

E eu, que posso fazer?



«A Paz esteja convosco!»
Jo 20, 19

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
Cristina Mesquita
Filipa Ramalhete
Francisco Valles
Joana Galvão Teles
João Ricardo Moreira
Manuela Cerejeira
Marta Valles
Paula Mourão
Paulo Calado
Paulo Vieira
Pilar Bazo (Missionária VDei)
Sebastião Barata
Sofia Palminha
Ventura Adrover (Missionária VDei)

Colaboração de:

Ana Leal
Maria João da Luz
Marta Leal
Patrícia Neves
Victoria Coimbra

Comentários e sugestões para:
cadernodeoracaovd@gmail.com

E eu, que posso fazer?

4 INTRODUÇÃO

PARTE I | Domingos de verão

- 8 5 julho - Mansidão e Humildade
- 12 12 julho - Acolhamos as sementes em todos os terrenos que somos!
- 17 19 julho - Semear e cuidar a boa semente
- 22 26 julho - “Foi vender tudo quanto possuía e comprou essa pérola”
- 26 2 agosto - “Todos comeram e ficaram saciados”
- 31 9 agosto - O Mestre chama-te
- 36 15 agosto - “Subiu Maria ao Céu: alegram-se os anjos”
- 42 16 agosto - A humildade da Fé
- 46 23 agosto - “Quem dizeis vós que Eu sou?”
- 49 30 agosto -

PARTE II | Somos Igreja

- 56 Introdução - O esperado verão
- 57 Um ano de Papa Leão XIV
- 62 A primeira encíclica do Papa Leão XIV
- 64 A Páscoa em Oração em Vale de Lobos - viver os desafios com Jesus
- 65 Testemunho da Peregrinação dos Jovens – “Não te arde o coração?”
- 67 Testemunho da Peregrinação dos Adultos – Em caminho: A urgência não é chegar, é deixar-me transformar...

Posso fazer alguma coisa pela paz?

Este é o último caderno do ano letivo 2025-2026. O tempo corre a grande velocidade e o verão está aí.

Ao longo do ano, aprofundámos o lema da Família Missionária Verbum Dei: *“A paz esteja convosco.”* (Jo 20, 19). Um ano à volta da paz.

Parece que, no mundo, todos nos alinhámos e acordámos em que, fosse como fosse, todos os dias deveríamos falar da paz. Lamentavelmente, porém, temos falado de paz, não como realidade e vivência existentes, mas sim inexistentes, pois é da falta de paz que temos falado.

Neste momento, sinto um peso nas costas, carrego uma mochila cheia de sentimentos negativos, a que posso chamar de desilusões, frustrações, desesperanças, impossibilidades.

O nosso ano tem sido problemático, com guerras que não acabam, guerras que começam, tratados de paz incumpridos, esperanças enganosas. Até a natureza se fez presente e gritou com tempestades violentas e destrutivas.

Agora, precisamente agora, enquanto rezo, preparando-me para escrever para o Caderno de oração do verão, sinto... (é mesmo um sentimento pessoal, com o qual podem ou não concordar), sim, estou a sentir uma lufada de ar fresco, de otimismo, que me vem do tempo Pascal. Jesus ressuscitado veio para estar connosco e nos dizer, como disse aos apóstolos: *“A paz esteja convosco.”*. Dai-nos, Senhor, a Vossa paz, que não é a paz que nos dá o mundo, tantas vezes falsa.

Após a Sua ressurreição, Jesus encontrou uma situação caótica: os discípulos que voltavam tristes para Emaús, Judas já sem vida, os apóstolos cheios de medo trancados entre quatro paredes e fechados em si próprios, desiludidos de tudo o que tinham vivido.

Esta cena faz-me recordar o caos e a escuridão que reinavam antes da criação do mundo. E Jesus segue o mesmo método do Seu Pai, que começou por criar a luz, para ver e, assim, começar a ordenar, a criar e a encher a terra de nova vida. Jesus também, pouco a pouco, recria de novo.

Dia após dia, Jesus pode nos ir dando luz, claridade no meio da escuridão e da confusão. À semelhança do que fez com os Seus apóstolos, Jesus promete-nos que não nos vai deixar sós, que o Seu Espírito e o do Pai estará com todos nós, que nos vai dar o Espírito Santo, o qual produzirá em nós paz, paciência, serenidade, mansidão... (Gal 5,22)

Ante o desânimo e a desesperança de não poder fazer nada, deveríamos acolher a possibilidade de fazer algo e, como tal, abraçar com honestidade a pergunta: E eu... que posso fazer?

Notas:

parte I Domingos de verão

Mansidão e Humildade

Zc 9,9-10 «Naquele tempo, Jesus exclamou: “Eu Te

SI 144 (145) bendigo, ó Pai, Senhor do céu e da terra, porque escondeste estas verdades aos sábios e inteligentes e as revelaste aos pequeninos. Sim,

Rm 8,9.11-13 Pai, Eu Te bendigo, porque assim foi do Teu agrado. Tudo Me foi dado por meu Pai.

Mt 11,25-30 Ninguém conhece o Filho senão o Pai e ninguém conhece o Pai senão o Filho e aquele

a quem o Filho o quiser revelar. Vinde a Mim, todos os que andais cansados e oprimidos, e Eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o Meu jugo e aprendei de Mim, que sou manso e humilde de coração, e encontrareis descanso para as vossas almas. Porque o Meu jugo é suave e a Minha carga é leve”.»

(Mt 11, 25-30)



s leituras de hoje apontam-nos o caminho para o Pai. É Jesus quem nos indica o caminho. É Jesus o caminho.

Há três mensagens muito bonitas e simples que nos transmites hoje, Jesus:

Em primeiro lugar, dizes-nos que só os “pequeninos”, os simples, aqueles que estão de coração aberto, que veem e escutam para além de si próprios, que não estão cegos, surdos, mudos ou atados por si próprios, pelo seu ego ou pelos seus pensamentos ou intelecto, pela sua arrogância ou egocentrismo, é que vão ser capazes de se deixar tocar por Ti, pelo Pai, através de Ti e da Tua vida, Jesus.

Aqueles que julgam já saber tudo, que estão instalados na vida, no poder, no lugar que acham que conquistaram, nas falsas seguranças que o mundo oferece, quer seja o conhecido, o conforto, o trabalho, a carreira, quer seja o dinheiro, a ciência, o conhecimento, quer seja a arrogância, a aparência, o estatuto, os bons resultados, mais dificilmente deixam que penetre o Amor de Jesus, o Teu amor, Pai; mais dificilmente se deixam transformar, mais dificilmente admitem que precisam do Teu amor, de Ti, Jesus.

Quantas vezes é na nossa fragilidade que Tu entras e nos mostras mais um pouco de nós e da nossa vida, do amor que somos capazes de oferecer, da nossa capacidade de transformar algo ou alguma situação em bem e paz para o mundo.

Em segundo lugar, Tu, Jesus, apresentas-Te como o caminho para o Pai. Tu apresentas-Te como o Enviado, Aquele a quem tudo foi dado pelo Pai. Apresentas-Te pequeno, fiel, humilde, orientado e dedicado ao Pai e a dar-nos a conhecer o Pai. É através de Ti que podemos conhecer o Pai. O nosso Pai é o Pai de Jesus.

Tu que és Deus e que vieste ao mundo como Filho de Deus e para nos levar a conhecer Deus, juntas-te aos pequenos, simples, humildes, pobres, não és arrogante, não pretendes ser mais do que os outros, não procuras ser adorado, idolatrado, visto como superior; pelo contrário, cada vez que algum dos teus amigos te quer tratar desse modo, não deixas e dizes “Vai-te, Satanás!”, porque sabes que esse não é o caminho para o Pai e para o amor.

Em terceiro lugar, quando entras para ficar no nosso coração, o Teu jugo é suave e a Tua carga é leve. Quando entras no nosso coração, quando Te encontramos, quando Te deixamos entrar e vivemos o Teu caminho, andamos mais leves, mais suaves, mais mansos e humildes e, por isso, também mais felizes, mais serenos, mais alinhados, mais pacificados, em sintonia com o outro, com compreensão, compaixão e misericórdia para connosco próprios e para com os outros.

Como temos vivido ultimamente? Jesus, tens entrado no nosso coração, na nossa vida, nas nossas decisões e nas da nossa família? Como tem estado o trabalho, os lugares que frequentamos, a comunidade? Como tenho estado com os outros? Como estão as nossas relações? Tenho partilhado o caminho Contigo, Jesus? Tens sido a minha luz e direção?

Que eu Te abra a porta para que entres e preenchas o meu coração, a nossa vida, o nosso mundo.



“A falta de paz resulta em grande medida do facto de termos falhado na nossa atitude, no modo de nos colocarmos diante da realidade. Esquecemos o facto de sermos discípulos, de devermos viver como Jesus nos ensina. Para o fazermos, precisamos de questionar os equilíbrios que construímos para tentar seguir em frente. Tudo isto é muito humano.

Quando nos encontramos num momento concreto de desestabilização, tentamos, à nossa maneira, permanecer de pé. Isso não significa, no entanto, que o equilíbrio humano que para nós construímos seja o melhor dos mundos possíveis.

É muito comum que, para nos dizer alguma coisa, a nossa espiritualidade precise de questionar esse equilíbrio e nos dar um equilíbrio verdadeiro, uma paz verdadeira, os quais se constroem também em momentos de indefinição, de conflito e de crise.

Só podemos acolher algo de significativo e novo se aceitarmos o momento da vida que estamos a viver. Sem regressarmos ao presente e sem percebermos quem somos neste momento da nossa história, não poderemos aceitar aquilo que o Senhor nos quer dizer.

Deus nunca fala de forma abstrata, por intermédio de teorias válidas em qualquer circunstância; é, antes, um Deus que fala connosco neste momento da nossa história.

Estamos em constante mudança: mudam as paisagens da nossa vida, a nossa idade, as nossas necessidades, os nossos desejos. Deste modo, se não percebermos quem somos num determinado momento, não poderemos sequer intercetar verdadeiramente o essencial que nos é dirigido.”

(Luigi Maria Epicoco, “A Força da Mansidão”, p.9)

Acolhamos as sementes em todos os terrenos que somos!

Is 55,10-11 «Naquele dia, Jesus saiu de casa e foi sentar-Se

Sl 64 (65) à beira-mar. Reuniu-se à sua volta tão grande multidão, que teve de subir para um barco e sentar-Se, enquanto a multidão ficava na

Rm 8,18-23 margem. Disse muitas coisas em parábolas, nestes termos: “Saiu o semeador a semear.

