

Construir a paz



«Eu estarei contigo todos os dias»
Mt 28, 20

Gostávamos de saber se o Caderno de Oração ajuda o seu dia-a-dia.
Envie-nos a sua opinião!

Se preferir receber o caderno por e-mail ou pelo correio ou se conhece alguém que gostasse de o receber, envie um e-mail para: cadernodeoracaovd@gmail.com

O Caderno de Oração está disponível em formato PDF no site da Família Missionária Verbum Dei de Lisboa:

lisboa.verbumdei.org

Equipa do Caderno de Oração
da Família Missionária Verbum Dei de Lisboa:

Ana Horgan Ulrich
Andreia Alexandre
António Azevedo
Cristina Mesquita
Filipa Ramalhete
Francisco Valles
Joana Galvão Teles
João Ricardo Moreira
Manuela Cerejeira
Marta Valles
Paula Mourão
Paulo Vieira
Pilar Bazo (Missionária VDei)
Sofia Palminha
Ventura Adrover (Missionária VDei)

Colaboração de:

Ana Vale
Cati Amaro
Cláudia Pascoal
Joaquim Palma
Raquel Palma
Rita Viegas Costa

Comentários e sugestões para:
cadernodeoracaovd@gmail.com

Construir a paz

4	INTRODUÇÃO
	PARTE I Domingos de Verão
8	30 junho - “Basta” que tenhas fé
13	7 julho - “Quando sou fraco, então é que sou forte!”
17	14 julho - Deus chama-nos, envia-nos e capacita-nos
21	21 julho - Um Pastor para as ovelhas
25	28 julho - Eu posso ser o único alimento que o outro tem
31	4 agosto - “Senhor, dá-nos sempre desse Pão...”
37	11 agosto - O que dou pela vida do mundo?
42	15 agosto - Caminhar na terra é o único caminho para o Céu
48	18 agosto - Habitados pelo Espírito de Deus
54	25 agosto - “Tu tens palavras de vida eterna.”
	PARTE II
60	Introdução
61	Peregrinação de Adultos da Verbum Dei a Fátima
63	Um caminho de fé e transformação
66	Novos Casais Missionários Verbum Dei em África
70	Papa Francisco abre Ano da Oração em 2024

Viver a paz, viver em paz

“Estamos a viver a terceira guerra mundial aos pedaços.” A primeira vez que ouvi o Papa Francisco dizer isto, fiquei arrepiada.

No século XXI, evoluído, intelectualmente avançado, com políticas democráticas, com séculos de história a trabalhar por um mundo melhor, com tecnologias que querem assegurar facilidades de vida, liberdade, bem-estar social... Como acontece isto? O que estamos a fazer mal?

Que forças se têm alinhado para que na Ucrânia, na Palestina, em países de África e não só existam confrontos violentos que matam e destroem?

Hoje, coloca-se perante mim a pergunta inversa: “Que temos feito para que o nosso mundo seja um espaço de paz?”

No momento em que escrevo, estamos a celebrar o Tempo Pascal na liturgia da Igreja. Tempo longo, 50 dias para nos acostumarmos à Vida, a viver ressuscitados, a fitar os nossos olhos em Jesus e a escutar as Suas propostas de vida.

Nos evangelhos deste tempo, Jesus faz muitas vezes uma promessa: “*Deixo-vos a Paz*”. É teimoso, repete uma e outra vez “***A paz esteja convosco***” aos apóstolos (Jo 20, 19-31), aos discípulos de Emaús (Lc 24, 35-48)...

Para os apóstolos, não era nada de novo. Já em João 14, 27, Jesus reunira os seus apóstolos e lhes dissera: “***Deixo-vos a paz, dou-vos a Minha paz. Não é como a dá o mundo, que Eu vo-la dou. Não se perturbe o vosso coração, nem se acobarde.***”

Qual é a paz a que Jesus nos quer levar, que parece diferente da paz que o mundo oferece?

Atualmente, as notícias falam-nos muito da necessidade de defender os países, em prol da paz. É a famosa frase “Se queres a paz, deves estar preparado para a guerra.” Os orçamentos dos Estados estão virados para gastar muito mais em armamento, em detrimento de investir na educação, na saúde... Será essa a melhor forma de conseguir a paz?

A essa postura que favorece a guerra não se pode chamar de paz, e ainda menos ela é a paz que Jesus nos deixou e nos convida a viver.

Na sua carta aos Gálatas, o apóstolo Paulo ensina-nos que “O Fruto do Espírito é amor, alegria, paz, paciência, amabilidade, bondade, fidelidade, mansidão e domínio próprio” (Gálatas 5, 22-23). A paz é um fruto que vem do Espírito Santo, acompanhado de mais oito frutos. É como um pacote que nos possibilita viver em harmonia, com compreensão e compaixão, sem hostilidades, com calma, serenidade e sossego, em equilíbrio e sem confrontos, mas nunca em passividade nem instalados em nós próprios ou na nossa comodidade. Bem, é verdade que antes de mais há que experimentar a paz pessoal. Mas essa paz só a vivemos com autenticidade quando a partilhamos com os outros, quando existe entre todos um espírito de solidariedade, de partilha, de fraternidade, quando os muros e as barreiras caem.

Gosto muito quando, no final da Eucaristia, o padre diz “Podeis ir em paz”. Lindo!!! Mas ainda gosto mais quando diz “Ide em paz, vivei a paz, construí a paz!”

Quero voltar ao começo da minha partilha com o compromisso de poder um dia dizer: “Hoje há menos pedaços de guerra, porque muitos de nós estamos empenhados em construir a Paz ao estilo de Jesus.”

Papa: "Terceira guerra mundial aos pedaços está a transformar-se num verdadeiro conflito global"

No seu habitual discurso de Ano Novo aos membros do Corpo diplomático acreditado na Santa Sé, Francisco traçou um longo elenco de preocupações pelo aumento de conflitos que se verificam no mundo, pediu respeito pelo direito internacional, incentivou os jovens a votar e edificar o bem comum nos seus países e considerou a JMJ Lisboa "um grande hino à paz".

O caminho da paz passa pela educação e são conhecidas as preocupações do pontífice com o futuro das gerações jovens. No entanto, apesar das múltiplas dificuldades do contexto mundial, o recente encontro mundial de jovens, no verão passado em Lisboa, foi considerado um grande sinal de esperança.

"Permanece viva em mim a recordação da Jornada Mundial da Juventude realizada em Portugal no passado mês de agosto. Ao mesmo tempo que volto a agradecer às Autoridades portuguesas, civis e religiosas, o empenho posto na organização, conservo no coração aquele encontro com mais de um milhão de jovens, provenientes de todas as partes do mundo, cheios de entusiasmo e vontade de viver", disse o Papa aos diplomatas.

(Excertos do Discurso do Papa aos diplomatas, 8-2-2024)

parte I **Domingos de Verão**

“Basta” que tenhas fé

Sb 1,13-15: «Naquele tempo, depois de Jesus ter atravessado de barco para a outra margem do lago, reuniu-se uma grande multidão à sua volta, e Ele deteve-Se à beira-mar. Chegou então um dos chefes da sinagoga, chamado

Sl 29 (30) Jairo. Ao ver Jesus, caiu a seus pés e suplicou-

2 Cor 8,7.9.13-15 -Lhe com insistência: “A minha filha está a morrer. Vem impor-lhe as mãos, para que se

Mc 5,21-43 salve e viva”. Jesus foi com ele, seguido por

grande multidão, que O apertava de todos os lados. Entretanto, vieram dizer da casa do chefe da sinagoga: “A tua filha morreu.

Porque estás ainda a importunar o Mestre?”. Mas Jesus, ouvindo estas palavras, disse ao chefe da sinagoga: “Não temas; basta que

tenhas fé”. E não deixou que ninguém O acompanhasse, a não ser Pedro, Tiago e João, irmão de Tiago. Quando chegaram a casa

do chefe da sinagoga, Jesus encontrou grande alvoroço, com gente que chorava e gritava. Ao entrar, perguntou-lhes: “Porquê

todo este alarido e tantas lamentações? A menina não morreu; está a dormir”. Riram-se d’Ele. Jesus, depois de os ter mandado

sair a todos, levando consigo apenas o pai da menina e os que vinham com Ele, entrou no local onde jazia a menina, pegou-lhe

na mão e disse: “Talita Kum”, que significa: “Menina, Eu te ordeno: Levanta-te”. Ela ergueu-se imediatamente e começou a

andar, pois já tinha doze anos. Ficaram todos muito maravilhados. Jesus recomendou-lhes insistentemente que ninguém soubesse do

caso e mandou dar de comer à menina.»

(Mc 5, 21-43)



A fé permanece, para mim, um mistério... Confiar (ou não) naquilo que não conseguimos ver/entender/experimentar é como saltar para dentro de um buraco negro e, mais do que “dar o salto”, é o “deixar-me cair”, “mergulhando” lentamente, sem resistência na escuridão na qual nenhum dos meus sentidos é capaz de capturar o que se passa... e confiadamente!

Esta passagem da vida de Jesus, diria que poderia ter um título, algo como: “basta que tenhas fé”! De facto, a minha atenção e coração prendeu-se sem pressa nesta breve palavra: “basta”...

Como é que Jesus nos lança este repto? Deste modo?

“Basta” para mim é sinónimo de “pouco”, como se de algo “simples” se tratasse... No entanto, este “basta” lembra-me o distanciamento a que dessa realidade estou! Desejaria muito estar aí, nesse “basta” mas é-me tão difícil alcançar esta fé que me deixa entregue completamente nas mãos de Deus!

E tu? Como está a tua confiança em Jesus?

“Controlar a vida” – Parece-me que, de alguma forma, o conhecimento crescente tem-me vindo a tornar, cada vez mais, um ser humano que se julga “autossuficiente”, que considera que sabe o que é melhor para a sua vida e como responder às dificuldades. Não é menos verdade, também, que a própria vida me tem posto em contacto com situações de dor e sofrimento, onde reconheço este desejo de controlo e de não aceitar a realidade como ela é, em si mesma, uma fonte disso mesmo... fonte de dor e sofrimento.

Pensemos na “linha do tempo” deste episódio: aquele homem, relevante na sua sociedade, vive no seu tempo presente momentos de tribulação, confusão, exatamente a sensação de que “tudo lhe foge das mãos”, num estado de dor e vulnerabilidade, de incapacidade pelas suas forças. Reconheço também, em mim, este tipo de turbilhão de emoções em alguns momentos da minha vida? 9

E é nesse estado que se dá o encontro com Jesus. Encontro este que, ao que tudo indica, veio tarde demais...

Deixo outra pergunta para intuirmos neste período de oração que fazemos em comunidade: o meu encontro com Jesus, hoje, neste tempo de oração, no período de verão e de férias, surge, de algum modo, também como que “demasiado tarde”?

O encontro com Jesus vem no tempo que vem, encontrando-me no ponto em que estou! Não existe a lógica, tradicionalmente humana, de que existe um “tempo certo” para as coisas. Pensemos nas pressões nas quais muitas vezes nos colocamos, enquanto sociedade, sobre os “momentos certos” na vida para estudar, começar a trabalhar, casar, ter filhos, progredir na carreira, publicar aquele sorriso e aquele momento nas redes... Enfim, temos tantos e tantos “tempos certos” estereotipados, estes poderão ser alguns exemplos.

