

R\$ 6,00



**M**  
EDITORA  
AVE-MARIA

Revista

# Ave Maria

Ano 116 • março 2015



## FRATERNIDADE: IGREJA E SOCIEDADE

### "Eu vim para servir" (Mc 10,45)

#### **Campanha da Fraternidade**

Igreja: como dialogar com a sociedade sem perder a identidade e a missão?

#### **Terço dos homens**

A diversidade na unidade

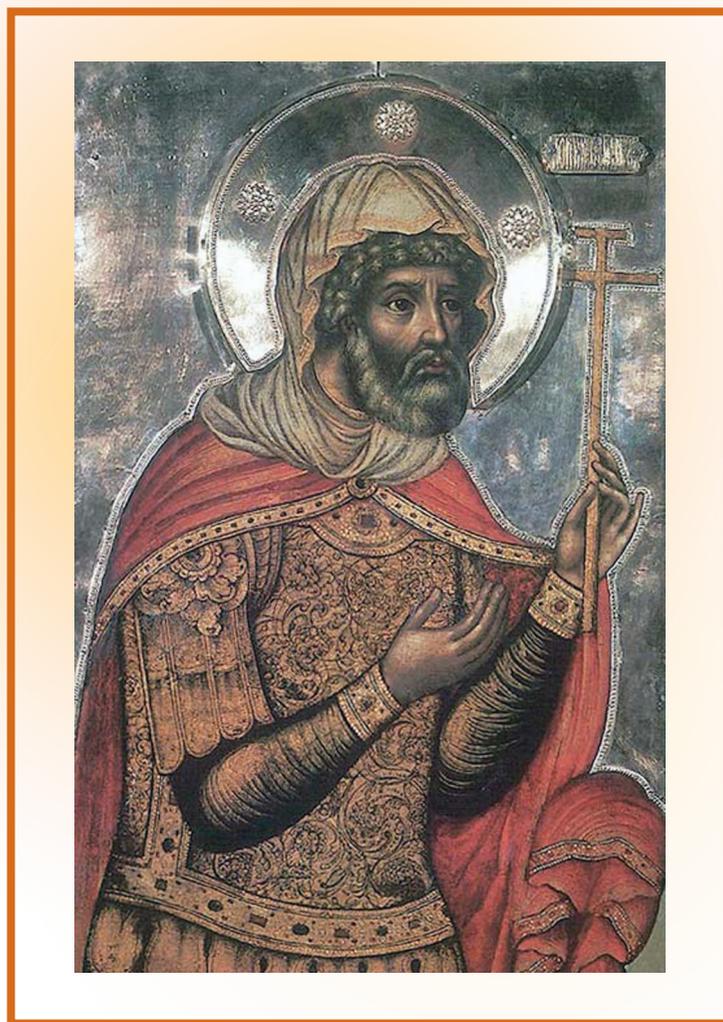
#### **Saúde**

Violência obstétrica: o que é e como se prevenir?



# ORAÇÃO A SÃO LONGUINHO

Celebrado em 15 de março



São Longuinho, que aos pés da cruz abristes, com a lança, o coração do crucificado, de onde jorrou sangue e água, pede a Jesus por nós; que o sangue inunde, com o Espírito Santo, o mundo e a nossa vida; que cada um tenha a alegria de penetrar no coração do filho de Deus e receber amor e graça. São Longuinho, ajudai-nos a agradecer. Amém!

(Oração extraída do livro *Orações para todas as horas*, p. 175, publicado pela Editora Ave-Maria)





Revista Ave Maria  
116 anos

**Direção Administrativa**  
Marcos Antônio Mendes

**Direção Editorial**  
Luís Erlin (MTB 52736/SP)

**Gerência Editorial**  
Valdeci Toledo

**Edição**  
Carla Maria Carreiro

**Projeto gráfico e Edição de arte**  
Gledson Zifssak

**Correspondências**  
Rua Martim Francisco, 636,  
São Paulo, SP, 01226-000  
revista@avemaria.com.br

**Divulgação & Publicidade**  
Rodrigo Recchia  
Tel.: (11) 3823-1060 e  
Fax: (11) 3663-3491  
publicidade@avemaria.com.br  
divulgacao.revista@avemaria.com.br