Mt 13, 1-23 Quando semeava, caíram algumas sementes ao longo do caminho: vieram as aves e

comeram-nas. Outras caíram em sítios pedregosos, onde não havia muita terra, e logo nasceram, porque a terra era pouco profunda; mas depois de nascer o sol, queimaram-se e secaram, por não terem raiz. Outras caíram entre espinhos e os espinhos cresceram e afogaram-nas. Outras caíram em boa terra e deram fruto: umas, cem; outras, sessenta; outras, trinta por um. Quem tem ouvidos, oiça”»

(Mt 13, 1-9)



importância da “raiz”... Uma imagem forte que convido a ser acolhida neste tempo de oração e de encontro com Deus.

Nesta história que Jesus usa para me passar a mensagem da importância de estar atento e “permeável” ao amor, são-me apresentados “vários terrenos” nos quais o semeador lança sementes em abundância...

Debruço-me num primeiro momento neste “terreno” com “sítios pedregosos”. Há muito que sinto que a vida me vai revelando a importância da leveza, da liberdade, da suavidade, na vulnerabilidade... Ao invés de resistir, de viver uma dureza “pedregosa”! Existem algumas circunstâncias da vida que me podem fazer acreditar que o melhor remédio é ganhar uma forte carapaça que me impeça de voltar a sofrer, e isso gera transformações na minha “permeabilidade” às sementes que me são lançadas. Se, por um lado, ganho consciência de que a vida traz desafios e isso implica firmeza, estrutura, por outro lado, reconheço que posso confundir-me e passar a acreditar que o caminho passa então por resistir às “tempestades”, perdendo a capacidade de ser “terra fértil” capaz de acolher “o mistério da própria vida”.

Por várias razões, tenho vindo a refletir sobre o dom que é trocar a minha “resistência” pelo dom da “resiliência” – e pode ser este o convite que Jesus me faz: mais do que ir construindo em mim mesmo a resistência à mudança, ao novo, a acolher o que não vislumbro (na expectativa de querer permanecer firme no meu caminho...), Ele pede-me que siga a “sabedoria do acolhimento”.

Reconheço que a resistência se gera muitas vezes por medos e inseguranças de que as situações possam ocorrer como eu não idealizei, com a presunção de que “eu sei o que é melhor para

mim” e, por isso, quero “estar no controlo” do que me espera mais à frente. A partir desse lugar, digo a mim próprio: “Faça-se aqui mesmo o meu castelo, com muralhas bem altas e fortes” – como se, inclusivamente, coubesse a mim gerir/controlar toda a minha existência e todas as minhas circunstâncias e eu pudesse saber o que é o melhor.

Em contrapartida, o dom da resiliência tem-me ajudado a compreender que posso encontrar a minha estrutura de forma mais profunda, onde a raiz pode penetrar e alimentar-se de um amor maior, permitindo-me manter autêntico e fiel à pessoa que sou e, ao mesmo tempo, reconhecendo humildemente que não me basto, que não sou chamado a construir “muralhas altas, pesadas e fortes” que me impeçam de ver mais além... Sou chamado, sim, a acolher as inúmeras “sementes” que são dádiva a cair sobre a minha vida. Tantos e tantos dons que recebo e que posso (ou não) acolher.

Acredito também que Jesus não espera que eu seja um só “solo”... Ele sabe que sou vários “solos”, que passo pela aridez do deserto ou por caminhos que mais parecem “pedra de calçada”, na expectativa de assim permanecer eternamente (como as calçadas que duram séculos sem necessitar de grandes cuidados).

A minha vida quer-me seu “cuidador”, atento, acolhedor do “solo” que sou (seja ele qual for...) e que posso vir a ser, continuamente, enquanto existir.

Há poucos dias, alguém me falava de ter feito uma visita a um vulcão e de como a população vivera o tempo em que aquele estava em atividade. Todos os impactos causados pelas cinzas destrutivas... Mas como, no fim de contas, tempos mais tarde, aquele evento fora fundamental para que toda a zona adjacente se tornasse uma fonte profundamente fecunda de vida! Vivamos os ciclos da vida, acolhamos as cinzas na esperança da vida que, ainda que hoje se não vislumbre, delas amanhã irá brotar.

Assim experimente eu os eventos na minha vida - acolhendo o solo que sou, resiliente e capaz de me ir enraizando cada vez mais profundamente na busca do amor maior de Deus que me permite também viver os impactos, à superfície, dos tempos maravilhosos e exigentes que a existência acarreta, numa busca de evolução continuada!



Caminhar

No seu livro intitulado Elogio da Marcha, o antropólogo David Le Breton explica: «Caminhamos sem precisar de motivo, pelo prazer de degustar o tempo que passa, para descobrir lugares e rostos desconhecidos e também, simplesmente, para responder ao apelo da estrada. Caminhar oferece-nos uma tranquila possibilidade de reinventar o tempo e o espaço, e, com isso, experimentarmos uma alegre humildade diante do mundo.» Gosto muito desta expressão final, «uma alegre humildade diante do mundo». O nosso ponto de vista de pedestres é efetivamente mais desarmado e, ao mesmo tempo, mais exposto à pura alegria de existir, essa flor sem porquês.

Assumimos a andar a pé uma condição de vida mais frugal, purificada das falsas necessidades que nos pesam e aprisionam. Redescobrimo-nos capazes da contemplação, refeitos da cegueira das imagens que obsidiam. Por isso, não raro, uma simples caminhada restitui-nos aquela paz e sabedoria que nos faltam; permite-nos interrogar-nos sobre nós próprios e sobre as relações que tecemos; mostra-nos a alternativa e a brecha na sombra compacta e férrea onde os dias colidem. Não admira que se venha escrevendo uma biblioteca imensa sobre a arte de caminhar. Friedrich Nietzsche tinha razão: a filosofia da existência não se escreve só com a mão, mas também com os pés. E, do mesmo modo, a espiritualidade recorda-nos quanto a nossa alma se esclarece no aberto da estrada, e como andar a pé é uma das formas de rezar.

(livro “Para os caminhantes tudo é caminho”,
José Tolentino Mendonça)

Semear e cuidar a boa semente

- Sb 12,13.16-19 «Naquele tempo, Jesus disse às multidões mais esta parábola: “O reino dos Céus pode comparar-se a um homem que semeou boa semente no seu campo. Enquanto todos dormiam, veio o inimigo, semeou joio no meio do trigo e foi-se embora. Quando o trigo cresceu e começou a espigar, apareceu também o joio. Os servos do dono da casa
- Sl 85 (86) comparar-se a um homem que semeou boa semente no seu campo. Enquanto todos
- Rm 8,26-27 dormiam, veio o inimigo, semeou joio no meio do trigo e foi-se embora. Quando o
- Mt 13,24-43 trigo cresceu e começou a espigar, apareceu também o joio. Os servos do dono da casa

foram dizer-lhe: ‘Senhor, não semeaste boa semente no teu campo? Donde vem então o joio?’. Ele respondeu-lhes: ‘Foi um inimigo que fez isso’. Disseram-lhe os servos: ‘Queres que vamos arrancar o joio?’. ‘Não! – disse ele – não suceda que, ao arrancardes o joio, arranqueis também o trigo. Deixai-os crescer ambos até à ceifa e, na altura da ceifa, direi aos ceifeiros: Apanhai primeiro o joio e atai-o em molhos para queimar; e ao trigo, recolhei-o no meu celeiro’”. (...) Os discípulos aproximaram-se d’Ele e disseram-Lhe: “Explica-nos a parábola do joio no campo”. Jesus respondeu: “Aquele que semeia a boa semente é o Filho do homem e o campo é o mundo. A boa semente são os filhos do reino, o joio são os filhos do Maligno e o inimigo que o semeou é o Diabo. A ceifa é o fim do mundo e os ceifeiros são os Anjos. Como o joio é apanhado e queimado no fogo, assim será no fim do mundo: o Filho do homem enviará os Seus Anjos, que tirarão do seu reino todos os escandalosos e todos os que praticam a iniquidade, e hão de lançá-los na fornalha ardente; aí haverá choro e ranger de dentes. E os justos brilharão como o sol no reino do seu Pai. Quem tem ouvidos, oiça”»

(Mt 13, 24-30. 36-43)

Estamos em pleno verão. Alguns já estarão de férias, outros a desejar por elas e por um merecido descanso. E eis que o domingo nos traz leituras exigentes! Logo agora, que precisávamos de não pensar em nada... No entanto, talvez venham exatamente quando precisamos delas, num momento em que podemos fazer o balanço de um ano de tantas tarefas, de trabalho, de estudo. Estamos na melhor altura para viver em pleno o que nos é pedido hoje e também de começar a preparar, com calma, o coração para setembro.

As leituras de hoje centram-se na misericórdia de Deus. No Livro da Sabedoria, lemos que *“julgais com bondade e governais-nos com muita indulgência, porque sempre podeis usar da força quando quiserdes. Agindo deste modo, ensinastes ao vosso povo que o justo deve ser humano e aos vossos filhos destes a esperança feliz de que, após o pecado, dais lugar ao arrependimento”* (Sb12, 18). O Salmo 85 lembra-nos que Deus é *“clemente e compassivo”*. E São Paulo, na Carta aos Romanos, diz-nos que *“o Espírito intercede pelos cristãos”* (Rm8, 26).

A Palavra não podia ser mais clara: se Deus é paciente connosco, aguarda o nosso arrependimento, nos perdoa sempre, e, se temos a força do Espírito para nos ajudar, como podemos não aceitar o que Ele nos oferece? Temos tudo à nossa disposição para seguirmos esta *“esperança feliz”*. Somos capazes de usar a nossa liberdade para o fazer? A primeira proposta de oração para hoje é que paremos um pouco para refletir nos momentos em que o fizemos e naqueles em que não fomos capazes de o fazer.

Chegamos, depois, ao Evangelho. Esta é uma das parábolas de que mais gosto e que me tem acompanhado nos últimos anos. Jesus, como sempre, leva-nos mais longe. Explica a misericórdia de Deus, mas interpela-nos a ser como Ele. Não chega aceitar a paciência e bondade divina, não chega saber que a ação de Deus em nós é serena, como o pão que fermenta ou o trigo que cresce – há que praticá-la também com os outros.

Muitas vezes, enquanto os meus filhos cresciam, tive receio de que se deixassem influenciar por colegas ou amigos, que fizessem disparates e se portassem mal. Nessas alturas, lembrava-me muito do trigo e do joio, pensava que teria de deixar que fossem eles a perceber a diferença entre o bom e o mau comportamento, sabendo que isso nem sempre seria claro – e que às vezes poderiam ser eles os que não se portariam melhor... Nesses momentos, rezava e confiava (ou, pelo menos, tentava), dizia a mim mesma que era preciso ser paciente e misericordiosa e que o bem prevaleceria, para eles e para os que os rodeavam, e que não devia intervir. E a verdade é que, agora que são adultos, vejo que Jesus – como sempre – tinha razão. Também no trabalho esta leitura me tem ajudado muito a não querer tudo perfeito, a trabalhar e a esperar que o resultado final seja o melhor, apesar dos problemas e atropelos que vão acontecendo.

