

# Imaculada

## em revista

Uma publicação da **PARÓQUIA IMACULADA CONCEIÇÃO** por uma Igreja sinodal: participação, comunhão e missão!

ano IX  
MAR.2025

nº 95

## A QUARESMA

*e a Espiritualidade do Silêncio*



Queridas irmãs, queridos irmãos:

Neste mês de março, peregrinos da esperança, abraçamos o caminho quaresmal, em preparação à Semana Santa, ao Tríduo Pascal. Com alegria e determinação acolhemos o chamado à conversão e, por meio da oração, jejum e prática da justiça e caridade nos unir ainda mais ao Cristo que caminha rumo ao Pai e que pela paixão e cruz nos abre a esperança da vida em plenitude.

Convido a todos os paroquianos a reservarem na agenda o sábado, 15/03, para participarem do retiro de quaresma em nossa paróquia e, assim, refletirmos em comunidade e oração o tema da “esperança que não decepciona” (Rm 5,5).

Damos as boas-vindas aos dois seminaristas da Arquidiocese de São Paulo que compartilharão sua experiência pastoral em nossa paróquia aos finais de semana em 2025. São eles: Yago Felipe Meireles Ferreira (4º ano de teologia) e Rafael Manente (1º ano de teologia). Que a Imaculada Conceição os abençoe e interceda pela vocação de cada um deles.

Acompanhamos a saúde debilitada do Santo Padre, o Papa Francisco, com nossas súplicas e orações diárias. Ancorados em nossa fé católica, reconhecemos Francisco como sucessor de Pedro, portanto, pastor universal da Igreja de Cristo, e lhe dedicamos todo nosso amor e carinho filial. Invocamos a Intercessão da Virgem Imaculada, nossa Padroeira Paroquial, sobre o Papa, para que se restabeleça, e, recuperando sua saúde, possa governar a Igreja com sabedoria, conduzindo-a por todo este ano santo jubilar de 2025. Amém!

Tenham todos uma abençoada quaresma!

Pe. Boris A. Nef Ulloa  
Pároco

Os links para arquivos multimídia  
estão identificados por este símbolo

VEJA + 



**Expediente:**

**Pároco:** Pe. Boris Agustín Nef Ulloa

**Vigário:** Pe. Ediclei Araújo

**Redação e revisão:** Pascom

**Projeto gráfico e diagramação:** Rafael Victor

**Tiragem:** 500

**Distribuição Gratuita**

As opiniões expressas nos artigos assinados  
são de inteira responsabilidade de seus autores.

**Imaculada em Revista** é uma publicação mensal da  
Paróquia Imaculada Conceição

Av. Nazaré, 993, Ipiranga - São Paulo - SP

**Fone:** (11) 2914-4066

**site:** [imaculadaipiranga.org](http://imaculadaipiranga.org)

# A QUARESMA

## E A ESPIRITUALIDADE DO SILENCIO

**A** Quaresma, tempo sagrado de preparação para a Páscoa, convida-nos a uma jornada interior, onde o silêncio se torna a voz de Deus. Neste período de 40 dias, a Igreja nos chama a refletir, orar e renunciar, mas também a escutar. Escutar não apenas com os ouvidos, mas com o coração, pois é no silêncio que Deus fala à alma. Catecismo da Igreja Católica (n. 2717).

A espiritualidade do silêncio, tão valorizada pelos santos e místicos, é um caminho de encontro com o divino. Santa Teresa de Calcutá dizia: "*O fruto do silêncio é a oração. O fruto da oração é a fé. O fruto da fé é o amor.*" Na agitação do mundo moderno, onde ruídos e distrações nos afastam do essencial, a Quaresma surge como um convite a parar, respirar e acolher a presença de Deus.

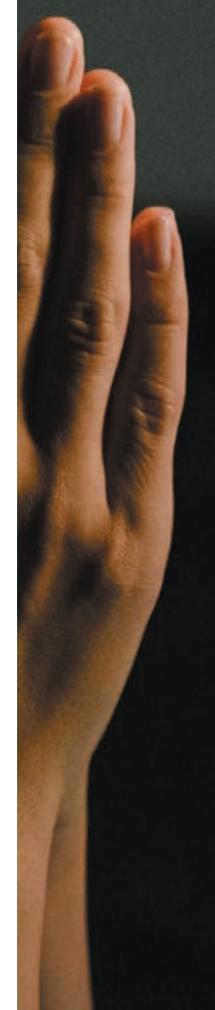
O silêncio não é vazio: é plenitude. É nele que encontramos forças para vencer tentações, como Jesus fez no deserto. É nele que aprendemos a ouvir o clamor dos pobres, a suavizar o coração e a discernir a vontade de Deus. O Papa Francisco, em sua mensagem para a Quaresma de 2023, reforça: "*O silêncio nos ajuda a redescobrir a alegria do essencial, a valorizar o que realmente importa.*"

Neste tempo de conversão, o silêncio pode ser praticado de muitas formas: na oração contemplativa, na leitura da Palavra, no gesto de caridade sem alarde. Ele nos purifica, nos aproxima do próximo e nos une a Cristo, que, no silêncio da cruz, nos redimiu.

Este mês, percorremos a Quaresma com vários textos ilustrativos para que você viva esse momento com um conhecimento mais aprofundado.

Que esta Quaresma seja, para cada um de nós, um deserto fértil, onde o silêncio se torne terra boa para a semente da fé germinar. E que, ao final desses 40 dias, possamos ressurgir com Cristo, renovados na esperança e no amor.

Que o silêncio nos guie à luz da Páscoa!



