



Paróquia de Telheiras

NOSSA SENHORA DA PORTA DO CÉU

Ano XXI, nº 244, março 2026

No silêncio do deserto





Desarmar a linguagem

A Mensagem de Leão XIV para a Quaresma é breve, concreta e sugestiva. Começa por recordar a finalidade deste tempo litúrgico: "o itinerário quaresmal torna-se uma ocasião propícia para dar ouvidos à voz do Senhor e renovar a decisão de seguir Cristo, percorrendo com Ele o caminho que sobe a Jerusalém, onde se realiza o mistério da sua paixão, morte e ressurreição". Nestes 40 dias, procuremos situar-nos com Jesus no deserto. Do que se trata é sempre de imitar Jesus, de procurar estar mais perto d'Ele. Nada mais.

Entre os modos concretos de percorrermos este itinerário, o Papa recorda a importância do jejum de alimentos, mas propõe também o jejum da linguagem:

"Como sinal visível do nosso compromisso interior de, com o apoio da graça, nos afastarmos do pecado e do mal, o jejum deve incluir também outras formas de privação destinadas a fazer-nos assumir um estilo de vida mais sóbrio, pois "só a austeridade torna forte e autêntica a vida cristã". Por isso, gostaria de vos convidar a uma forma

de abstinência muito concreta e frequentemente pouco apreciada, ou seja, a abstinência de palavras que atingem e ferem o nosso próximo. Começemos por desarmar a linguagem, renunciando às palavras mordazes, ao juízo temerário, ao falar mal de quem está ausente e não se pode defender, às calúnias. Em vez disso, esforcemo-nos por aprender a medir as palavras e a cultivar a gentileza: na família, entre amigos, nos locais de trabalho, nas redes sociais, nos debates políticos, nos meios de comunicação social, nas comunidades cristãs".

A quem se destina este convite? A toda a Igreja Católica. Que tal se todos abraçássemos esta proposta? Conseguem imaginar? Acabar com as conversas em que se deixa mal uma pessoa ausente, evitar palavras que ferem e magoam, não deduzir intenções malévolas nos outros... Será assim tão difícil?

Não queremos porventura experimentar como esse silêncio do "escárnio e maldizer" nos abre o coração ao próximo e mais ainda a Jesus?

Na realidade, não falar o que está quase na ponta da língua, custa. Mas o domínio sobre a língua aproxima-nos do Senhor, tanto do seu silêncio no deserto como durante a Paixão. Os Evangelistas não omitem os silêncios de Jesus. Lembremo-los perante o Sumo sacerdote: "Jesus, porém, mantinha-Se calado" (Mt 26 63); diante de Herodes: "Fez-Lhe muitas perguntas. Mas Ele nada respondeu" (Lc 23, 9); perante Pilatos: "Não ouves de quantas coisas Te acusam?". E não lhe respondeu a palavra alguma, de modo que o governador ficou muito admirado" (Mt 27, 13-14).

Sim, muitas vezes podemos aprender a estar calados. O nosso coração ficará muito mais livre para rezar e escutar Deus e os outros.

Durante estes 40 dias experimentemos viver bem a proposta do Papa.

Pe. João Paulo Pimentel - Pároco



Mais um dos grupos de casais da nossa paróquia.



Casais formadores e casais em preparação para o casamento, no novembro passado.



Alguns dos que se preparam para receber os Sacramentos de iniciação cristã, no dia de retiro, no Santuário do Cristo Rei.



Na quarta-feira de Cinzas, dia 18 de fevereiro, o nosso Papa Leão XIV celebrou a Santa Missa com a bênção e a imposição das Cinzas, e pronunciou uma bela homilia



Fotografias: © VATICAN MEDIA

Queridos irmãos e irmãs,

No início de cada tempo litúrgico, redescobrimos com alegria sempre renovada a graça de ser Igreja, comunidade convocada para escutar a Palavra de Deus. (...)

Também hoje, a Quaresma é um forte tempo de comunidade: "Reuni o povo, purificaí a assembleia" (Jl 2, 16). Sabemos como é cada vez mais difícil reunir as pessoas e sentir-se povo, não de forma nacionalista e agressiva, mas na comunhão em que cada um encontra o seu lugar. Aqui ganha forma um povo que reconhece os próprios pecados, ou seja, reconhece que o mal não vem de presumíveis inimigos, mas que tocou os corações, que está dentro da própria vida e que deve ser enfrentado com um corajoso assumir de responsabilidades. Devemos admitir que se trata de uma atitude contracorrente, mas que constitui uma verdadeira opção,

honesta e atraente, quando é tão natural o declarar-se impotente diante de um mundo em chamas. Sim, a Igreja também existe como profecia de comunidades que reconhecem os seus pecados.

