

INTRODUÇÃO

Este ano decidimos inovar!

O Verão é uma altura de grande agitação e muitas vezes, sendo já exigente sermos fiéis à oração, transportar um caderno pode ser ainda mais difícil. Por isso, o Secretariado Nacional decidiu criar esta versão digital, tendo cada equipista a opção de imprimir o caderno para si ou rezar através dos ficheiros áudio que estão disponíveis no site.

Tratando-se de um caderno de oração, o objectivo é mesmo esse: ser rezado! Por isso, proponhamo-nos a rezá-lo todos os dias. E, se no meio faltar algum, sem problema, seguimos em frente!

Para quem já vai a meio de Agosto (ou até mesmo no fim!) e pensa que, por já ter passado tanto tempo, não vale a pena abrir o caderno, encorajo seriamente a que o façam, porque não sabemos o que o Senhor tem reservado para nós!

A base do caderno foi a última Exortação do Papa Francisco, Gaudete et exultate, sendo cada excerto da Exortação seguido por uma pequena reflexão. Aos Domingos, reza-se o Evangelho, para preparar o coração para a Eucaristia.

Um Bom Verão a todos!

Secretariado Nacional

Primeira Semana
Quarta-feira, 1 de Agosto
«A chamada à Santidade»

«Alegrai-vos e exultai» (Mt 5, 12), diz Jesus a quantos são perseguidos ou humilhados por causa d'Ele. O Senhor pede tudo e, em troca, oferece a vida verdadeira, a felicidade para a qual fomos criados. Quer-nos santos e espera que não nos resignemos com uma vida medíocre, superficial e indecisa. Com efeito, a chamada à santidade está patente, de várias maneiras, desde as primeiras páginas da Bíblia; a Abraão, o Senhor propô-la nestes termos: «anda na minha presença e sê perfeito» (Gn 17, 1).

Reflexão:

Durante o mês de Agosto, as Equipas propõem que cada um reze e cultive a relação com o Senhor. Durante o Verão, a mudança de ambiente e a falta de horários estritos muitas vezes prejudicam a nossa relação com Deus.

Tentemos durante este mês seguir esta proposta de oração e aprender com o Papa a sermos santos. Porque, afinal, é este o grande propósito das nossas vidas: com humildade, ir caminhando junto do Senhor e, a cada dia, afirmar com mais veemência que queremos segui-Lo.

Peçamos ao Senhor força para esta caminhada e entreguemos com humildade o nosso esforço.

Pai Nosso

Primeira Semana
Quinta-feira, 2 de Agosto
«Os santos que encorajam e acompanham»

Na Carta aos Hebreus, mencionam-se várias testemunhas que nos encorajam a «correr com perseverança a prova que nos é proposta» (12, 1): fala-se de Abraão, Sara, Moisés, Gedeão e vários outros (cf. cap. 11). Mas, sobretudo somos convidados a reconhecer-nos «circundados de tal nuvem de testemunhas» (12, 1), que incitam a não nos determos no caminho, que nos estimulam a continuar a correr para a meta. E, entre tais testemunhas, podem estar a nossa própria mãe, uma avó ou outras pessoas próximas de nós (cf. 2 Tm 1, 5). A sua vida talvez não tenha sido sempre perfeita, mas, mesmo no meio de imperfeições e quedas, continuaram a caminhar e agradaram ao Senhor.

Não devo carregar sozinho o que, na realidade, nunca poderia carregar sozinho. Os numerosos santos de Deus protegem-me, amparam-me e guiam-me.

Reflexão:

Hoje o Papa lembra-nos os Santos que estão na Presença do Senhor. Pessoas simples que fizeram da Sua vida um instrumento de Deus. Foram disponíveis, alegres, fortes,... Mas acima de tudo, amavam Jesus mais do que tudo.

Como é possível uma pessoa amar mais Jesus do que qualquer pessoa ou coisa no mundo? Como podemos caminhar para que, nas nossas vidas, não amemos nada nem ninguém mais do que a Jesus?

O primeiro passo é simples... Olhemos para os santos que conhecemos ou para os bons exemplos que temos da vida. Quais são as características destas pessoas?

Pai Nosso

Primeira Semana
Sexta-feira, 3 de Agosto
«A chamada à Santidade»

Não pensemos apenas em quantos já estão beatificados ou canonizados. O Espírito Santo derrama a santidade, por toda a parte, no santo povo fiel de Deus, porque «aprouve a Deus salvar e santificar os homens, não individualmente, excluída qualquer ligação entre eles, mas constituindo-os em povo que O conhecesse na verdade e O servisse santamente». O Senhor, na história da salvação, salvou um povo. Não há identidade plena, sem pertença a um povo. Por isso, ninguém se salva sozinho, como indivíduo isolado, mas Deus atrai-nos tendo em conta a complexa rede de relações interpessoais que se estabelecem na comunidade humana: Deus quis entrar numa dinâmica popular, na dinâmica dum povo.

Reflexão:

Não podemos ser santos isoladamente. Tudo na vivência da fé é relação. O próprio Espírito Santo é fruto da relação do Pai com o Filho. Por isso, tudo começa e provém da relação. O mesmo se passa no nosso percurso para a santidade. Este percurso tem que começar com uma relação com o Espírito Santo, que é Aquele que derrama a santidade. E a partir daí caminharmos juntos, com todos aqueles que nos rodeiam e que nos podem ensinar a ser mais santos, independentemente de quem forem. Toda a gente que está à nossa volta pode ser veículo de acção do Espírito Santo. E é este o nosso ponto de partida.

Peçamos ao Senhor que saibamos ser mais permeáveis à acção do Espírito Santo e que saibamos distinguir a sua acção da acção do Mau Espírito.

Pai Nosso

Primeira Semana
Sábado, 4 de Agosto
«A chamada à Santidade»

Gosto de ver a santidade no povo paciente de Deus: nos pais que criam os seus filhos com tanto amor, nos homens e mulheres que trabalham a fim de trazer o pão para casa, nos doentes, nas consagradas idosas que continuam a sorrir. Nesta constância de continuar a caminhar dia após dia, vejo a santidade da Igreja militante. Esta é muitas vezes a santidade «ao pé da porta», daqueles que vivem perto de nós e são um reflexo da presença de Deus, ou – por outras palavras – da «classe média da santidade».

Reflexão:

Muitos de nós temos a graça de conhecer alguém, seja da nossa família, nosso amigo ou apenas conhecido que representa para nós um exemplo do que o Papa diz nesta passagem da sua Exortação. É alguém que tem uma vida normal, regular, mas que faz tudo quanto pode com amor a Deus: desde ir trabalhar de manhã a estar com quem está à sua volta durante o dia. Qualquer coisa que faça no seu dia tem como pano de fundo o Senhor: cada pessoa com quem se cruza é como se se cruzasse com Jesus.

Santo Afonso Rodrigues, um sacerdote jesuíta, era porteiro num Colégio da Companhia de Jesus e foi declarado Santo pela Igreja precisamente pela maneira como desempenhava este trabalho. A cada pessoa que tocava à campainha do Colégio, Santo Afonso Rodrigues dizia para si mesmo “Já vou, Senhor”. E, assim, via em cada ser humano, em cada pessoa, a Pessoa de Jesus.

É o verdadeiro “santo ao pé da porta”.
De que maneira posso, hoje, ser assim?

Pai Nosso

Primeira Semana Domingo, 5 de Agosto

Evangelho:

Naquele tempo, quando a multidão viu que nem Jesus nem os seus discípulos estavam à beira do lago, subiram todos para as barcas e foram para Cafarnaum, à procura de Jesus. Ao encontrá-l'O no outro lado do mar, disseram-Lhe: «Mestre, quando chegaste aqui?». Jesus respondeu-lhes: «Em verdade, em verdade vos digo: vós procurais-Me, não porque vistes milagres, mas porque comestes dos pães e ficastes saciados.

