apenas pelo que produz ou alcança, mas pelo modo como é partilhada.

Talvez seja isto que aquela mãe quis dizer com "a esperança lá de casa". Não uma esperança ingénua, nem heróica, nem forçada. Mas uma esperança discreta e teimosa, que nasce da convivência com a fragilidade e nos ensina, dia após dia, a viver de forma mais humana.

Rita da Silva Nascimento
in PontoSJ

toma e lê

Ano A | IV DOMINGO do TEMPO COMUM | 01 fevereiro 2026 | n.º 812

A LOUCURA FELIZ DE SER BEM AVENTURADO

Deus tem um gosto surpreendente: escolhe o que é pequeno, frágil e desprezado para manifestar a grandeza do seu amor. É assim com os santos, é assim com a nossa comunidade, é assim contigo.

As Bem-aventuranças mostram-nos esse "escândalo" da graça: felizes os pobres em espírito, os mansos, os que choram, os misericordiosos, os perseguidos por causa do Evangelho. Aquilo que o mundo considera fraqueza torna-se, nas mãos de Deus, caminho de vitória e de verdadeira alegria.

Quando aceitamos ser pequenos diante de Deus, deixamos de precisar de nos glorificar e abrimos espaço para que Cristo seja a nossa única glória.

No meio das lutas de cada dia, o Senhor repete-nos: "Deixa-Me transformar a tua fragilidade em bem-aventurança".

Para viver esta "loucura" de Deus durante a semana, escolhe um gesto simples e concreto: aproxima-te de alguém que costuma ser esquecido, ignorado ou até criticado, e oferece-lhe tempo, escuta e uma palavra de esperança em nome de Jesus.

Deixa que a tua fraqueza, a tua timidez ou o teu cansaço se tornem lugar de bem-aventurança, pedindo cada dia: "Senhor, faz da minha pequena vida um sinal do teu amor para os mais pobres e abandonados".

Pe. Marc Rodrigues

FESTA DA APRESENTAÇÃO DO SENHOR

Todos nós que celebramos e veneramos com tanta piedade o mistério do Encontro do Senhor, corramos para Ele com todo o fervor do nosso espírito. Ninguém deixe de participar neste Encontro, ninguém se recuse a levar a sua luz.

Levemos em nossas mãos o brilho das velas, para significar o esplendor divino d'Aquele que Se aproxima e ilumina todas as coisas, dissipando as trevas do mal com a sua luz eterna, e também para manifestar o esplendor da alma, com o qual devemos correr ao encontro de Cristo.

Assim como a Virgem Mãe de Deus levou ao colo a luz verdadeira e a comunicou àqueles que jaziam nas trevas, assim também nós, iluminados pelo seu fulgor e trazendo na mão uma luz que brilha diante de todos, devemos acorrer pressurosos ao encontro d'Aquele que é a verdadeira luz.

Na verdade a luz veio ao mundo e, dispersando as trevas que o envolviam, encheu-o de esplendor; visitou-nos do alto o Sol nascente e derramou a sua luz sobre os que se encontravam nas trevas: este é o significado do mistério que hoje celebramos.

Dos Sermões de São Sofrónio, bispo

Por ~~Santa Marinha da Costa~~

Festa da APRESENTAÇÃO do SENHOR

Esta segunda feira, dia 2 de Fevereiro, celebramos em Igreja a Festa da Apresentação do Senhor. É o dia em que a piedade popular celebra Nossa Senhora d Luz ou Senhora das Candeias. Na celebração d Eucaristia, às 19h00, da Capela de São Roque, teremos bênção das velas. Pelas 18h30 recitaremos o terço do Rosário.

MOVIMENTO da MENSAGEM de FÁTIMA

Ao ser associado do Movimento da Mensagem de Fátima, além de receber mensalmente o jornal Voz da Fátima, beneficia de graças atribuídas aos membros do Movimento Inscreva-se!

BEM AVENTURADOS

Entrar no espírito das Bem-aventuranças significa entrar no olhar de Deus sobre a realidade humana e descobrir que, em Cristo, mesmo as situações de aflição ou perseguição podem ser vividas como razão de alegria e esperança: a de quem sabe ter algo em comum com Jesus, o bem-aventurado, mas também o pobre, manso, misericordioso, perseguido e sofredor por excelência. A bem-aventurança é então a alegria íntima de uma comunhão mais plena com o Senhor, experimentada em situações concretas, a alegria do servo que se encontra onde o seu Senhor também esteve (cf. Jo 12, 26).

Cada bem-aventurança tem o seu lado 'negativo', de 'auto-renúncia' e implica um juízo e um apelo à conversão, por vezes difícil e dolorosa, não isenta de riscos e recuos, mas também abre um horizonte de esperança de alegria de plenitude.