É claro que o pecado é pessoal, mas ele ganha forma nos ambientes reais e virtuais que frequentamos, nas atitudes com que nos condicionamos mutuamente, muitas vezes dentro de autênticas "estruturas de pecado" de ordem económica, cultural, política e até religiosa. Opor o Deus vivo à idolatria – ensina-nos a Escritura – significa ousar a liberdade e reencontrá-la através de um êxodo, de um caminho. Já não paralisados, rígidos, seguros nas nossas posições, mas congregados para nos movimentarmos e mudarmos. Como é raro encontrar adultos que se arrependem, pessoas, empresas e instituições que admitem ter errado!

Hoje, entre nós, trata-se precisamente desta possibilidade. Não é por acaso que muitos jovens, mesmo em contextos secularizados, sentem – mais do que no passado – o apelo deste dia: Quarta-feira de Cinzas. Na verdade, são eles, os jovens, que percebem nitidamente que é possível um modo de vida mais justo e que existem responsabilidades por tudo o que não funciona na Igreja e no mundo. É necessário, portanto, começar por onde se pode e com quem está presente. "É este o tempo favorável, é este o dia da salvação!" (2 Cor 6, 2). Compreendamos, pois, o alcance missionário da Quaresma, não para nos distrairmos do trabalho em nós mesmos, mas para o abrimos a tantas pessoas inquietas e de boa vontade, que procuram caminhos para uma autêntica renovação de vida, no horizonte do Reino de Deus e da sua justiça.



Implementação da nova equipa do Conselho Pastoral

A existência de um Conselho Pastoral da paróquia pode tornar-se uma grande ajuda para que a paróquia cumpra a sua missão de levar Cristo aos outros. Em sentido amplo, podemos dizer que a sua existência se fundamenta na convicção de que a missão evangelizadora da Igreja compete a todos os batizados e que o Espírito Santo distribui os seus dons por todos. A participação no Conselho Pastoral é *um dos modos* pelos que a Igreja manifesta humildemente e com agradecimento esta distribuição de dons do Espírito e se apoia nesse querer de Deus para que a comunidade paroquial amadureça como Deus quer. Aqueles que aceitam fazer parte do Conselho durante alguns anos, trazem para a igreja local os seus dons, a sua sensibilidade, a sua forma de ver que, harmonizados com os de todos, tornam mais fácil captar os caminhos por onde o Senhor nos quer. Desde já um grande obrigado a todos os que aceitarem esta missão.

Para se ter uma ideia mais definida do que se espera do Conselho, transcrevo alguns parágrafos orientadores dos Estatutos aprovados pelo Patriarcado de Lisboa.

Natureza e fins

1. O Conselho Pastoral é um órgão representativo de toda a paróquia, com função consultiva (cf. Can. 536 § 2), em que os membros da comunidade exercem a sua corresponsabilidade relativamente à ação pastoral da Igreja, no âmbito da paróquia.
2. Constitui, por isso, o seu órgão principal de participação e de diálogo, com o fim específico de ajudar o pároco:

- a) A tomar as decisões mais adequadas e oportunas, quer em ordem ao crescimento interno da comunidade paroquial, quer em ordem à sua irradiação missionária;
- b) A estimular e coordenar a ação apostólica dos organismos e serviços da paróquia.

Competência

De acordo com o artigo anterior, compete ao Conselho Pastoral:

1. Estudar e conhecer a realidade da população e das instituições tanto religiosas como civis existentes na paróquia, numa atenção permanente à mensagem do Evangelho e aos sinais dos tempos;
2. Emitir pareceres sobre todas as questões e propostas de carácter pastoral que lhe sejam apresentadas;
3. Procurar soluções adequadas e possíveis para os problemas que se deparem e elaborar programas pastorais, parciais ou globais, tendo em conta o plano e os programas da Diocese;
4. Acompanhar a execução dos programas pastorais, de modo a fazer-se um balanço periódico dos resultados obtidos.

COMUNICAÇÃO DA PARÓQUIA DE NOSSA SENHORA DA PORTA DO CÉU

Continuamos a convidar que visitem o site da paróquia e nos deem todas as sugestões que o possam melhorar.

<https://portadoceu.org>

Canal de YouTube da paróquia:

- Reflexões sobre o filme *Nuremberg* e a nossa liberdade para atuar.
- Comentários aos 4 últimos episódios da 5ª temporada do *The Chosen*.
- Podcast sobre: "Posso confessar-me com a IA?". Adianta-se desde já que a resposta é negativa, mas convidamos a escutar o Podcast completo.