Recentemente, na peregrinação dos adultos, voltei a lembrar-me desta leitura, quando passei num campo onde papoilas e entulho se encontravam lado a lado. Pareceu-me uma boa imagem de como há sempre esperança de que algo bom e belo surja, mesmo onde a mão humana teima em causar dano. Com o tempo, o entulho irá desaparecer, transformar-se em terra, talvez seja removido – e as papoilas não deixarão de crescer a cada primavera, como sinal de esperança e Ressurreição.

Fica o segundo desafio para a oração de hoje: na minha vida, distingo o trigo do joio? Sou capaz de ser boa semente, de “ser trigo”? E de ser paciente com o “joio”? O que posso trabalhar em mim, este verão, para que isso aconteça?

Por fim, façamos também uma oração para agradecer a todos os que trabalham para que possamos descansar. E por aqueles que estão doentes ou não podem estar de férias.



*"Vem por aqui" — dizem-me alguns com os olhos doces
Estendendo-me os braços, e seguros
De que seria bom que eu os ouvisse
Quando me dizem: "vem por aqui!"
Eu olho-os com olhos lassos,
(Há, nos olhos meus, ironias e cansaços)
E cruzo os braços,
E nunca vou por ali...*

(...)

*Deus e o Diabo é que guiam, mais ninguém!
Todos tiveram pai, todos tiveram mãe;
Mas eu, que nunca principio nem acabo,
Nasci do amor que há entre Deus e o Diabo.
Ah, que ninguém me dê piedosas intenções,
Ninguém me peça definições!
Ninguém me diga: "vem por aqui!"
A minha vida é um vendaval que se soltou,
É uma onda que se levantou,
É um átomo a mais que se animou...
Não sei por onde vou,
Não sei para onde vou
Sei que não vou por aí!*

(Cântico Negro, José Régio)

“Foi vender tudo quanto possuía e comprou essa pérola”

- 1Rs 3,5.7-12 «Naquele tempo, disse Jesus aos seus discípulos: “O reino dos Céus é semelhante a um tesouro escondido num campo. O homem que o encontrou tornou a escondê-lo e ficou tão contente que foi vender tudo quanto possuía e comprou aquele campo. O reino dos Céus é semelhante a um negociante que procura pérolas preciosas. Ao encontrar
- Sl 118 (119)
- Rm 8,28-30
- Mt 13,44-52

uma de grande valor, foi vender tudo quanto possuía e comprou essa pérola. O reino dos Céus é semelhante a uma rede que, lançada ao mar, apanha toda a espécie de peixes. Logo que se enche, puxam-na para a praia e, sentando-se, escolhem os bons para os cestos e o que não presta deitam-no fora. Assim será no fim do mundo: os Anjos sairão a separar os maus do meio dos justos e a lançá-los na fornalha ardente. Aí haverá choro e ranger de dentes. Entendestes tudo isto?” Eles responderam-Lhe: “Entendemos”. Disse-lhes então Jesus: “Por isso, todo o escriba instruído sobre o reino dos Céus é semelhante a um pai de família que tira do seu tesouro coisas novas e coisas velhas”.»
(Mt 13, 44-52)



No início do ano formulamos os tradicionais desejos e compromissos para o ano que se segue. Depois rapidamente esquecemos tudo. Ainda assim, não me recordo de alguma vez ter formulado um desejo que colocasse o Reino de que nos fala Jesus, esta descoberta fantástica, no centro de tudo. As duas primeiras comparações da leitura falam de um encontro com Deus que transforma, que influi uma mudança radical na vida do que se deixa encontrar. Não é apenas uma oportunidade que surge, algo compartimentado e circunscrito a uma única dimensão. Este tesouro passa a ser o fim último da nossa existência, a única prioridade, o valor fundamental que relativiza os demais.

São muitas as vozes e apelos do mundo que nos distraem. A nossa atenção está constantemente dispersa por tantos assuntos, que raramente temos oportunidade para parar e escolher o que realmente consideramos fundamental. Não significa que optemos deliberadamente por outros valores, não chegamos sequer a optar; porque tudo chega em catadupa e tornamo-nos reativos a um mundo em permanente demanda. Trata-se de uma exigência constante de darmos tudo, para onde não queremos, nem planeámos, nem tão pouco sonhámos. O encontro desta pérola, deste tesouro é o encontro que realiza, que revela o sonho de Deus; é neste encontro que nos descobrimos no que Deus sonhou. Acontece a revelação do próprio “eu”, no que tem de mais autêntico e feliz.

A segunda comparação remete-nos para um Deus que chama todos, independentemente da circunstância de cada um. TODOS são convidados a entrar nesta dinâmica do Reino, e Deus é paciente. Espera por cada um de nós.

Em Mateus 6, voltamos a encontrar uma referência a este tesouro: *“Porque, onde está o teu tesouro, aí estará também o teu coração”*. Qual é o nosso tesouro, que nos faz vender tudo? Onde colocamos a nossa atenção, os nossos desejos, os nossos sonhos?



«Comecemos, talvez de um modo desajeitado, perguntando: o nosso mundo interior é uma cebola ou uma batata? A pergunta faz-nos sorrir, é um bocado cómica, mas, se quisermos, acaba por colocar-nos perante a nossa realidade de uma forma bastante profunda. A pergunta pode ser feita numa cozinha, por uma criança que está a descobrir o mundo, pode ser proferida por filósofos nas suas reflexões ou ser formulada por um mestre espiritual. O nosso mundo interior é uma cebola ou uma batata? Nietzsche, por exemplo, dizia que «tudo é interpretação», isto é, não há um núcleo de Ser a sustentar a nossa experiência de vida, tudo são cascas de cebola, modos de ver, perspetivas, interpretações. Para lá disso não há mais nada. A visão cristã do mundo está certamente do lado da batata, pois defende que, mesmo escondida por uma crosta ou por um véu, está uma realidade que é substancial e vital.

A verdade é que mesmo sabendo que a vida é uma batata, nós vivêmo-lavivemo-la, muitas vezes, como se fosse uma cebola. Vivemos de opiniões, de verdades parciais e provisórias, de paixões, vivemos aparências e modas como se a vida fosse isso. Esgotamo-nos a desfilar cascas e camadas, sem um centro que nos dê realmente acesso ao pleno sentido...»

(in “A Lâmpada de Deus não se apagou”, Tolentino MENDONÇA,
citado de https://www.snpcultura.org/vol_o_tesouro_escondido.html)

“Todos comeram e ficaram saciados”

Is 55,1-3 «Eis o que diz o Senhor: “Todos vós que tendes sede, vinde à nascente das águas”.»

Sl 144 (145) (Is 55)

Rm 8,35.37-39 «O Senhor é clemente e compassivo, paciente e cheio de bondade.

Mt 14,13-21 O Senhor é bom para com todos, e a sua misericórdia se estende a todas as criaturas.» (Sl 145)

«Na verdade, eu estou certo de que nem a morte nem a vida, nem os anjos nem os principados, nem o presente nem o futuro, (...) poderá separar-nos do amor de Deus, que se manifestou em Cristo Jesus, Nosso Senhor.»

(Rm 8)

«Naquele tempo, quando Jesus ouviu dizer que João Batista tinha sido morto, retirou-Se num barco para um local deserto e afastado. Mas, logo que as multidões o souberam, deixando as suas cidades, seguiram-No por terra. Ao desembarcar, Jesus viu uma grande multidão e, cheio de compaixão, curou os seus doentes.

Ao cair da tarde, os discípulos aproximaram-se de Jesus e disseram-Lhe: “Este local é deserto e a hora avançada. Manda embora toda esta gente, para que vá às aldeias comprar alimento”. Mas Jesus respondeu-lhes: “Não precisam de se ir embora; dai-lhes vós de comer”. Disseram-Lhe eles: “Não temos aqui senão cinco pães e dois peixes”. Disse Jesus: “Trazei-mos cá”.

Ordenou, então, à multidão que se sentasse na relva. Tomou os cinco pães e os dois peixes, ergueu os olhos ao Céu e recitou a bênção. Depois, partiu os pães e deu-os aos discípulos, e os discípulos deram-nos à multidão.

Todos comeram e ficaram saciados. E, dos pedaços que sobraram, encheram doze cestos. Ora, os que comeram eram cerca de cinco mil homens, sem contar mulheres e crianças.»

(Mt 14)



As leituras deste domingo são verdadeiras dádivas do céu.

Mostram-nos um Deus atento e cuidadoso, que providencia o alimento e a ajuda para cada dia. Um Deus amoroso e compassivo para com todos.

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

Temos a confiança 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?

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

Que “fomes” precisamos de alimentar?

Que “sedes” precisamos de saciar?

Ao rezar “o milagre da multiplicação dos pães” no evangelho de São Mateus desta vez, tocou-me de uma forma diferente.

Como lidamos com as nossas dinâmicas emocionais?

a) O medo de não sermos capazes, de não sermos suficientes.

Os discípulos olham para a multidão e sentem pânico. Eles calculam os recursos e veem que não chegam.

Na vida, também muitas vezes olhamos para as exigências dos outros (filhos, trabalho, parceiros, comunidade) e podemos sentir o mesmo desalento, cansaço, medo de não chegarmos a todos, e ficarmos esgotados.

Jesus convida-nos a respirar fundo, a quebrar a ansiedade, a restabelecer a confiança que o amor, a paciência e a energia se renovam em cada dia.

b) A coragem de sermos vulneráveis.

O rapaz entrega cinco pães e dois peixes. Ele entrega tudo o que tem, correndo o risco de passar fome e de parecer ridículo perante uma multidão.

Partilhar o que sentimos exige coragem, significa entregar o nosso “pouco” – a nossa fragilidade, sem nos preocuparmos com o que os outros vão pensar. O milagre começa quando Jesus nos acolhe e nos aceita como somos e potencia o que temos e o que fazemos.

c) A multiplicação pelo afeto.

Os alimentos multiplicam-se quando começam a ser passados de mão em mão.

Também na nossa vida o amor, a empatia e a compaixão funcionam da mesma forma. Quanto mais guardamos os nossos sentimentos por medo de rejeição, mais o nosso mundo interior encolhe. Quando decidimos oferecer um sorriso, uma palavra de apoio ou escuta ativa, essa energia expande-se e transforma o ambiente à nossa volta.

d) A importância das sobras.

No final, Jesus pede para recolher os pedaços que sobraram para que nada se perca.

Isto mostra que a nossa história e os nossos pedaços partidos têm valor. Tudo faz parte, nada é desperdiçado: nenhuma dor, lágrima ou esforço. Tudo serve para nos construir e reconstruir e, mais tarde, ajudar a curar quem passa pelo mesmo.