Regressando à nossa leitura de hoje, Jesus encontra este homem naquele exato momento, no contexto do qual as circunstâncias eram propícias a “não acreditar na vida”, onde a morte teve a última palavra... Jesus “interrompe” esta mesma realidade com um “basta”... e, de facto, eu acreditar ou não acreditar só depende de mim mesmo, basta isso. Assim, “mora” no meu interior este “basta” que tem em si mesmo o paradoxo de estar infinitamente perto e infinitamente distante de cada um de nós.

Procurando ser mais concreto, julgo que todos nós já experimentámos/testemunhámos que perante idênticas circunstâncias, os seres humanos responderam de formas muito diferentes... Pensemos em Anne Frank, Etty Hillesum ou Viktor Frankl, todos eles viveram a experiência dos campos de concentração, alguns não sobreviveram mas deixaram nos seus escritos “gritos de profunda liberdade interior” que nos continuam a inspirar, exatamente porque “bastaram-se” em circunstâncias em que todos reconhecemos de “limite humano”... e muitos mais não

se bastaram (de forma compreensível face à realidade horrenda...).

E nós, cada um, nas suas circunstâncias, mais ou menos difíceis, permitimos que Jesus “interrompa” a nossa história com o Seu convite “basta que tenhas fé”?

Se o meu lado racional é, muitas vezes, um bloqueio, vou reconhecendo que é um dom podermos ler estes textos a partir de um lugar que dá espaço às emoções. E sinto que estas breves palavras de Jesus podem criar uma esperança renovada, um calor interior capaz de me encher o coração, sem mais, sem grandes explicações... fazes esta experiência?

Creio que ter Jesus como “companheiro de vida” não se entende nem se pode explicar muito bem... Trata-se de relação que “rompe” o entendimento. Jesus “desconcerta-me” (porque encontra espaço nas minhas “mortes”, nos meus fracassos, na minha vulnerabilidade, ...) e abraça-me, ama-me, cuida-me a partir daí...

É verdade que neste episódio a criança vive... pergunto-me se o seu pai não “regressou à vida” antes, quando aceitou o convite de Jesus que disse: “basta teres fé”?

Deixemos Jesus “abraçar-nos” no ponto em que estivermos! É este amor que somos chamados a ter por nós mesmos, nas nossas vidas, e façamos esta experiência de nos “levantarmos” para uma vida nova de quem se sabe amado e, por isso, nunca está só, nem mesmo na morte!



Nova certeza: que querem o nosso extermínio. Também isso eu aceito. Sei-o agora. Não vou incomodar outros com os meus medos, não vou ficar amargurada se outras pessoas não entenderem do que se trata, para nós, judeus. Esta certeza não vai ser corroída ou invalidada pela outra. Trabalho e vivo com a mesma convicção e acho a vida preta de sentido, cheia de sentido apesar de tudo, embora já não me atreva a dizer uma coisa dessas em grupo. O viver e o morrer, o sofrimento e a alegria, as bolhas nos meus pés gastos e o jasmim atrás do quintal, as perseguições, as incontáveis violências gratuitas, tudo e tudo em mim é como se fosse uma forte unidade, e eu aceito tudo como uma unidade e começo a entender cada vez melhor, espontaneamente para mim, sem que ainda o consiga explicar a alguém, como é que as coisas são. Gostava de viver longamente para no fim, mais tarde, conseguir explicar, e se isso não me for dado, pois bem, nesse caso uma outra pessoa irá fazê-lo e então um outro continuará a viver a minha vida, ali onde a minha foi interrompida, e por isso tenho de viver a minha vida tão bem e tão completa e convincentemente quanto possível até ao meu derradeiro suspiro, para que o que vem a seguir a mim não precise de começar de novo nem tenha as mesmas dificuldades.

(«Diário (1941-1943)», de Etty Hillersum)

“Quando sou fraco, então é que sou forte!”

Ez 2,2-5 «(...) Mas Ele disse-me: “Basta-te a Minha graça, porque é na fraqueza que se manifesta todo o Meu poder”. Por isso, de boa vontade me gloriarei das minhas fraquezas, para que habite em mim o poder de Cristo. Alegro-me nas minhas fraquezas, nas afrontas, nas adversidades, nas perseguições e nas angústias sofridas por amor de Cristo, porque, quando sou fraco, então é que sou forte.»
(2 Cor 12, 9-10)

Enquadrando esta leitura, esta Carta aos Coríntios foi escrita por São Paulo no ano 56 ou 57, após uma altura algo conturbada com os cristãos de Corinto, que o consideravam inferior aos Apóstolos por não ter convivido com Jesus e tentavam desacreditar a sua pregação. Aquando desta carta, Tito (amigo de São Paulo) já tinha intercedido junto dos missionários cristãos e conseguido amenizar o diferendo.

São Paulo quer ser visto como uma pessoa normal, frágil e vulnerável, mas também alguém a quem o Senhor chamou e a quem enviou para dar testemunho da palavra e dos feitos de Jesus no meio dos homens. São Paulo fala também de um anjo de Satanás que lhe foi dado: um “espinho na carne” (provavelmente algum problema físico ou as dificuldades por que passava para poder pregar) para que não se vangloriasse em vão. E é quando Paulo pede repetidamente ao Senhor que o livre deste mal, que Deus lhe diz *“Basta-te a Minha graça”* e se desenvolve este entendimento: Se Me tens, nada mais te é necessário. Deus não tira o “espinho” a São Paulo, não atendendo, portanto, aos seus pedidos. Contudo, é Ele que lhe dá a força e o poder para continuar a sua missão de evangelizar, superando o próprio “espinho”.

Nesta Carta de São Paulo, o Senhor demonstra-nos que o Seu caminho e a Sua presença se encontram na simplicidade e na debilidade, e que é nestas condições que se mostra no mundo a força de Deus e de Cristo. É de facto uma força imensa que se faz presente nos momentos adversos, quando a vontade é entregar-se em vez de lutar, quando é mais fácil deixar ir do que fincar a pretensão. Mas o Pai persiste em nós, a Fé torna-nos inabaláveis.

E São Paulo diz mais, diz que se alegra com as fraquezas, com as adversidades, com as perseguições e com as angústias sofridas por amor a Cristo. Alegra-se porque tudo o que sente e vive é por amor de Cristo! Este amor cheio do Espírito Santo que faz dar a outra face

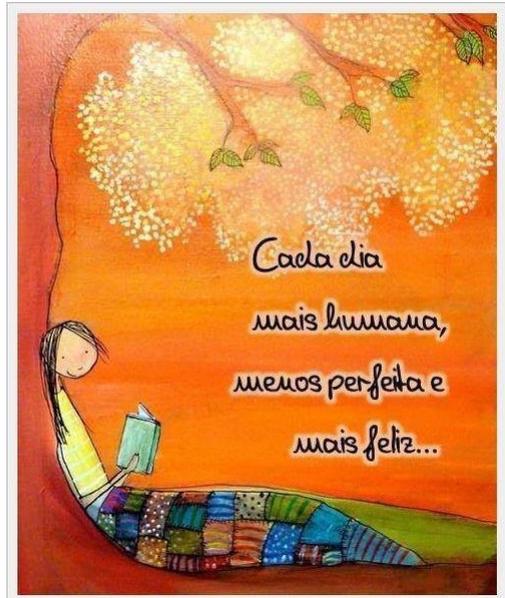
à agressão; este amor por Jesus que está conosco todos os dias; este amor pelo Pai que converte a fraqueza em força.

E o meu amor a Cristo? E as minhas vulnerabilidades? E a minha entrega a Cristo? É orgulho o que me faz pensar que consigo tudo sozinha? Que sou mais fraca se não pedir ajuda, se não falar com Jesus? Por outro lado, e aquela alegria de sentir o sussurrar tão perto de mim? E a profundidade daquele olhar de Cristo ressuscitado? E aquela pertença a Cristo aquando da comunhão?

Jesus, na sua passagem junto de nós, sempre teve uma deferência pelos frágeis, pelos doentes e mesmo pelas crianças, que de alguma forma são vulneráveis. Várias são as passagens em que Jesus, reconhecendo a Fé em cada um, salva, cura e acarinha os que são rejeitados, os que estão fragilizados, os que verdadeiramente precisam de salvação.

Jesus, antes de partir para junto do Pai, disse-nos *“Estarei contigo todos os dias”*, mostrando assim que está sempre ao nosso lado, a caminhar, a trabalhar, a acompanhar toda a família. Que Jesus apenas está! No silêncio de uma oração. Na luz de uma contemplação. Na paz de um coração atribulado. Jesus apenas está!

Jesus acolhe-me!



Entregar e sentir a Graça de Cristo

O grande obstáculo à vida de Deus dentro de nós não é a fragilidade ou a fraqueza, mas a dureza e a rigidez. Não é a vulnerabilidade e a humilhação, mas o seu contrário: o orgulho, a auto-suficiência, a auto-justificação, o isolamento, a violência, o delírio do poder. A força de que temos verdadeira necessidade, a graça que precisamos, não é nossa, mas de Cristo.

(P. José Tolentino Mendonça – extrato da 7ª meditação que propôs ao Papa Francisco e aos membros da Cúria Romana, 21.02.2018)

A verdadeira arte da gratidão é aquela que não teme agradecer também pelos contratempos, pelas feridas, pela vulnerabilidade, pelos retrocessos, pois são esses que frequentemente nos permitem alcançar uma consciência de nós mesmos e uma sensibilidade à vida que ainda não possuíamos.

(Cardeal José Tolentino Mendonça – Instagram – 01.05.2024)

Deus chama-nos, envia-nos e capacita-nos

Am 7,12-15 «Naquele tempo, Jesus chamou os doze Apóstolos e começou a enviá-los dois a dois.

Sl 84 (85) Deu-lhes poder sobre os espíritos impuros e ordenou-lhes que nada levassem para o

Ef 1,3-14 caminho, a não ser o bastão: nem pão, nem alforje, nem dinheiro; que fossem calçados

Mc 6,7-13 com sandálias, e não levassem duas túnicas. Disse-lhes também: “Quando entrardes em alguma casa, ficai nela até partirdes dali. E se

não fordes recebidos em alguma localidade, se os habitantes não vos ouvirem, ao sair de lá, sacudi o pó dos vossos pés como testemunho contra eles”. Os Apóstolos partiram e pregaram o arrependimento, expulsaram muitos demónios, ungiaram com óleo muitos doentes e curaram-nos.»

(Mc 6, 7-13)



esta leitura retiramos três ensinamentos fundamentais da nossa fé: Deus chama-nos, envia-nos e capacita-nos.

O chamamento dos Doze é uma iniciativa de Jesus. É Deus quem nos chama pelo nome, vem ao nosso encontro, desafia-nos a ser sinal de Deus. Os apóstolos são chamados a ser Jesus para os outros, a replicar tudo o que já tinham visto fazer. Foram chamados um a um, assim como nós, ninguém se converteu por acaso, por geração espontânea. Todos tivemos alguém que nos chamou, que lançou essa semente no nosso coração, que a ajudou a brotar e a dar frutos. Jesus é Jesus com os seus discípulos. É Ele quem os (nos) envia “dois a dois”. Deus é Deus conosco, porque precisa de nós, envia-nos. É um detalhe curioso da leitura, o facto de Jesus enviar os Apóstolos dois a dois. Também nós somos chamados e enviados em comunidade, porque é mais fácil quando nos tornamos rosto visível de Deus uns para os outros. Lembra-te da tua primeira catequista? Da avó que acendia uma lamparina no oratório? De quem te convidou para um encontro? De umas pistas que incendiaram o teu coração? De quem quis fazer caminho contigo? É difícil lembrar-me de tantos, em tantos momentos, tão importantes na minha vida.