## Hora Santa do Apostolado da Oração

Toda primeira sexta-feira do mês você é convidado a participar da nossa Hora Santa! Gravamos um vídeo especial que é postado no Facebook, para que você possa nos acompanhar nessa Devoção. Deixe sua intenção que, no decorrer do dia, membros do Apostolado da Oração estarão em prece. Juntos, de Coração para Coração.

### Oferecimento diário e intenção de oração para o mês de março

*Deus nosso Pai, eu te ofereço todo o dia de hoje: minhas orações e obras, meus pensamentos e palavras, minhas alegrias e sofrimentos, em reparação de nossas ofensas, em união com o Coração de Teu Filho Jesus, que continua a oferecer-se a Ti na Eucaristia, pela salvação do mundo.*

*Que o Espírito Santo, que guiou a Jesus, seja meu guia e meu amparo nesse dia para que eu possa ser testemunha do teu amor. Com Maria, Mãe de Jesus e da Igreja, rezo especialmente pelas intenções do Santo Padre para este mês:*

### PELAS FAMÍLIAS EM CRISE

Rezemos para que as famílias divididas encontrem no perdão a cura das suas feridas, redescobrindo até nas suas diferenças as riquezas de cada uma.



VEJA +

**TUDO O QUE EU SEMPRE  
QUIS SABER, MAS TINHA  
VERGONHA DE PERGUNTAR.**

Tema do mês:  
**“PORQUE NÃO SE PRONUNCIA  
O ALELUIA E O GLÓRIA  
DURANTE A QUARESMA?”**



Clique no botão VEJA +



**SEJA UM VICENTINO**  
**VENHA CONHECER ESSA MISSÃO!**



**CONFERÊNCIA  
VICENTINA  
SAGRADA  
FAMÍLIA**

Jesus Cristo é o centro do amor ao irmão e a caridade é o centro da vida de um VICENTINO.  
Faça parte dessa rede de caridade!

**REUNIÕES AOS  
SÁBADOS ÀS 15H**





# 800 anos do Cântico das Criaturas de São Francisco de Assis

**E**m 1225, deitado em uma pequena cela em São Damião, com a saúde debilitada e quase cego, São Francisco de Assis compôs o sublime **Cântico das Criaturas**. Este hino extraordinário, que celebra seu 800º aniversário, não é apenas uma obra-prima da literatura espiritual, mas um testemunho profundo da relação entre o ser humano, Deus e toda a Criação. Durante esse ano vamos refletir sobre ele e nesse mês, sobre seus primeiros versos.

O contexto histórico do cântico nos ensina muito. No século XIII, quando Francisco escreveu estas palavras, a Europa passava por profundas transformações sociais e econômicas, com o crescimento das cidades e o desenvolvimento do comércio. Em meio a estas mudanças, ele propôs uma visão radicalmente diferente: a de uma família universal que incluía não apenas os seres humanos, mas todas as criaturas como irmãs e irmãos.

"Altíssimo, onipotente, bom Senhor, a ti o louvor, a glória, a honra e toda a bênção. A ti só, Altíssimo, se hão-de prestar e nenhum homem é digno de te nomear." Com estas palavras profundas, São Francisco de Assis inicia seu **Cântico das Criaturas**. Estas linhas iniciais, aparentemente simples, carregam uma mensagem revolucionária sobre nossa relação com a natureza e nossa posição no mundo criado.

Ao declarar que todo louvor pertence ao "Altíssimo", Francisco estabelece uma hierarquia fundamental que nossa

sociedade moderna frequentemente esquece: não somos os senhores absolutos da Criação. A humildade presente nestas palavras iniciais - especialmente na afirmação de que "nenhum homem é digno de te nomear" - nos confronta com nossa verdadeira posição no universo criado.

Esta perspectiva franciscana oferece um antídoto poderoso para a crise ecológica atual. Quando nos consideramos senhores e possuidores da natureza, como propôs Descartes séculos depois, acabamos justificando a exploração desenfreada dos recursos naturais. Mas quando reconhecemos, como Francisco, que somos indignos até mesmo de nomear o Criador, nossa postura diante da Criação muda radicalmente.

Ao completar oito séculos, estas palavras iniciais do Cântico nos chamam a uma profunda conversão ecológica. Elas nos convidam a abandonar a arrogância que tem devastado nosso planeta e a redescobrir nossa vocação original: sermos guardiões humildes de uma Criação que não nos pertence, mas que nos foi confiada pelo "bom Senhor" para que a preservemos em toda sua beleza e dignidade.

Que estas palavras de São Francisco continuem ecoando em nossos corações, inspirando-nos a uma relação mais humilde e respeitosa com toda a Criação, para a glória do Altíssimo.

**Frei George Matheus Costelletos, OFMCap**



## Convite à conversão e ao jejum quaresmal.

**E**na Quarta-feira de Cinzas que somos convidados a recordear que a vida é frágil, e devemos viver para Deus, através da conversão e do arrependimento de nossos pecados.

Este ano, em 5 de março, iremos à missa e pela imposição das cinzas pelo sacerdote se iniciará uma nova fase na vida dos católicos: o período do jejum quaresmal.

Nesse período as igrejas receberão aqueles que, após um profundo exame de consciência, irão ao encontro do confessionário pedir e receber o perdão de Deus. Também durante esses 40 dias os católicos são incentivados a viverem diariamente mais horas dedicadas à oração, à meditação e à caridade.