Querido Jesus,

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, o que precisamos para nos saciar profundamente.

Ajuda-nos a viver agradecidos.

Que todos possam comer e ficar saciados.

A vida é difícil, mas somos amados!

E Tu estás sempre connosco.



*A pessoa sabe com certeza que a sua vida dará frutos;
mas sem pretender conhecer como, onde ou quando;
está segura de que não se perde nenhuma das suas obras
feitas com amor,
não se perde nenhuma das suas preocupações sinceras com
os outros,
não se perde nenhuma das suas generosas fadigas,
não se perde nenhuma dolorosa paciência.
Tudo isto circula pelo mundo como uma força de vida.*

(Papa Francisco)

O Mestre chama-te

- 1 Rs 19,9a.11-13a «Depois de ter saciado a fome à multidão, Jesus obrigou os discípulos a subir para o
- Sl 84 (85) barco e a esperá-l'O na outra margem, enquanto Ele despedia a multidão. Logo que
- Rm 9,1-5 a despediu, subiu a um monte, para orar a sós. Ao cair da tarde, estava ali sozinho. O
- Mt 14,22-33 barco ia já no meio do mar, açoitado pelas ondas, pois o vento era contrário. Na quarta vigília da noite, Jesus foi ter com eles, caminhando sobre o mar. Os discípulos, vendo-O a caminhar sobre o mar, assustaram-se, pensando que fosse um fantasma. E gritaram cheios de medo. Mas logo Jesus lhes dirigiu a palavra, dizendo: “Tende confiança. Sou Eu. Não temais”. Respondeu-Lhe Pedro: “Se és Tu, Senhor, manda-me ir ter contigo sobre as águas”. “Vem!” – disse Jesus. Então, Pedro desceu do barco e caminhou sobre as águas, para ir ter com Jesus. Mas, sentindo a violência do vento e começando a afundar-se, gritou: “Salva-me, Senhor!”. Jesus estendeu-lhe logo a mão e segurou-o. Depois disse-lhe: “Homem de pouca fé, porque duvidaste?”. Logo que subiram para o barco, o vento amainou. Então, os que estavam no barco prostraram-se diante de Jesus, e disseram-Lhe: “Tu és verdadeiramente o Filho de Deus”.»
(Mt 14, 22-33)



tenho estado em viagem nestes dias: passei e passei por muitos sítios, vi muitas pessoas e trago muitas coisas no coração. Parei e entrei em muitas igrejas, vi muitas pessoas a rezar, vi muitas pessoas sem saber como se reza e apercebi-me de que o meu coração está muitas vezes e há muito tempo perturbado. Quando não são as minhas ralações próprias, deixo-me contagiar pelas ralações dos que estão à minha volta, pela situação do mundo que a todos inquieta... Ando cheia de ruído, inquietações, medos, inseguranças, imagens criadas por mim, e outras fruto da educação que tive, as ralações com os filhos que parece que não crescem por dentro, com os pais que vivem a sua velhice e fragilidade, o dinheiro, a guerra, a realização pessoal, as comparações, a vida em família e a vida em comunidade... Comovi-me com imagens que vi nos altares e apercebi-me de que, apesar desta agitação, Deus tem estado comigo.

Numa das vezes em que me sentei a rezar, o altar tinha uma tira de papel, a todo o comprimento, que dizia: “Por onde andas? O Mestre chama-te!”.

Só assim.

Fartei-me de ler esta frase e disse-a para mim mesma, acrescentando o meu nome, e desafio-vos a fazer o mesmo: “por onde andas (*colocar nome*)? O Mestre chama-te!”.

Hoje, Jesus, perguntas-me: o que enche o teu coração e os teus pensamentos, que te estão a afastar do que é o principal? Que te estão a afastar de Mim?

O Mestre chama-nos. Que alegria maior queremos da vida senão esta? Temos um Deus que nos chama. Pelo nome. Onde estamos.

Nesta leitura, Jesus vai ter com os discípulos a meio da noite, onde eles estão: no escuro, no meio de um mar agitado, provavelmente cansados depois de um dia no meio da multidão.

Jesus vai ter com os seus discípulos, connosco, onde quer que estejamos: em mares tranquilos ou agitados, transparentes ou até se estivermos na escuridão. Ele chama-nos sempre, mesmo quando nos sentimos longe. Ou quando nos afastámos e não demos conta.

Os discípulos quando O viram aproximar-Se, gritaram de medo, porque pensavam que Ele era um fantasma.

E a mim? O que me impede de ver Jesus?

Na peregrinação dos adultos deste ano, colocaram-nos esta pergunta e o que me aparecia na oração era sempre: na realidade, acontece-me a vida... O trabalho, os filhos, os pais, as mil e uma coisas que enchem a minha cabeça: coisas que tenho de resolver, as responsabilidades que assumi no trabalho, coisas que tenho de largar mas às quais me agarro como se me trouxessem a salvação e não deixo ir, os tempos de redes sociais que inconscientemente me enchem a cabeça com imagens de “como devo ser ou estar” e fazem perder o tempo que tenho para rezar, para estar com os amigos.

E Jesus diz-lhes: *“tende confiança, sou Eu, não temais”*.

E Pedro questiona-O. Às vezes, acho que tenho de ser mais como Pedro: porque quando Jesus ou Deus-Pai me dizem algo ou me mostram um caminho por onde ir, também eu, por vezes, não acredito no que os meus olhos veem, porque na minha cabeça tal não é possível e, em vez de questionar para que me expliquem e me ajudem a visualizar essa possibilidade, fico no limbo, sem acreditar completamente no que me dizem. Faço cerimónia e não questiono: na realidade não compreendo, mas também não me comprometo porque não percebi bem e isso acaba por “minar” um bocadinho a minha fé e a minha relação com Jesus, porque Lhe tiro tamanho.

O mesmo Pedro que questiona é aquele que começa a caminhar sobre as águas, algo que ele certamente nunca se imaginaria a fazer, e aquele que perde momentaneamente a fé, mas que diz “salva-me Senhor!”

Sou capaz de pedir a Jesus que me salve? Acredito que a presença de Deus na minha vida me traz a salvação?

Fui ver ao dicionário o que era “salvação”. Partilho os significados que mais me tocaram:



1) *tirar ou livrar de um perigo*: do perigo de ir pela facilidade, de ir com a corrente; de ficar pela superficialidade da vida, das circunstâncias, dos relacionamentos. De colocar os meus objetivos e os meus interesses em primeiro lugar; de correr atrás de outros ídolos, de outros deuses que minam o meu coração e conformam o meu espírito... que me tornam num cristão mais aparente com dois pesos e duas medidas e menos cristão de coração e de vida

2) *redenção ou libertação*: libertação de quê? De velhos pensamentos. De maneiras de viver a fé que me ficaram inculcadas e das que nem sempre me consigo soltar, para viver um caminho de transformação, de proximidade com Jesus. Para que cresça em mim, uma mentalidade nova, sem barreiras, para conseguir pensar à maneira de Jesus.

Que este seja um domingo para conversar muito com Jesus e para que Lhe coloquemos todas as perguntas que moram no nosso coração, para que sejamos capazes de responder ao Seu chamado!

“...Educar um olhar positivo é bem mais do que ver tudo cor-de-rosa ou andar à procura do lado bom de todas as coisas! Já não era mau se o fizéssemos. Mas educar-se para a positividade é sobretudo saber que de tudo (até do pecado) se pode tirar sempre um bem maior e interiorizar a disciplina de se propor constantemente atitudes construtivas, de tirar proveito de humanização e humanismo em tudo o que acontece e não perder a intenção reta, diária, de procurar o bem maior e de fazer o melhor que está nas nossas mãos....”

(Padre Vasco Pinto de Magalhães,
“Onde há crise, há esperança”)

“Subiu Maria ao Céu: alegram-se os anjos”

Ap 11,19a; «(...)»
12,1-6a.10ab Maria disse então:
“A minha alma glorifica o Senhor
SI 44 (45) e o meu espírito exulta de alegria em Deus,
meu Salvador,
1 Cor 15,20-27 porque pôs os olhos na humildade da Sua
serva:
Lc 1,39-56 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”. (...)»

(Lc 1, 46-55)



ue bom poder, hoje, nesta Solenidade dedicada à Assunção de Nossa Senhora, rezar com as palavras que Lucas atribui a Maria!

Lucas não estava lá, no lugar e no dia em que Maria terá rezado aquilo a que hoje chamamos o Magnificat. Mas os textos dos Evangelhos não são relatos jornalísticos, nem os evangelistas, mesmo os que foram apóstolos, andavam com um bloco de notas atrás de Jesus: escreveram, mais tarde, o que lhes ficou na memória e no coração daquilo que partilharam com Ele.

Esta oração de agradecimento e de louvor da jovem Maria grávida, que vai ao encontro da prima Isabel, também grávida, foi uma cena familiar íntima. Terá sido testemunhada por poucas pessoas: Isabel, talvez Zacarias, seu marido, talvez José, que terá acompanhado Maria (é pouco provável que ela tivesse viajado sozinha) ou Ana, sua mãe, alguma vizinha...

A prece é o reflexo do que Maria vivia no seu interior e experimentava na sua fé de judia.

São frases bíblicas, muitas vezes escutadas, rezadas, saboreadas; são expressões dos salmos ou dos profetas, que lhe brotam dos lábios naturalmente; são palavras que Maria guardava no coração, como, mais tarde, viria a guardar as coisas que aconteciam com o Filho (cf. Lc 2, 19.51), principalmente as que não compreendia.

Maria não compreendia muita coisa, mas guardava tudo no coração.

Sabia que, mais importante do que procurar explicações e justificações, era fazer a vontade de Deus, ainda que não a entendesse.

Incompreensível e inexplicável era estar a gerar-se no seu seio o Filho de Deus.

Incompreensível e inexplicável era a gravidez de Isabel, idosa e estéril.

Incompreensível e inexplicável é a nossa realidade, o que nos cerca, talvez circunstâncias que vivo. A questão é: como as vivo? Como Maria, em Deus? Com Maria?

Esta oração de Maria é um desafio ao modo como encaramos o que nos acontece,
um desafio à maneira como reconhecemos a presença de Deus na nossa vida,
um desafio ao modo como rezamos,
um desafio à alegria profunda de nos descobrimos tocados por Ele:
“o meu espírito exulta de alegria em Deus, meu Salvador”.

Maria sabe, experimenta e mais experimentará, ao longo da vida, que o Deus em Quem acredita é o Deus das contradições, um Deus que age ao inverso dos homens, longe de toda a lógica humana; um Deus que *“dispersou os soberbos, derrubou os poderosos de seus tronos e exaltou os humildes, [que] aos famintos encheu de bens e aos ricos despediu de mãos vazias”*.