Neste envio há também um convite à providência. Dar um salto de fé é um ato de confiança, de deixar-se agarrar, de partir sem que todas as perguntas estejam respondidas. Não é preciso partir com malas muito pesadas, não precisamos de depositar a nossa confiança numa logística infundável, num futuro em que tudo está decidido por nós. Envio é um estado de espírito, não uma viagem com princípio, meio e fim. Não nos tornamos missionários quando vamos para África ou para a América do Sul, ser missionário é sentir este desejo de anúncio em todo o lado.

Por fim, Deus não nos envia por nossa conta e risco. Não vamos sós. Deus capacita os Apóstolos para pregarem e curarem. São enviados em nome de Jesus, são Jesus e o Espírito de Deus habita neles, para que se realizem boas obras. São enviados porque primariamente se sentiram chamados e amados. Por terem experimentado um amor maior, uma água-viva. É preciso sentirmo-nos evangelizados para evangelizar, chamados para sermos enviados, como escreveu Santa Teresa de Calcutá: *“Evangelizar é ter Jesus no Coração e levar Jesus ao coração dos irmãos.”*



“Vós não estais aqui por acaso. O Senhor chamou-vos, não só nestes dias, mas desde o início dos vossos dias. Chamou-nos a todos desde o início da vida. Chamou-vos pelos vossos nomes. Como ouvimos na Palavra de Deus, Ele chamou-nos pelo próprio nome. Chamados pelo nome: tentai imaginar estas três palavras escritas em letras grandes e, em seguida, pensai que estão escritas dentro de vós, nos vossos corações, como que formando o título da vossa vida, o sentido daquilo que sois. Tu foste chamado pelo teu nome: tu... além, tu... ali, tu... aqui, e também eu, todos nós fomos chamados pelo próprio nome. Não fomos chamados automaticamente, fomos chamados pelo nome. Pensemos nisto: Jesus chamou-me pelo meu nome. São palavras escritas no coração; pensemos, pois, que estão escritas dentro de cada um de nós, nos nossos corações, e formam uma espécie de título para a tua vida, o sentido do que és, o sentido daquilo que cada um é. Foste chamado pelo teu nome. Nenhum de nós é cristão por acaso, todos fomos chamados pelo nosso nome. Ao princípio da teia da vida, ainda antes dos talentos que possuímos, antes das sombras, das feridas que trazemos dentro de nós, recebemos um chamamento. Fomos chamados, porquê? Porque amados. Fomos chamados, porque somos amados. É belo! Aos olhos de Deus somos filhos preciosos, que Ele cada dia chama para abraçar, para encorajar; para fazer de cada um de nós uma obra-prima única, original. Cada um de nós é único e original, e não chegamos sequer a vislumbrar a beleza de tudo isto.”

(Papa Francisco, Discurso de Acolhimento, JMJ 2023)

Um Pastor para as ovelhas

- Jr 23,1-6 «Os Apóstolos reuniram-se a Jesus e contaram-lhe tudo o que tinham feito e ensinado.
- Sl 22 (23) Disse-lhes, então: “Vinde, retiremo-nos para um lugar deserto e descansai um pouco.”
- Ef 2,13-18 Porque eram tantos os que iam e vinham, que nem tinham tempo para comer.
- Mc 6,30-34 Foram, pois, no barco, para um lugar isolado, sem mais ninguém. Ao vê-los afastar, muitos perceberam para onde iam; e de todas as cidades acorreram, a pé, àquele lugar, e chegaram primeiro que eles. Ao desembarcar, Jesus viu uma grande multidão e teve compaixão deles, porque eram como ovelhas sem pastor. Começou, então, a ensinar-lhes muitas coisas.»
- (Mc 6, 30-34)



Senhor, aceito de imediato esse Teu convite! Vamos para esse lugar deserto onde eu possa descansar um pouco. Preciso de silêncio, preciso de estar longe da confusão dos dias comuns. Às vezes, as férias são mais um mudar de rotina, ou apenas de local, de ambiente, e não verdadeiro descanso. Ainda que nos faça e saiba bem, não é apenas isso o que realmente necessitamos. Precisamos desacelerar, parar, respirar; ouvir a nossa própria respiração, escutar o nosso coração, ouvir Jesus.

Na verdade, somos muitas vezes como toda aquela multidão que, de vários lugares, acorreu ao lugar para onde Jesus e os discípulos se dirigiam: ovelhas sem pastor. Meio perdidos neste mundo que nem sempre faz sentido. Como compreender a maldade humana, a indiferença, o egoísmo, a discriminação? E o que podemos fazer contra tudo isso? No fundo, as mesmas interrogações e inquietações de todos aqueles que foram ao encontro de Jesus e dos discípulos. Sempre que nos deixamos dominar por estas dúvidas, tornamo-nos ovelhas perdidas, desorientadas e sem rumo.

Jesus, que sempre nos surpreende, encheu-Se de compaixão por toda aquela “grande multidão”. Na verdade, não sabemos se o Evangelista está a aumentar o número para dar importância ao acontecimento, mas pouco importa se eram 10 ou 10 mil. O que nos pode transformar é sentirmo-nos objecto desta compaixão, desta ternura. Jesus começou a ensinar-lhes muitas coisas, tal como, ainda hoje, nos ensina a nós, através da Sua Palavra. O que me queres ensinar hoje, Senhor? O que me falta ainda escutar e aprender?

Partilho convosco as minhas respostas, pode ser que vos ajudem na vossa oração. Para começar, aceitar mais e protestar menos. Não se trata de aceitar a injustiça, longe disso. É, simplesmente, não ficar tão zangado com os erros e imperfeições dos outros. Isto não é

nada fácil! Quando estou cansado do dia de trabalho, tenho de me desviar de mais um carro que nem fez sinal, chego a casa e está tudo mais desarrumado que em ordem, e a ajuda que acho ser natural, afinal, não existe, confesso que me custa muito aceitar sem me zangar e protestar. Para não falar nas minhas próprias falhas e no tempo que fico a ruminá-las. Jesus ensina-nos a substituir a zanga pela paz, a compaixão e a misericórdia.

Depois, seria importante lembrar-me mais vezes de que, neste mundo, há muitas ovelhas sem pastor. Algumas completamente perdidas; há, até, ovelhas que perderam completamente a noção de que todos pertencemos a um único rebanho. E, novamente, ter compaixão por todas elas, embora com a certeza de que há muitas a quem nunca poderemos chegar e outras que, estando muito perto, precisam de ouvir muitas vezes a nossa voz para aceitar os nossos ensinamentos, mesmo aqueles que damos com todo o amor e carinho.

Finalmente, para beber tenho de ir à fonte: tenho de escutar e rezar mais a Palavra de Deus, até fazer minhas as palavras de quem é *“manso e humilde de coração”* (Mt 11, 28-30). Só assim poderei caminhar pelos prados verdejantes, com a confiança de que Ele guia todos os meus passos e com a paz que só Ele nos pode fazer viver.



O Senhor é meu Pastor

*O Senhor é o pastor que me conduz, nada me falta.
É nos prados da relva mais fresca que Ele ternamente
me faz descansar.*

*O Senhor é meu Pastor, nada me falta.
É com Seu amor que Ele me guia.
Nada temerei pois Nele pus minha alegria,
O Senhor é meu Pastor.*

*Ele ensina-me os caminhos mais seguros, por amor do Seu nome.
Junto de mim Seu bastão e Seu cajado, tudo passarei
sem temer medo algum.*

*Ele prepara uma mesa para mim, bem em frente ao inimigo.
O Seu óleo ungiu-me a cabeça e minha taça cheia transborda.*

*A Tua graça e bondade hão-de acompanhar-me por toda a minha vida.
Minha morada será a Tua casa, o Teu amor viverei para sempre.*

(In Cancioneiro Verbum Dei, Salmo 22)

Eu posso ser o Único alimento que o outro tem

2 Rs 4,42-44 «Irmãos, eu, prisioneiro pela causa do Senhor, recomendo-vos que vos comporteis segundo a maneira de viver a que fostes chamados: procedei com toda a humildade, mansidão e paciência; suportai-vos uns aos outros com caridade; empenhai-vos em manter a unidade de espírito pelo vínculo da paz. Há um só Corpo e um só Espírito, como há uma só esperança na vida a que fostes chamados. Há um só Senhor, uma só fé, um só Batismo. Há um só Deus e Pai de todos, que está acima de todos, atua em todos e em todos Se encontra.» (Ef 4, 1-6)

«Naquele tempo, Jesus partiu para o outro lado do mar da Galileia, ou de Tiberíades. Seguiu-O numerosa multidão, por ver os milagres que Ele realizava nos doentes. Jesus subiu a um monte e sentou-Se aí com os Seus discípulos. Estava próxima a Páscoa, a festa dos judeus. Erguendo os olhos e vendo que uma grande multidão vinha ao Seu encontro, Jesus disse a Filipe: “Onde havemos de comprar pão para lhes dar de comer?”. Dizia isto para o experimentar, pois Ele bem sabia o que ia fazer. Respondeu-Lhe Filipe: “Duzentos denários de pão não chegam para dar um bocadinho a cada um”. Disse-Lhe um dos discípulos, André, irmão de Simão Pedro: “Está aqui um rapazito que tem cinco pães de cevada e dois peixes. Mas que é isso para tanta gente?”. Jesus respondeu: “Mandai-os sentar”. Havia muita erva naquele lugar e os homens sentaram-se em número de uns cinco mil. Então, Jesus tomou os pães, deu graças e distribuiu-os aos

que estavam sentados, fazendo o mesmo com os peixes; e comeram quanto quiseram. Quando ficaram saciados, Jesus disse aos discípulos: “Recolhei os bocados que sobraram, para que nada se perca”. Recolheram-nos e encheram doze cestos com os bocados dos cinco pães de cevada que sobraram aos que tinham comido. Quando viram o milagre que Jesus fizera, aqueles homens começaram a dizer: “Este é, na verdade, o Profeta que estava para vir ao mundo”. Mas Jesus, sabendo que viriam buscá-lo para o fazerem rei, retirou-se novamente, sozinho, para o monte.» (Jo 6, 1-15)



Começo a rezar e a escrever estas pistas quando as férias ainda são uma miragem, um refúgio ao qual havemos de chegar depois de muitas fadigas, de muitas tarefas, de momentos de alegria e outros de tristeza. Ainda por cima, faz frio! Mas foi um bom exercício rezar as leituras de hoje, projetando-as para esse tempo que há de chegar. E tocaram-me sobretudo as leituras do excerto da Carta aos Efésios e o Evangelho de João.

Paulo escreveu a Carta aos Efésios na prisão. Nela apelava à união dos cristãos. Apelava a que eles, que nós, ajamos como um só corpo, a que vivamos como fomos chamados – praticando a humildade, a mansidão e a paciência, suportando-nos uns aos outros com caridade. Humildade, mansidão, paciência e caridade: só estas quatro palavras já podem pôr-nos em trabalhos sérios. Será que somos capazes de seguir o apelo de Paulo durante as nossas férias?