Neste ano do Jubileu Ordinário de 2025, o ano da Esperança, esses atos são de profunda importância na vida de todo católico e, seguindo as orientações de Papa Francisco, através da [Bula Spes Non Confundit](#) (*a “Esperança não decepciona”, RM 5,5*), unimos às essas práticas cristãs a participação na Santa Missa, receber a Eucaristia em estado de Graça, rezar pelas intenções do Santo Padre (Pai-Nosso, Ave-Maria, Glória ao Pai e o Creio) e fazer a peregrinação às Portas Santas designadas pela Igreja, fazer também a Via Dolorosa “*Via Crucis*”, podendo assim, com verdadeira intenção, receber a Indulgência Plenária neste Ano Santo.

## Retiro Quaresmal

“*A Esperança não decepciona*” (Rm 5,5).

**15 de março, das 8h às 17h30**

No Campus Ipiranga da faculdade de Teologia da PUC/SP  
Todos os paroquianos estão convidados.

**O retiro terminará com a missa das 16h.**





## 632 JOVENS VOLUNTÁRIOS DO SERVIÇO CIVIL UNIVERSAL

**S**ão os 632 jovens, com idades entre 18 e 28 anos, vencedores do concurso para o serviço civil universal ligado ao Jubileu 2025, já ativos nas ruas de Roma para receber os peregrinos. Na sexta-feira, 31 de janeiro, as centenas de jovens foram oficialmente apresentados durante um evento no Teatro Argentina, no centro de Roma. O projeto é promovido pelo Ministério do Esporte e da Juventude, através do Departamento de Políticas da Juventude e da Função Pública Universal.

# Campanha da Fraternidade 2025: Fraternidade e Ecologia Integral

**A**cada ano, os bispos do Conselho Episcopal Pastoral (CONSEP) da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB), acolhendo as sugestões vindas dos regionais, dos organismos do Povo de Deus, das ordens e congregações religiosas e dos fiéis leigos e leigas, escolhem um tema e um lema para a Campanha da Fraternidade, com o objetivo de chamar a atenção sobre uma situação que, na sociedade, necessita de conversão, em vista do bem de todos.

Em 2025, motivados pelos 800 anos da composição do Cântico das Criaturas de São Francisco de Assis, pelos 10 anos de publicação da Carta Encíclica Laudato Si', pela recente publicação da Exortação Apostólica Laudate Deum, pelos 10 anos de criação da Rede Eclesial PanAmazônica (REPAM), pela realização da COP 30 em Belém (PA), a primeira na Amazônia, acolhendo a sugestão da Comissão Episcopal Especial para a Mineração e a Ecologia Integral, foi escolhido o tema: **Fraternidade e Ecologia**

**Integral** e o lema: “***Deus viu que tudo era muito bom***” (Gn 1,31).

A Ecologia é a questão mais tratada pelas Campanhas da Fraternidade - CF's ao longo destes 61 anos de existência. Foram 8 as CF's que de alguma forma abordaram essa temática. Portanto, neste ano, a Campanha da Fraternidade aborda outra vez a temática ambiental, com o objetivo de “promover, em espírito quaresmal e em tempos de urgente crise socioambiental, um processo de conversão integral, ouvindo o grito dos pobres e da Terra”. (Objetivo Geral da CF 2025)

*“Para nós, a Ecologia Integral é também espiritual. Professamos com alegria e gratidão que Deus criou tudo com seu olhar amoroso. Todos os elementos materiais são bons, se orientados para a salvação dos seres humanos e de todas as criaturas. Assim, ‘Deus viu que tudo era muito bom!’ (Gn 1,31)”*

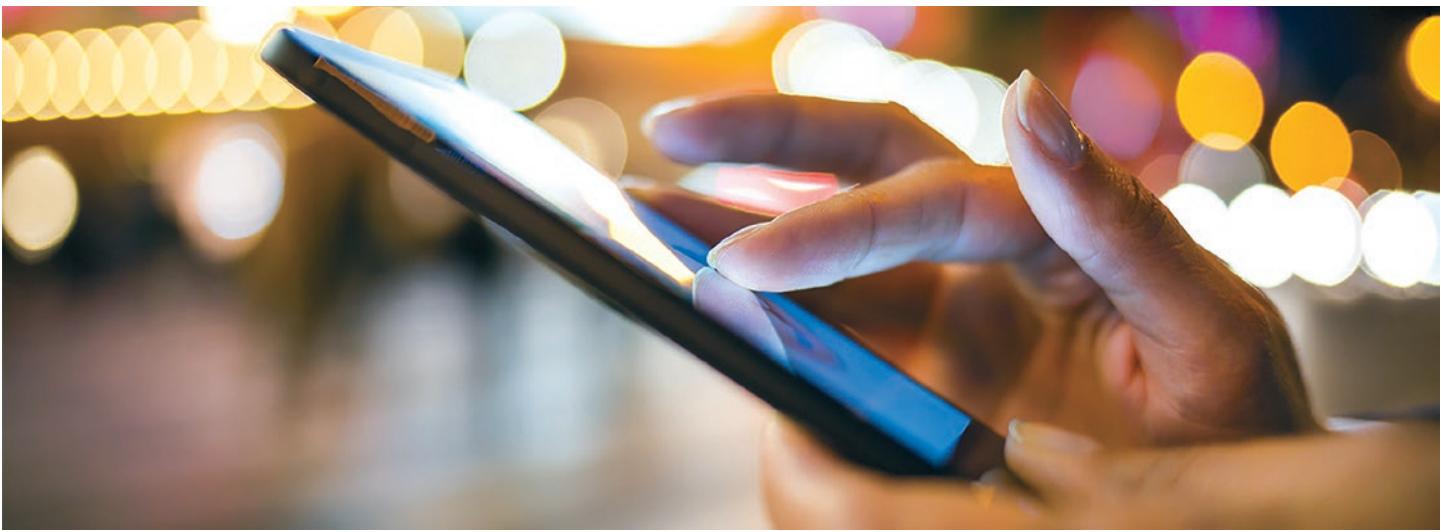
**VEJA +** Saiba mais: [www.cnbb.org.br](http://www.cnbb.org.br)

A iniciativa conta com 44 projetos específicos ativados para o Jubileu, com um financiamento de mais de 4 milhões de euros, com 21 entidades promotoras, entre associações eclesiásticas, entidades do terceiro setor e instituições, distribuídos por 13 programas de intervenção, desde a logística até o apoio aos peregrinos com deficiência, passando pela comunicação e disseminação dos valores jubilares.