Maria conhece o amparo infinito e eterno desse Deus cuja misericórdia se estende de *“geração em geração”*, a todos os homens.

Por isso, confia e entrega a vida, ainda que ela não venha a ser fácil – sabemo-lo, agora.

A vida de Maria seguiu sempre de perto a de Jesus: não podemos dissociar uma da outra.

Por isso, só podia esperá-la o Céu, junto do Filho Ressuscitado, do Pai e do Espírito Santo.

Maria é hoje – assim a celebramos – a Rainha do Céu.

Mas é também e sempre:

a virgem surpreendida por um anjo, em Nazaré;

a jovem que se maravilha com a ação de Deus em si e à sua volta,
em Ain Karim;
a mulher que vê nascer o Filho num estábulo, sabendo que Ele é
Deus,
e que foge com Ele para o Egito, para O salvar;
a convidada que se preocupa com os que não têm vinho, numa
boda, em Caná,
exatamente como se preocupa hoje com as necessidades e
problemas de cada um de nós;
a mãe que está junto da cruz do Filho, no Calvário, e aí recebe d'Ele
este mandato: *"Eis o teu filho"*;
a que, chorosa, O acolhe morto nos braços, como acolhe hoje cada
pessoa que sofre;
a primeira a saber da Ressurreição, certamente, ainda que os
Evangelhos não o refiram;
a discípula entre os discípulos que esperam o Espírito Santo, no
Pentecostes;
aquela que Deus recebe na glória e sobre quem a igreja proclama:
"ser dogma divinamente revelado que a Imaculada Mãe de Deus, a
sempre Virgem Maria, terminado o curso da vida terrestre, foi
assunta em corpo e alma à glória celestial." [1].

[1] Papa Pio XII 'Munificentissimus Deus', sobre a definição do dogma da
Assunção de Nossa Senhora

https://www.vatican.va/content/pius-xii/pt/apost_constitutions/documents/hf_p-xii_apc_19501101_munificentissimus-deus.html

Subiu Maria ao Céu: alegrem-se os anjos.

Subiu Maria ao Céu. (...)

E se Maria sobe, que nos ensina a sua subida?

Ensina-nos que a glória é o fim da humildade, que a exaltação é o prémio da obediência,

e que quem quer subir ao Céu há de aprender primeiro a descer em si mesmo.

Maria subiu porque se humilhou;

Maria reinou porque serviu;

Maria foi exaltada porque disse: 'Eis aqui a serva do Senhor'.

Ó cristãos, vede o caminho do Céu:

não é caminho de soberba, é caminho de humildade;

não é caminho de riqueza, é caminho de desapego;

não é caminho de vanglória, é caminho de obediência.

Quem quiser subir com Maria, desça com Maria;

quem quiser reinar com Maria, sirva com Maria.

(...)

Temos hoje no Céu uma Advogada poderosíssima,

uma Rainha misericordiosíssima, uma Mãe amantíssima.

Se na terra nos amou com amor de Mãe, no Céu nos ama com poder de Rainha;

se na terra intercedia com lágrimas, no Céu intercede com glória.

Ó ditoso o dia em que Maria subiu ao Céu!

Subiu para nos abrir o caminho, subiu para nos esperar, subiu para nos ajudar.

Subiu como primícia da humanidade redimida,

subiu como exemplo da humildade exaltada,

subiu como esperança dos mortais. (...)

Subiu Maria ao Céu!

*E subiu para ser a nossa Mãe mais poderosa,
a nossa Advogada mais benigna,
a nossa Rainha mais compassiva.*

*Alegrem-se, pois, os anjos, alegrem-se os santos, alegrem-se
os homens:*

*porque hoje temos no Céu Aquela que nunca deixou de ser
Mãe na terra. (...)*

(Padre António Vieira (1608-1697),
Sermão da Assunção de Nossa Senhora)



A humildade da Fé

- Is 56,1.6-7 «Naquele tempo, Jesus retirou-Se para os lados de Tiro e de Sidónia. Ora, uma mulher cananea, vinda daqueles arredores, começou a gritar: “Senhor, Filho de David, tem piedade de mim! Minha filha está cruelmente atormentada por um demónio”. Mas Jesus não lhe respondeu palavra. Os discípulos aproximaram-se e pediram-Lhe: “Atende-a, porque ela vem a gritar atrás de nós”. Jesus respondeu: “Não fui enviado senão às ovelhas perdidas da casa de Israel”. Mas a mulher veio prostrar-se diante d’Ele, dizendo: “Senhor, socorre-me”. Ele respondeu: “Não é justo tirar o pão dos filhos para o lançar aos cachorrinhos”. “É verdade, Senhor, disse ela, mas também os cachorrinhos comem as migalhas que caem da mesa de seus donos”. Então Jesus respondeu-lhe: “Mulher, é grande a tua fé! Faça-se como desejas”. E, desde aquela hora, a sua filha ficou curada.»
- (Mt 15, 21-28)
- Rm 11,13-15.29-32
- Sl 66 (67)



este período de verão e descanso, somos convidados a refletir sobre a amplitude da mensagem de Jesus. A leitura de hoje recorda-nos que a Boa Nova se destina a todos, não apenas ao povo de Israel, mas também aos gentios, nós, portanto.

O Evangelho de Mateus apresenta-nos, de forma paradoxal, a estranha resistência de Jesus à mulher cananeia. Ele parece tratá-la com aspereza, o que levanta questões profundas: por que razão Jesus Se recusaria a ajudar uma mulher desesperada? Estaria Ele apenas focado na prioridade de converter o povo de Israel?

Este é um dos mistérios da Palavra de Deus, que por vezes não se alinha facilmente com a imagem de um Deus sempre claro e imediato que esperamos. No entanto, a fé inabalável da mulher cananeia superou todas as barreiras. A sua insistência, motivada por uma questão de vida ou morte, fura o muro de rejeição dos discípulos e a tripla resistência de Jesus: o silêncio inicial, a declaração de que veio apenas para Israel, e, por fim, a comparação com os "cachorrinhos".

A resposta da mulher, carregada de humildade e perspicácia ("*É verdade, Senhor, mas também os cachorrinhos comem as migalhas...*"), revela a verdadeira lição. A sua pequenez torna-se a força que insiste na misericórdia de Deus.

Como nos interpelamos por esta atitude? Temos a humildade necessária para insistir em Deus, mesmo quando sentimos a Sua distância ou silêncio?

A oração de petição, feita com fé persistente, é fundamental na nossa espiritualidade. Ela não significa desistir de pedir o que é importante para nós e para os que nos rodeiam, mas sim pedir com a confiança de que Deus nos guiará nos caminhos difíceis e, muitas vezes, surpreendentes da vida.

Aproveitemos esta passagem para refletir sobre a humildade e a persistência na fé. Será que consigo aprender isso com esta leitura? Os que me rodeiam sempre me dizem que preciso de ser mais humilde. Vamos fazer esse esforço.

Perguntas para Desafiar a Oração

Confiança na Claridade e na Sombra: Como posso aprender a confiar mais em Deus e a dar-Lhe maior controlo sobre a minha vida, especialmente nos momentos em que o Seu desígnio não é claro?

Aceitação Humilde da Ação Divina: De que forma posso aceitar as diferentes e, por vezes, surpreendentes e inesperadas maneiras como Deus atua na minha vida? Que humildade me é pedida para aceitar isso?

A Persistência da Fé na Pequenez: A exemplo da mulher cananeaia, como posso usar a minha pequenez para insistir junto de Deus naquilo que é essencial, reconhecendo e confiando plenamente na Sua paternidade amorosa e misericordiosa?



Alargar a Alma: Por Que Deus Tarda em Responder

“Deus não quer logo dar-te o que pedes, para que aprendas a desejar com mais ardor. Deus guarda para ti o que não te quer dar logo: fá-lo para que aprendas a desejar as coisas grandes com grande desejo.

Por isso, se Deus parece tardar, é porque está a alargar o teu desejo; se o desejo cresce, a alma dilata-se; e ao dilatar a alma, Ele torna-te capaz de receber o que Ele tem para te dar.

Olha para esta mulher: ela é repelida e, no entanto, insiste. Ela ouve palavras duras e, no entanto, não desiste. Ela não diz: 'Se Ele me chama cão, eu vou-me embora'. Pelo contrário, ela aceita a sua pequenez para alcançar a misericórdia. Ela soube ser pequena para ser grande aos olhos de Deus.

Assim deve ser a tua oração: um contínuo desejo. Se o teu desejo for contínuo, o teu grito será contínuo. Se não queres deixar de rezar, não deixes de desejar. O teu desejo é a tua voz. Se o amor permanece, o grito permanece sempre.”

(Santo Agostinho de Hipona)

“Quem dizeis vós que Eu sou?”

- Is 22,19-23 «Jesus chegou à região de Cesareia de Filipe e perguntou aos seus discípulos: “Quem dizem os homens que é o Filho do Homem?” Eles responderam: “Uns dizem que é João Baptista, outros que é Elias, outros ainda que é Jeremias ou um dos profetas.”
- Sl 137 (138)
- Rm 11,33-36
- Mt 16,13-20 Jesus insistiu: “E vós, quem dizeis que eu sou?”

Simão Pedro tomou a palavra e disse: “Tu és o Cristo, o Filho do Deus vivo.”

Jesus respondeu-lhe: “Feliz és tu, Simão, filho de Jonas, porque não foi a carne nem o sangue que te revelaram isso, mas o meu Pai que está nos céus”.»

(Mt 16, 13-20)



Há uma pergunta que Jesus faz que me incomoda, de uma forma que só as perguntas verdadeiras conseguem incomodar. Não é uma pergunta que se fique por uma boa resposta feita — é uma pergunta que sinto que me coloca em jogo e confronto.

Ele começa pelo que é mais fácil: *“Quem dizem os homens que é o Filho do Homem?”*

Posso responder a isso de cor pois sei o que diz a tradição, o que ouvi desde criança, o que dizem os sacerdotes e a Igreja. Mas é quando Jesus Se vira — e eu sinto esse movimento, quase físico —, e pergunta: *“E vós, quem dizeis que Eu sou?”*.

Essa mudança de “os homens” para “vós” atravessa-me. Talvez a maturidade, ou fase da vida, já não me deixem esconder atrás das respostas aprendidas, sem sentir que Jesus está, na verdade, à procura de mim no meu agora.

Ao longo dos anos aprendi que a minha resposta a esta pergunta não tem sido sempre a mesma. Houve épocas em que Jesus foi, para mim, um rosto de misericórdia que me acolhia quando falhava. Houve épocas em que foi um companheiro de estrada, aquele a quem recorria para caminhar comigo quando o terreno era difícil e eu já não sabia bem para onde ia. Houve épocas, confesso, em que Ele parecia distante — e a pergunta ressoa no vazio, sem que eu consiga verdadeiramente responder a ela.