Trabalhai, não tanto pela comida que se perde, mas pelo alimento que dura até à vida eterna e que o Filho do homem vos dará. A Ele é que o Pai, o próprio Deus, marcou com o seu selo».

Disseram-Lhe então: «Que devemos nós fazer para praticar as obras de Deus?».

Respondeu-lhes Jesus: «A obra de Deus consiste em acreditar n'Aquele que Ele enviou».

Disseram-Lhe eles: «Que milagres fazes Tu, para que nós vejamos e acreditemos em Ti? Que obra realizas? 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»

Reflexão e Oração:

Senhor, quantas vezes sou como esta multidão, que Te segue pelo alimento que me dás e não por seres o Senhor?

Senhor, ajuda-me a caminhar cada vez mais em direcção a Ti e que hoje, na Eucaristia, me lembre que és Tu que estás presente no pão partido, pão que se multiplica e se distribui pelos meus irmãos e por mim.

Dá-me, Senhor, sempre desse Pão e ajuda-me a ser dedicado à oração durante este mês.

Pai Nosso

Segunda Semana Segunda-feira, 6 de Agosto «Os santos ao pé da porta»

Deixemo-nos estimular pelos sinais de santidade que o Senhor nos apresenta através dos membros mais humildes deste povo que «participam também da função profética de Cristo, difundindo o seu testemunho vivo, sobretudo pela vida de fé e de caridade». Como nos sugere Santa Teresa Benedita da Cruz, pensemos que é através de muitos deles que se constrói a verdadeira história: «Na noite mais escura, surgem os maiores profetas e os santos. Todavia a corrente vivificante da vida mística permanece invisível. Certamente, os eventos decisivos da história do mundo foram essencialmente influenciados por almas sobre as quais nada se diz nos livros de história. E saber quais sejam as almas a quem devemos agradecer os acontecimentos decisivos da nossa vida pessoal, é algo que só conheceremos no dia em que tudo o está oculto for revelado».

Reflexão:

Através desta reflexão, o Papa Francisco apela a que sejamos verdadeiramente humildes. E dá-nos um exemplo, citando Santa Teresa Benedita da Cruz, que dizia “Certamente, os eventos decisivos da história do mundo foram essencialmente influenciados por almas sobre as quais nada se diz nos livros de história.”

Assim devemos ser nós na nossa caminhada para a Santidade. Para além de não procurarmos vanglória à nossa volta, devemos ter uma postura de verdadeira humildade, que não procura reconhecimento nem que todos conheçam aquilo que vamos fazendo e que “fica bem aos olhos dos outros”. Antes pelo contrário!

Pensemos em quanto bem está a ser feito hoje por tanta gente que poucos ou mesmo ninguém alguma vez conhecerão.

Rezemos hoje em especial pelos religiosos que dedicam a sua vida à oração e cujo trabalho invisível é de um valor inimaginável para a Humanidade.

Qual foi a última vez que fiz algo bom e o ofereci ao Senhor, sem procurar vanglória no mundo?

Pai Nosso

Segunda Semana Terça- feira, 7 de Agosto «O Senhora chama»

A chamada à santidade que o Senhor faz a cada um de nós, a chamada que dirige também a ti: «sede santos, porque Eu sou santo» (Lv 11, 45; cf. 1 Ped 1, 16). O Concílio Vaticano II salientou vigorosamente: «munidos de tantos e tão grandes meios de salvação, todos os fiéis, seja qual for a sua condição ou estado, são chamados pelo Senhor à perfeição do Pai, cada um por seu caminho».

Cada um por seu caminho», diz o Concílio. Por isso, uma pessoa não deve desanimar, quando contempla modelos de santidade que lhe parecem inatingíveis. Há testemunhos que são úteis para nos estimular e motivar, mas não para procurarmos copiá-los, porque isso poderia até afastar-nos do caminho, único e específico, que o Senhor predispôs para nós. Importante é que cada crente discirna o seu próprio caminho e traga à luz o melhor de si mesmo, quanto Deus colocou nele de muito pessoal (cf. 1 Cor 12, 7), e não se esgote procurando imitar algo que não foi pensado para ele. Todos estamos chamados a ser testemunhas, mas há muitas formas existentes de testemunho.

Reflexão:

Qual é a razão de um cristão querer ser santo? Porque devo querer ser santo? Só porque reconheço que os santos são boas pessoas? Porque me disseram que devo querer ser santo? Qual é a razão?

A razão é uma muito simples, mas de uma imensa força e que nos faz baixar todas as defesas. Um cristão quer ser santo, porque Jesus é Santo. Esta é a verdadeira e autêntica razão. Se queremos ser como Cristo, como Ele é Santo, então nós temos também de o ser, por amor ao Senhor.

Por isso a Igreja diz-nos como, e o que nos diz é “cada um por seu caminho”. Não há regras. A única coisa que nos deve mover é o profundo amor a Cristo, e isso manifestar-se-á através de nós. Se amarmos profundamente o Senhor, saberemos quando estamos a seguir o nosso caminho para a santidade ou a afastarmo-nos dele. O que fez São Francisco de Assis fê-lo santo, mas era esse o seu caminho. O que fez Santa Teresa de Calcutá fê-la santa, mas era esse o seu caminho. E assim percorremos todos os santos...

Temos que encontrar o nosso caminho, e aqui entra o discernimento. Através do discernimento, saberei ser mais humano, mais eu, mais autêntico! E saberei trazer ao de cima o que Deus colocou em mim de mais pessoal e de melhor.

Como posso cultivar um bom discernimento?

Peço ao Senhor que me ajude a amá-Lo cada vez mais.

Pai Nosso

Segunda Semana Quarta-feira, 8 de Agosto «A ti também»

Deixa que a graça do teu Batismo frutifique num caminho de santidade. Deixa que tudo esteja aberto a Deus e, para isso, opta por Ele, escolhe Deus sem cessar. Não desanimes, porque tens a força do Espírito Santo para tornar possível a santidade e, no fundo, esta é o fruto do Espírito Santo na tua vida (cf. Gal 5, 22-23). Quando sentires a tentação de te enredares na tua fragilidade, levanta os olhos para o Crucificado e diz-Lhe: «Senhor, sou um pobre pecador! Mas Vós podeis realizar o milagre de me tornar um pouco melhor». Na Igreja, santa e formada por pecadores, encontrarás tudo o que precisas para crescer rumo à santidade. «Como uma noiva que se adorna com as suas joias» (Is 61, 10), o Senhor cumulou-a de dons com a Palavra, os Sacramentos, os santuários, a vida das comunidades, o testemunho dos santos e uma beleza multiforme que deriva do amor do Senhor.

Reflexão:

“Escolhe Deus sem cessar”. Sem cessar! Nunca pares de escolher Deus!

É assim que se caminha em direcção ao Senhor, nosso Deus, nosso Rei e nosso Pai. O santo não cessa jamais de escolher o caminho de Deus para si. Cada decisão, por mais pequena que seja, aproxima-nos ou afasta-nos de Deus. O santo pergunta sempre ao Senhor o que é que Ele deseja. E à medida que o faz, cria intuição no seu interior, de maneira que, à medida que avança, sabe cada vez melhor intuir qual a vontade do Senhor para si.

Mas é normal e devemos contar com a nossa fragilidade. O primeiro passo para chegar a Deus é reconhecermos que somos imperfeitos e que, mesmo assim, o Senhor nos ama. Não vamos acertar sempre, mas devemos ter sempre a vontade de nos levantar e de escolher Deus, sem cessar!

Não nos cansamos, Senhor, de escolher o Teu caminho. Nem quando caímos nem quando estamos conTigo. Amo-Te, Senhor, e por isso quero fazer a Tua vontade.

Reconheçamos o pecado em nós e entreguemos ao Senhor as nossas fragilidades. Confiemos no Senhor para nos ajudar e agradeçamos as pessoas que se encontram à nossa volta.