Os voluntários do Serviço Civil se juntam aos voluntários do Jubileu coordenados pelo Dicastério para a Evangelização e provenientes de todo o mundo.

Fonte:

**VEJA +** [www.iubilaeum2025.va](http://www.iubilaeum2025.va)



## Quaresma Digital: Fé e Tecnologia na Palma da Mão

**M**arço chegou, e com ele a Quaresma, um tempo perfeito para conectar nossa espiritualidade com o mundo digital. Que tal usar as redes sociais, aplicativos e outros recursos tech para viver essa jornada de fé de um jeito novo? A Quaresma é muito mais que um período de reflexão; é uma chance de espalhar mensagens de esperança, amor e conversão usando as ferramentas que já fazem parte do nosso dia a dia.

Imagine só: você pode acompanhar reflexões diárias no Instagram, participar de um retiro espiritual pelo Zoom, ou até baixar um app de oração para meditar sobre o Evangelho do dia. Apps como *Pray As You Go* ou *Hallow* oferecem conteúdos incríveis para te ajudar a rezar e refletir. E que tal criar um grupo no WhatsApp para compartilhar intenções de oração com seus amigos?

As redes sociais são ferramentas poderosas para levar a mensagem da Igreja a todo mundo, especialmente para a

galera mais jovem, que está sempre online. A Jornada Mundial da Juventude (JMJ) já mostrou como a tecnologia pode unir milhões de pessoas em torno da fé. O Papa Francisco, que é super conectado, já falou que a tecnologia é "um dom de Deus que aproxima as pessoas". Então, por que não usar esse dom para evangelizar?

Que tal uma campanha tipo #40DiasComDeus, onde a cada dia você posta uma foto, um versículo ou uma reflexão sobre a Quaresma? Ou ainda, seguir páginas católicas que fazem transmissões ao vivo de Via-Sacra, terços e palestras? A tecnologia está aí para nos ajudar a viver a fé de um jeito criativo e moderno.

Então, bora aproveitar essa Quaresma para unir espiritualidade e inovação? A Igreja está no digital, e você pode fazer parte dessa missão. Vamos juntos nessa jornada rumo à Páscoa, usando a tecnologia para espalhar amor, esperança e fé!

### BATISMOS no 1º semestre de 2025

A formação de pais e padrinhos é feita sempre aos sábados às 14h30 e a celebração do batismo sempre aos domingos, às 11h45



Catequese para pais e padrinhos	5 e 12 ABR	17 e 24 MAI	21 e 28 JUN
Celebração do batismo	19 ABR	25 MAI	29 JUN

Inscrições na secretaria paroquial - Whatsapp: 11 99989-3290



## MOVIMENTO LAUDATO SI'

Católicos pela Nossa Casa Comum

### ECOTEOLÓGIA: CAMINHOS DE ESPERANÇA E CONVERSÃO INTEGRAL

**E**m 2023, seguindo as orientações da Igreja e da Ordem dos Frades Menores, bem como sua imersão em temáticas acadêmicas voltadas para o cuidado com a Casa Comum, Frei Vitorio Mazzuco Filho, mestre em Teologia Espiritual e Franciscanismo pelo Pontifício Ateneu Antonianum de Roma, publicou um material pedagógico intitulado Ecoteologia, pela editora da USF (Universidade São Francisco). “*A grande motivação para este momento de unidade ecumênica foi a celebração franciscana e os 10 anos da publicação da Carta Encíclica Laudato si’.*”

A publicação está dividida em 4 temáticas centrais que conduzem a leitura para temas transversais complementares: Inter-relações e contribuições ecoambientais das religiões; Cuidado da criação e preocupações socioambientais, espiritualidade responsável em face à degradação da natureza, a Ecologia integral e a Ecoteologia.

Com autorização da Universidade São Francisco, o material está sendo disponibilizado em módulos no blog de Frei Vitorio, hospedado no site Franciscanos, com o objetivo de ampliar o debate sobre a temática. O acesso é livre e gratuito: <https://carismafranciscano.blogspot.com/>.

## Significados dos Símbolos Quaresmais

**A** Quaresma é um tempo especial e repleto de significados profundos na fé católica, repleto de símbolos que nos convidam a refletir e a nos aproximar de Deus. Entre eles, encontramos as Cinzas, a Cruz, o Roxo na Liturgia e os Ramos, além de práticas como o Jejum, a Oração, a Abstinência, a Esmola, a Penitência, a Confissão, a Via Sacra e a Palavra de Deus. No Brasil, também celebramos a Campanha da Fraternidade, uma linda iniciativa da CNBB que nos lembra da importância da solidariedade.

Ao receber as Cinzas, damos início a um Caminho que nos leva à Páscoa, um verdadeiro recomeço em nossas vidas. A Cruz, por sua vez, simboliza a Nova Aliança que Jesus nos oferece, renovando nossa esperança e iluminando nosso caminho. O Roxo na Liturgia nos convida a um momento de luto e reflexão, onde a Igreja se silencia em oração, unindo-se ao sofrimento de Cristo.