E isso não me envergonha. Porque Simão Pedro também não chegou à sua resposta por raciocínio. Jesus diz-lhe: *“Não foi a carne nem o sangue que te revelaram isso, mas o meu Pai que está nos céus.”* Penso que Jesus quer com isto dizer que não é um conhecimento que venha da lógica da cabeça, mas sim um reconhecimento do coração, de um dom que recebe, não uma conclusão a que se chega.

Que momento tenho, no meu percurso, em que também senti que a minha fé não era uma conquista do meu raciocínio mas algo ou alguém que me abriu os olhos de uma forma que sozinho não teria conseguido? O que surgiu?

Lembro-me de um episódio, há muitos anos atrás, durante a missa de um casamento, em que me confrontei com a decisão de comungar ou não — afinal já não me confessava há algum tempo — e a minha crença de criança nunca me havia permitido tal. Nesse momento, alguém ao meu lado apercebeu-se e partilhou que o sentimento de proximidade pela oração, e querer tomar parte daquele momento, importa muito mais do que aquela crença antiga. De repente, senti que a fé é, efetivamente, muito mais uma relação que persiste e que aguenta o silêncio, que sobrevive às dúvidas e crenças. Jesus não me pediu que primeiro resolvesse as minhas dúvidas para depois acreditar e participar. Fez-Se presente e convidou-me.

O encontro com Jesus não deixa ninguém igual. Ele vê algo que nós ainda não sabemos que somos ou temos. Por isso é tão relevante o momento, pois determina o que ainda podemos ser quando nos deixarmos transformar.

Esta pergunta, “*quem dizes que Eu sou?*”, é, no fundo, a mesma que nos define a nós. Porque a resposta que dou a Jesus diz muito sobre quem eu me permito ser. Se Ele é apenas uma figura histórica, posso admirá-Lo à distância. Se ele é “*o Cristo, o Filho do Deus vivo*”, então a minha vida está implicada de uma forma que não tem volta.

Sem responder à pressa ou com o que deverias ter/pensar, mas sim com o que tens/sentes, para que fique a trabalhar em ti: “*E tu, quem dizes que Eu sou?*”.

A Fé não é Herança, é Decisão

“Os homens não serão cristãos por costumes ou tradição, por causa das instituições e da história. Eles serão cristãos apenas por causa do seu próprio acto de fé — uma decisão pessoal e interior, renovada a cada geração.

[...]

O cristão do futuro será um místico ou não será. Entendo por místico não alguém com experiências extraordinárias, mas alguém que experimentou algo real, e não apenas palavras, reflexões e distinções doutrinárias.”

(“O Cristão do Futuro”, Karl Rahner, SJ)

Toma a tua cruz e segue-Me

Jr 20,7-9 «A partir desse momento, Jesus Cristo começou a fazer ver aos seus discípulos que tinha de ir a Jerusalém e sofrer muito, da parte dos anciãos, dos sumos sacerdotes e dos doutores da Lei, ser morto e, ao terceiro dia, ressuscitar.

Sl 62 (63)

Rm 12,1-2

Mt 16,21-27 Tomando-o de parte, Pedro começou a repreendê-lo, dizendo: “Deus te livre, Senhor!

Isso nunca te há de acontecer!” Ele, porém, voltando-se, disse a Pedro: “Afasta-te, Satanás! Tu és para mim um estorvo, porque os teus pensamentos não são os de Deus, mas os dos homens!”

Jesus disse, então, aos discípulos: “Se alguém quiser vir comigo, renuncie a si mesmo, tome a sua cruz e siga-me. Quem quiser salvar a sua vida, vai perdê-la; mas, quem perder a sua vida por minha causa, há de encontrá-la. Que aproveita ao homem ganhar o mundo inteiro, se perder a sua vida? Ou que poderá dar o homem em troca da sua vida?

Porque o Filho do Homem há de vir na glória de seu Pai, com os seus anjos, e então retribuirá a cada um conforme o seu procedimento”.»

(Mt 16, 21-27)



A partir deste momento, Jesus começou a fazer ver aos discípulos o que Lhe ia acontecer. Pedro, porém, não percebeu nada. E responde-Lhe: isso nunca! Quantas e quantas vezes, com a rapidez e correria com que vivemos a nossa vida, não somos capazes de ver os sinais de Deus e o que nos quer dizer! Quantas e quantas vezes, perante as situações concretas da vida, nós, muito rapidamente, cheios de nós próprios e com muito boas intenções, tentamos resolver tudo à nossa maneira. Como me identifico com Pedro que se atira às situações, sem pensar duas vezes!

E, perante isto, Jesus responde: se alguém quiser vir comigo, renuncie a si mesmo.

Se alguém? Claro que quero! O que mais quero é ir Contigo, Jesus! Como me sinto feliz e em paz quando vou Contigo. Este ano, que tanto rezámos a paz, fui, aos poucos, percebendo que só quando confio totalmente, só quando, verdadeiramente, entrego o meu dia a dia, tenho paz no meu coração. Isto de andar a querer ser eu a controlar tudo, só me causa um imenso cansaço e desgaste. Será que não é exatamente a isto que Jesus nos pede para renunciar? Perder esta ideia de que controlamos tudo e de que impomos o ritmo da nossa vida?

“Quem perder a vida por minha causa, há de salvá-la”.

O que é isto de perder a vida, a vida tão preciosa que nos foi dada? Por amor, e só quando nos sentimos inundados pelo amor que o Pai tem por nós é que conseguimos ter esta relação que nos permite confiar e renunciar.

Renunciar a achar que somos nós que controlamos, que fazemos, que... É este renunciar que nos faz felizes, que nos faz ganhar a vida, renunciar a querer fazer tudo sozinhos, com as nossas forças e à nossa maneira.

A escolha de Pedro para chefe da igreja, é um grande consolo. Significa que, apesar de tanta impulsividade e incompreensão, Pedro, sentindo-se tão amado por Jesus, confiou (ao ponto de chegar a caminhar sobre as águas) entregando totalmente a sua vida, renunciando à sua vontade de tudo controlar, tornando-se, assim, num enorme Santo e o pai de toda a nossa Igreja. Talvez ainda haja uma esperança para nós, que anualmente chegamos de férias sempre cansados e no limite.

Mas esta é a cruz que nos pedes para tomar. Não nos pedes que arrastemos a cruz em sofrimento.

Jesus diz que para irmos na Sua companhia e para tomarmos a nossa cruz, não é preciso que venha um grande sofrimento, haverá sempre fases mais difíceis que outras, mas agora tomar a nossa cruz é ir na companhia de Jesus pela vida, com as circunstâncias que a vida nos traz a cada momento.

A nossa cruz. Que hoje, agora, pode ser a nossa família, o nosso trabalho, os nossos amigos, uma doença ou uma dificuldade. Tomar a nossa cruz não é arrastar a vida pesada, nem correr qual atleta olímpico que, fortíssimo, leva a sua cruz. Temos Jesus que nos acompanha sempre; temos anjos que nos orientam e assim conseguiremos encontrar a nossa vida, e assim poderemos ajudar outros a encontrá-la.

Associamos sempre a cruz ao sofrimento, mas a cruz é muito mais: é a entrega da vida por amor. O que nos dará uma grande paz e a verdadeira felicidade, o que nos trará uma vida completa, com sentido. Há quem fuja rapidamente da cruz, há quem ache que a cruz é para ser suportada porque Jesus também a sofreu. Mas se olharmos a nossa cruz e a entregarmos a Jesus, para que nos ensine a viver com ela, assim caminharemos com Ele, agora, com a vida que temos e as nossas cruzes.

Quando olhamos para trás na nossa vida, conseguimos identificar todas as vezes em que caminhamos com Jesus e Lhe entregámos as nossas vidas e, na realidade, foi Ele que tomou a nossa cruz e nos permitiu chegar ao ponto em que estamos hoje.

Neste tempo, para alguns de férias, para outros de recomeços, que consigamos sentir que vamos com Jesus e que Ele nunca desiste de nós por mais difíceis que sejamos.

Que aproveitemos este tempo diferente para, com Jesus, avaliarmos: qual a cruz que vivemos, Jesus?

Que aprendamos a entregar as nossas circunstâncias de vida, a nossa cruz, a Jesus, para que Ele nos guie, pacifique e nos leve sempre com Ele.



PEGADAS NA AREIA

“Uma noite eu tive um sonho...

Sonhei que andava a passear na praia com o Senhor e, no firmamento, passavam cenas da minha vida.

Por cada cena que passava, percebi que ficavam dois pares de pegadas na areia: um era o meu e o outro era do Senhor.

Quando a última cena da minha vida passou diante de nós, olhei para trás, para as pegadas na areia, e notei que muitas vezes, no caminho da minha vida, havia apenas um par de pegadas na areia.

Notei também que isso aconteceu nos momentos mais difíceis e angustiosos do meu viver. Isso me aborreceu deveras e perguntei então ao Senhor:

*– **Senhor**, Tu disseste-me que, uma vez que resolvi seguir-Te, Tu andarias sempre comigo, em todos os caminhos. Contudo, notei que durante as maiores atribulações do meu viver, havia apenas um par de pegadas na areia. Não compreendo porque é que, nas horas em que eu mais necessitava de Ti, Tu me deixaste sozinho.*

O Senhor respondeu-me:

*– **Meu querido filho**. Jamais te deixaria nas horas da prova e do sofrimento. Quando viste, na areia, apenas um par de pegadas, eram as minhas. Foi exatamente aí que eu peguei em ti ao colo.”*

(In “Pegadas na Areia”
Margaret Fishback Powers)

parte II

somos Igreja

O esperado verão

Acho que nunca o verão foi tão esperado. Depois de tantas ventanias, tempestades, céu grisalho e trovoadas, olhar para o sol e sentir o seu calor era mesmo do que estávamos a precisar.

Se fizermos um paralelo com a nossa vida, rapidamente veremos que o mesmo se passa connosco: momentos turbulentos, trevas e escuridão fazem-nos ter desejos de sentir a luz, a harmonia, a paz. Vamos procurar viver um verão assim: pacífico e pacificador, sereno, com um coração simples para não acumular zangas, tensões e cansaços.

É a proposta que hoje te queremos fazer: VIVE!!! Não gastes inutilmente o teu tempo, não permitas que, ao terminares as férias, sintas desgaste e mal-estar.

Este Caderno de oração ajuda. A proposta é utilizar as pistas de oração que outros escreveram, e que, em cada um de vocês, elas deem fruto.

Dia após dia, lê o Evangelho, dialoga sobre ele com Jesus, concretiza na tua vida a Sua palavra, e experimenta a paz de sentir que vives e ajudas a viver os que estão contigo. Bom verão!

