

## FAZ MAL NÃO ESTAR BEM?

**V**ivemos reféns da ideia de uma felicidade eterna, permanente e imutável. Acreditamos que é preferível escolher estar sempre bem, mesmo quando não estivermos. Fizemos-nos crer que devemos lutar por um bem-estar transformador que nunca nos abandona, nem mesmo na maior das aflições.

Contaram-nos que estávamos cá para ser felizes, para tentar realizar todos os nossos sonhos, para conseguir estar sempre à tona de água. Disseram-nos que devíamos procurar o lugar que nos fizesse sentir casa, coração e alma, tudo ao mesmo tempo.

Mentiram-nos. Explicaram-nos tudo ao contrário. Não nos avisaram que haveria dias em que não estaríamos bem e que isso não tinha que ser, necessariamente, um problema. Não nos disseram que a felicidade é efémera e que, como tudo, acaba por passar, por se transformar, por se enraizar em nós como um fóssil que é só um vislumbre de vida. Não nos deixaram chorar o que precisávamos, gritar o que queríamos.

É como se estar bem fosse o único modo possível. Estar mal é que não. Que ilusão é esta que o mundo nos legou? Que nos força a estar bem, quando estamos mal? Que nos força a mascarar um sorriso ou uma garga-

lhada quando só nos apetece dar três murros na mesa

**Ninguém nos diz que não faz mal não estar bem. O que faz mal é viver à sombra de um estado de alma idílico que só existe nos filmes. Hoje estamos bem, amanhã logo se vê. Hoje pode ser um dia em que**



**somos nuvem, mas amanhã podemos estar sol. E luz.**

O que não podemos é continuar a acreditar na continuidade de um estado bom que nem sempre rima com a vida.

O que não podemos é obrigar-nos a estar de boa cara, se não estivermos.

O que faz mal é não estar.

**AGORA ESTAR BEM OU ESTAR MAL?**

**É ACEITAR O QUE FOR.**

**QUANDO FOR**

Marta Arrais  
Cronista



# toma e lê

BOLETIM  
DOMINICAL  
INTERPAROQUIAL

Ano B

XI Domingo do Tempo Comum

13 JUNHO 2021

N.º 592

## A SEMENTE .... GERMINA, CRESCE E TORNA-SE NUMA GRANDE ÁRVORE

**N**o centro de um grande bosque havia uma grande árvore, uma árvore magnífica para quantos a viam.

À sua sombra sentavam-se a descansar os viandantes e na sua ramagem construíam os pássaros os seus ninhos. Mas, um dia, os ramos disseram:

— **Vedes como somos importantes?** Causamos a admiração de todos os que nos vêem e os pássaros estão contentes de viver em nós... Além disso, que colorido maravilhoso têm

as nossas folhas! Que temos nós que ver com esse sujo e gordo tronco, tão feio e horrível, e menos ainda com essas

pestilentas raízes que estão todo o dia debaixo da terra? E decidiram que desse dia em diante viveriam sós, sem precisar de ninguém.

Por seu lado, o tronco disse:

— **Que seria da árvore sem mim?** Sou eu que sustento os ramos e dou vigos a toda a árvores. Se eum não estivesse aqui, os ramos não teriam fundamento nem seiva que lhes desse colorido e vida... Sou, certamente, o mais forte e o mais importante.

— **Nós, sim, é que somos importantes, disseram as raízes.** A árvore não poderia subsistir sem nós que absorvemos da terra as substâncias com que produzimos o alimento que sustém o tronco e as folhas. Por isso, não temos nada que ver com esse tronco tão antipático e gordo, e menos ainda com essa rama tão presumida. Daqui em diante, alimen-

tamo-nos sozinhas e não damos a nossa seiva a ninguém. E assim fizeram.

**A árvore grande começou a secar.** As folhas caíram e o tronco ficou sem uma gota de seiva. As raízes estavam mais tristes que nunca. Os pássaros abandonaram os ninhos construídos nos ramos e as pessoas que passavam pelo bosque já não se sentavam à sua sombra... Todo o bosque estava muito triste porque a grande árvore estava a morrer.

**Mas, pouco a pouco, as raízes, os ramos e o tronco aperceberam-se de que não podiam viver separados, de que eram**

**feitos uns para os outros e que a importância não era de cada um, mas da árvore que todos formavam...** Assim, as

raízes deixaram de guardar a seiva só para si e deram-na ao tronco. Este, a princípio, negava-se a participar, mas, por fim, também colaborou. Os ramos alegraram-se ao receber a primeira gota de seiva e pediram perdão ao tronco e às raízes

por os terem desprezado. Tudo tornou a ser como antes. Os pássaros continuaram a fazer ninhos nos ramos, e as pessoas a sentar-se à sombra sob a sua copa frondosa.

**A árvore estava de novo feliz e o bosque alegrava-se com ela.**

Manuel Sánchez Monge  
Adp. Pe. Francisco Xavier

## XI DOMINGO DO TEMPO COMUM - ANO B

### LEITURA I Leitura da profecia de Ezequiel (Ez 17, 22-24)

Eis o que diz o Senhor Deus: «Do cimo do cedro frondoso, dos seus ramos mais altos, Eu próprio arrancarei um ramo novo e vou plantá-lo num monte muito alto. Na excelsa montanha de Israel o plantarei e ele lançará ramos e dará frutos e tornar-se-á um cedro majestoso. Nele farão ninho todas as aves, toda a espécie de pássaros habitará à sombra dos seus ramos. E todas as árvores do campo hão-de saber que Eu sou o Senhor; humilha a árvore elevada e elevo a árvore modesta, faço secar a árvore verde e reverdeço a árvore seca. Eu, o Senhor, digo e faço».