Os Ramos nos lembram da nossa jornada como cristãos em direção à vida eterna ao lado de Deus. A Semana Santa começa com o Domingo de Ramos, celebrando a entrada triunfal de Jesus em Jerusalém, montado em um jumentinho – um lindo símbolo de humildade – e

aclamado pelo povo como “Aquele que vem em nome do Senhor”.

No Catecismo da Igreja Católica, aprendemos que, a cada ano, nos unimos ao mistério de Jesus no deserto durante os quarenta dias da Grande Quaresma (CIC 540, 1438). Este é um Tempo de Reconciliação, onde somos convidados a mergulhar em uma profunda intimidade com o Senhor Jesus Cristo. É um momento para nos colocarmos, de coração aberto, diante d'Ele, buscando a reconciliação e a paz. (Dom Carlos José Bispo de Apucarana (PR) - [Quaresma: tempo de reconciliação - CNBB](#))

Devemos buscá-Lo incessantemente em nosso dia a dia, nos irmãos e em nós mesmos, pois Ele está sempre conosco. Reviver a agonia de Cristo em sua missão nos ajuda a refletir sobre nossa própria caminhada de fé, permitindo que cada um de nós dê um passo a mais rumo à estrada da santidade, à qual todos somos chamados.

Que este tempo quaresmal nos inspire a viver com amor e compaixão, fortalecendo nossa relação com Deus e com o próximo.

VEJA +

Leia mais em:

[OS SÍMBOLOS DA QUARESMA](#)

[Paróquia Imaculado Coração de Maria](#)

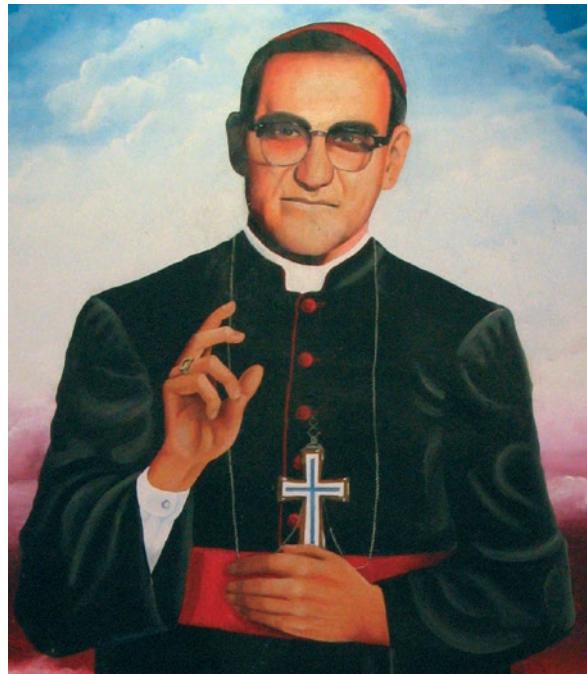


## São José, Esposo da Virgem Maria

No dia 19 de março, celebramos a Solenidade de São José, um homem justo e fiel, que se destacou como um cumpridor das leis judaicas e descendente da nobre casa de Davi. Segundo uma antiga tradição, José foi escolhido para desposar Maria em um templo de Jerusalém, onde um lírio brotou de seu cajado, simbolizando sua pureza e virtude. Por isso, ele é frequentemente representado com um galho de lírios e o Menino Jesus em seus braços. Quando soube que Maria estava grávida, José, preocupado em não envergonhá-la publicamente, pensou em deixá-la secretamente. Contudo, em um sonho, um anjo lhe apareceu e o tranquilizou, dizendo que não deveria temer em receber Maria como esposa, pois o bebê que ela carregava era o Filho de Deus.

José, um dedicado carpinteiro, sustentou sua família com seu trabalho árduo e educou Jesus com amor e sabedoria. Como um chefe de família zeloso, ele consagrou o Menino Jesus no Templo logo após seu nascimento e participou das peregrinações de seu povo a Jerusalém, sempre levando sua família consigo, especialmente durante a Páscoa. Em uma dessas viagens, quando Jesus tinha apenas 12 anos, o Menino ficou no templo, debatendo com os doutores da lei, enquanto José e Maria, aflitos, o procuravam.

São José é um verdadeiro modelo de paternidade, um trabalhador incansável e um servidor fiel de Deus. Ele viveu a caridade em sua essência, cumprindo seus deveres para com a comunidade e sendo um Pai Adotivo exemplar para Jesus. Respeitando e protegendo a Virgem Maria e o Filho de Deus, ele ensinou a Jesus a profissão de carpinteiro, permitindo que as profecias se cumprissem e que toda a humanidade encontrasse a salvação. Neste dia especial, que possamos nos inspirar em sua vida de fé, amor e dedicação, buscando seguir seu exemplo em nossas próprias jornadas.



## Jovens em Dia de Oração e Jejum pelos Missionários Mártires

Em 24 de março de 1980 foi assassinado, enquanto celebrava a Missa, o arcebispo de San Salvador, Dom Óscar Romero, e esse dia foi escolhido pelo então Movimento Juvenil Missionário das Pontifícias Obras Missionárias da Itália para celebrar anualmente o “Dia de Oração e Jejum em Memória dos Missionário Mártires”. Ele foi beatificado em 2015 e canonizado pelo Papa Francisco em 14 de outubro de 2018. Por ocasião dos 40 anos de seu Martírio, a Conferência Episcopal de El Salvador, convocou um “Ano Jubilar dos Mártires” para celebrar os mártires nacionais: Padre Rutilio Grande, Dom Óscar Romero e Padre Cosme Spessotto.