Trata-se, normalmente, de um período de merecido descanso. Mas bem sabemos que, não raras vezes, as férias também trazem tensões – o cotidiano muda, as dinâmicas familiares também, pode ser um tempo muito desafiante. E, com todos os preparativos e agitação, temos alguma tendência para ir de férias e deixar Jesus em casa!

No entanto, iremos decerto ter algum tempinho livre. Podíamos, pois, aproveitá-lo para trabalhar nas palavras de Paulo, rever o nosso ano, fazer uma boa e honesta revisão de vida, pensar em que podemos melhorar neste Verão e, quem sabe, tomar algumas decisões para o ano escolar, de trabalho ou de família, que se vai seguir. A leitura, de facto, a isso nos desafia. Mas, ainda cheios do cansaço do ano que termina, onde iremos buscar forças para tudo isto?

O Evangelho de hoje pode ser a resposta, porque nos fala da generosidade de Jesus, que a todos alimenta. Mas talvez essa resposta venha também em forma de pergunta(s): Tenho deixado que Jesus seja o meu alimento? Onde vou buscar as minhas forças? Será que tenho consciência de que o Pão que é Jesus nunca se esgota? Sei MESMO que esse amor é infinito, que o posso buscar na Palavra, na oração, na Eucaristia?

Na peregrinação de adultos deste ano, o missionário Henrique disse, na homilia, uma frase que me tem acompanhado: “Eu posso ser o único Evangelho que o outro lê”. Tenho rezado muito esta frase, pedindo a Jesus que me alimente e me dê forças para ser construtora deste Reino de que Ele quer que façamos parte – para ser, dentro das minhas muitas limitações, a face de Jesus para aqueles com quem me cruzo. Pensando nas leituras de hoje, poderíamos dizer que, por vezes, nós podemos também ser o único alimento que o outro tem. Mas, voltando às palavras de Paulo, só é possível fazê-lo com humildade, mansidão, paciência e caridade

para com os que me rodeiam. Não é pequeno, o desafio. Vamos aceitá-lo, nesta semana que agora começa?

Por fim, tentemos não nos esquecer, no quentinho da toalha de praia, de rezar por todos os que trabalham para que possamos descansar. E por aqueles que estão doentes ou não podem estar de férias. Demos graças por tudo o que temos e por termos Jesus sempre connosco!



Hoje é também o Dia Mundial dos avós e dos idosos. Muitos deles, avós de sangue ou do coração, são uma parte importante das férias dos netos, são os campeões da paciência e da caridade. Partilhamos esta magnífico texto sobre os avós do Cardeal Tolentino de Mendonça.

Salvos pelos avós

Falaram de um jogo um bocado elementar que é utilizado nas escolas quando se quer introduzir a questão das escolhas éticas. Existe um navio que se está a afundar e que transporta dez tripulantes. Ao lado, está um providencial bote salva-vidas pronto para ser posto em funcionamento, mas onde infelizmente não cabem todos. O bote só comporta sete pessoas. Urge, por isso, determinar quem tem lugar ali. Tarefa bem dramática! Os dez tripulantes formam, normalmente, um naipe humano variado, novos e idosos, parentes e estranhos, simpáticos e antipáticos, notáveis e anónimos, instruídos e inaptos. Com que critérios construiríamos nós a decisão se estivéssemos perante uma situação tal?

O jogo tem evidentemente o seu quê de rocambolesco, mas as conversas que proporciona acabam por torná-lo, a maior parte das vezes, um ponto de partida interessante. Chamou-me a atenção um dado que os investigadores detetam. Quanto mais jovens forem os alunos a quem se apresenta o jogo, mais previsível se torna a escolha seguinte: se entre os tripulantes do navio estiverem avós, eles são dos primeiros a ser salvos. Não importa se muito avançados em idade ou de saúde debilitada. Os avós aparecem a encabeçar a lista. E a gente pergunta, porquê os avós? O que é uma avó ou um avô no percurso de uma vida, quando, à maneira das sementes, mergulhamos no demorado processo de germinação ou iniciamos as aprendizagens fundamentais? Que contributo indispensável é o seu? Por que sentem os mais novos que eles devem indiscutivelmente ser salvos?

Os avós são mestres de uma arte esplêndida e rara: a arte de ser. Os avós sabem tornar um mero encontro quotidiano numa

apetitosa celebração. Sabem olhar e olhar-nos sem pressas, vendo-nos esperançosamente mais adiante. Sabem dar valor às coisas de nada. Nunca consideram que quando se entretêm connosco estão a perder tempo, muito pelo contrário. Sabem que o amor dá-se bem com essa gratuita condissão. Os avós são docemente silenciosos, mesmo se muito tagarelas. Os avós parecem distraídos, e isso é bom. Os avós caminham a nosso lado sem pressa. Têm tanto de distante como de próximo no arco do tempo. Têm uma sabedoria que se expressa por histórias calorosas e não por conceitos. Têm uma memória que nos parece inesgotável, cheia de aventuras, de bagatelas e de detalhes para divertir. Têm armários carregados de objetos (alguns incompreensíveis) que nos põem a sonhar. Apresentam-nos a gostos e a sabores que passamos a identificar com eles.

Os avós já foram muitas vezes aos lugares onde nos levam pela primeira vez. Chamam a atenção para coisas incalculáveis, como a forma de uma nuvem ou a cor diferente que ganham as folhas. Ensinam-nos com serenidade, colocando-se a nosso lado. Nunca acham despropositada a fantasia, nem os medos, nem o mimo. Têm o sentido das pequenas coisas e colos onde cabem as grandes. Eles não separam, como o resto das pessoas, aquilo que é útil do que é inútil. Fazem-nos sentir que é assim, que já passaram por isso e que existe uma solução que nos vão revelar, só a nós, como um grande segredo. Amparam os nossos desequilíbrios com o corrimão invisível e seguro do seu afeto, disponíveis degrau a degrau. Adivinham o que não dizemos sem se confundirem com a nossa confusão. Quando não estão connosco, pensam em nós, repetem aos amigos as frases que dissemos, disputam-nos, orgulham-se de coisas parvas, como o modo como sorrimos ou respiramos. Penso que se sentimos tão intensamente que os devemos salvar é porque percebemos, desde muito cedo, que somos salvos por eles.

(José Tolentino de Mendonça, *Salvos pelos Avós*,
Expresso. Revista, 09.11.2013)

“No deserto, os nossos pais comeram o maná, conforme está escrito: ‘Deu-lhes a comer um pão que veio do Céu’”.

Jesus respondeu-lhes: “Em verdade, em verdade vos digo: não foi Moisés que vos deu o pão do Céu; meu Pai é que vos dá o verdadeiro pão do Céu.

O pão de Deus é o que desce do Céu para dar a vida ao mundo”.

Disseram-Lhe eles: “Senhor, dá-nos sempre desse pão”.

Jesus respondeu-lhes: “Eu sou o pão da vida: quem vem a Mim nunca mais terá fome, quem acredita em Mim nunca mais terá sede”.»

(Jo 6)

E escrevo estas pistas ainda em tempo de Páscoa, quase a chegar ao Domingo de Pentecostes... num período particularmente difícil da minha vida.

Experimento dureza em várias “frentes”, sinto-me sufocada / pesada, com pouca esperança.

Neste contexto, lembro várias vezes a frase de Jesus “*Eu estarei contigo todos os dias...*”, o que me ajuda a situar-me e a procurar a sua companhia.

Ao rezar as leituras deste domingo, deparo-me com um povo de Deus descontente e desconfiado, até mesmo ingrato (Êx 16)... talvez cansado da aridez do deserto, fraco por não ter as necessidades satisfeitas, desmotivado por ter perdido o sentido para a vida, desesperado por falta de esperança?

Ao mesmo tempo, vejo um Deus preocupado, atento, que sabe o que o Seu povo precisa, e providencia a ajuda necessária. Deus dá o alimento para cada dia.

É precisamente no meio do deserto, a caminho da terra prometida, que Deus alimenta o seu povo...

Segundo a Bíblia, esse caminho durou quarenta anos. E o maná era enviado diariamente, não podia ser armazenado para outro dia.

O maná, para além de ser um suco concreto de certos vegetais com vários nutrientes, representa ainda o sustento moral. Também significa “gozo, prazer, deleite”.

Nesta caminhada que é a nossa vida, em direção à terra prometida, por vezes temos de atravessar desertos...

Temos a confiança de que Deus nos acompanha, nos alimenta e nos anima? Que o Pai nos conhece na essência, sabe tudo do passado, presente e futuro de cada um e de todos? Que nos dá o que precisamos em cada momento?

No Evangelho de S. João, vejo novamente o povo de Deus (uma multidão) à procura de alimento e de sentido. Procuram Jesus! Neste diálogo, Jesus reforça a importância da Fé, da confiança.

E apresenta-Se como o alimento para a vida, em cada momento, e para a eternidade: *“Eu sou o pão da vida: quem vem a Mim nunca mais terá fome, quem acredita em Mim nunca mais terá sede”*.

Perante estas palavras, que dizes hoje a cada um de nós, o que sentimos?

Que “fomes” precisamos de alimentar?

Que “sedes” precisamos de saciar?

Neste momento concreto da minha vida, do que mais necessito, Jesus? Qual é o pão que me ofereces? O Pão do Amor, da Alegria, da Esperança, da Confiança, da Paz, do Perdão? Confio, Senhor, que sabes bem do que preciso, aquilo a que anseio...

Ajuda-nos a procurar-Te, a partilhar o que nos preocupa, o que nos tira as forças e a esperança.

Ajuda-nos a pedir com humildade e confiança, em cada dia, *“Senhor, dá-nos sempre desse pão”*, tal como nos ensinaste na oração do Pai Nosso: *“O Pão nosso de cada dia nos dai hoje...”*

Ajuda-nos a viver agradecidos, com o coração saciado, porque somos amados.

A vida é difícil, mas somos amados! E por isso não estamos sós, mas juntos!



E Jesus lhes disse: Eu sou o pão da vida; aquele que vem a mim não terá fome, e quem crê em mim nunca terá sede.

João 6:35

“O que significa pão da vida? Para viver, há necessidade de pão. (...)

Jesus revela-Se como o pão, ou seja, o essencial, o necessário para a vida de todos os dias; sem Ele as coisas não funcionam. Não um pão entre muitos outros, mas o pão da vida. Sem Ele, mais do que viver, vai-se vivendo: pois só Ele nutre a nossa alma, só Ele nos perdoa daquele mal que sozinhos não conseguimos superar, só Ele nos faz sentir amados, até quando todos nos desiludem, só Ele nos dá a força de amar, só Ele nos dá a força de perdoar nas dificuldades, só Ele infunde no coração a paz que procuramos, só Ele dá a vida para sempre, quando a vida aqui na terra acaba. É o pão essencial da vida.

(...) «Eu sou o pão da vida», estas palavras do Senhor despertam em nós a maravilha pelo dom da Eucaristia. Ninguém neste mundo, por mais que ame outra pessoa, pode tornar-se alimento para ela. Deus fê-lo, e fá-lo, por nós. Renovemos esta maravilha. Façamo-lo adorando o Pão de vida, pois a adoração enche a vida de assombro.