### SALMO | 91 (90), 2-3.13-14.15-16

#### É bom louvar-Vos, Senhor.

É bom louvar o Senhor e cantar salmos ao vosso nome, ó Altíssimo,  
proclamar pela manhã a vossa bondade e durante a noite a vossa fidelidade.  
O justo florescerá como a palmeira, crescerá como o cedro do Líbano;  
plantado na casa do Senhor, florescerá nos átrios do nosso Deus.  
Mesmo na velhice dará o seu fruto, cheio de seiva e de vigor,  
para proclamar que o Senhor é justo: n'Ele, que é o meu refúgio, não há iniquidade.

### LEITURA II Leitura da Segunda Epístola do apóstolo S. Paulo aos Coríntios (2 Cor 5, 6-10)

Irmãos: Nós estamos sempre cheios de confiança, sabendo que, enquanto habitarmos neste corpo, vivemos como exilados, longe do Senhor, pois caminhamos à luz da fé e não da visão clara. E com esta confiança, preferíamos exilar-nos do corpo, para irmos habitar junto do Senhor. Por isso nos empenhamos em ser-Lhe agradáveis, quer continuemos a habitar no corpo, quer tenhamos de sair dele. Todos nós devemos comparecer perante o tribunal de Cristo, para que receba cada qual o que tiver merecido, enquanto esteve no corpo, quer o bem, quer o mal.

### EVANGELHO | Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo S. Marcos (Mc 4, 26-34)

Naquele tempo, disse Jesus à multidão: «O reino de Deus é como um homem que lançou a semente à terra. Dorme e levanta-se, noite e dia, enquanto a semente germina e cresce, sem ele saber como. A terra produz por si, primeiro a planta, depois a espiga, por fim o trigo maduro na espiga. E quando o trigo o permite, logo se mete a foice, porque já chegou o tempo da colheita». Jesus dizia ainda: «A que havemos de comparar o reino de Deus? Em que parábola o havemos de apresentar? É como um grão de mostarda, que, ao ser semeado na terra, é a menor de todas as sementes que há sobre a terra; mas, depois de semeado, começa a crescer e torna-se a maior de todas as plantas da horta, estendendo de tal forma os seus ramos que as aves do céu podem abrigar-se à sua sombra». Jesus pregava-lhes a palavra de Deus com muitas parábolas como estas, conforme eram capazes de entender. E não lhes falava senão em parábolas; mas, em particular, tudo explicava aos seus discípulos.



CHEGOU AO PÉ DELE  
E, **VENDO-O, ENCHEU-SE  
DE COMPAIXÃO.**

LUCAS 10:33

ANO  
PASTORAL  
2020/2021

2020  
2023

PLANO  
PASTORAL

## DOMINGO XI TEMPO COMUM

### REFLETIR NA PALAVRA

Estamos de regresso ao **Tempo Comum** e aprendemos mais com Jesus.

Hoje, Ele compara o Reino de Deus a um **grão de mostarda**.

Jesus diz que mesmo algo tão pequeno, como um grão de mostarda, **pode transformar-se em algo enorme**.

Cada semente, cada pessoa no Reino de Deus, é **valiosa e significativa**.

### ..... A CAMINHO DA EUCARISTIA

Será que apenas uma pessoa - mesmo os mais novos, como tu - pode fazer a **diferença**? Como?

### NO CAMINHO DE REGRESSO A CASA .....

O que nos diz esta história do crescimento do grão de mostarda sobre o que nós e a Igreja precisamos de fazer para **ajudar o Reino de Deus a crescer**?



**TLin[formativo]**

**RISE UP: (Levanta-te)** é o nome do itinerário dirigido aos jovens em ordem ao caminho de preparação espiritual para a JMJ Lisboa 2023. Nele se propõe um caminho de aprofundamento e redescoberta da fé cristã com base no verbo levantar-se.  
**Inscreve-te na ação de formação que está a ser preparada para ti, no dia 19/06/2021, das 14h às 19h, a partir do link:**



### VIVER A PALAVRA

Procura um grão de mostarda para **mostrar** aos teus filhos (procura, na internet, uma imagem).

Pergunta à família qual será a razão que levou Jesus a usar essa semente como exemplo para **ensinar sobre o potencial** que cada um de nós tem no Reino de Deus.

Que **pequenas** coisas cada um de nós pode fazer que terão um **grande impacto** noutra pessoa?

**INSCRIÇÃO EM EMRC:** O Departamento para a Presença da Igreja no Ensino apela a todos Encarregados de Educação a fazerem inscrição dos seus educandos na **disciplina de Educação Moral e Religiosa Católica (EMRC)**. Esta inscrição é feita no ato da matrícula online.

**Datas das Matrículas:** 2º ano ao 7º ano: 10 de Julho a 16 de Julho | 8º ao 12º ano: 18 de Junho a 30 de Junho.

Para mais informações consulte:



UMA IGREJA  
SINODAL E SAMARITANA