**Assinaturas**  
A partir de R\$ 60,00 por ano  
Tels.: 0800-7730-456 e (11) 3823-1060  
Fax: (11) 3663-3491  
assinaturas@avemaria.com.br



Revista Ave Maria é uma publicação mensal da Editora Ave-Maria (CNPJ 60.543.279/0002-62), fundada em 28 de maio de 1898, registrada no SNPI sob nº 22.689, no SEPJR sob nº 50, no RTD sob nº 67 e na DCDP do DFP, sob nº 199, P. 209/73 BL ISSN 1980-7872, pertencente à Congregação dos Missionários Claretianos.



A Editora Ave-Maria faz parte do Grupo de Editores Claretianos (Claret Publishing Group). Bangalore • Barcelona • Buenos Aires • Chennai • Macau • Madri • Manila • São Paulo

**Impressão**  
Gráfica Ave-Maria  
[www.avemaria.com.br](http://www.avemaria.com.br)

@revistaavemaria

[facebook.com/revistaavemaria](https://facebook.com/revistaavemaria)

## EDITORIAL

# É PRECISO PASSAR DA MORTE PARA A VIDA

“É para que sejamos homens livres que Cristo nos libertou”  
(Gálatas 5,1a)

Em pleno tempo quaresmal, seguimos com Jesus recordando sua trajetória salvífica em nosso meio. Destacamos neste mês vários temas sobre a Campanha da Fraternidade: “Eu vim para servir”.

Em um momento histórico em que nós, como Igreja, repensamos nossa principal missão, desponta esse lema que alimentou espiritualmente a vida de Jesus, também a dos primeiros discípulos, e que deve alimentar-nos também.

Situar-se no tempo e no espaço é fundamental para nos projetarmos em uma perspectiva missionária, impulsionado pelo sopro do Espírito. Caminhemos com os olhos fixos em Jesus, a Páscoa já se aproxima. Celebra bem a Páscoa quem, de fato, deseja fazer uma passagem de conversão. “O que era velho... já passou”.

A páscoa do Senhor tem o poder de renovar todas as coisas. Que a beleza da liturgia desse tempo nos inspire. A morte foi morta pela cruz de Cristo, é hora de termos esperanças. É preciso passar da morte para a vida.

Seja Deus a nossa força!

Pe. Luís Erlin, cmf.

*Ave Maria*  
116 anos



# Ave Maria

---

**ANUNCIAÇÃO**

Chegará nos divinos designios a hora de realizar a grande obra da Redempção. Esperada por espaço de 40 seculos, anunciada por Patriarchas, Prophetas e Sybillas, reclamada pelo estado triste e afflictivo da humanidade, ia ser um facto.

O Redemptor não seria, não podia ser gerado como os outros homens; segundo Adão, no que tinha de homem seria, como o primeiro, creado. Mas, de que materia? Devendo estar em contacto com o homem, a materia havia de ser uma gotta de sangue.

(Trecho extraído da *Revista Ave Maria*, edição de 20 de março de 1915)

# SUMÁRIO

12 **CORAÇÃO DE MARIA**  
Auxílio dos agonizantes

18 **SOLENIDADE**  
Anunciação de nosso Senhor Jesus Cristo

22 **TESTEMUNHO DE VIDA**  
Caminhar 9 meses com Maria

26 **CAMPANHA DA FRATERNIDADE**  
Igreja tem papel na construção do rosto da sociedade



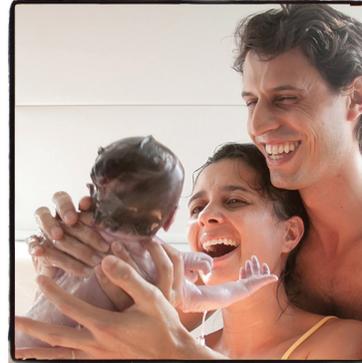
30 **DEVOÇÃO**  
Terço dos Homens:  
diversidade na unidade

40 **SOCIEDADE**  
Sou Charlie, sou Ahmed,  
sou Yohan, sou... humana

42 **HISTÓRIA**  
Francisco e a Desatadora de Nós

44 **REFLEXÃO BÍBLICA**  
A compaixão nasce do encontro

46 **SAÚDE**  
O direito ao parto com dignidade



52 **ESPIRITUALIDADE**  
A água da graça  
ou a graça da água?