(...) ficaríamos mais à vontade com um Deus que está no Céu, sem se intrometer na nossa vida, enquanto podemos gerir os nossos assuntos aqui na terra. No entanto, Deus tornou-se homem para entrar na realidade do mundo, para entrar na nossa realidade; Deus tornou-se homem para mim, para ti, para todos nós, a fim de entrar na nossa vida. E interessa-lhe tudo da nossa vida. Podemos falar-lhe dos afetos, do trabalho, do dia a dia, das dores, das angústias, de muitas coisas. Podemos contar-lhe tudo, pois Jesus deseja ter esta intimidade connosco.

Eu sou o pão da vida. Comemos juntos pelo menos uma vez por dia; talvez à noite, em família, depois de um dia de trabalho ou de estudo. Seria bom, antes de partir o pão, convidar Jesus, pão de vida, pedir-lhe com simplicidade que abençoe o que fizemos e o que não conseguimos fazer. Convidemo-lo para a nossa casa, oremos

em estilo “doméstico”. Jesus estará à mesa connosco e nós seremos alimentados por um amor maior.

A Virgem Maria, em quem a Palavra se fez carne, nos ajude a crescer dia após dia na amizade com Jesus, pão de vida.”

(Angelus do Papa Francisco, domingo 8 de agosto de 2021)

O que dou pela vida do mundo?

- 1 Rs 19,4-8 «Naquele tempo, os judeus murmuravam de Jesus, por Ele ter dito: “Eu sou o pão que desceu do Céu”. E diziam: “Não é Ele Jesus, o filho de José? Não conhecemos o seu pai e a sua mãe? Como é que Ele diz agora: ‘Eu desci do Céu?’”. Jesus respondeu-lhes: “Não murmureis entre vós. Ninguém pode vir a Mim, se o Pai, que Me enviou, não o trouxer; e Eu ressuscitá-lo-ei no último dia. Está
- Sl 33 (34) desceu do Céu”.
- Ef 4,30–5,2 escrito no livro dos Profetas: ‘Serão todos instruídos por Deus’.
- Jo 6,41-51 Todo aquele que ouve o Pai e recebe o Seu ensino, vem a Mim. Não porque alguém tenha visto o Pai; só Aquele que vem de junto de Deus viu o Pai. Em verdade, em verdade vos digo: Quem acredita, tem a vida eterna. Eu sou o pão da vida. No deserto, os vossos pais comeram o maná e morreram. Mas este pão é o que desce do Céu, para que não morra quem dele comer. Eu sou o pão vivo que desceu do Céu. Quem comer deste pão viverá eternamente. E o pão que Eu hei de dar é a Minha carne, que Eu darei pela vida do mundo”.»

(Jo 6, 41-51)



Ultimamente, há uma mensagem muito forte que tem ressoado em mim e que, tal como ao longo de toda a história, desde Moisés, que foi chamado por Deus para, nas suas circunstâncias e com as suas limitações, conduzir o povo Hebreu da escravidão à liberdade, dando-lhe Deus todos os dons, capacidades e instrumentos de que precisava para cumprir a sua missão, marca a mensagem do Pai para cada um de nós, que somos seus filhos muito amados: **é Deus que nos ama, que nos escolhe e que nos envia a cada um, dando-nos tudo aquilo de que precisamos para o caminho e a missão de sermos quem somos, e fazendo Ele o milagre da transformação e da multiplicação.**

E que mensagem de amor tão forte, linda, essencial, motivadora e encorajadora! Que Bom é Deus para mim! Deixemo-nos guiar por partes.

Em primeiro lugar, Jesus diz-nos claramente que **é o Pai que, tal como O enviou a Ele, nos chama, nos instrui e nos leva a Jesus, a ser como Ele.** É ele que nos atrai e que, depois, nos capacita. Só isto já é maravilhoso! Então, do nosso lado, a que nos convida? A estarmos disponíveis, atentos, abertos, de sentidos apurados e coração ansioso e inquieto para O seguir, para fazer tudo o que Ele nos disser. De que preciso para viver nessa disposição? Jesus responde: *“Todo aquele que ouve o Pai e recebe o seu ensino vem a Mim”*. Rezemos, para saber aplicar na prática da nossa vida esta mensagem de Jesus.

Em segundo lugar, **o Pai e Jesus chamam-nos a acreditar e a confiar no que não vemos.** Em cada passo, em cada entrega, em cada oferta, em cada risco que corremos para chegar àquela pessoa, para formar os nossos filhos, para aconselhar um amigo, para ajudar um

desconhecido, para concretizar um projeto, para salvar uma vida, para discordarmos de uma injustiça, para defendermos alguém, para ficarmos mais perto de Jesus, não sabemos o que virá a seguir, não sabemos se dará fruto, nem sempre sabemos se estamos certos. A única certeza que podemos ter é a de que Ele caminha conosco, ama-nos, chama-nos e capacita-nos. E, ainda outra, a maior prova de Amor:

Em terceiro lugar, **Deus enviou o Filho, Jesus, ao mundo para que nos dê Vida, a Sua Vida, que é, para nós, Vida. E, dizes-me e mostras-me, Vida que é Eterna.** Ele não nos pede nada que não nos tenha já dado. Deu-nos Jesus, como alimento, como caminho, como Vida. Com Ele, seguindo as suas palavras, o seu exemplo, dialogando com Ele, vendo como viveu e ultrapassou – ou não ultrapassou – as dificuldades do mundo. Vendo como “não salvou” todos enquanto homem, mas manteve-se sempre fiel ao Pai e ao Seu amor, aos Seus amigos, como amou até os desconhecidos e os que Lhe quiseram e fizeram mal. É com a Sua entrega, a Sua Paixão e Morte e, principalmente, a Sua Ressurreição, que o Pai, através de Jesus, nos mostra o Seu amor e nos salva a todos. Foi preciso viver o misto de amor e dor, de amizade e traição, de bem e mal do mundo para ultrapassar e vencer esse mal. Quando experimento este amor de Deus por mim, quando recebo Jesus como alimento e rezo os meus caminhos de vida, sinto que, independentemente das dificuldades, das quedas, dos erros, das desilusões, dos limites, sei que não estou sozinha, sei para onde vou, onde descanso, quem me alimenta, onde procuro orientação e, nessa medida, sei que não mais terei fome nem sede, pois Ele sacia com Vida Eterna. Rezo isto? Experimento-me amada? Recordemos a nossa história de amor.

Em quarto e último lugar, **Jesus deu-Se, deu a Sua carne, para a vida do mundo.** E eu, que sou chamada a viver já hoje esse amor que dá a Vida Eterna, como partilho esse amor e me faço alimento para os outros? Como dou a minha Vida? Todos damos e recebemos. Temos consciência disso? O que escolho dar hoje? Não nos preocupemos se é muito, se é pouco, pois se damos a nossa vida é Deus quem a transforma e multiplica, é Ele que, tal como Ressuscitou Jesus e multiplicou o Seu amor pelo mundo, fará o milagre e transformará as nossas vidas, as nossas pequenas ofertas e entregas em nova Vida para o mundo.



*Vós que conheceis os segredos do coração
Jesus, entenecei o meu coração endurecido*

*Vós que Vos entristeceis face à dureza dos ânimos
Jesus, entenecei o meu coração endurecido*

*Vós que amais os corações humildes e contritos
Jesus, entenecei o meu coração endurecido*

*Vós que enxugastes com o perdão as lágrimas de Pedro
Jesus, entenecei o meu coração endurecido*

*Vós que transformais o choro em canto
Jesus, entenecei o meu coração endurecido*

(VIA-SACRA 2024: «Em oração com Jesus, no caminho da cruz»
Coliseu Roma, 2024, Papa Francisco)

Caminhar na terra é o único caminho para o Céu

Ap 11,19a; 12,1-6a.10ab «Por aqueles dias, Maria pôs-se a caminho e dirigiu-se à pressa para a montanha, a uma cidade da Judeia. Entrou em casa de Zacarias

SI 44 (45) e saudou Isabel. Quando Isabel ouviu a saudação de Maria, o menino saltou-lhe de

1 Cor 15,20-27 alegria no seio e Isabel ficou cheia do Espírito Santo. Então, erguendo a voz, exclamou:

Lc 1,39-56 “Bendita és tu entre as mulheres e bendito é o fruto do teu ventre.

E donde me é dado que venha ter comigo a mãe do meu Senhor? Pois, logo que chegou aos meus ouvidos a tua saudação, o menino saltou de alegria no meu seio.

Feliz de ti que acreditaste, porque se vai cumprir tudo o que te foi dito da parte do Senhor.”

Maria disse, então:

“A minha alma glorifica o Senhor e o meu espírito se alegra em Deus, meu Salvador.

Porque pôs os olhos na humildade da sua serva.

De hoje em diante, me chamarão bem-aventurada todas as gerações.

O Todo-poderoso fez em mim maravilhas.

Santo é o seu nome.

A sua misericórdia se estende de geração em geração sobre aqueles que o temem.

Manifestou o poder do seu braço e dispersou os soberbos.

Derrubou os poderosos de seus tronos e exaltou os humildes.

Aos famintos encheu de bens e aos ricos despediu de mãos vazias.

Acolheu a Israel, seu servo, lembrado da sua misericórdia, como tinha prometido a nossos pais, a Abraão e à sua descendência, para sempre.”

Maria ficou com Isabel cerca de três meses. Depois regressou a sua casa.»

(Lc 1, 39-56)



celebramos hoje a Solenidade da Assunção da Virgem Maria.

Neste dia, a Igreja apresenta-nos um dos poucos textos do Evangelho onde Maria, nossa Mãe, é referida. Maria passa muito discretamente nos quatro Evangelhos. Maria torna-se presente, sobretudo, através da sua ausência e do seu silêncio.

Mas, apesar das poucas referências a Nossa Senhora, os Evangelhos apresentam-nos quem é, e como é, Maria.

Com o episódio da Anunciação percebemos que Maria é alguém que vive na espera e na escuta. Por isso está disponível para o encontro com o Anjo.

Vive, também, o acolhimento, nesse encontro com o Anjo, pois ouve o que lhe é revelado e da forma que lhe é revelado.

Perante o que ouve, e tendo as suas dúvidas, vive a dinâmica da conversão. Muda o que pensa e sente para acolher e aceitar aquilo que o Anjo lhe diz da parte de Deus.

No Evangelho este dinamismo de escutar, acolher o que ouve e deixar-se converter é referido com a expressão: Maria *“guardava todas estas coisas no seu coração”* (Lc 2, 51b).

Só que Nossa Senhora não é só contemplação e escuta. Maria é, arrisco dizê-lo, predominantemente, ação. Todos nos lembramos do episódio das Bodas de Caná onde ela toma a dianteira e pede que Jesus ajude os noivos.

Mas o que o Evangelho nos apresenta hoje é, também, um desses momentos de ação de Maria: apesar de grávida, não hesita em pôr-se a caminho para ir ajudar a prima, mais idosa, que também estava grávida e prestes a dar à luz João Batista.

A escuta, acolhimento e conversão (ou seja: a oração) são, para Maria, o alimento das suas opções e ações. E, por isso, vive agradecida e agradecendo como nos mostra o Magnificat presente neste Evangelho.

Maria transforma o que recebe na oração em caminho concreto e quotidiano nesta terra, na sua vida e na vida dos outros.