Esse dia dedicado à memória dos Missionários Mártires, procura honrar quem morreu por ter sido fiel ao Evangelho até o último instante, nas palavras de Papa Francisco em 2023: “Os mártires são o dom mais precioso que Deus deu à sua Igreja, porque neles se atualiza aquele ‘amor maior’ que Jesus nos mostrou sobre a cruz.”

**Fontes:**  
**VEJA +** [24 de março, um Dia para recordar os missionários mártires - Vatican News](#)

[Papa no Dia dos Missionários Mártires: são o dom mais precioso de Deus para a Igreja - Vatican News](#)

# Reflexão: A Prática do Jejum durante a Quaresma

**A**Quaresma é um momento especial para os cristãos, uma oportunidade de se aproximar mais de Deus através da prática do jejum: é no Catecismo da Igreja Católica (1434, 1438 e 2043), que aprendemos sobre as múltiplas formas da penitência na vida cristã. Vamos explorar isso de maneira simples!

No Catecismo entendemos que há um tripé de ações externas que podem mover e estimular a penitência interior: Oração, Esmola (prática da justiça) e o Jejum (que não precisa ser exclusivamente de comida). Essas práticas nos ajudam a refletir sobre nós mesmos, a nos conectar com Deus e a cuidar dos outros. Além disso, existem outras formas de buscar o perdão, como se reconciliar com quem amamos, expressar arrependimento, preocupar-se com a salvação dos outros, pedir a intercessão dos santos e praticar a caridade, que, como diz a Bíblia, "cobra uma multidão de pecados" (1Pd 4,8).

Durante o Ano Litúrgico, temos momentos específicos de penitência, como a Quaresma e às sextas-feiras, que nos lembram da morte de Jesus. Esses períodos são ideais para exercícios espirituais, celebrações penitenciais, peregrinações e também para praticar o jejum e a esmola. Além disso, são oportunidades para compartilhar com os outros, realizando obras de caridade e missionárias.

Um dos preceitos da Igreja nos lembra da importância de jejar e se abster de carne, conforme as orientações da Santa Mãe Igreja. Essas práticas nos ajudam a dominar nossos instintos e a encontrar liberdade em nossos corações, preparando-nos para as festas litúrgicas que celebramos ao longo do ano.

Que essa Quaresma seja um tempo de reflexão, crescimento espiritual e renovação em nossa fé!

## Jejum da Igreja

### Quem Pode?

Qualquer pessoa pode fazer esse tipo de jejum, mesmo os doentes, porque água e remédios não quebram jejum.



### Refeições

Café da manhã e mais uma refeição (almoço ou jantar) sem exageros. A refeição que não será feita deve ser substituída por lanche simples



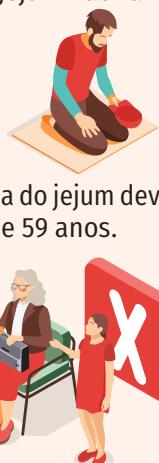
*Não comer qualquer coisa fora dessas refeições, como doces, balas, chocolates, biscoitos, refrigerantes...*

*Salvo em caso de enfermidade*



### IMPORTANTE

Oferecer o jejum a Deus, rezar, participar dos sacramentos e não murmurar. Sem isso, o jejum não faz sentido.



Para a prática do jejum deve-se ter entre 18 e 59 anos.



Não passar fome e cuidado para não sentir mal-estar nem dor de cabeça.





## O Sim de Maria e a encarnação do Verbo

**N**arrado no Evangelho de São Lucas, o Anjo Gabriel saúda Maria, em Nazaré: “*Alegra-te cheia de graça! O Senhor está contigo.*” (Lc 1,28b) e Maria ao responder “*Eis aqui a serva do Senhor, faça-se em mim segundo a tua palavra.*” (Lc 1,38), confiando plenamente em Deus como a escolhida para gerar o Seu Divino Filho, se inicia o Plano de Deus para a Salvação da Humanidade.

O Anjo Gabriel revela à Virgem Maria que o Menino que Ela conceberá se chamará Jesus, e “Ele será grande, o Filho do Altíssimo.” (Lc 1,32) Eis o grande mistério da Encarnação: o Verbo de Deus se fez carne e habitou entre nós, Ele se fez humano para nos salvar. Colocando-se como serva, aceitando e cumprindo a vontade de Deus, Maria é um exemplo para nós, para confiarmos no plano que Ele designa a cada um de nós, mesmo que não compreendamos completamente as situações que passamos em nossas vidas.

Para Deus nada é impossível.

Em 25 de março celebramos a Solenidade da Anunciação do Senhor: expressemos neste dia a nossa profunda gratidão à Santíssima Virgem e roguemos por sua intercessão.

**VEJA +**

**Leia também:**  
[Anunciação do Senhor - Vatican News](#)

**Você deseja o sacramento do matrimônio?**

Venha celebrar o  
**Casamento COMUNITÁRIO**

**23 de Novembro de 2025**

## Calendário do Jubileu 2025

**N**este ano vamos divulgar muitos detalhes sobre o Jubileu 2025, também conhecido como Ano Santo, como um período de perdão, reconciliação e renovação espiritual. O tema do Jubileu de 2025 é “Peregrinos da Esperança”. Esse evento importante na tradição católica ocorre a cada 25 anos e é um convite à conversão, peregrinação e caridade.

O Jubileu de 2025 terá peregrinações à Porta Santa da Basílica de São Pedro, no Vaticano, até 6 de janeiro de 2026.