Convidamos, uma vez mais, a que subscrevam o nosso canal e o divulguem.

CALENDÁRIO DA CATEQUESE

A Catequese terminará no dia 30 de março e reiniciará na terça-feira, dia 14 de abril.

FESTAS DA CATEQUESE E IDA A FÁTIMA

1º ano - Festa do Pai Nosso: domingo, 31 de maio, na Missa das 10h.

3º ano - Primeira Comunhão: sábado, 16 de maio, às 10h30.

7º ano - Profissão de fé: domingo, 10 de maio, na Missa das 10h (junto com o terço).

Crisma: sábado, 6 de junho, às 11h.

O Bispo que celebrará a Confirmação será o Sr. D. Alexandre Palma.

MINI PEREGRINAÇÕES A FÁTIMA PREVISTAS PARA ESTE ANO

Com os grupos de jovens, dia 1 de maio.

SUGESTÃO DE INTENÇÕES

PARA REZAR DURANTE ESTE MÊS

1. Continuemos a rezar muito pela unidade da Igreja.
2. Rezemos pela conversão de Telheiras: para que no nosso bairro todos queiramos aproximar-nos mais de Jesus e dos que nos rodeiam.
3. Rezemos para que consigamos levar a termo a proposta para o novo Conselho Pastoral.

AGRUPAMENTO 683 DO CNE

No dia 14 de março, teremos as Promessas das diferentes seções. Na véspera, como é habitual, haverá a Velada de armas.



Informações

AJUDE-NOS A DESENVOLVER A PASTORAL DA SOLIDARIEDADE

Uma vez mais, vamos insistir na necessidade de cultivar uma solidariedade do dia-a-dia que possa facilitar a entreatajuda. É importante que, tanto os que requerem alguma ajuda, como os que estão disponíveis para ajudar, manifestem com simplicidade esses desejos. Em concreto: Está doente ou limitado nos seus movimentos e precisa de ajuda para ir ao supermercado ou à farmácia? Precisa de apoio pontual para resolução de alguma questão burocrática ou técnica? Precisa de alguém com quem conversar? Precisa de atendimento espiritual? Quer receber o sacramento da comunhão no seu domicílio? Precisa de se confessar? Caso procure algum tipo de apoio, pode enviar um e-mail para: pastoral.solidariedade.telheiras@gmail.com Indique nome, contacto telefónico e o apoio de que precisa. Procuraremos encontrar uma resposta.

QUARESMA

Via-Sacra durante a Quaresma: todas as sextas-feiras, às 17h55. Nesses dias não se rezará o terço na igreja. Na sexta-feira, dia 27 de março, somos convidados, uma vez mais, a participar na **Via-sacra vicarial**. Encontro no topo norte do Jardim do Campo Grande, às 20h30; no caminho até ao Campo Pequeno rezaremos as primeiras 10 Estações da Via-Sacra; no Campo Pequeno rezaremos com todas as paróquias da nossa Vigararia as 4 últimas estações. Estão todos convidados.

TEMPOS DE REFLEXÃO

Homens - 2ª feira, dia 9 de março.

Mulheres - 4ª feira, dia 11 de março.

O horário será das 19h15 às 20h15.

HORA SANTA

Será na sexta-feira, dia 13 de março, das 21h30 às 22h30.

DEVOÇÃO DOS CINCO PRIMEIROS SÁBADOS

No dia 7, haverá Missa às 9h15, seguida de terço e contemplação dos mistérios. Confissões a partir das 22h.

GRUPO DE JOVENS

- **Profissionais:** 5^{as} feiras, às 19h25, depois de um tempo de adoração. Continuaremos com o ciclo sobre *Crescimento espiritual: como corresponder à graça de Deus*.
- **Universitários e jovens neo-profissionais:** Tendencialmente, as 6^{as} feiras às 19h15 são reservadas para os jovens profissionais, e as 2^{as} feiras para os universitários. Nas sessões da 6ª feira, começaremos com o Ciclo Teologia do Corpo e às 2^{as} feiras *Visionamento e conversa sobre a explicação de Brand Pitre acerca do Evangelho de S. Mateus*.
- **Secundário:** 3^{as} feiras, das 19h15 às 20h. Temas variados.

CRISMA E BATISMO DE ADULTOS

Haverá **três** sessões: 3, 17 e 24 de março, com início às 21h (entrada pela Rua Filipe Duarte).