Ao rezar este texto surgia, perante mim, o convite a ser mais como Maria. Não deixar que o espaço da oração seja um tempo e um momento intimista entre mim e Deus. Há o convite a aprender, com Ela, a transportar o que recebo de Deus, na oração, para a minha vida, para os meus caminhos, para a vida dos outros. A deixar que o dinamismo do Espírito Santo se manifeste no meu dia a dia.

Este é um dos convites que esta Solenidade nos apresenta. Estamos dispostos a aceitar este convite e a tentar ser mais como Maria na nossa realidade concreta e quotidiana?

É a forma como Maria caminha, e se comporta, nesta terra que a faz *“caminhar”* até ao Céu.

Hoje, celebramos essa opção de Nossa Senhora vivida toda a sua vida: basta lembrarmo-nos de Maria junto à cruz ou, depois, junto aos apóstolos, no Dia de Pentecostes.

Mas, mais do que celebrar esta forma de viver, somos convidados a tentar viver assim também nós: na escuta, no acolhimento, na conversão e na ação, vivendo de uma forma clara, e agradecida, a nossa fé e esperança em Deus.

Vamos a isso?



Porque é que Maria se levanta e parte? A razão – temos de o reconhecer – não é apenas externa, mas interna. Deus entrou na sua vida. Maria é transformada pela visita de Deus. E a consciência do impacto do amor de Deus, experimentado numa forma vital, não a deixa mais parada, nem a autoriza a ser apenas espectadora do curso dos acontecimentos.

Um dos biblistas que comentam esta página, Joseph A. Fitzmyer, não tem dúvidas: «o que se pretende indicar [com a viagem apressada de Maria] é a sua reação ao que o mensageiro celeste acaba de lhe comunicar». O acolhimento do dom de Deus que lhe foi comunicado mexe com a sua vida, altera a sua rotina, sugere-lhe que vá além. O sim de Maria é dinâmico. A sua partida é assim consequência de uma experiência de amor e de fé conscientemente iniciadas. A viagem constitui uma forma clara e comprometida de resposta.

Com Maria, aprendemos que se nos levantamos e partimos é porque primeiro Deus vem ao nosso encontro. Por muito que isso nos pareça surpreendente, Ele entra na nossa história. O contato com o Seu amor incondicional, a Boa Nova desse amor é a experiência que deve preceder tudo.

Quando Maria se levanta e parte o que é que descobre? Descobre a beleza do protagonismo de Deus na história. Como lhe diz Isabel, ela é de fato feliz porque acreditou. Maria relê toda a sua história e a história do seu povo como uma história de salvação, onde é possível notar a cada momento a fidelidade de Deus. E, por isso, Maria pode cantar no seu cântico de louvor a desfatalização da história que Deus opera através do Seu Filho. Temos razões para crer. Temos razões para cantar.

Que a urgência que apressou o passo de Maria deflagre também em nós como uma alegria que cresce e que já nada pode travar.

Termino com palavras do comentário de Santo Ambrósio à cena da Visitação. Santo Ambrósio escrevia: «Vede bem que Maria não duvidou... e por isso obteve o fruto da sua fé. Feliz és tu porque acreditaste. Mas felizes sereis também vós se tendo ouvido, acreditardes. Pois cada alma que acredita, concebe e gera o Verbo de Deus».

É essa agora a nossa tarefa.

(Cardeal Dom José Tolentino Mendonça
facebook.com/comodissetolentino, dia 12 de dezembro de 2023)

Habitados pelo Espírito de Deus

- Pr 9,1-6 «A Sabedoria edificou a sua casa e levantou sete colunas. Abateu os seus animais, preparou o vinho e pôs a mesa. Enviou as suas servas a proclamar nos pontos mais altos da cidade: “Quem é inexperiente venha por aqui”. E aos insensatos ela diz: “Vinde comer do meu pão e beber do vinho que vos preparei. Deixai a insensatez e vivereis; segui o caminho da prudência”.»
(Pr 9, 1-6)
- Sl 33 (34)
- Ef 5,15-20
- Jo 6, 51-58

«Irmãos: Vede bem como procedeis. Não vivais como insensatos, mas como pessoas inteligentes. Aproveitai bem o tempo, porque os dias que correm são maus. Por isso não sejais irrefletidos, mas procurai compreender qual é a vontade do Senhor. Não vos embriagueis com o vinho, que é causa de luxúria, mas enchei-vos do Espírito Santo, recitando entre vós salmos, hinos e cânticos espirituais, cantando e salmodiando em vossos corações, dando graças, por tudo e em todo o tempo, a Deus Pai, em nome de Nosso Senhor Jesus Cristo.»

(Ef 5, 15-20)

Estamos de volta ao verão! Às férias, ao tempo passado em família, ao tempo de nos dedicarmos ao que, realmente, é importante para nós. Por isso, que bom é poder estar com o caderno entre mãos, a dar espaço ao nosso Pai, ao nosso Deus.

Gostava de começar estas pistas e esta oração com um exercício que tenho feito desde a última vez que me confessei e que vos convido a fazer também. O padre disse-me: vamos começar por agradecer uma coisa do teu dia, antes de começarmos a confissão. Porque, no seu entender, vamos para a confissão com a lista dos “males feitos” e esquecemo-nos de que a confissão pode ser um lugar de encontro com Deus e com a Sua misericórdia. E com o Seu atuar no nosso coração, Aquele que não vemos, mas que está lá, a amaciar-nos o coração, a forjar em nós um coração mais dócil, mais fraterno, mais parecido com o d’Ele.

E tenho vindo a perceber que, muitas vezes, também chego à oração assim: com a lista do que quero resolver, trabalhar, como se fosse mais uma tarefa a cumprir do que um estar... por isso, paremos um instante para agradecer. Qualquer coisa que queiramos agradecer hoje: O mar. O parar. Uma conversa. Esta paragem para rezar. As férias. O estar. O serenar...

Irmãos: Vede bem como procedeis. Não vivais como insensatos, mas como pessoas inteligentes. Aproveitai bem o tempo, porque os dias que correm são maus. Por isso não sejais irrefletidos, mas procurai compreender qual é a vontade do Senhor. Não vos embriagueis com o vinho, que é causa de luxúria, mas enchei-vos do Espírito Santo.

Ao longo deste ano, um dos meus pensamentos recorrentes, e que trago muitas vezes para a oração, é o envelhecer: não só porque vejo os meus pais a ficarem mais frágeis, mas porque me sinto, eu própria, a envelhecer. Como quero envelhecer? O que quero levar comigo para a minha velhice?

Tenho isto por certo: eu quero envelhecer com Deus na minha vida.

E, para isso, preciso voltar sempre às perguntas que aparecem nestas leituras: onde edifico a minha casa? Onde está o meu coração? Onde ponho o meu amor? Em quem ponho o meu amor? Estou a aproveitar bem o meu tempo?

Por mais tempo que passe, continuo a deixar-me levar pelas correrias, pelas ideias feitas de como devem ser as coisas e o que é correto ou incorreto... pelo “vinho” que me embriaga e que parece trazer-me inúmeras riquezas, interesses, experiências, mas que, na realidade, não me leva a lado nenhum, não me constrói, mas que, muitas vezes, me envenena e me faz construir a minha casa numa rocha falsa, que me afasta do projeto de Deus para mim, porque constrói o meu egoísmo, mas não constrói comunidade nem fraternidade.

Também me interpela esta frase: *“Deixai a insensatez e vivereis; segui o caminho da prudência”* porque me questiono sempre: o que é o caminho da prudência...?

Muitas vezes penso (e assumo) que o caminho da prudência é somente cumprir preceitos: ir à Missa, fazer boas ações, ter atitudes corretas, fraternas, ir aos grupos, reuniões, revisão de vida, tentar rezar... Mas isso é tão monótono! E, quando faço isso, por que não me sinto realizada? Verdadeiramente em paz...?

Tenho chegado à conclusão que é porque se trata de um caminho exterior a mim. Que faço só para “parecer bem”, sair bem na “fotografia...”. Um caminho que exclui uma relação pessoal, “tu a tu” com Deus.

Quando rezava esta passagem, pus-me a olhar para aqueles que admiro, aqueles à minha volta em quem vejo Deus e questiono-me: o que me atrai? Não é a perfeição das suas ações, nem dos seus juízos ou da sua forma de atuar, ou mesmo, de falar, mas o caminho de aproximação que os vejo fazer para Deus. O esforço que, por vezes, fazem para continuar firmes na Fé, apesar das circunstâncias

que lhes são dadas viver. A alegria interior que os habita. A esperança que trazem na voz quando falam, mesmo quando falam sobre situações de guerra, de sacrifício, de falta de oportunidades.

E aquilo que tenho vindo a descobrir, ou a tornar mais consciente em mim, é que o Senhor está sempre a convidar-nos, a chamar-nos a uma nova maneira de estar no mundo. E que só estamos verdadeiramente completos quando estamos ligados a Ele. Só somos verdadeiramente nós quando estamos ligados a Ele.

Quando ouvimos “*o Verbo tornou-se carne e habitou no meio do mundo*” é de nós que estão a falar! Somos nós os habitantes deste mundo. Somos nós os que somos chamados a ser rosto de Deus para os que habitam à nossa volta e se cruzam connosco.

Somos convidados a deixarmo-nos habitar pelo Espírito de Deus. A sentir esse Amor dentro de mim/nós. A deixar-nos transformar por esse Amor.

Que atitudes tenho de treinar em mim, para que seja capaz de me sentir habitada por Ti, Senhor? Para que consiga sentir-Te a caminhar ao meu lado?



Aprender a ler o livro da nossa vida

A nossa experiência pode ser comparada a um livro, uma página infinita do mundo. Ora, os tempos antigos foram marcados pelo livro das religiões, que formaram os pilares de civilizações milenares. Por sua vez, a modernidade ficou determinada pela descoberta do livro da natureza decifrado pela ciência. Uma descoberta que despoletou inúmeros processos de emancipação civilizacional. Os tempos atuais, marcados pela procura de autenticidade e das raízes da identidade, pode dizer-se que vão colocando na ordem do dia o livro da nossa vida e a busca de um modo mais justo de o ler.

O mistério da Ascensão convida-nos a ser atentos e a ler esse livro com profundidade. A não nos submetermos a essa pressa que nos aprisiona a uma generalizada ditadura da superficialidade. O mistério da Ascensão anima-nos a uma resistência íntima face à avidez das respostas rápidas. Porque cada um de nós é parábola de Deus. Há que ler esse livro sem pressa nem pausa, partilhá-lo e acolher o dos outros. É nessa partilha que emerge a convicção de que as nossas histórias não têm de ser becos de solidão, podem ser caminhos de esperança. Vejamos. Um jovem suíço, depois de uma prolongada doença que o fez olhar a sua vida com profundidade, pegou numa bicicleta e encontrou a pequena aldeia de Taizé. Lá, construiu, com outros, um pequeno mosteiro que se veio a tornar numa primavera para a Igreja, onde tantos jovens de diferentes igrejas cristãs foram percorrendo um caminho comunitário de reconciliação e confiança. Uma jovem judia de Amsterdão, depois de iniciar um caminho de busca intensa de sentido para a sua existência confusa, afirmou, no meio de um campo de concentração nazi, que a vida é bela, é digna de ser vivida e entregue aos outros como alimento. Roger Schutz e Etty Hillesum, pessoas incompletas e, por isso, cheias de possibilidade! Eis a visão de esperança que o Senhor que subiu aos céus deseja comunicar-nos, desde dentro dos dias.