Pai Nosso

Segunda Semana Quinta-feira, 9 de Agosto «A tua missão em Cristo»

Para um cristão, não é possível imaginar a própria missão na terra, sem a conceber como um caminho de santidade, porque «esta é, na verdade, a vontade de Deus: a [nossa] santificação» (1 Ts 4, 3). Cada santo é uma missão; é um projeto do Pai que visa refletir e encarnar, num momento determinado da história, um aspeto do Evangelho.

Esta missão tem o seu sentido pleno em Cristo e só se compreende a partir d'Ele. No fundo, a santidade é viver em união com Ele os mistérios da sua vida; consiste em associar-se duma maneira única e pessoal à morte e ressurreição do Senhor, em morrer e ressuscitar continuamente com Ele. Mas pode também envolver a reprodução na própria existência de diferentes aspetos da vida terrena de Jesus: a vida oculta, a vida comunitária, a proximidade aos últimos, a pobreza e outras manifestações da sua doação por amor. A contemplação destes mistérios, como propunha Santo Inácio de Loyola, leva-nos a encarná-los nas nossas opções e atitude. Porque «tudo, na vida de Jesus, é sinal do seu mistério», «toda a vida de Cristo é revelação do Pai», «toda a vida de Cristo é mistério de redenção».

Reflexão:

Hoje fazemos um exercício de memória...

Um santo é aquele que vive plenamente em Cristo, e cuja vida reproduz aspectos da vida de Jesus.

Pensemos em Jesus. Pensemos no Seu olhar, que olha os corações dos Homens; nas Suas mãos, que tocam e se aproximam dos outros; dos seus pés, cansados e calejados dos quilómetros percorridos. Percorramos na nossa memória episódios da Sua vida.

E percorramos agora episódios da Sua vida quando deixámos que se cruzasse com a nossa.

Peçamos abertura de espírito ao Espírito Santo, para que abra a nossa mente e nos ajude a ser mais parecidos com Jesus, verdadeiro Deus, verdadeiro Homem.

Pai Nosso

Segunda Semana Sexta-feira, 10 de Agosto «A tua missão em Cristo»

O desígnio do Pai é Cristo, e nós n'Ele. Em última análise, é Cristo que ama em nós, porque a santidade «mais não é do que a caridade plenamente vivida». Por conseguinte, «a medida da santidade é dada pela estatura que Cristo alcança em nós, desde quando, com a força do Espírito Santo, modelamos toda a nossa vida sobre a Sua».

Para identificar qual seja essa palavra que o Senhor quer dizer através dum santo, não convém deter-se nos detalhes, porque nisso também pode haver erros e quedas. Nem tudo o que um santo diz é plenamente fiel ao Evangelho, nem tudo o que faz é autêntico ou perfeito. O que devemos contemplar é o conjunto da sua vida, o seu caminho inteiro de santificação, aquela figura que reflete algo de Jesus Cristo e que sobressai quando se consegue compor o sentido da totalidade da sua pessoa.

Reflexão:

“Nem tudo o que um santo diz é plenamente fiel ao Evangelho, nem tudo o que faz é autêntico ou perfeito”. Santo é aquele que deixa Cristo crescer em si. E vemos isso no geral da sua vida. Por isso não convém determo-nos nos detalhes das suas vidas. Não é por ser declarado santo pela Igreja que alguém deixa de ter sido pecador durante a vida. Aliás, a grande força dos exemplos dos santos que temos é precisamente por nos lembrarmos que eles são pecadores tal e qual como nós.

Tiveram muitas das questões que nós temos; tiveram muitas lutas semelhantes às que temos; mas, à medida que conheciam melhor o Senhor, iam-n'O escolhendo sem cessar. É isso que temos que ver nos santos! Pecadores como nós, escolheram Cristo para a sua vida.

Pai Nosso

Segunda Semana
Sábado, 11 de Agosto
«A tua missão em Cristo»

Isto é um vigoroso apelo para todos nós. Também tu precisas de conceber a totalidade da tua vida como uma missão. Tenta fazê-lo, escutando a Deus na oração e identificando os sinais que Ele te dá. Pede sempre, ao Espírito Santo, o que espera Jesus de ti em cada momento da tua vida e em cada opção que tenhas de tomar, para discernir o lugar que isso ocupa na tua missão. E permite-Lhe plasmar em ti aquele mistério pessoal que possa refletir Jesus Cristo no mundo de hoje.

Oxalá consigas identificar a palavra, a mensagem de Jesus que Deus quer dizer ao mundo com a tua vida. Deixa-te transformar, deixa-te renovar pelo Espírito para que isso seja possível, e assim a tua preciosa missão não fracassará. O Senhor levá-la-á a cumprimento mesmo no meio dos teus erros e momentos negativos, desde que não abandones o caminho do amor e permaneças sempre aberto à sua ação sobrenatural que purifica e ilumina.

Reflexão:

Qual é o nosso bem mais precioso? Para um cristão esta pergunta tem outra forma. Para um cristão esta pergunta faz-se da seguinte maneira: “Com o que é que, na minha vida, posso amar mais a Deus? O que é que na minha vida Lhe dá maior glória?”. A resposta é a Missão. Nada nas nossas vidas tem potencial de falar mais de Deus aos outros do que a nossa Missão. E também nada nos fará mais felizes.

Com que cuidado trato a minha Missão, aquilo que mais importa na minha vida? Tudo o que se passa nos nossos dias, tudo o que se passou ontem, tudo o que se passa hoje entra, ou não, para avançarmos na nossa Missão, pensada por Jesus. Por isso é que, a qualquer momento, devo questionar-me se o que estou a fazer glorifica o Senhor, ou seja, se isso é o que Ele deseja para mim. E o Senhor, com o Seu olhar

misericordioso, ajudar-nos-á a caminhar. Resta-nos estar abertos à Sua acção.

Revejo os meus dias... Onde tem estado o meu pensamento?

Pai Nosso

Segunda Semana
Domingo, 12 de Agosto
«Dois inimigos subtis da Santidade»

Evangelho:

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 ressuscité-lo-ei no último dia. Está escrito no livro dos Profetas: ‘Serão todos instruídos por Deus’. 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».

Reflexão e Oração:

Senhor, quantas vezes, ao olhar para Ti, vejo apenas superficialmente e, tal como estes judeus, não consigo sair da lógica humana para perceber as Tuas palavras? Ao ouvirem-Te dizer que és o Pão que desceu dos Céus, estes judeus permanecem numa lógica humana, incapazes de compreender que, para perceberem as Tuas palavras, têm que entrar numa lógica espiritual.

Dá-me a graça, Senhor, de hoje, ao preparar-me para a comunhão, saber entrar na Tua lógica e que me lembre que és Tu que comungo. É o Teu corpo, Senhor, que se distribui pelos meus irmãos. Saiba eu também olhar para quantos comungam e deixar-me invadir pelo exemplo destas pessoas que caminham na fé.

Terceira Semana
Segunda-feira, 13 de Agosto
«A actividade que santifica»

Dado que não se pode conceber Cristo sem o Reino que Ele veio trazer, também a tua missão é inseparável da construção do Reino: «procurai primeiro o Reino de Deus e a sua justiça» (Mt 6, 33). A tua identificação com Cristo e os seus desígnios requer o compromisso de construíres, com Ele, este Reino de amor, justiça e paz para todos. O próprio Cristo quer vivê-lo contigo em todos os esforços ou renúncias que isso implique e também nas alegrias e na fecundidade que te proporcione. Por isso, não te santificarás sem te entregares de corpo e alma, dando o melhor de ti neste compromisso.