CURSO DE PREPARAÇÃO PARA O CASAMENTO

O próximo curso está previsto para a noite de sexta-feira, 6 de março, e sábados 7 e 14 de março. A inscrição deve ser feita online, através do site da paróquia.

ENCONTROS MENSAIS PARA ADULTOS JÁ CRISMADOS

Terça-feira, dia 10 de março, às 21h.

ACOLHIMENTO

Já sabemos que a iniciativa vai custar a arrancar, por isso, voltamos a pedir a colaboração de todos para a conseguirmos implementar. É mesmo importante cultivar uma pastoral do acolhimento onde qualquer pessoa que se aproxime da nossa igreja se possa sentir ainda melhor acolhida. Para isso, pode contribuir que, depois das Eucaristias dominicais, à porta da igreja, haja sempre algumas pessoas que se interessem realmente pelas novas caras, as cumprimentem e, se elas quiserem, falem nem que seja alguns minutos com elas e as informem sobre a vida da paróquia. Agradecemos sugestões e voluntários que ajudem a criar um ambiente cada vez mais familiar.

SOLENIIDADE DE S. JOSÉ

No dia 19 de março, solenidade de S. José e dia do pai, a Missa das 18h30 será solenizada. Convidamos de forma particular todos os que são pais a participarem nesta Celebração em que rezaremos juntos pela sua missão paterna recordando a do Santo Patriarca.

ADORAÇÃO COM O SANTÍSSIMO SACRAMENTO

Todas as quintas-feiras, com início às 16h.

CAMPANHA 40 DIAS PELA VIDA, DE 18 DE FEVEREIRO A 29 DE MARÇO

Turnos de oração de 1 hora.

Inscrições em <https://40diaspelavida.org/>
A paróquia associa-se à campanha, divulgando a informação e convidando a que todos participem, pelo menos num dos turnos dos 40 dias. Durante todas as campanhas acontecem "histórias de vida", expressão nunca melhor usada, que realmente nos tocam.



Paróquia de Telheiras

NOSSA SENHORA DA PORTA DO CÉU

Horários da Paróquia

Abertura da Igreja

2ª a 6ª feira: 9h30 -13h / 16h-19h30

Sábados: 15h30-19h30

Domingos e dias santos: 9h30-13h / 16h30-20h

Secretaria

3ª a 5ª feira: 16h-18h

Terço

2ª feira a Sábado: 17h55

Domingo: 18h25

Exposição do Santíssimo Sacramento

5ª feira, das 16h às 18h. Termina às 19h20.

Missas

2ª a 6ª feira: 12h15 e 18h30

Sábados: 16h e 18h30

Domingos: 10h, 12h, 17h e 19h

Pároco: Pe. João Paulo Pimentel - (+351) 914 846 251

Vigário paroquial: Pe. Pedro Boléo Tomé - (+351) 969 691 956

Como ajudar a Paróquia

NIF: 507 115 570 (Fábrica da Igreja Paroquial de Nª Sª da Porta do Céu)

NIB: 0033 0000 4527 7786 780 05

MB WAY: 913 510 901



Confissões

Sempre que a Igreja se encontre aberta, no horário indicado abaixo.


Caso não se encontre nenhum sacerdote no confessionário, dirija-se à Secretaria e solicite a sua presença.

Aos domingos, o confessor, geralmente disponível antes e durante a Missa, irá variando.

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado
11h-12h Pe. Carlos Santamaria	11h-12h Pe. Carlos Santamaria	11h-12h Pe. João P. Pimentel	11h-12h Pe. João P. Pimentel	11h-12h Pe. Carlos Santamaria	16h-18h20 Pe. João P. Pimentel
16h-19h Pe. Carlos Santamaria	16h-18h20 Pe. João P. Pimentel	16h-18h20 Pe. João P. Pimentel	16h-18h Pe. Carlos Santamaria	16h-18h20 Pe. João P. Pimentel	16h-19h Pe. Pedro Boléo Tomé
16h-18h20 Pe. Pedro Boléo Tomé	16h-19h Pe. Pedro Boléo Tomé	16h-19h Pe. Pedro Boléo Tomé	16h-19h Pe. João P. Pimentel	16h-19h Pe. Pedro Boléo Tomé	

Estrada de Telheiras, Apartado 42076, 1601-801 Lisboa

 www.portadoceu.org

 (+351) 217 596 099

 paróquia.telheiras@gmail.com

 [/paróquiadeltelheiras](https://www.youtube.com/paróquiadeltelheiras)

 [@paróquiadeltelheiras](https://www.instagram.com/paróquiadeltelheiras)

 [/NSraPortaCeU](https://www.facebook.com/NSraPortaCeU)