Este caminho implica deixar o que nos impele à pressa e à indiferença, a fim de partirmos em direção a algo novo que nunca acabaremos de definir. Porque Aquele que viajou nos caminhos humanos e os leva no coração, também nos quer viajantes, melhor: peregrinos. Não como seres labirínticos, a andar sempre à volta das nossas emoções, encurvados sobre nós próprios, e acabando por esbarrar contra as pedras da frustração num caminho sem profundidade, sem outros. Não como turistas espirituais, interessados em acumular experiências e gurus, mas acabando por abafar o próprio coração com um orgulho espinhoso, dominado pelas aparências. Nem labirínticos, nem turistas, mas peregrinos(!) – seguidores da transcendência pobre e humilde de Jesus de Nazaré que, por meio dos sinais interiores do Espírito e acompanhados por decisões e confirmações, fazem ressoar no mundo a frase: “Eu estarei para sempre convosco até ao fim dos tempos”.

(ponto sj, artigo “O céu descera, elevando-nos”
publicado em 10 de Maio 2024 - P. Miguel Pedro Melo, sj)

“Tu tens palavras de vida eterna.”

Js 24,1-2a.15-17.18b «Naquele tempo, muitos discípulos, ao ouvirem Jesus, disseram:

Sl 33 (34) “Estas palavras são duras. Quem pode escutá-las?”

Ef 5,21-32 Jesus, conhecendo interiormente que os discípulos murmuravam por causa disso, perguntou-lhes:

Jo 6,60-69 “Isto escandaliza-vos? E se virdes o Filho do Homem subir para onde estava

anteriormente?

O espírito é que dá vida, a carne não serve de nada. As palavras que Eu vos disse são espírito e vida. Mas, entre vós, há alguns que não acreditam”.

Na verdade, Jesus bem sabia, desde o início, quais eram os que não acreditavam

e quem era aquele que O havia de entregar.

E acrescentou:

“Por isso é que vos disse: Ninguém pode vir a Mim, se não lhe for concedido por Meu Pai”.

A partir de então, muitos dos discípulos afastaram-se e já não andavam com Ele.

Jesus perguntou aos Doze: “Também vós quereis ir embora?”.

Respondeu-Lhe Simão Pedro:

“A quem iremos, Senhor? Tu tens palavras de vida eterna.

Nós acreditamos e sabemos que Tu és o Santo de Deus”.»

(Jo 6, 60-69)

E muito interessante este diálogo de Jesus com os Doze! Como acontecia muitas vezes, Jesus diz frases que eles não entendem e que nós também não entendemos. Por isso, é tão importante (até para nos podermos fixar no que é essencial) repetirmos interiormente isto que Jesus nos diz: *“Ninguém pode vir a Mim, se não lhe for concedido por Meu Pai”*.

Jesus propõe-Se à nossa vida; e muitas vezes achamos que a adesão a Ele e à Igreja depende apenas de nós, como acontece com um partido político ou com um clube desportivo. Mas não!

Deus tem um modo de agir diferente do agir humano: Ele sugere, desafia-nos, pergunta *“Queres vir Comigo?”* e dá-nos, ao mesmo tempo, todas as capacidades necessárias para Lhes respondermos. *“Ninguém pode vir a Mim, se não lhe for concedido por Meu Pai”*.

Foi assim com Abraão, com Moisés, com os profetas e com os chefes de Israel, com Maria e com José, com os apóstolos, com os santos que conhecemos dos altares e com todos aqueles homens e mulheres que, ao longo dos tempos, aceitaram fazer da sua história pessoal e da história da época em que viveram História da Salvação. No fundo, todos os que souberam fazer de si mesmos lugar de encontro de Deus com os homens e que quiseram viver no tempo a eternidade.

“A quem iremos, Senhor? Tu tens palavras de vida eterna” – é esta a questão, é esta a resposta.

Olhamos à nossa volta e percebemos que o mundo vive acelerado, que tudo decorre a uma velocidade vertiginosa. Talvez os nossos antepassados que viram surgir os primeiros automóveis, telefones ou televisões tenham achado o mesmo; mas, é verdade que, no nosso século, é tudo ainda mais alucinante. No meio deste turbilhão, a quem vou?

Há pessoas que vivem o supérfluo e o efêmero e outras que optam pelo que permanece; no tempo de Jesus também já era assim; foi assim sempre.

“As palavras que Eu vos disse são espírito e vida. Mas, entre vós, há alguns que não acreditam.”

O que nos leva a escolher o “para sempre”, quando é muito mais fácil o “para já”?

“A quem iremos, Senhor?” Vamos ao que nos dá vida! *“Tu tens palavras de vida eterna.”*

Este tempo de Verão, de férias, de dias mais longos e mais calmos são um convite a fixarmos mais o olhar em Jesus e a dizermos-Lhe, face a face, de coração a coração *“A quem iremos, Senhor? Tu tens palavras de vida eterna”*.

Este é um “tempo favorável” para revermos o ano que vivemos e para projetarmos o que aí vem.

O que vou fazer? Como vou viver?

O que é a “vida eterna” que desejo, aqui e agora?

Como me alimento dessa Palavra que dá vida?



Queridos irmãos e irmãs, bom dia!

Conclui-se hoje a leitura do capítulo seis do Evangelho de João, com o discurso sobre o «Pão da vida», pronunciado por Jesus no dia seguinte ao milagre da multiplicação dos pães e dos peixes.

No final daquele discurso, o grande entusiasmo do dia anterior apagou-se, porque Jesus tinha afirmado ser Pão descido do céu e tinha dito que dera a Sua carne como alimento e o Seu sangue como bebida, aludindo assim claramente ao sacrifício da Sua própria vida.

Aquelas palavras suscitaram desilusão (...) Nem sequer os discípulos conseguem aceitar aquela linguagem inquietante do Mestre. E o trecho de hoje refere as suas apreensões: “Isto é muito duro! — diziam — Quem o pode admitir?” (Jo 6, 60).

(...) Com efeito, desde então, refere o Evangelho, “muitos dos discípulos se retiraram e voltaram atrás” (v. 66).

Perante estas deserções, Jesus não faz concessões e não atenua as Suas palavras. Aliás, obriga a fazer uma escolha específica: estar com Ele ou separar-se d’Ele; e pergunta aos Doze “Quereis vós também retirar-vos?” (v. 67).

A este ponto Pedro faz a sua confissão de fé em nome dos outros Apóstolos: “Senhor, para quem iremos nós? Tu tens as palavras da vida eterna” (v. 68).

Não diz “para ONDE iremos?”, mas “para QUEM iremos?”.

O problema fundamental não é ir e abandonar a obra empreendida, mas é para quem ir.

A partir desta interrogação de Pedro, compreendemos que a fidelidade a Deus é questão de fidelidade a uma Pessoa, à qual nos unimos para caminhar juntos pela mesma estrada: Jesus.

Tudo o que temos no mundo não sacia a nossa fome de infinito. Precisamos de Jesus, de estar com Ele, de nos alimentarmos à Sua mesa, com as Suas palavras de vida eterna!

Acreditar em Jesus significa torná-Lo o centro, o sentido da nossa vida. (...)

Cada um de nós pode questionar-se: quem é Jesus para mim?

É um nome, uma ideia, um personagem histórico?

Ou é verdadeiramente aquela Pessoa que me ama, que deu a vida por mim e caminha comigo?

Para ti, quem é Jesus? Estás com Jesus? Procuras conhecê-Lo na Sua palavra?

Lês o Evangelho, todos os dias um trecho do Evangelho, para conhecer Jesus?

Tens contigo um pequeno Evangelho no bolso, na bolsa, para o ler, em todos os lugares?

Porque quanto mais estivermos com Ele tanto mais crescerá o desejo de permanecer com Ele.

(...)

A Virgem Maria nos ajude sempre a “ir” ter com Jesus para experimentar a liberdade que Ele nos oferece e que nos permite limpar as nossas escolhas das ‘incrustações’ mundanas e dos medos.

(PAPA FRANCISCO

Praça São Pedro

Angelus - Domingo, 23 de agosto de 2015 (excertos)

https://www.vatican.va/content/francesco/pt/angelus/2015/documents/papa-francesco_angelus_20150823.html

parte II

Partilhamos, neste Caderno, duas experiências fortes de vida em comunidade: a peregrinação a pé a Fátima organizada pela Verbum Dei Lisboa e a deslocação de um casal missionário a uma comunidade em África para o compromisso de outros casais missionários.

2024 foi declarado pelo Papa o Ano da Oração: trazemos também uma breve explicação a esse propósito.

O Verão é a época em que temos mais tempo para aquilo de que gostamos e para aqueles de quem gostamos. Digamos: um tempo para o que é essencial. E aí está Deus, obviamente!

As férias, uma viagem, uma peregrinação, um retiro são ocasiões para redescobrirmos o nosso caminho de fé.

O Verão é também um tempo de apelo à calma, à serenidade, à paz.... Sabemos – e temos experimentado – que a paz é algo que desejamos muito mas que, em termos globais, depende pouco de cada um de nós. Temos a noção de que nada podemos fazer para travar situações como as que ocorrem na Ucrânia ou na Palestina; mas isso não nos pode impedir (pelo contrário!) de procurar, em tudo, viver a paz e viver em paz.

A oração traz-nos a paz e envia-nos a construir a paz, como é o título deste caderno.

Jesus oferece-nos a paz como o primeiro dom da Sua Ressurreição: *“A paz esteja convosco”* repetiu aos apóstolos em cada uma das Suas aparições como ressuscitado.

Já, numa outra ocasião, lhes tinha dito: *“Deixo-vos a paz, dou-vos a Minha paz”*. E estabelece esta diferença: *“Não é como a dá o mundo, que Eu vo-la dou.”* E ainda os tranquiliza: *“Não se perturbe o vosso coração.”* (Jo 14, 27).

Para este Verão, Jesus deixa-nos o convite a construir a paz a partir Dele, da paz que Ele nos dá.

Possamos viver cada dia na certeza, lema deste ano, e na confiança de quem sabe que vive acompanhado, que tem o próprio Deus por companhia: *“Eu estarei contigo todos os dias”*. (Mt28, 20).

Fátima, 28 de abril de 2024

Não me sai da cabeça (ou do coração) a música “Estou à Tua porta a bater...”, se calhar isto é uma técnica da Ana Coimbra para evangelizar. Se calhar, não; é, de certeza, já diz o ditado: “Água mole em pedra dura, tanto bate até que fura”, e nós, ceguinhos como andamos, nem damos por nada, “caímos” que nem uns patinhos. Mas faz parte, se calhar Ele ainda está à porta a espreitar e eu ainda não O deixei entrar completamente, acho que não estou a empurrar a porta, mas tenho alguns



cantos da casa para limpar antes de receber, em paz, quem bate à porta. Pelo menos, nestes dias, já limpei o pó aos caixotes das lembranças de uma juventude cristã que estavam guardados no sótão. Vai ser difícil limpar a casa toda sozinha, antes de convidar os amigos para jantar. Tenho de ser realista, a casa é grande e tem alguns recantos sombrios ou janelas altas (e, na verdade, como sou uma “meia-leca” preciso de um escadote ou da ajuda de um Homem alto, muito alto e forte). E esse Homem é Jesus, tenho de contratar a empresa “Jesus Cristo e os Apóstolos, Limitada” para me ajudar nesta tarefa. Para além de ser uma



parte II Peregrinação de Adultos da Verbum Dei a Fátima
Testemunho de um reencontro

tarefa difícil, é importante garantir a sua manutenção, fazer a limpeza anual mais profunda, abrir as janelas para renovar o ar e, por vezes, até mudar a decoração de alguma divisão. Já para não falar de que o jardim também precisa de ser tratado e apanhar as ervas daninhas mal estejam a nascer, para que não se espalhem, são uma praga! E a ementa para o jantar fica para mais tarde, é preciso ser pensada e discutida com os ajudantes domésticos, mas a sobremesa vai ser de certeza um bolo de chocolate, daqueles que toda a gente faz “Mmmmm...” e pede a receita.

