



## ABRE-TE! DA QUARESMA À PÁSCOA: UM CAMINHO COM SENTIDO(S)

Domingo VII da Páscoa (Solenidade da Ascensão do Senhor) | 17 de Maio 2026

### LITURGIA DA PALAVRA

LEITURA | Atos 1, 1-11

#### NA ASCENSÃO DE JESUS COMEÇA A NOSSA MISSÃO DE DISCÍPULOS

No meu primeiro livro, ó Teófilo, narrei todas as coisas que Jesus começou a fazer e a ensinar, desde o princípio até ao dia em que foi elevado ao Céu, depois de ter dado, pelo Espírito Santo, as suas instruções aos Apóstolos que escolhera. Foi também a eles que, depois da sua paixão, Se apresentou vivo com muitas provas, aparecendo-lhes durante quarenta dias e falando-lhes do reino de Deus. Um dia em que estava com eles à mesa, mandou-lhes que não se afastassem de Jerusalém, mas que esperassem a promessa do Pai, 'da qual – disse Ele – Me ouvistes falar. Na verdade, João batizou com água; vós, porém, sereis batizados no Espírito Santo, dentro de poucos dias'. Aqueles que se tinham reunido começaram a perguntar: 'Senhor, é agora que vais restaurar o reino de Israel?'. Ele respondeu-lhes: 'Não vos compete saber os tempos ou os momentos que o Pai determinou com a sua autoridade; mas recebereis a força do Espírito Santo, que descerá sobre vós, e sereis minhas testemunhas em Jerusalém e em toda a Judeia e na Samaria e até aos confins da terra'. Dito isto, elevou-Se à vista deles e

uma nuvem escondeu-O a seus olhos. E estando de olhar fito no Céu, enquanto Jesus Se afastava, apresentaram-se-lhes dois homens vestidos de branco, que disseram: 'Homens da Galileia, porque estais a olhar para o Céu? Esse Jesus, que do meio de vós foi elevado para o Céu, virá do mesmo modo que O vistes ir para o Céu'.

Palavra do Senhor

#### SALMO RESPONSARIAL

Salmo 46 (47), 2-3.6-7.8-9

Por entre aclamações e ao som da trombeta, ergue-Se Deus, o Senhor.

Povos todos, batei palmas, aclamai a Deus com brados de alegria, porque o Senhor, o Altíssimo, é terrível, o Rei soberano de toda a terra.

Deus subiu entre aclamações, o Senhor subiu ao som da trombeta. Cantai hinos a Deus, cantai, cantai hinos ao nosso Rei, cantai.

Deus é Rei do universo: cantai os hinos mais belos. Deus reina sobre os povos, Deus está sentado no seu trono sagrado.

**LEITURA II 1 Efésios 1, 17-23****ENTRANDO NA GLÓRIA, JESUS TORNA-SE CABEÇA DO SEU CORPO QUE É A IGREJA**

O Deus de Nosso Senhor Jesus Cristo, o Pai da glória, vos conceda um espírito de sabedoria e de revelação para O conhecerdes plenamente e ilumine os olhos do vosso coração, para compreenderdes a esperança a que fostes chamados, os tesouros de glória da sua herança entre os santos e a incomensurável grandeza do seu poder para nós os crentes. Assim o mostra a eficácia da poderosa força que exerceu em Cristo, que Ele ressuscitou dos mortos e colocou à sua direita nos Céus, acima de todo o Principado, Poder, Virtude e Soberania, acima de todo o nome que é pronunciado, não só neste mundo, mas também no mundo que há de vir. Tudo submeteu aos seus pés e pô-l'O acima de todas as coisas como Cabeça de toda a Igreja, que é o seu Corpo, a plenitude d'Aquele que preenche tudo em todos.

Palavra do Senhor

**EVANGELHO Mateus 28, 16-20****A RESSURREIÇÃO E ASCENSÃO TORNAM JESUS SEMPRE PRESENTE**

Naquele tempo, os Onze discípulos partiram para a Galileia, em direção ao monte que Jesus lhes indicara. Quando O viram, adoraram-n'O; mas alguns ainda duvidaram. Jesus aproximou-Se e disse-lhes: 'Todo o poder Me foi dado no Céu e na terra. Ide e ensinai todas as nações, batizando-as em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo, ensinando-as a cumprir tudo o que vos mandei. Eu estou sempre convosco até ao fim dos tempos'.

Palavra da salvação

## JESUS RESSUSCITADO CONFIA AOS APÓSTOLOS A SUA MISSÃO

A narração de Ascensão do Senhor aparece no fim do Evangelho de S. Lucas e no início do Livro dos ATOS DOS APÓSTOLOS. S. Lucas que é o autor também do Livro dos ATOS DOS APÓSTOLOS e O EVANGELHO e OS ATOS DOS APÓSTOLOS. Une também as duas etapas da história da Salvação, o tempo de Jesus e o tempo da Igreja. Apresenta o testemunho da ressurreição dado pelos Apóstolos a quem Jesus apareceu vivo com muitas provas. Dá importância à missão a que os Apóstolos são enviados. Jesus promete-lhes o Espírito Santo que orientou a missão d'Ele. A missão dos Apóstolos não se apoia nas capacidades humanas mas na força do Espírito Santo que vem do alto. Na Bíblia o Céu significa a realidade sobre a qual Deus é Senhor. Subir significa ser glorificado, entrar em plena comunhão com Deus e com a Sua autoridade.