Reflexão:

Pensar na maneira como as nossas acções influenciam a nossa Missão não é um trabalho unilateral, não é um esforço que fazemos sozinhos. Nada do que fazemos o fazemos sozinhos. Nada! As nossas alegrias são as alegrias do Senhor; as nossas angústias são as angústias do Senhor; os nossos sacrifícios e renúncias são vividas entre nós e o Senhor, e com Ele!

Este Amor profundo é o motor da nossa vida. Como podia não ser também o motor da nossa decisão pela santidade?

Deixemos Cristo entrar na nossa lógica... Digamos-Lhe sinceramente “Senhor, as minhas alegrias são estas, as minhas lutas são estas, fica comigo Senhor”.

Demos o melhor de nós neste compromisso!

Pai Nosso

Terceira Semana
Terça-feira, 14 de Agosto
«A actividade que santifica»

Não é saudável amar o silêncio e fugir ao encontro com o outro, desejar o repouso e rejeitar a atividade, buscar a oração e menosprezar o serviço. Tudo pode ser recebido e integrado como parte da própria vida neste mundo, entrando a fazer parte do caminho de santificação. Somos chamados a viver a contemplação mesmo no meio da ação, e santificamo-nos no exercício responsável e generoso da nossa missão. Poderá porventura o Espírito Santo enviar-nos para cumprir uma missão e, ao mesmo tempo, pedir-nos que fuçamos dela ou que evitemos doar-nos totalmente para preservarmos a paz interior? Obviamente não; mas, às vezes, somos tentados a relegar para posição secundária a dedicação pastoral e o compromisso no mundo, como se fossem «distrações» no caminho da santificação e da paz interior. Esqueçemo-nos disto: «não é que a vida tenha uma missão, mas a vida é uma missão»

Reflexão:

Às vezes experimentamos sensações ambíguas na vida. Por vezes temos sensações de paz, de vontade renovada de amar Deus, de reafirmar o nosso compromisso com o mundo e com a nossa Missão, mas depois não evoluímos para nada de concreto.

O Papa aqui questiona-se: “Como é possível amar o silêncio e fugir ao encontro com o outro? Não é possível.”. Quantas vezes amei o silêncio, mas não fui ao encontro do outro? Quantas vezes tenho uma oração constituída, constante e aparentemente comprometida, mas depois, fora dos momentos de oração, estou igual? E discuto com os meus pais e irmãos; sou indiferente em relação ao ambiente e em relação à pobreza; não me esforço por me desprender de bens de consumo, ...?

Peço perdão a Deus por muitas vezes ter esta vida dupla, que pensa apenas em manter uma espécie de paz interior e de marcar “vistos”

na minha checklist católica. Peço ao Senhor a graça da coerência e da verdade, que a minha oração tenha frutos concretos de mudança e compromisso!

Pai Nosso

Terceira Semana
Quarta-feira, 15 de Agosto
«A actividade que santifica»

Isto não implica menosprezar os momentos de quietude, solidão e silêncio diante de Deus. Antes pelo contrário! Com efeito, as novidades contínuas dos meios tecnológicos, o fascínio de viajar, as inúmeras ofertas de consumo, às vezes, não deixam espaços vazios onde ressoe a voz de Deus. Tudo se enche de palavras, prazeres epidérmicos e rumores a uma velocidade cada vez maior; aqui não reina a alegria, mas a insatisfação de quem não sabe para que vive. Então, como não reconhecer que precisamos de deter esta corrida febril para recuperar um espaço pessoal, às vezes doloroso mas sempre fecundo, onde se realize o diálogo sincero com Deus? Em certos momentos, deveremos encarar a verdade de nós mesmos, para a deixar invadir pelo Senhor; e isto nem sempre se consegue, se a pessoa «não se vê à beira do abismo da tentação mais opressiva, se não sente a vertigem do precipício do abandono mais desesperado, se não se encontra absolutamente só, no cume da solidão mais radical». Assim, encontramos as grandes motivações que nos impelem a viver, em profundidade, as nossas tarefas.

Precisamos dum espírito de santidade que impregne tanto a solidão como o serviço, tanto a intimidade como a tarefa evangelizadora, para que cada instante seja expressão de amor doado sob o olhar do Senhor. Desta forma, todos os momentos serão degraus no nosso caminho de santificação.

Reflexão:

Respondamos com sinceridade, perante nós próprios e o Senhor: estou feliz? O Papa chama-nos a atenção para termos uma vida equilibrada de oração e serviço: que o tempo de oração não prejudique o tempo de serviço, e que o tempo de serviço não prejudique o tempo de oração. Um cristão tem que saber estar só.

Sei estar só? Quantas vezes, quando me vejo só, tenho a tentação de ir ao telemóvel ver as redes sociais, que, na maioria das vezes, só me puxam para baixo? Quantas vezes, quando me vejo de férias, com mais tempo, encho esse tempo com material de distração (filmes, jogos, ...) que depois matam a minha relação com Deus?

Tudo isto é bom, mas deve ser usado na medida certa. Cuidemos da nossa relação com Deus em primeiro lugar.

Hoje tento viver com espírito agradecido, e peço ao Senhor que me ajude a viver a quietude.

Pai Nosso

Terceira Semana
Quinta-feira, 16 de Agosto
«Mais vivos, mais humanos»

Não tenhas medo da santidade. Não te tirará forças, nem vida nem alegria. Muito pelo contrário, porque chegarás a ser o que o Pai pensou quando te criou e serás fiel ao teu próprio ser. Dependem d'Ele libertar-nos das escravidões e leva-nos a reconhecer a nossa dignidade.

Cada cristão, quanto mais se santifica, tanto mais fecundo se torna para o mundo.

Não tenhas medo de apontar para mais alto, de te deixares amar e libertar por Deus. Não tenhas medo de te deixares guiar pelo Espírito Santo. A santidade não te torna menos humano, porque é o encontro da tua fragilidade com a força da graça. No fundo, como dizia León Bloy, na vida «existe apenas uma tristeza: a de não ser santo».

Reflexão:

Não tenhamos medo da santidade! Hoje, proponhamo-nos a rezar com humildade. Não podemos ser santos sozinhos, por isso hoje temos um objectivo: olhar para os que nos rodeiam e sermos gratos por nos libertarem e nos ajudarem a ser mais santos.

Hoje lembro-me também de Nossa Senhora, e rezo uma Avé-Maria para agradecer o seu exemplo na minha vida.

Obrigado meu Senhor e meu Rei por me libertares da escravidão e me conferires dignidade! Obrigado Senhor.

Pai Nosso
Avé-Maria

Terceira Semana
Sexta-feira, 17 de Agosto
«Dois inimigos subtis da santidade: o gnosticismo actual»

O gnosticismo e o pelagianismo são duas heresias que surgiram nos primeiros séculos do cristianismo, mas continuam a ser de alarmante actualidade.

O gnosticismo supõe «uma fé fechada no subjectivismo, onde apenas interessa uma determinada experiência ou uma série de raciocínios e conhecimentos que supostamente confortam e iluminam, mas, em última instância, a pessoa fica enclausurada na imanência da sua própria razão ou dos seus sentimentos».

No entanto, ao longo da história da Igreja, ficou bem claro que aquilo que mede a perfeição das pessoas é o seu grau de caridade, e não a quantidade de dados e conhecimentos que possam acumular. Os «gnósticos», baralhados neste ponto, julgam os outros segundo conseguem, ou não, compreender a profundidade de certas doutrinas. Deus supera-nos infinitamente, é sempre uma surpresa e não somos nós que determinamos a circunstância histórica em que O encontramos, já que não dependem de nós o tempo, nem o lugar, nem a modalidade do encontro.

Reflexão:

Qual foi a última vez que Deus foi uma surpresa para mim? Já alguma vez pensei “O que é que faço agora? Já sei tudo sobre a fé!”

Deus é uma surpresa diária. O simples facto de, ao acordarmos, Deus ainda estar ao nosso lado é motivo suficiente de surpresa e de incompreensão: como pode Deus, Todo-Poderoso, estar ao nosso lado, diariamente? Como pôde Jesus morrer na Cruz, completamente humilhado?