O site do Jubileu de 2025 é [www.iubilaeum2025.va](http://www.iubilaeum2025.va). O calendário específico para as celebrações pode variar, mas geralmente inclui uma série de eventos litúrgicos, peregrinações e atividades especiais ao longo do ano, tanto presenciais como transmitidos pela internet. Fique atento! Veja o calendário para março:

**08 março de 2025 - 9 março 2025:**  
Jubileu do Mundo do Voluntariado

**27 março de 2025 - 30 de março 2025:**  
Jubileu dos Sacerdotes instituídos como “Missionários da Misericórdia”

**28 março de 2025:**  
24 horas para o Senhor

Essas datas são momentos de reflexão, celebração e renovação, promovendo valores de amor, compaixão e comunidade.





## SERVIR EM COMUNIDADE - PEQUENOS ATOS, UMA GRANDE MISSÃO

Foi em 13 de junho de 2023 que, alertados por uma paroquiana, nosso pároco se dirigiu imediatamente até uma pessoa que estava caída próxima à igreja: tinha sido uma noite muito fria e infelizmente um homem, em situação de rua, havia falecido de hipotermia. Com um chamado urgente para providências de assistência, nosso pároco reuniu um grupo de paroquianos que, por vários dias seguidos, serviram para o preparo de "quentinhos", a comunidade doou alimentos, mantas e roupas. Voluntários faziam a seleção das doações de vestuário, e outros faziam as entregas à noite.

Inicialmente com 40 homens sendo atendidos nas ruas do Ipiranga, hoje, são mais de 70. A Missão Noturna, como foi chamada, é hoje um grande grupo de voluntários, que cres-

ceu, chegando a criar a Jornada Acolhedora Missionária e o Bazar Missionário da Imaculada, atividades vinculadas ao suporte da Missão Noturna.

Sou grata a Deus por essa oportunidade em estar ativa desde o início, na cozinha ou nas roupas, podendo contribuir de alguma maneira para o alívio do sofrimento de nossos irmãos em situação de rua, grata também a todos os voluntários pioneiros e aos que vieram depois, dando continuidade a esse ato concreto de caridade, generosidade e amor.

Noémia Felipe  
Voluntária da Missão Noturna

# MISSÃO NOTURNA IMACULADA

SEGUNDAS E  
QUARTAS ÀS 19h30

PRECISAMOS  
DE VOLUNTÁRIOS  
PARA A ENTREGA  
DE MARMITAS

Interessados em participar da missão,  
entrar em contato com a secretaria.  
whatsapp: 11 99989-3290





## Sínodo, encontro dos coordenadores e secretários dos 10 Grupos

**N**a terça-feira, 18 de fevereiro, ocorreu um encontro dos Coordenadores e Secretários dos 10 Grupos de Estudo que foram formados durante a Primeira Sessão da XVI Assembleia Geral Ordinária do Sínodo dos Bispos. O encontro começou com uma oração pelos participantes e pelo Santo Padre, desejando sua rápida recuperação. Em seguida, cada coordenador apresentou o trabalho do seu grupo, destacando o método utilizado, os envolvidos, o prazo para o relatório, dificuldades encontradas e questões pendentes. O padre Giácomo Costa, Consultor da Secretaria Geral, forneceu elementos úteis para uniformidade nos relatórios.

Os coordenadores foram informados sobre a disponibilidade da Comissão Canônica para acompanhar seus trabalhos, especialmente nas questões canônicas. O cardeal Mário Grech lembrou a importância das contribuições externas, que podem ser enviadas por e-mail até 31 de março de 2025. As novas contribuições serão encaminhadas aos secretários dos grupos em tempo hábil.

Os 10 Grupos de Estudo surgiram na Primeira Sessão da XVI Assembleia Geral Ordinária do Sínodo dos Bispos, abordando questões relevantes sobre a vida e missão da Igreja em uma perspectiva sinodal. Criados em março de 2024, os grupos seguem o Quirógrafo do Papa Francisco sobre a colaboração entre os Dicastérios da Cúria Romana e a Secretaria Geral do Sínodo. A Secretaria Geral preparou um esboço do trabalho para especificar o mandato dos grupos de estudo conforme as indicações do Papa Francisco.



## Boas vindas aos seminaristas

**E**com grande alegria que recebemos, em 2025, dois novos seminaristas em nossa paróquia: Yago Felipe Meireles Ferreira e Rafael Manente. Inspirados pelo exemplo de São Paulo Apóstolo, eles iniciam sua caminhada rumo às ordens sacras, trazendo esperança e renovação para nossa comunidade e vivendo a experiência em nossa Paróquia. Yago está no 4º ano de Teologia e já recebeu os ministérios de leitor e acólito. Rafael cursa o 1º ano.

Dom Odilo Scherer, ao admiti-los como candidatos, destacou a importância de sua formação humana, espiritual e pastoral. Que possamos apoiá-los com nossas orações e incentivo, ajudando-os a discernir o chamado de Deus.

Sejam bem-vindos, queridos seminaristas! Que sua presença entre nós fortaleça nossa fé e nos inspire a viver o Evangelho com mais amor e dedicação.