Também podes ler, nesta 2ª parte do Caderno, notícias e testemunhos que podem ajudar e alimentar o teu dia.

UM ANO DE LEÃO XIV VIAGENS, APELOS À PAZ E A MISSÃO DE PASTOREAR O MUNDO

O Papa Leão XIV celebrou o primeiro aniversário da sua eleição em 8 de maio de 2026. Doze meses marcados por audiências, encontros, mensagens, grandes viagens ao Médio Oriente e a África, pelo Consistório com o Colégio Cardinalício, por ajustes e renovações na Cúria Romana e por um compromisso com a paz expresso em vigorosos apelos e pelo trabalho diplomático nos bastidores. *“O nosso trabalho não é, primordialmente, algo público que declaramos nas ruas; é algo que acontece 'nos bastidores'. É algo que já fizemos e continuaremos a fazer, para tentar, digamos, convencer as partes a abandonarem as armas, a violência e a reunirem-se à mesa de diálogo”.*

ESFORÇOS PELA PAZ

Por esta paz — *“desarmada e desarmante”*, como o Papa Leão a definiu em 8 de maio de 2025, expressão que se tornou uma marca registada do seu pontificado —, o Papa Leão XIV fez apelos vigorosos ao longo deste ano, entre eles o de *“Nunca mais a guerra!”*

Estas declarações do Papa são a chave para muitas iniciativas lançadas neste primeiro ano de pontificado, começando pela disponibilidade, poucos dias após a sua eleição, de, pela primeira vez, abrir as portas do Vaticano para acolher as negociações entre a Rússia e a Ucrânia. Esta proposta foi recebida com ceticismo por parte dos russos e entusiasmo por parte dos ucranianos, expresso pelo presidente Volodymyr Zelensky, com quem o Papa se encontrou três vezes. *“A Igreja proclama o Evangelho, prega a paz. Se alguém quiser criticar-me, que o faça com a verdade”.*

APELOS À JUSTIÇA E PAZ NAS SUAS VIAGENS

Leão XIV fez ecoar o anúncio do Evangelho, como missão primordial do Sucessor de Pedro, pelos diferentes países onde viajou: Principado do Mónaco, na sua viagem de 28 de março, e depois nas ruas, estádios e igrejas dos quatro países africanos que visitou, entre filas e plateias de milhares de fiéis em clima de festa, apesar do calor escaldante e das chuvas tropicais. Os apelos do Pontífice a uma paz que *“não deve ser inventada, mas sim acolhida”* e à fraternidade, numa Argélia 90% muçulmana; os apelos à justiça — a “verdadeira” justiça que corrige e cura — proferidos na prisão de Bata, na Guiné Equatorial. E, uma vez mais, orações e invocações pela distribuição justa de recursos e pelo desenvolvimento integral em Angola, país rico em petróleo e diamantes onde, no entanto, 50% da população vive em extrema pobreza. O Papa também exortou os jovens a assumirem um papel de liderança, a respeitarem os direitos humanos, a defenderem a dignidade dos pobres e das mulheres e a preservarem a fé.

DESEJO DE ECUMENISMO NA TURQUIA E LÍBANO

Viagem à Turquia para celebrar em Iznik, anteriormente Niceia, o aniversário de 1700 anos do Concílio, seguida de viagem ao Líbano ao encontro de um povo exausto pela guerra, crises, pobreza, emigração e imigração. Revigorou o caminho ecuménico através de inúmeros encontros com o Patriarca Bartolomeu, oferecendo oportunidades de diálogo com líderes de outras religiões e proporcionando preciosos registos.

ENTRE OS JOVENS

O Papa Leão avistou-se com muitos jovens nos últimos meses, graças às numerosas celebrações do Jubileu da Esperança, aberto por Francisco e concluído por ele em 6 de janeiro, na Solenidade da Epifania, com o encerramento da Porta Santa da Basílica de São Pedro. O momento culminante do Ano Santo foi, sem dúvida, o

Jubileu dedicado aos jovens, de 28 de julho a 3 de agosto. Mais de um milhão de jovens de diversas idades e origens encheram as ruas de Roma durante dias, para depois acorrerem à Tor Vergata para a vigília e a missa com o Sucessor de Pedro. Foi um espetáculo de rostos, luzes, cores, bandeiras e celulares prontos para registrar as palavras do Pontífice, que encorajou as novas gerações a não se contentarem com a superficialidade, mas a construírem laços autênticos, superando a hiperconexão e a falta de comunicação, e aspirando à santidade.

Também ficou gravada na memória daqueles dias a surpresa da aparição do Papa num jipe na Via della Conciliazione, até entrar na Praça de São Pedro para saudar a multidão reunida para a abertura das comemorações do Jubileu. *“Vocês são a luz do mundo!”*, exclamou o Bispo de Roma na praça. E por falar em surpresas, não podemos esquecer a chegada do Papa a Óstia, em 17 de outubro, a bordo do *Med25 Bel Espoir*, o navio que percorreu os portos do Mediterrâneo transportando 25 jovens de diferentes nacionalidades e religiões. Ele, Leão XIV, estava ao leme com eles, os marinheiros da paz, *“sinais de esperança”* no meio do ódio e da violência.

DIÁLOGO

“Diálogo” foi talvez a palavra mais repetida nos discursos, homilias, saudações e reflexões de Leão XIV neste primeiro ano do seu pontificado. O diálogo é a chave para abrir todas as portas fechadas, uma ponte para superar todos os muros. O Papa tem apelado ao diálogo, inclusive dentro da Igreja, para superar essas *“polarizações”* que criam feridas no corpo eclesial.

DIVISÕES SOBRE A LITURGIA

O tema da Liturgia foi um dos quatro temas propostos por Leão XIV aos mais de 170 cardeais reunidos no Vaticano em 7 e 8 de janeiro para o primeiro, mas não o último (o próximo será em junho),

Consistório com os membros do Colégio Cardinalício. Com este evento, o Papa procurou iniciar um método de escuta, trabalho “em conjunto” e colegialidade. Assim, disse ele no seu discurso de abertura, “*algo novo pode começar, algo que coloque o presente e o futuro em jogo*”. Dos quatro temas propostos, os cardeais reunidos durante dois dias no Vaticano votaram por uma clara maioria os seguintes temas para reflexão: Sínodo e Sinodalidade, Evangelização e missionariedade na Igreja, conforme interpretado pela *Evangelii Gaudium*.

ATENÇÃO AOS MIGRANTES

Valentemente, Leão XIV denuncia o tratamento dispensado a milhares de migrantes: como se fossem “lixo”, disse ele no seu discurso aos Movimentos Populares, ou “animais”, declarou na sua viagem de regresso da Guiné Equatorial. O Papa irá ver de perto a tragédia migratória e respetivas consequências na sua visita de 4 de julho a Lampedusa, terra que ainda recorda a histórica visita do Papa Francisco em 2013, e na sua paragem nas Ilhas Canárias como parte da sua viagem apostólica a Espanha, de 6 a 12 de junho.

DILEXI TE E O FOCO NOS ÚLTIMOS

Um foco nos últimos que estão no coração do Evangelho e da missão da Igreja. O Papa recordou isso na *Dilexi te*, a sua primeira exortação apostólica, assinada em 4 de outubro. É um projeto iniciado por Francisco e relançado por Leão XIV sobre o tema do serviço aos pobres, em cujo rosto – lemos – encontramos “*o sofrimento dos inocentes*”. No texto magisterial, o Papa denuncia a economia que mata, a falta de igualdade, a violência contra as mulheres, a desnutrição, a crise educacional e as “*estruturas de injustiça*” que “*devem ser destruídas com a força do bem*”.

ECUMENISMO E CRIAÇÃO

Outros caminhos abertos pelo Papa Francisco, e que o Papa Leão continua a percorrer, são os do diálogo, do ecumenismo e do respeito pela Criação. Esse compromisso foi reafirmado durante o momento histórico com os membros da realeza inglesa, Carlos III e Camilla, vivido na manhã de 23 de outubro, na Capela Sistina, onde ocorreu uma celebração em louvor a Deus Criador. Esse evento fortaleceu o caminho rumo à unidade, procurando superar divisões que hoje parecem ainda mais "escandalosas", como reiterou Leão XIV na sua audiência com a Arcebispa de Cantuária, Sarah Mullally, a primeira mulher a ocupar o cargo de Primaz da Igreja Anglicana.

Com tudo isto, não podemos esquecer as visitas no território italiano: Assis, Pompeia e Nápoles.

Também há que salientar as reformas na Cúria, com nomeações internas importantes e o início do processo de reforma financeira do Vaticano. Leão XIV publicou o novo Regulamento da Cúria Romana e promoveu a inclusão de pessoas com deficiência na comunidade de trabalho da Santa Sé.

RUMO AO NOVO ANO

Doze meses, portanto, de sinais e orientações, com algumas diretrizes já evidentes, como a centralidade da missão, a atenção às periferias e a diplomacia ativa em conflitos. Os próximos meses deixarão clara a marca do Pontificado, com a publicação da primeira encíclica e outras viagens internacionais, incluindo uma à América Latina, desejada pelo próprio Papa Leão XIV.

A PRIMEIRA ENCÍCLICA DO PAPA LEÃO XIV

O Papa Leão XIII, a 15 de maio de 1891, publica a Encíclica “Rerum Novarum” sobre a condição dos operários, conhecida como a Carta Magna da Doutrina Social da Igreja e, justamente, 135 (cento e trinta e cinco) anos depois, outro Papa Leão, agora XIV, a 15 de maio de 2026 publica a sua primeira Encíclica “Magnifica Humanitas” sobre a condição da Humanidade.

Não é casualidade, todos sabemos a admiração que o nosso atual Papa tem pelo Papa Leão XIII e pela “Rerum Novarum”. O dois têm um sentido social muito apurado e denotam preocupação pelos sinais dos tempos, e, mais em concreto, pelo que possa dar azo a situações humanas injustas e ausência de solidariedade.

A primeira encíclica do Papa Leão é dedicada a ti, à tua humanidade, a essa humanidade que devemos proteger e cuidar. Uma humanidade que, na era atual, está ameaçada por uma má utilização dos meios tecnológicos, sobretudo pela Inteligência Artificial, que não coloca a Humanidade em primeiro lugar e que parece não ter critérios claros.

Todos somos chamados a proteger a Humanidade, o verdadeiro progresso nasce de corações abertos a Deus e ao outro: contemplemos, no rosto de Jesus, uma magnífica humanidade que ilumina, também, a era da inteligência artificial, mesmo quando as máquinas se destacam em termos de eficiência e procuram ocupar o centro da história, temos o rosto humano que pede para ser olhado. Cuidemos das relações, da proximidade, da visita... o coração humano precisa de proximidade concreta. Protejamos a nossa magnífica humanidade.