Os próprios sacramentos são um mistério tão grande que, mesmo que passássemos toda a nossa vida a estudá-los, seria insuficiente. Mas não é de estudo que vive a nossa fé. A fé vive de relação. Quanto mais disponíveis estivermos para o Senhor, mais a nossa fé cresce e, por isso, mais amor temos a Deus, mais próximos estamos da santidade.

Tal como a nossa vida não é medida pelo número de pessoas que vão estar no nosso enterro, a nossa relação com Deus não é medida pelo número de livros que lemos ou temas que estudámos.

A mais simples crianças podem estar tão próximas de Deus como o maior dos santos.

Olhemos para os exemplos de Santa Jacinta Marto e de São Francisco Marto: quanto confio no meu conhecimento em relação à minha relação com Deus? Que os seus exemplos me inspirem a ser mais humilde e a querer fugir do gnosticismo!

Pai Nosso

Terceira Semana
Sábado, 18 de Agosto
«Dois inimigos subteis da santidade: o pelagianismo actual»

O poder que os gnósticos atribuíam à inteligência, alguns começaram a atribuí-lo à vontade humana, ao esforço pessoal. Surgiram, assim, os pelagianos. Já não era a inteligência que ocupava o lugar do mistério e da graça, mas a vontade.

Quem se conforma a esta mentalidade pelagiana, embora fale da graça de Deus com discursos edulcorados, «no fundo, só confia nas suas próprias forças e sente-se superior aos outros por cumprir determinadas normas ou por ser irredutivelmente fiel a um certo estilo católico».

No entanto, Deus convida-te a fazer o que podes e «a pedir o que não podes»; ou então a dizer humildemente ao Senhor: «dai-me o que me ordenais e ordenai-me o que quiserdes». Com efeito, se não reconhecemos a nossa realidade concreta e limitada, não poderemos ver os passos reais e possíveis que o Senhor nos pede em cada momento, depois de nos ter atraído e tornado idóneos com o Seu dom.

Reflexão:

Antes de começar a reflexão, devemos deter-nos e fazer um pequeno exame à nossa consciência. Já alguma vez senti que “tomava conta” dos tempos de Deus? Já alguma vez achei que podia, ou não, estar a sentir Deus, conforme tivesse vontade para isso? Ou que só indo àquela missa em específico ou rezando daquela maneira específica é que “sentia” a Presença do Senhor?

Paremos para pensar, pedindo a Deus a graça de nos ajudar a reconhecer se alguma vez se sucedeu isto.

[tempo de silêncio]

A forma e o tempo do Senhor se manifestar é um Mistério. A nós não pertence o tempo nem o lugar da manifestação de Deus. Pensar que só em certos contextos e em certos lugares é que sentimos a Presença do Senhor é reduzirmos um Mistério imensurável à vontade humana, que é imperfeita.

Devemos ter um olhar agradecido em relação a Deus, que se pode manifestar de todas as maneiras e em todos os tempos ou lugares. Confinar a acção de Deus a um determinado estilo católico ou a um determinado tempo é como enfiar o Espírito Santo numa caixa, impedindo a Sua acção, criando limites! Como podemos deixar que o mau espírito actue em nós de tal maneira que nos faz limitar a acção do Espírito Santo?

Peçamos perdão a Deus pelas vezes em que confinei a Sua acção e achei que podia moldá-la de acordo com as minhas expectativas da fé. Senhor, obrigado pelo Espírito Santo, que tem uma acção misteriosa e imensurável na minha vida. Afasta-me da tentação de me achar dono da Sua acção.

Pai Nosso

Terceira Semana
Domingo, 19 de Agosto
«À luz do Mestre»

Evangelho:

Naquele tempo, disse Jesus à multidão: «Eu sou o pão vivo que desceu do Céu. Quem comer deste pão viverá eternamente. E o pão que Eu hei-de dar é minha carne, que Eu darei pela vida do mundo».

Os judeus discutiam entre si: «Como pode Ele dar-nos a sua carne a comer?»

E Jesus disse-lhes: «Em verdade, em verdade vos digo: Se não comerdes a carne do Filho do Homem e não beberdes o seu sangue, não tereis a vida em vós. Quem come a minha carne e bebe o meu sangue tem a vida eterna; e Eu o ressuscitarei no último dia. A minha carne é verdadeira comida e o meu sangue é verdadeira bebida. Quem come a minha carne e bebe o meu sangue permanece em Mim e Eu nele. Assim como o Pai, que vive, Me enviou e Eu vivo pelo Pai, também aquele que Me come viverá por Mim. Este é o pão que desceu do Céu; não é como o dos vossos pais, que o comeram e morreram: quem comer deste pão viverá eternamente».

Reflexão e Oração:

Neste Domingo, quero agradecer-Te Senhor o enorme dom que é a Eucaristia. É através da celebração da Eucaristia que nos fazemos corpo da Igreja e, por isso, elementos vivos deste corpo.

Que a Eucaristia de hoje não seja só mais uma, mas faça parte da nossa caminhada na fé. “Quem come a minha carne e bebe o meu sangue permanece em mim e Eu nele”, diz o Senhor.

Peço-Te, Pai, que permaneças em mim, e que pela Eucaristia saiba ir construindo o Teu Reino através da missão e tens para mim.

Pai Nosso

Quarta Semana
Segunda-feira, 20 de Agosto
«À luz do Mestre: Contracorrente»

Se um de nós se questionar sobre «como fazer para chegar a ser um bom cristão», a resposta é simples: é necessário fazer – cada qual a seu modo – aquilo que Jesus disse no sermão das bem-aventuranças. Nelas está delineado o rosto do Mestre, que somos chamados a deixar transparecer no dia-a-dia da nossa vida.

A palavra «feliz» ou «bem-aventurado» torna-se sinónimo de «santo», porque expressa que a pessoa fiel a Deus e que vive a sua Palavra alcança, na doação de si mesma, a verdadeira felicidade.

Voltemos a escutar Jesus, com todo o amor e respeito que o Mestre merece. Permitamos-Lhe que nos desinstale com as suas palavras, que nos desafie, que nos chame a uma mudança real de vida. Caso contrário, a santidade não passará de palavras.

Reflexão:

Ao longo destas semanas temos vindo a conhecer o modo de proceder de um santo. Na verdade, não temos um conjunto de regras, mas uma lista de critérios, que servem para aferir em que lugar nos encontramos na vida e na relação.

Desde a humildade à caridade, da fé à esperança, do amor à amizade, a lista de que podíamos estar à espera foi-nos dada por Jesus, no sermão das bem-aventuranças.

O Papa Francisco refere que as bem-aventuranças “delineiam o rosto do Mestre”, esboçam os seus contornos. São práticos e interpelam-nos. Exigem o melhor de nós e, acima de tudo, exigem que nos livremos de tudo o que há de mal em nós. São um verdadeiro puxão para a superfície, uma saída de nós próprios! Só quem sai de si próprio e é capaz de negar a lógica humana consegue com amor e humildade

ser feliz, bem-aventurado!

Nos próximos dias vamos ver uma bem-aventurança de cada vez, por isso, hoje, fazemos silêncio para prepararmos o nosso coração.

Digamos repetidamente, em oração: “Senhor, meu Mestre, ensina-me a ser melhor”.

Pai Nosso

Quarta Semana
Terça-feira, 21 de Agosto
«Felizes os pobres em Espírito, porque deles é o Reino dos Céus»

O Evangelho convida-nos a reconhecer a verdade do nosso coração, para ver onde colocamos a segurança da nossa vida.