Departamento da Pastoral Litúrgica de Braga

EUCARISTIAS

DIA	LOCAL HORA	SEMANA de 02 a 08 de FEVEREIRO de 2026 *INTENÇÕES*
SEGUNDA 02/02	Capela **19h00**	† Em Ação de Graças a Nossa Senhora' † Avelino de Freitas, Carlos Alberto Magalhães e Pais'
TERÇA 03/02	Capela **19h00**	† Evaristo de Oliveira, João de Freitas e Maria Rosa Ribeiro † Maria Nogueira, José Ferreira, filha Aurora e familiares'
QUINTA 05/02	Capela **19h00**	† Pelo Povo
SEXTA 06/02	Capela **19h00**	† Em honra de São Roque e pelos benfeitores da capela'
SÁBADO 07/02	Capela **18h00**	† João da Cunha Freitas, Armando de Castro, Isaura de Freitas e João Armando Castro' † António Araújo Rocha e Josefa Maria de Freitas † 30.º DIA — Florbela de Carvalho Gonçalves' † Manuel da Rocha e Adelaide Peixoto Abreu † Adão Ferreira, Esposa, Filhos e Irmãos
DOMINGO 08/02	Capela **10h00**	† Ana Fernandes † Armando José Castro Leite e avós † Maria Madalena Miradouro Pimenta e Laurentino Oliveira
	Santuário **16h00**	†

CONTATOS

Largo Domingos Leite de Castro, Costa, 4810-011 GUIMARÃES, 253 412 475 / 969 410 582
www.paroquiadacosta.pt - paroquiadacosta@gmail.com - www.facebook.com/ParoquiaDaCosta

Da EUCARISTIA para a VIDA

No Sermão da Montanha, São Mateus dá-nos a lista das bem-aventuranças tradicionalmente enunciada na catequese.

Todavia, a Palavra de Deus apresenta-nos outras bem-aventuranças noutros locais. Temos, por exemplo, a frase dita por Jesus a Tomé: **"felizes os que acreditam sem terem visto"**.

Há ainda duas bem-aventuranças propriamente eucarísticas. A primeira aplica-se à liturgia da Palavra: **"felizes os que ouvem a Palavra de Deus e a põem em prática"**; a segunda refere-se à liturgia eucarística: **"felizes os convidados para a ceia do Senhor"**.

Assim, a Eucaristia é o lugar por excelência da bem-aventurança. Nela, a felicidade não é uma conquista pessoal, mas um duplo dom: Palavra da Salvação e convite às Núpcias do Cordeiro.

In *Departamento Arquidiocesano de Pastoral Litúrgica*

CATEQUESE - Papa Leão XIV

Neste ciclo de catequeses sobre o Vaticano II, focamo-nos hoje na Constituição dogmática *Dei Verbum* sobre a revelação divina.
Ela recorda-nos que Jesus Cristo mudou radicalmente a relação do ser humano com Deus, transformando-a em aliança de amor.
Relacionando-nos com o Senhor, é-nos restituída a semelhança divina, tornamo-nos filhos do mesmo Pai do Céu e recuperamos em definitivo o diálogo com Deus, que ao falar-nos no Filho Unigénito, se mostra como Aliado e nos convida a uma autêntica amizade consigo.
A primeira atitude a desenvolver é, portanto, a da escuta; depois então, as palavras que dirigirmos, na oração, a Quem realmente nos conhece, revelarão o que na verdade somos.

L'Osservatore Romano, 21.1.2026

TLin[formativo]

PRIMEIROS SÁBADOS — De entre outras possibilidades de participação, destacamos a realização da **Devoção dos Primeiros Sábados na Igreja de Nossa Senhora da Oliveira**.
Primeiros sábados:

18h00 — **Adoração-Rosário-Meditação**

19h00 — **Eucaristia**

ADORAÇÃO EUCARÍSTICA pelas VOCAÇÕES todas as quintas feiras, das 10h00 às 22h00, na **Basílica de São Pedro** – TOURAL.

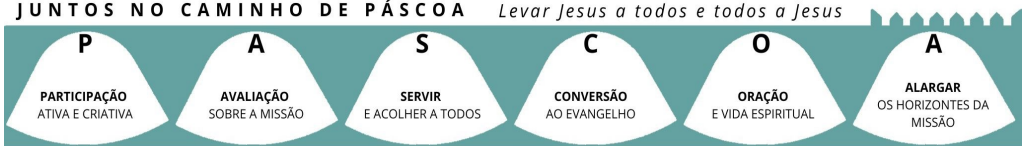
UNIVERSITÁRIOS — A EUCARISTIA dos universitários, que no ano passado era celebrada às 19h30 de domingo, na Basílica de São Pedro, no Toural, passou a ser celebrada às **18h30** dos domingos, agora na **Capela de São Francisco**.

PASTORAL VOCACIONAL DE BRAGA

INSCRIÇÕES: **https://linktr.ee/CHAMA.te**

ESTALAGEM — para jovens dos 15 aos 17 anos. Dia 07 de Março, 09h30-18h00. Centro Pastoral Universitário-Braga.

Tempo para abrandar, respirar fundo e dar espaço ao que vai cá dentro — sem pressa, sem respostas prontas, sem máscaras.

TENDA DO ENCONTRO — Retiro para jovens adultos com 18 anos ou mais que sentem a necessidade de se afastar do ruído, das pressas e das respostas fáceis. Um tempo e um lugar para permanecer, em verdade, diante da própria história.

De 13 a 15 de Março, no Seminário Menor, Braga, ergue-se uma tenda onde cada vida é acolhida e cada caminho é respeitado.