Cláudia Pascoal



Um caminho de FÉ e TRANSFORMAÇÃO

Ir em peregrinação a Fátima era um desejo nosso já há algum tempo: sentíamos uma vontade muito grande de conhecer a sensação de ir ao encontro da Mãe.

Foi através de uma publicação numa rede social que tomámos conhecimento desta peregrinação. De imediato ficámos interessadas, ainda sem sabermos nada do que seria este caminho.

Esta peregrinação realizou-se nos dias 25 a 28 de abril e sabíamos que seria diferente das que já tínhamos feito.

Sem sabermos o que nos esperava, lá estávamos nós, no dia 25 de abril, no ponto de encontro, na Paróquia do Campo Grande, em Lisboa. Ao chegarmos ficámos muito surpreendidas com o grande número de pessoas inscritas e sobretudo com diversidade de idades.

Esta peregrinação de adultos foi/é organizada pela Verbum Dei. Este ano tinha como principal tema “Se existes faz-me feliz!”. Houve uma apresentação por uma missionária, onde nos foram feitos alguns esclarecimentos e as dinâmicas do caminho. De seguida, rumámos em direção a Alcobça onde iríamos iniciar a nossa caminhada.

Foram quatro dias incríveis que dificilmente se conseguem descrever.



parte II Peregrinação de Adultos da Verbum Dei a Fátima Um caminho de fé e transformação

Nos diferentes dias eram-nos colocadas perguntas que serviam de tema para o dia. As reflexões eram iniciadas por elementos da Verbum Dei: na 1.ª pessoa explicavam-nos algumas passagens da Bíblia. Tudo o que nos era dito servia para que refletíssemos *a posteriori*.



O tópico do 1.º dia foi - “Quero ser encontrado?”; no 2.º dia - “Quem és tu, Jesus?”; no 3.º dia - “O encontro” e por fim, no último dia - “A alegria de ser Missionário”. Através das questões éramos remetidas a ler/ouvir algumas passagens da Bíblia e eram dadas pistas para que pudéssemos fazer a nossa reflexão.

Todos os dias eram uma experiência nova e tínhamos connosco uma alegria interior imensa! Com tantas partilhas das diferentes pessoas dava a sensação que já nos conhecíamos há imenso tempo e o caminho percorrido, apesar de algumas dificuldades no seu trajeto, tornou-se fácil de percorrer.



A chegada a Fátima, à nossa Mãe, foi o culminar de uma sensação inexplicável. Nos nossos rostos corriam lágrimas de contentamento pelo caminho percorrido.



parte II Peregrinação de Adultos da Verbum Dei a Fátima Um caminho de fé e transformação

Agradecemos tudo o que a vida nos dá, inclusive o menos bom, pois, com a Fé que nos move, tudo é mais fácil de enfrentar.

Esta peregrinação não foi apenas uma peregrinação a caminhar ao encontro de Jesus e Sua Mãe: foi uma peregrinação muito completa, na nossa perspectiva, pois caminhámos, rezámos, cantámos e fizemos silêncio para nos encontrarmos connosco e com Ele.

E com o cântico “Estou à tua porta a bater/se Me abrires entrarei para ficar/ Eu preciso de ti para valer/ Eu preciso de ti para enviar”, que nos tocou particularmente, terminamos este nosso testemunho com a certeza que queremos repetir esta experiência de Fé.

Ana Vale e Cati Amaro



Enviados aos Camarões plantar árvores

A República dos Camarões é um país da região ocidental da África Central. Faz fronteira com a Nigéria, Chade, República Centro-Africana, Guiné Equatorial, Gabão e República do Congo. As línguas oficiais são o Inglês (mais falado no norte) e o Francês.



Pensa-se que na origem do nome esteve a presença dos portugueses, que usaram o território como ponto de passagem nas suas viagens marítimas. O navegador português Fernão Pó quando chegou ao estuário do rio Wouri, em 1472, chamou-lhe "rio dos Camarões", devido à abundância destes crustáceos.

A Verbum Dei (VD) está presente desde há décadas nas duas maiores cidades: Yaoundé (Missionários) e Douala (Missionárias e Missionários). Foi no seio da Família VD de Douala que cresceram os três casais que primeiro sentiram o apelo de Deus a fazer parte do Ramo de Casais Missionários. Foram vários anos de formação, garantida pelo contributo de membros dos três ramos da Fraternidade (FMVD), nos quais nós nos incluímos: estivemos uma semana em 2017, fizemos com eles todo um percurso online e fomos ali enviados de novo – que sorte ! – em representação dos nossos responsáveis para receber o seu vínculo definitivo à FMVD no dia 4 de maio de 2024.

Nos primeiros dias da nossa estadia rezámos juntos os capítulos 10 e 15 do Evangelho de João. Através deles, Jesus reafirmou a sua eleição (“Fui Eu que vos escolhi”) e recordou-nos a necessidade de permanecermos unidos a Ele para amar e experimentar a alegria plena. O contexto social a que assistimos pelo mundo fora torna muito urgente a chamada de Jesus: é urgente um mundo onde nos tratemos verdadeiramente como irmãos! Ensinar a viver a partir da

identidade de filhos muito amados de Deus (TODOS) é a resposta que Ele nos convida a dar! Sentimo-nos profundamente agradecidos pelo facto de que nada do que somos, nada do que faz parte da nossa vida quotidiana – laboral, familiar, social – nada fica fora do Seu Amor nem da nossa resposta missionária!



No último dia estivemos com outros quatro casais que, após discernimento, pediram para iniciarem, eles também, o caminho de formação no Ramo dos Casais Missionários.

Testemunhámos com alegria e gratidão, como, através do Carisma VD e de pessoas muito concretas que aqui entregam as suas vidas, Deus foi ao encontro de cada um e os foi reconstruindo e erguendo, individualmente e como casal.

Expressaram unanimemente como se sentiam desafiados a partilhar com outros tão grande tesouro que revolucionou as suas vidas. Acreditamos muito na força do Carisma VD como dinamismo de Vida e de transformação social! Acreditamos na sua grandeza como

iniciador de processos “ações que geram novos dinamismos na sociedade e comprometem outras pessoas e grupos que os desenvolverão até frutificar em acontecimentos históricos importantes” (cf. EG 221).

Esta viagem permitiu ainda estreitar os laços que nos unem ao povo africano. Não podemos esquecer o que os nossos olhos viram e todos os nossos sentidos tocaram: o calor extremo e poucos meios para lhe fazer face, a eletricidade intermitente e escassa que compromete demasiadas vezes aspetos básicos do quotidiano, as ruas esburacadas e cheias de lixo – muito plástico! – um presidente ditador há mais de 40 anos no poder, a falsa alegria da música por todo o lado e postos de bebidas alcoólicas para ajudar a esquecer a luta diária, mais do que para festejar a vida...



Acreditamos que todos temos muito poder de gerar vida ou morte com as nossas opções.

E como é bom gerar vida!

parte II Novos Casais Missionários Verbum Dei em África
Testemunho

Sugerimos que nas nossas viagens e nas nossas opções de férias incluamos destinos de países pobres. Iremos com certeza espantar-nos e questionar-nos: como permitimos que, no século XXI, tantos irmãos nossos vivam quotidianamente com tantos constrangimentos?

Acreditamos que todos juntos podemos encontrar caminhos para que todos tenham mais vida!

Rezamos ao Pai para que nos vá fazendo semeadores como “O Homem que plantava árvores”: sugerimos vivamente a leitura do livro de Jean Giono ou a visualização do mini filme do mesmo no YouTube.

O nosso querido Pai agradecer-nos-á com uma “medida cheia, recalçada, sacudida e transbordante” (Lc 6,38).

Raquel e Joaquim Palma, casal missionário Verbum Dei



2024, ANO DE ORAÇÃO

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração, convidando toda a Igreja a um tempo de grande compromisso, em preparação para a abertura da Porta Santa (24 dezembro 2024).

O convite é intensificar a oração como diálogo pessoal com Deus, convite que deve levar-nos a refletir sobre a nossa fé, sobre o nosso compromisso no mundo de hoje, nos diversos âmbitos que somos chamados a viver, para que possa ser alimentada uma renovada paixão pela Evangelização do homem moderno.

O Papa Francisco, anunciando no Angelus o Ano da Oração que precede o Jubileu 2025, exortou assim os fiéis: *«Peço-vos que intensifiquéis a vossa oração, a fim de nos prepararmos para viver bem este acontecimento de graça, e experimentar nele a força da esperança de Deus. [...] Um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no Mundo».*

(Angelus, 21 de janeiro de 2024)



Família Missionária Verbum Dei

Uma Família

A Família Missionária Verbum Dei (FaMVD), como o seu próprio nome indica, é primeiramente uma "Família" profundamente missionária e ao serviço da Palavra de Deus, formada por homens e mulheres de todas as culturas, línguas, nações e estados de vida. Os membros desta Família, movidos pela mesma missão e espiritualidade Verbum Dei, procuram seguir Cristo e transmitir a vida e o amor de Deus a todos os povos.

Três Ramos

No coração da Família Verbum Dei está a Fraternidade Missionária Verbum Dei (FMVD), uma Instituição de Vida Consagrada da Igreja Católica formada por pessoas que consagram a sua vida a Deus. Dela fazem parte:

_Dois Ramos celibatários (que professam os votos de pobreza, castidade e obediência) - Missionárias e Missionários consagrados.

_Casais Missionários - que se consagram a Deus através do sacramento do Matrimónio e de um compromisso solene que os vincula.

Fundada a 17 de Janeiro de 1963, em Maiorca (Espanha), pelo Rvdo. D. Jaime Bonet, a FMVD tem como Missão o anúncio da Palavra de Deus e a propagação do Seu Reino através:

_da oração;

_do ministério da Palavra;

_do testemunho de vida evangélica.

Consulte as atividades da Família Missionária Verbum Dei de Lisboa em lisboa.verbumdei.org/calendario

Centro de Evangelização Vale de Lobos

Rua Profª Rosa Génio Alves nº 7, 2715-395 Almargem do Bispo

GPS N 38º 49' 15''; W 9º 17' 25''

Tel. Vale de Lobos - 21 962 42 84

Casa da Palavra

Largo João Vaz nº 15, 1700-151 Lisboa

Tel. 218 450 08 1

Fraternidade Missionária Verbum Dei

lisboa.verbumdei.org | contacto@verbumdei.org | Tel. Lisboa -

21 795 09 57

cadernodeoracaovd@gmail.com