As riquezas não te dão segurança alguma. Mais ainda: quando o coração se sente rico, fica tão satisfeito de si mesmo que não tem espaço para a Palavra de Deus, para amar os irmãos, nem para gozar das coisas mais importantes da vida. Deste modo priva-se dos bens maiores. Por isso, Jesus chama felizes os pobres em espírito, que têm o coração pobre, onde pode entrar o Senhor com a sua incessante novidade.

Ser pobre no coração: isto é santidade!

Reflexão:

Esta bem-aventurança transporta-nos inevitavelmente para aquele episódio em que Jesus se cruza com um rico que, sendo zeloso em relação aos mandamentos da religião judaica, ao ser interpelado por Jesus para vender tudo o que tem, entrega-lo aos pobres e segui-Lo, segue caminho e volta para trás, pesaroso, por não querer vender o que tem, já que era muito e lhe custara a ganhar.

Nas nossas vidas isto também está presente, muitas vezes de forma flagrante. Quantas vezes substitui um telemóvel que não precisava? Quantas vezes comprei roupa quando a que tinha ainda estava boa? Quantas vezes confio mais na imagem que os outros têm de mim do que em mim próprio?

Para deixar entrara Deus é necessário criarmos um vazio na alma. “Como pode Deus caber num espaço que já está ocupado?”, pergunta o Papa.

Sejamos conscientes das nossas decisões, saibamos viver humildemente e desprendidos dos bens materiais. A nossa maior força vem de Deus, não nos deixemos enganar.

Do que é que preciso de me desprender? Peçamos liberdade ao Senhor, e preparemos o nosso coração para o que Ele nos pedir.

Pai Nosso

Quarta Semana
Quarta-feira, 22 de Agosto
«Felizes os mansos, porque possuirão a terra»

É uma frase forte, neste mundo que, desde o início, é um lugar de inimizade, onde se litiga por todo o lado, onde há ódio em toda a parte, onde constantemente classificamos os outros pelas suas ideias, os seus costumes e até a sua forma de falar ou vestir. Em suma, é o reino do orgulho e da vaidade, onde cada um se julga no direito de elevar-se acima dos outros. Embora pareça impossível, Jesus propõe outro estilo: a mansidão. É o que praticava com os seus discípulos, e contemplamos na sua entrada em Jerusalém: «aí vem o teu Rei, ao teu encontro, manso e montado num jumento».

Reflexão:

Hoje fazemos um curto exame da nossa consciência, começando por pedir que o Senhor nos dê luz para reconhecermos em nós as faltas que cometemos, especialmente quando não fomos mansos com os outros.

Olhemos para o exemplo de Jesus: o nosso Rei, entra na cidade mais importante, montado num burro, animal “indigno” de carregar o Filho de Deus. Vemos Reis, Presidentes, vemo-nos a nós, que entramos nas vidas dos outros muitas vezes com muita imposição, julgando-nos certos, julgando-nos mais. Quantas vezes me senti maior do que os outros?

Para crescer no amor cristão, no ágape, devemos ser mansos de coração, cultivando em nós, com luta, firmeza e discernimento, a mansidão.

Peço ao Senhor a graça de reconhecer o que é que na minha vida simbolizam Jerusalém e esta entrada de jumento na grande cidade e que tenha a coragem de ser manso.

Pai Nosso

Quarta Semana
Quinta-feira, 23 de Agosto
«Felizes os mansos, porque possuirão a terra»

Disse Ele: «Aprende de Mim, porque sou manso e humilde de coração e encontrareis descanso para o vosso espírito» (Mt 11, 29). Se vivemos tensos, arrogantes diante dos outros, acabamos cansados e exaustos. Mas, quando olhamos os seus limites e defeitos com ternura e mansidão, sem nos sentirmos superiores, podemos dar-lhes uma mão e evitamos de gastar energias em lamentações inúteis. Para Santa Teresa de Lisieux, «a caridade perfeita consiste em suportar os defeitos dos outros, em não se escandalizar com as suas fraquezas».

Reagir com humilde mansidão: isto é Santidade!

Reflexão:

Cultivar a mansidão nas nossas vidas é, por um lado, ser humilde e reconhecer que somos seres incompletos, e, por outro, sermos bons para quem está à nossa volta, como participantes da nossa santidade, ou seja, do suprimento humilde daquilo que nos incompleta. Por outras palavras, é reconhecer em nós que somos seres frágeis e pecadores e ver que os outros, apesar de o serem também, são amados por Deus e são, para nós, sinais da Sua graça. Olhemos para este exemplo da vida da Santa Teresinha do Menino Jesus.

“Há na comunidade uma irmã que tem o talento de me desagradar em todas as coisas; os seus modos, as suas palavras e o seu carácter eram-me muito desagradáveis. No entanto é uma santa religiosa que deve ser muito agradável ao bom Deus; assim, não querendo ceder à antipatia natural que sentia, disse a mim própria que a caridade não devia ser composta por sentimentos, mas por obras.

Decidi então fazer por esta irmã aquilo que faria pela pessoa que mais amasse. Cada vez que a encontrava rezava ao Senhor por ela, oferecendo-Lhe todas as suas virtudes e méritos. Sentia que isso

agradava a Jesus, pois não existe artista que não goste de receber louvores pelas suas obras e Jesus, o artista das almas, fica feliz quando não nos detemos no exterior mas, penetrando até ao santuário íntimo que Ele escolheu para morar, admiramos a sua beleza. Não me contentava em rezar muito pela irmã que me suscitava tantos combates, obrigava-me a fazer-lhe todos os favores possíveis e, quando tinha a tentação de lhe responder de modo desagradável, contentava-me em lhe fazer o meu sorriso mais amável e fazia por desviar a conversa.

E também muitas vezes, tendo algumas relações de trabalho com essa irmã, quando os embates eram demasiado violentos, fugia como um desertor. Como ela ignorava totalmente o que eu sentia por ela, nunca desconfiou dos motivos da minha conduta e continua persuadida de que o seu carácter me agrada. Um dia, disse-me estas palavras com um ar muito contente: «Pode dizer-me, irmã Teresa do Menino Jesus, o que a atrai tanto em mim, pois de cada vez que olha para mim vejo-a sorrir?» Ah, o que me atraía era Jesus, escondido no fundo da sua alma. Jesus torna doces as coisas mais amargas.”

Senhor, ajuda-nos, como Santa Teresinha do Menino Jesus, a cultivarmos a mansidão nos nossos corações e a ver nos outros uma morada Tua.

Pai Nosso

Quarta Semana
Sexta-feira, 24 de Agosto
«Felizes os que choram, porque serão consolados»

O mundo propõe-nos o contrário: o entretenimento, o prazer, a distração, o divertimento. E diz-nos que isto é que torna boa a vida. O mundano ignora, olha para o lado, quando há problemas de doença ou aflição na família ou ao seu redor. O mundo não quer chorar: prefere ignorar as situações dolorosas, cobri-las, escondê-las. Gastam-se muitas energias para escapar das situações onde está presente o sofrimento, julgando que é possível dissimular a realidade, onde nunca, nunca, pode faltar a cruz.

A pessoa que, vendo as coisas como realmente estão, se deixa trespassar pela aflição e chora no seu coração, é capaz de alcançar as profundezas da vida e ser autenticamente feliz. Esta pessoa é consolada, mas com a consolação de Jesus e não com a do mundo. Assim pode ter a coragem de compartilhar o sofrimento alheio, e deixa de fugir das situações dolorosas. Desta forma, descobre que a vida tem sentido socorrendo o outro na sua aflição, compreendendo a angústia alheia, aliviando os outros. Esta pessoa sente que o outro é carne da sua carne, não teme aproximar-se até tocar a sua ferida, compadece-se até sentir que as distâncias são superadas. Assim, é possível acolher aquela exortação de São Paulo: «Chorai com os que choram».

Saber chorar com os outros: isto é Santidade!

Reflexão:

Ao olhar para esta bem-aventurança somos tentados a pensar que, se não choramos realmente, então é porque não a percebemos ou não a alcançamos.