**ANUNCIE  
AQUI**  
**(11) 2914-4066**

**ANUNCIE  
AQUI**  
**(11) 2914-4066**

**DEPÓSITO POPULAR**  
Materiais para construção  
Cal • Areia • Ferro • Telhas  
Cimento • Madeira  
R. Gama Lobo, 1152 - Ipiranga - SP  
Tel.: 2063.4290 - 2129.8126  
depositopopular.neveslobo@ hotmail.com

Alonso, Barreto & Cia.  
Auditores Independentes  
• AUDITORIA  
• CONSULTORIA  
• COMPLIANCE  
• PERÍCIA  
Soluções para PMEs  
R. Agostinho Gomes, 2675 - Ipiranga - SP  
Tel.: 11 3255-8310  
alonso@alonso.com.br  
[www.alonso.com.br](http://www.alonso.com.br)

## POR QUE SER DIZIMISTA?

O dízimo é uma doação regular e proporcional aos rendimentos do fiel, é antes de tudo uma grande graça, pois é uma forma concreta que o cristão tem para manifestar a sua fé em Deus e o seu amor ao próximo. Pelo dízimo podemos viver as três virtudes mais importantes: a Fé, a Esperança e o Amor-caridade. O dízimo é um compromisso, representa a nossa vontade de colaborar com o Projeto Divino neste mundo.

Converse com um membro da Pastoral do Dízimo ao final das missas e seja um dizimista!

### TEXTOS BÍBLICOS:

- Zc. 9,9-10  
Rom. 8, 9.11-13  
Mt. 11, 25-30  
Sl. 144 (145).

Ao realizar a contribuição por pix, pedimos a gentileza de enviar o comprovante para o whatsapp da paróquia:  
(11) 99989-3290



## Os Inquilinos da Lua "Vida Louca"

**Q**uando a gente sai em missão pelas ruas do Ipiranga costumamos dividir o trajeto pra cima e pra baixo. Nossa ponto de partida é sempre a Avenida Nazaré, dois carros sobem sentido Vergueiro e outros dois descem até a Juntas Provisórias.

Nessa noite eu fui com o grupo de cima e perto do Aquário Municipal paramos para ajudar um rapaz que dormia em frente a uma oficina. Ele não falava nada com nada mas num momento de lucidez pegou uma marmita e falou:

*"Valeu, vou guardar e depois eu como, agora tô muito louco."*

Uma mulher que estava com a gente perguntou se ele usava drogas e ele soltou um sonoro "CLARO!".

Ela insistiu, perguntou que tipo de droga ele usava e rapidamente respondeu - *"Todas, minha senhora, mas a mais pesada de todas, sem dúvida é a vida..."*

Zé Nívio Gaspar  
Voluntário da Missão Noturna

**Venécia**  
FARMÁCIA HOMEOPATIA E MANIPULAÇÃO

**Manipulação de Fórmulas**

- Homeopatia
- Alopatia
- Florais
- Formulação p/ pets sem uso exclusivo vetertinário

R. Arcipreste Andrade, 503 - Loja 1  
Ipiranga - SP - CEP 04268-020

Tel.: 2068.8346 - Cel.: 99994.1707  
veneciafarma@gmail.com

**3 corações**

**bradesco**

agência: 2720  
conta corrente: 6625-7  
chave PIX:  
CNPJ 63.089.825/0107-00

## Aniversariantes dizimistas de março

Amanda Ferreira Barbosa de Araújo Perico  
Delfina do Espírito Santo da Silva  
José Carlos Martins/Márcia Martins  
Maria de Fátima Prada Rossi  
Maria Elza da Silva

Priscila Cristina Mariano  
Sônia Aparecida Torqueton Parrillo  
Valfredo Fonseca Sales  
Zilda Maria de Jesus Campos  
Zoraide Reis Kunimura



## Agenda Cultural



## Magnífico Tour pela Catedral da Sé de São Paulo

Tour guiado por toda a Catedral visitando as áreas restritas que nunca foram abertas ao público antes: Visita à Cripta, Altar - Órgão de tubos, Coro, Sinos holandeses e Cúpula. Venha desfrutar de uma experiência única e fazer belíssimas fotos exibindo ao fundo as duas torres da Catedral. OBS: \*A visitação à Cripta está SEMPRE sujeita à disponibilidade no dia do passeio. Os tours guiados na Catedral da Sé de São Paulo acontecem em horários que variam de acordo com a programação da Catedral e os horários podem ser: 10h30, 14h, 17h e 18h.

Para saber os horários atualizados, envie uma mensagem para o WhatsApp da Catedral: (11) 97797-7396.

A compra do ingresso pode ser feita através do site [Tour completo na Catedral da Sé | Experiências com Guia Local](#) ou na secretaria da igreja.



Infelizmente o tour não é acessível para cadeirantes. Prefira ir de transporte de aplicativo ou metrô. A igreja fica em cima da estação Sé, que funciona das 4h40 à 00h29.

VEJA +

## Horário de Missa

**Seg:** 7h

**Ter:** 7h

**Qua:** 7h

**Qui:** 7h

**Sex:** 7h

**Sáb:** 16h

**Dom:** 8h30

10h30

18h

## 1ª Sexta-feira do mês:

Missa Votiva do Sagrado Coração de Jesus às **7h**



CONVIDAMOS A TODOS PARA NOS UNIRMOS EM ORAÇÃO PELA SAÚDE DO PAPA FRANCISCO, PARA QUE DEUS LHE CONCEDA FORÇA, PAZ E PLENA RECUPERAÇÃO.

## PALAVRA DO PAPA

“Deixai-vos guiar pelo Evangelho das Bem-Aventuranças e que a vossa arte seja anúncio de um mundo novo. Que a vossa poesia no-lo mostre! Nunca deixeis de procurar, interrogar, arriscar. Porque a verdadeira arte nunca é acomodada; ela oferece a paz da inquietação. E lembrai-vos: a esperança não é uma ilusão; a beleza não é uma utopia; o vosso dom não é um mero acaso, é um chamado. Respondei com generosidade, com paixão, com amor.”

VEJA + (Fonte: [www.vaticannews.va](http://www.vaticannews.va))