## A RESSURREIÇÃO E A EXALTAÇÃO DE CRISTO SÃO INSEPARÁVEIS

Na Palavra da Epístola aos Efésios é apresentada a exaltação de Cristo à direita de Deus. Não a descreve como acontecimento mas revela o seu significado para o mundo e para a Igreja. Para a compreendermos, não bastam os conhecimentos humanos mas é necessária uma iluminação interior. Nenhuma força histórica, seja qual for a sua origem, está acima de Cristo. Ele participa plenamente da autoridade de Deus. Exerce essa autoridade de forma concreta, como "Cabeça da Igreja". A Igreja é o Corpo de Cristo. "Cristo glorificado torna-se presente ao mundo através de uma comunidade frágil, histórica e concreta. A exaltação de Jesus em vez de O separar da Igreja une-O mais a ela." A Igreja formada pelos cristãos exerce a Sua missão como "Corpo Vivo do Senhor glorificado". A história está orientada para a plenitude em Cristo.

## JESUS GLORIFICADO CAMINHA CONOSCO NO MUNDO

Ao concluir o Evangelho que escreve, S. Mateus apresenta Jesus Ressuscitado com autoridade universal a fazer uma promessa definitiva: "Eu estou sempre convosco...". Não fala da Ascensão mas apoia-se nela. Jesus Ressuscitado confia aos discípulos uma missão universal a partir de um monte na Galileia. O monte tem o Significado Simbólico de "revelação, de aliança e de encontro com Deus". Na Galileia tinha Ele começado a Sua atividade pública e chamado os discípulos. A missão universal é fruto da Sua glorificação. É confiada não a discípulos perfeitos mas a discípulos com dúvidas ao vê-lo ressuscitado e com medos. Emprega quatro verbos para designar a missão: ir, fazer discípulos, batizar e ensinar. Não envia a transmitir doutrinas mas a fazer nascer uma relação viva com Cristo. Confia-lhes o Batismo para uma comunhão com a Santíssima Trindade.

## A PALAVRA DE JESUS NA 7ª SEMANA DA PÁSCOA

2ª Feira - S. João 16, 29-33

3ª Feira - S. João 17, 1-11

4ª Feira - S. João 17, 11-19

5ª Feira - S. João 17, 20-26

6ª Feira - S. João 21, 15-19

Sábado - S. João 21, 20-25

DOMINGO - DO PENTECOSTES - DO ESPÍRITO SANTO - S. João 20, 19-23

## O SENHOR E A SENHORA DA AJUDA TORNAM-NOS COMUNIDADE

Assim tem acontecido ao longo dos séculos. Assim queremos que aconteça neste tempo da nossa Paróquia.

A celebração da Eucaristia Dominical é um apelo permanente a celebrar o Senhor Ressuscitado. Como nos lembra nos seus ensinamentos, a Eucaristia faz que nos unamos para sermos sinal e presença de Cristo em cada lugar. A Eucaristia há-de continuar a merecer a nossa atenção como chamamento para seguir a Cristo e a servi-Lo na comunidade da Igreja que é a Paróquia.

A Senhora de Ajuda como nossa Protetora é Mãe que se junta a nós para orar preparando-nos para o testemunho de SEU FILHO RESSUSCITADO.

### «BEM-AVENTURADOS OS QUE PROTEGEM A VIDA»

"Em cada vida, um dom; em cada gesto, a paz!" Celebrarmos a SEMANA DA VIDA é uma oportunidade de refletirmos sobre o sentido de vida à luz de Cristo Ressuscitado...

A vida não é apenas uma sucessão de dias ou de anos. A vida é tempo de graça, é o acontecer da ação de Deus em nós. Nunca é projeto concluído, mas antes, projeto a fazer-se em cada momento. É um não contentar-se com o que é mas o desejo de ser mais. A vida é caminho de bem-aventuranças.

Neste tempo em que a vida é tão desvalorizada e tão pouco respeitada, diremos que a Semana de Vida surge como um grito a todas as situações que vão acontecendo à nossa volta em todas as fases de vida.

### NESTE MÊS DE MAIO

Próximo Domingo - 24 de Maio - SOLENIDADE DO ESPÍRITO SANTO

É uma Pessoa divina que habita connosco e está em nós, como nos lembrava Jesus no Evangelho do Domingo passado. É dia para tomar consciência do Sacramento da Confirmação que recebemos ou que precisamos de receber. O GRUPO DOS ACÓLITOS propõe-se tomar o Espírito Santo como divino Inspirador e Animador.

Sábado, 30 de Maio, na Eucaristia das 16:30h

- FESTA DA CATEQUESE: PAI-NOSSO, PALAVRA, ENTREGA DO CREDO

DOMINGO, 31 de Maio - PROCISSÃO DA LUZ NA CIDADE - Homenagem da Cidade do Porto a Nossa Senhora - a partir da Igreja de Trindade, às 21:30h.

### PARÓQUIA DE N<sup>ª</sup> SR<sup>ª</sup> DA AJUDA

Rua Bartolomeu Velho, 501, 4150-124 Porto

Igreja Paroquial - Tel. 226 183 409

Capela - Tel. 226 104 708

E-mail - [pnsajuda@gmail.com](mailto:pnsajuda@gmail.com)

Site - [www.paroquiadaajuda.org](http://www.paroquiadaajuda.org)