No entanto, o Papa explica-nos que o choro do cristão é algo interior. O Papa chama-lhe “chorar com o coração”.

Hoje em dia arranjamos distrações facilmente: através do telemóvel, de jogos ou simplesmente por não darmos tempo a estarmos simplesmente a apreciar a realidade. E, por estarmos constantemente dentro da bolha do entretenimento, por não darmos espaço para que os nossos olhos vejam a miséria que nos rodeia, ficamos indiferentes.

Ao olhar para as crises que assolam a Humanidade, como a crise dos refugiados, por exemplo, somos chamados a ter compaixão. Não porque Jesus nos disse para termos compaixão, mas porque vemos no outro um reflexo do Senhor. E o Senhor sofre com elas. Assim devemos nós também unir-nos ao sofrimento humano, com leveza, mas não com leviandade.

Pai Nosso

Quarta Semana
Sábado, 25 de Agosto

«Felizes os que têm fome e sede de justiça, porque serão saciados»

«Fome e sede» são experiências muito intensas, porque correspondem a necessidades primárias e têm a ver com o instinto de sobrevivência. Há pessoas que, com esta mesma intensidade, aspiram pela justiça e buscam-na com um desejo assim forte.

Mas a justiça, que Jesus propõe, não é como a que o mundo procura.

A justiça procurada por Jesus começa por se tornar realidade na vida de cada um, sendo justo nas próprias decisões, e depois manifesta-se na busca da justiça para os pobres e vulneráveis. É verdade que a palavra «justiça» pode ser sinónimo de fidelidade à vontade de Deus com toda a nossa vida, mas, se lhe dermos um sentido muito geral, esquecemo-nos que se manifesta especialmente na justiça com os indefesos: «procurai o que é justo, socorrei os oprimidos, fazei justiça aos órfãos, defendei as viúvas» (Is 1, 17).

Buscar a justiça com fome e sede: isto é Santidade!

Reflexão:

Para muitas pessoas, esta bem-aventurança pode ser de complexa interpretação, pois no dia-a-dia não costumamos sentir-nos injustiçados. No entanto, há-que atender aos mais pobres e pensar que, no mundo de hoje, rico em recursos, são as maiores vítimas da injustiça humana.

No meu dia-a-dia, sou cuidadoso na utilização dos recursos de que disponho? Trabalho com justiça, fazendo o meu melhor, oferecendo aos outros aquilo que posso dar? Ou fecho-me e entro numa lógica de desperdício dos meus recursos materiais e humanos?

Senhor, ajuda-me a não cair na tentação do desperdício e que, ao viver o dia-a-dia, me lembre dos que têm menos. Que eu queira trabalhar por um mundo mais justo.

Pai Nosso

Quarta Semana Domingo, 26 de Agosto

Evangelho:

Naquele tempo, muitos discípulos, ao ouvirem Jesus, disseram: «Estas palavras são duras. Quem pode escutá-las?»

Jesus, conhecendo interiormente que os discípulos murmuravam por causa disso, perguntou-lhes: «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 disse aos Doze: «Também vós quereis ir embora?»

Respondeu-Lhe Simão Pedro: «Para quem iremos, Senhor? Tu tens palavras de vida eterna. Nós acreditamos e sabemos que Tu és o Santo de Deus».

Reflexão e Oração:

Senhor, quantas vezes, enquanto caminho na fé, ao deparar-me com dificuldades, tendo a afastar-me? Seja por pensar que não sou capaz, seja por pensar que tudo isto pode não valer verdadeiramente a pena, sou muitas vezes arrebatado pelo caminho.

Dá-me, Senhor, sabedoria para que saiba que só queres o melhor para a minha vida. Concede-me a graça de me lembrar a todo o momento que vivo por Ti e para Ti, e que nada do que me possas propor, por muito difícil que possa parecer, é maior do que aquilo que, com a Tua graça, posso superar.

Pai Nosso

Quinta Semana
Segunda-feira, 27 de Agosto
«Felizes os misericordiosos, porque alcançarão misericórdia»

A misericórdia tem dois aspectos: é dar, ajudar, servir os outros, mas também perdoar, compreender. Mateus resume-o numa regra de ouro: «o que quiserdes que vos façam os homens, fazei-o também a eles» (7, 12). O Catecismo lembra-nos que esta lei se deve aplicar «a todos os casos».

Jesus não diz «felizes os que planeiam vingança», mas chama felizes aqueles que perdoam e o fazem «setenta vezes sete» (Mt 18, 22). É necessário pensar que todos nós somos uma multidão de perdoados. Todos nós fomos olhados com compaixão divina. Se nos aproximarmos sinceramente do Senhor e ouvirmos com atenção, possivelmente uma vez ou outra escutaremos esta repreensão: «não devias também ter piedade do teu companheiro como Eu tive de ti?».

Olhar e agir com misericórdia: isto é Santidade!

Reflexão:

O Papa dá-nos a conhecer as duas faces da misericórdia: misericórdia é servir os outros, mas também é perdoar. Estas são as características que mais saltam à vista na vida de Jesus, pois Jesus é precisamente aquele que serve e perdoa, a todos e sem medida.

É bom recordar que nós próprios somos perdoados. Vivemos com o pecado e fomos perdoados. Olhemos para os outros também assim: toda a gente que conhecemos é uma multidão de perdoados. Todos!

Paremos para olhar para a nossa volta e agradecer a Deus a Sua infinita misericórdia, olhando para cada pessoa que nos rodeia e pensar que também ela é amada por Deus e também ela é perdoada por Deus.

Quinta Semana

Terça-feira, 28 de Agosto

«Felizes os puros de coração, porque verão a Deus»

Esta bem-aventurança diz respeito a quem tem um coração simples, puro, sem imundície, pois um coração que sabe amar não deixa entrar na sua vida algo que atente contra esse amor, algo que o enfraqueça ou coloque em risco. Na Bíblia, o coração significa as nossas verdadeiras intenções, o que realmente buscamos e desejamos, para além do que aparentamos.

«Vela com todo o cuidado sobre o teu coração» (Prv 4, 23). Nada de manchado pela falsidade tem valor real para o Senhor. Ele «foge da duplicidade, afasta-Se dos pensamentos insensatos» (Sab 1, 5). O Pai, que «vê no oculto» (Mt 6, 6), reconhece o que não é limpo, ou seja, o que não é sincero, mas só casca e aparência; e de igual modo também o Filho sabe o que há em cada ser humano.

É verdade que não há amor sem obras de amor, mas esta bem-aventurança lembra-nos que o Senhor espera uma dedicação ao irmão que brote do coração, pois «ainda que eu distribua todos os meus bens e entregue o meu corpo para ser queimado, se não tiver amor, de nada me vale».

Jesus promete que as pessoas de coração puro «verão a Deus».

Manter o coração limpo de tudo o que mancha o amor: isto é Santidade!

Reflexão:

Esta bem-aventurança está intimamente ligada à vigilância e ao estado de vigia que devemos ter em relação ao nosso coração, que é o local onde Deus trabalha, pois é onde se encontram as nossas maiores aspirações, e, no limite, o âmago da nossa Missão.

Sou vigilante com o meu coração ou deixo entrar coisas que me afastam do amor de Deus?

Olho para o meu percurso até aqui... O que é que já aprendi que me pode ajudar a estar vigilante?

Faço as coisas com amor? Ou penso que sou capaz de tudo apenas com a minha vontade?

Agradeço a Deus o facto de guardar o meu coração e tê-lo formado no Seu amor. Entrego-Lhe a minha vontade de me aproximar mais d'Ele.