O Papa convida-nos a que cuidemos e protejamos a magnífica humanidade que todos temos dentro de nós.



PÁSCOA: VIVER OS DESAFIOS COM JESUS

Viver a Páscoa em Vale de Lobos tem-se revelado essencial na minha vida de fé.

Faço-o há vários anos e, em cada um deles, sou surpreendida pela beleza, mistério e dureza do que viveu Jesus na Sua Morte e Ressurreição. E tal fica a dever-se, em grande parte, a quem prepara estes dias de retiro que, com todo o detalhe, me leva a mergulhar mais fundo nesta experiência.

Este ano, a Via Sacra pela mata de Vale de Lobos foi o que me marcou. Mais do que seguir os passos de Jesus, que já todos conhecemos, fui convidada a observá-Lo, a compreender como lidou com o imprevisto, com a injustiça com a fatalidade, a tê-Lo como verdadeiro Mestre. O que me ensinas Tu, Senhor, com o Teu testemunho de vida? Como lido eu com as “más notícias” que recebo? Como me interpelas a vivê-las? Como as viveste Tu?

A vida traz sempre desafios difíceis de aceitar e ter Jesus a mostrar como os viveu é algo que, na concretude do meu dia a dia, tem ajudado a assemelhar-me a Ele.



Maria João da Luz



Testemunho Peregrinação dos Jovens 2026 – “Não te arde o coração?”

Olá! Sou a Marta, tenho 21 anos e este ano tive o privilégio de coordenar a peregrinação dos jovens. Este ano, o meu caminho começou mais cedo. Pude acompanhar desde o início a construção do que iriam ser os nossos cinco dias de peregrinação. Com a responsabilidade veio a insegurança e o medo de não ser capaz, e, chegado o primeiro dia, ao ver toda aquela gente e me dar conta do tempo que demorava só o movimentar de todas aquelas pessoas para dentro dos autocarros, fiquei muito preocupada. Mas decidi fazer o que o Padre Francisco me disse, entregar tudo a Jesus e confiar n’Ele.

Para mim, o momento mais marcante da peregrinação foi na terceira noite, em Mira de Aire, quando celebrámos a Eucaristia numa capela. Nesse momento, em que O reconheci claramente no pão, senti que Ele me respondia, mais uma vez, com amor, a todos os meus impossíveis. Naquele ambiente acolhedor, rodeada de todos os que estavam a partilhar aquele caminho comigo, senti-me olhada, senti-me amada, consegui ver claramente o propósito de todos os momentos que me tinham feito chegar até ali. E foi aí que, tal como os discípulos de Emaús, me perguntei: “Não me ardia já o coração desde que disse o meu sim a esta peregrinação?” e reconheci esse antes e o depois da minha vida.

Esta peregrinação foi uma experiência que me fez tanto sentido, em que me senti tão grata, em que de tal maneira experimentei uma felicidade que não dependia de nada material, que não queria que ela tivesse fim. Durante a peregrinação, tive medo de que ela acabasse, medo de regressar e me aperceber de que, se calhar, sozinha não consigo experienciar aquele amor no meu dia-a-dia, medo de nunca mais viver uma coisa tão forte na minha vida.

Não consegui rezar o último dia na peregrinação. Recusei-me. Porque não queria sair de lá. Não queria sequer pensar em voltar à realidade. Até hoje, ainda não o consegui rezar. Por isso, saí sem um “objetivo” concreto desta peregrinação. E estava frustrada comigo por não conseguir tirar uma conclusão de uma coisa que me tinha feito tanto sentido.

Por outro lado, voltei com o coração tão cheio de ardor e amor, que nada do que tinha vivido naqueles cinco dias me passou despercebido quando cheguei a casa. Estava envolta numa bolha de amor, com uma gratidão imensa por todos aqueles que tinham partilhado este caminho comigo. Voltei uma pessoa um bocadinho diferente, uma pessoa sem tanto medo de se por em causa, uma pessoa que procurou, um a um, conversas desconfortáveis que a fizessem crescer, uma pessoa sem medo de ser confrontada com perguntas; uma pessoa que descobriu que gosta muito de andar, sentir a cidade, olhar para o céu; uma pessoa que procura ser este amor que sentiu para com os outros. Tal como os discípulos demoraram cinquenta dias a processar o que tinham vivido no seu encontro com Jesus, também eu ainda estou a saborear tudo o que aconteceu na peregrinação e a vivê-lo no meu dia-a-dia. E sinto que esta forma de sair da peregrinação, de certa forma, ainda deu mais fruto do que se eu tivesse saído com um “objetivo” concreto, pois isso iria limitar muito o sentido que esta peregrinação me deu.

Espero poder continuar a viver esta leveza que trouxe de Fátima durante mais tempo, e que todos os dias sejam uma nova oportunidade de procurar aquele amor que senti naquela noite, nos sítios menos óbvios.

Marta Leal

Em caminho: A urgência não é chegar, é deixar-me transformar...

Haveria tanto para contar, que se torna difícil resumir em poucas palavras o que vivi e o que todos os peregrinos viveram durante estes dias.

Foi a minha segunda peregrinação, e, este ano, não só participei como peregrina, como também pude estar do lado da organização. A preparação fez com que o caminho comesse mais cedo para mim, mas talvez por isso também o tornou mais desafiante. Ainda assim, foi uma alegria enorme ver tantos corações disponíveis para fazer este caminho!

Começámos a manhã do primeiro dia cheios de energia ao som da música *“Onde Deus te levar”*, com a certeza de que *“Tens tudo a dar, não percas tempo!”*. E assim iniciámos este caminho que nos trazia um propósito, muito além do de somar quilómetros: fomos chamados a trilhar um percurso interior, a visitar as nossas vidas, a fazer um caminho de encontro connosco, com os outros, mas sobretudo com Deus.

E, para pontapé de saída, li aos peregrinos algumas frases do texto *“Um Peregrino faz-se por dentro”*, do Pe Carlos Carneiro:

“O peregrino não é um turista (...) O Peregrino não caminha ao acaso (...) O peregrino caminha sem tempo. A sua urgência não é chegar, é deixar-se transformar. Este é o milagre do caminho. (...) O peregrino quer ser transformado. Cada passo é uma possibilidade e uma esperança.”

Parti, assim, com três certezas: – Querer ser transformada – Deixar-me transformar, e – Ajudar a transformar!

Ao longo da peregrinação, fomos acompanhados pela leitura dos discípulos de Emaús (Lc 24, 13-35) e caminhamos sob o lema *“Fica conosco”*. Em cada dia rezamos uma parte da leitura, trazendo para as nossas vidas aquilo que os discípulos estavam a viver e tudo o que carregávamos no coração.

Os discípulos decidem fugir de Jerusalém à procura de respostas que expliquem a morte de Jesus. Caminham para Emaús desanimados e incapazes de ver que Jesus continua com eles e caminha com eles, lado a lado. E nós? Também chegámos à peregrinação com os nossos pesos, as nossas dúvidas, as nossas certezas... Também nós, muitas vezes, estamos a fugir de Jerusalém: da nossa vida, da nossa rotina agitada, das perguntas para as quais não encontramos resposta.

De um dia para o outro, mudamos de uma rotina agitada para dias mais simples, serenos e despojados. Vamos ansiosos por viver o momento, mas calma, que o encontro não é imediato! O caminho vai-nos desafiando, e nós também nos vamos colocando a jeito, abrandamos, aterramos no momento. E é aqui, quando paro, que dou por mim a mexer nos arquivos mais bem guardados da minha vida, até naqueles que evito tocar porque dá muito trabalho a arrumar novamente ou porque a caixa é difícil de fechar quando aberta. Mas é aí que Jesus se faz próximo, é aí que Jesus quer estar comigo: tenha a casa arrumada ou não!

Entre subidas e descidas, sol e chuva, fomos desafiados com diferentes perguntas:

“Jesus, por que não Te vejo?”;

“Jesus, o que espero verdadeiramente de Ti?”;

“Jesus, quem são aqueles que são rosto de Jesus para mim?”;

“Como posso integrar e viver com Jesus a minha vida?”, entre outras...

E é entre as pistas lançadas, os momentos de silêncio, as partilhas de grupo, as conversas, os abraços, os olhares, que o tempo parece parar. E começa a transformação. Senti que começou a arrumação da casa, ou, pelo menos, que comecei a revisitar todos os arquivos guardados, a minha história, na presença de Jesus.

Se parti para a peregrinação a achar que, estando do lado da organização, estaria menos desperta para viver esta transformação, posso dizer que me enganei. Talvez tenha mesmo sido impactada de uma forma que não esperava. Consegui parar, estar no momento por inteiro, deixar-me tocar!

Sem dúvida que trago comigo, principalmente, as memórias dos momentos partilhados. Trago a certeza de que, ali, vivi muito de Jesus, em sinais, em acontecimentos, mas sobretudo nas pessoas que caminharam comigo lado a lado; nas pessoas que me ouviram, que me abraçaram, que conversaram comigo de coração aberto, com verdade e brilho nos olhos. Cada uma delas foi rosto de Jesus para mim.

Tudo o que vivemos em grupo foi especial! E talvez uma das coisas mais bonitas tenha sido também assistir à transformação do grupo. Ver como, aos poucos, fomos deixando cair barreiras, aproximando-nos uns dos outros, criando laços e caminhando cada vez mais como comunidade.

Para não me alongar mais, termino com uma das últimas mensagens da peregrinação: os discípulos perceberam que o caminho certo não era Emaús, mas Jerusalém. Também nós regressamos agora à nossa Jerusalém, às nossas vidas, às nossas rotinas, aos nossos desafios. Mas regressamos com um pedido: que voltemos de autocarro, não de táxi, mesmo que o caminho seja mais demorado, mais atribulado ou mais desafiante. Porque no autocarro seguimos acompanhados por Jesus e por uma comunidade que nos ampara e nos puxa quando sentimos que talvez fosse mais fácil ou preferível ir de táxi.

Se parti com alegria e muito disponível para fazer este caminho, volto agora com a certeza de que o importante não foi chegar ao destino, mas sim acolher toda a transformação que vai acontecendo ao longo do caminho.

Levo desta peregrinação a certeza de que Deus continua a fazer caminho comigo, mesmo quando não O reconheço imediatamente. E que, tal como os discípulos de Emaús, também eu sou chamada a voltar à vida transformada, de coração mais desperto e acompanhada por Ele e por todos os que caminham comigo.

Sorrio... Confio...

Sigo caminho na estrada da vida...

Agradeço por tudo o que este caminho me deu e por o que cada pessoa me deu ao longo dele.

E, sim, a urgência nunca foi chegar!

Patrícia Neves



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