Pai Nosso

Quinta Semana
«Felizes os pacificadores, porque serão chamados filhos de Deus»
Quarta-feira, 29 de Agosto

Esta bem-aventurança faz-nos pensar nas numerosas situações de guerra que perduram. Da nossa parte, é muito comum sermos causa de conflitos ou, pelo menos, de incompreensões. Por exemplo, quando ouço qualquer coisa sobre alguém e vou ter com outro e lho digo; e até faço uma segunda versão um pouco mais ampla e espalho-a. E, se o dano que consigo fazer é maior, até parece que me causa maior satisfação. O mundo das murmurações, feito por pessoas que se dedicam a criticar e destruir, não constrói a paz. Pelo contrário, tais pessoas são inimigas da paz e, de modo nenhum, bem-aventuradas. Os pacíficos são fonte de paz, constroem paz e amizade social. Àqueles que cuidam de semear a paz por todo o lado, Jesus faz-lhes uma promessa maravilhosa: «serão chamados filhos de Deus».

Não é fácil construir esta paz evangélica que não exclui ninguém; antes, integra mesmo aqueles que são um pouco estranhos, as pessoas difíceis e complicadas, os que reclamam atenção, aqueles que são diferentes, aqueles que são muito fustigados pela vida, aqueles que cultivam outros interesses. É difícil, requerendo uma grande abertura da mente e do coração.

Semear a paz ao nosso redor: isto é Santidade!

Reflexão:

Quais são as características de um pacificador?

O Papa Francisco dá-nos algumas pistas, nomeadamente integrar todos os que nos rodeiam e aceitar as suas limitações, tal como aceitamos as nossas. Muitas vezes exige de nós um esforço enorme, que só pode resistir se for apoiado na oração.

Quantas vezes semeámos o ódio à nossa volta, e falámos mal de alguém? Muitas vezes isto acontece mesmo dentro das próprias famílias, e o que acontece é que, aos poucos, a imagem que temos daquela pessoa é unicamente centrada naquilo que não me agrada nela.

Como seria se Deus fosse assim connosco? Quanta falta de esperança haveria na vida! Se não reconhecemos em nós a imperfeição, como poderemos ser construtores de paz? O primeiro passo para criarmos guerra à nossa volta é pensarmos que somos os detentores da razão, fechando-nos à oportunidade de não excluir o que nos é próximo.

Pai Nosso

Quinta Semana

Quinta-feira, 30 de Agosto

«Felizes os que sofrem perseguição por causa da justiça, porque deles é o Reino dos Céus»

O próprio Jesus sublinha que este caminho vai contracorrente, a ponto de nos transformar em pessoas que questionam a sociedade com a sua vida, pessoas que incomodam. Jesus lembra as inúmeras pessoas que foram, e são, perseguidas simplesmente por ter lutado pela justiça, ter vivido os seus compromissos com Deus e com os outros. Se não queremos afundar numa obscura mediocridade, não pretendamos uma vida cómoda, porque, «quem quiser salvar a sua vida, vai perdê-la».

Para viver o Evangelho, não podemos esperar que tudo à nossa volta seja favorável, porque muitas vezes as ambições de poder e os interesses mundanos jogam contra nós. São João Paulo II declarava «alienada a sociedade que, nas suas formas de organização social, de produção e de consumo, torna mais difícil a realização [do] dom [de si mesmo] e a constituição [da] solidariedade inter-humana».

Jesus diz que haverá felicidade quando, «mentindo, disserem todo o género de calúnias contra vós, por minha causa».

Abraçar diariamente o caminho do Evangelho mesmo que nos acarrete problemas: isto é Santidade!

Reflexão:

“Quem quiser salvar a sua vida, vai perdê-la”. Esta frase de Jesus coloca-nos numa posição de decisão fulcral na vida, pois exige que tenhamos, a todo o momento, recta intenção. Tudo quanto fazemos tem de ser feito com recta intenção, isto é, para glorificar Deus. Para isso é fundamental a humildade, tanto para percebermos que a nossa vida é para partilhar e não ficarmos sentados no sofá, numa vida cómoda, como também para percebermos que tudo quanto nos

pedirem para fazer é-nos pedido por Deus.

Como podemos distinguir se aquilo a que chamamos de perseguição é de facto uma perseguição porque levamos uma vida como nos pede Jesus ou uma perseguição porque temos uma posição que, apesar de contracorrente, não passa exactamente disso?

A resposta está na maneira como vivemos a nossa fé de uma forma global: olhando para o exemplo de Jesus, que foi perseguido, atentemos na maneira como nunca se impôs durante toda a Sua vida. Jesus nunca se impôs, propôs-se sempre.

Defendamos o caminho do Evangelho com a nossa vida, mas tenhamos sempre uma presença suave, apesar de concreta, no mundo!

Pai Nosso

Quinta Semana Sexta-feira, 31 de Agosto

“Naquele tempo, disse Jesus aos seus discípulos a seguinte parábola: «O reino dos Céus pode comparar-se a dez virgens, que, tomando as suas lâmpadas, foram ao encontro do esposo. Cinco eram insensatas e cinco eram prudentes.

As insensatas, ao tomarem as suas lâmpadas, não levaram azeite consigo, enquanto as prudentes, com as lâmpadas, levaram azeite nas almotolias. Como o esposo se demorava, começaram todas a dormir e adormeceram.

No meio da noite ouviu-se um brado: ‘Aí vem o esposo; ide ao seu encontro’. Então, as virgens levantaram-se todas e começaram a preparar as lâmpadas.

As insensatas disseram às prudentes: ‘Dai-nos do vosso azeite, que as nossas lâmpadas estão a apagar-se’. Mas as prudentes responderam: ‘Talvez não chegue para nós e para vós. Ide antes comprá-lo aos vendedores’. Mas, enquanto foram comprá-lo, chegou o esposo. As que estavam preparadas entraram com ele para o banquete nupcial; e a porta fechou-se.

Mais tarde, chegaram também as outras virgens e disseram: ‘Senhor, senhor, abre-nos a porta’. Mas ele respondeu: ‘Em verdade vos digo: Não vos conheço’.

Portanto, vigiai, porque não sabeis o dia nem a hora».”

Reflexão:

Hoje acaba o percurso de oração proposto pelo caderno de Verão das Equipas. No Evangelho de hoje, Jesus apresenta-nos uma parábola sobre a vigilância.

No final deste caminho de oração, já quase no final do Verão, de que maneira vejo o meu percurso?

Que graças recebi deste caminho, que decidi percorrer juntamente com as Equipas?

O caderno de Verão ajudou-me a ser mais vigilante? Cresci em fé, esperança e caridade?

De que maneira o meu olhar em relação aos outros mudou?

Faço um momento de silêncio, agradecendo ao Senhor este percurso, agradecendo o facto de me ter posto nas Equipas e de me ter dado a força de rezar este caderno. Agradeço-Lhe principalmente a oportunidade que me dá de ser santo e de O deixar manifestar-Se em mim.

Leio mais uma vez o Evangelho e tento perceber o que quer o Senhor dizer-me através deste texto.

Pai Nosso

Agradecimentos

Por trás deste caderno está muita gente invisível, que nós próprios não sabemos o nome e que nos ajudaram à oração através da sua música e da sua voz. Pessoas anónimas que também constroem Igreja e, através de algo muito concreto, a sua voz e a sua música, nos ajudam a rezar e a estarmos mais próximos de Deus.

Mais concretamente, agradeço à Leonor, antiga equipista, e ao Henrique, equipista do Porto, por nos terem emprestado a voz para nos ajudarem a rezar.

A todo o Secretariado Nacional, em especial à Lhu, que tem o trabalho de editar o caderno, e a todos os equipistas.

De facto, todos nos sentimos muito pequenos e com uma grande responsabilidade por, com apenas as vozes e com pequenas reflexões, sermos instrumentos na criação de terreno fértil onde o Senhor pode actuar.

Um obrigado especial ao Papa Francisco por nos interpelar tão fortemente com esta Exortação que, se Deus quiser, terá muitos frutos.

Carlos G.
Responsável Cadernos