54 **EVANGELIZAÇÃO**  
O menino e a televisão

56 **DINÂMICAS DE GRUPO**  
Juventude: fascinante etapa da vida

58 **CATEQUESE**  
Como explicar o sacramento  
da Confissão às crianças?

## Seções

Editorial .....	3
Você reconhece alguém? .....	5
Espaço do leitor .....	6
Acontece na Igreja .....	8
Maria na devoção popular .....	10
Santo do Mês .....	14
Consultório católico .....	32
Liturgia da Palavra .....	34
Palavra do Papa .....	38
Viva melhor .....	60
Encontro infantil .....	62
Sabor & Arte na mesa .....	64

# Você reconhece alguém?

As pessoas abaixo receberam graças por intercessão de Santo Antônio Maria Claret. As fotos foram publicadas na *Revista Ave Maria*, no ano de 1955. Você é familiar, amigo ou conheceu algum deles?



Antônio Maria  
Giacomini  
Capivari (SP)



Maria Claret  
Bariri (SP)



Bodas de ouro de  
Cândido Borges da Costa  
e Batistina Ernestina  
da Costa  
Campanha (MG)



Antônio Claret  
Caxambu (MG)



Heloína Claret  
de Castro  
Orizona (GO)

Caso você reconheça alguém ou queira compartilhar sua lembrança sobre uma dessas pessoas, entre em contato com a redação da *Revista Ave Maria*. Envie um e-mail para [revista@avemaria.com.br](mailto:revista@avemaria.com.br) ou mande sua carta para:

**Redação da Revista Ave Maria**  
Rua Martim Francisco, 636 – Santa Cecília  
CEP: 01226-000 – São Paulo-SP



## Testemunho

É uma alegria escrever à *Revista Ave Maria* para agradecer a Deus, ao Coração de Jesus e ao Coração de Maria pela vida. Obrigada, meu Deus, por nascer de novo! A primeira vez que escrevi foi em 2007, quando fiz a primeira cirurgia do coração. A segunda cirurgia foi em 2011, tive uma parada cardíaca e voltei logo. “Graças a Deus”, disse o enfermeiro que me acompanhava. Hoje estou bem, graças a Deus e ao meu anjo da guarda, e gostaria de deixar meu testemunho novamente na *Revista Ave Maria*.

**Diomar Lopes da Conceição – Mongaguá (SP)**



## Palavra do Papa

*Na seção Palavra do Papa de fevereiro, o Papa Francisco pediu aos fiéis um “exame de consciência” e listou 15 “doenças” que afetariam as comunidades católicas. Recebemos diversas mensagens sobre a mensagem do pontífice. Abaixo, separamos alguns desses depoimentos:*

Que o Espírito Santo nos ilumine! Precisamos sair da UTI.

**Maria Lúcia Maba Berti – Ilhota (SC)**

Quanto discernimento do nosso querido Pastor! Viva!

**Edna Vieira – Cambé (PR)**

Afetam e muito! Mal de Alzheimer...

**Sirlene Moia – Cianorte (PR)**

Esse Papa é demais! Ama como Jesus, vê as coisas com olhar de cristo e testemunha as verdades do evangelho com a vida. Grande pastor.

**Edna Aquino – Maceió (AL)**

## Pedidos de oração

Pela paz em nosso coração e pela paz no Brasil!

**Maria Lúcia Batista – Avaré (SP)**

Peço pelos doentes terminais, para que tenham acompanhamento espiritual e cheguem serenamente ao Reino de Deus.

**Maria Auxiliadora Meireles – Tubarão (SC)**

“Deus todo-poderoso, que proporcionai saúde e remédio para todos os males, concede-me com a segurança de vossa presença em mim, que possa ter plena confiança em vós a fim de que, envolvido em vosso amor e em vosso pleno poder, possa receber a saúde e a salvação, segundo vossa livre vontade. Em meio a meus sofrimentos ponho minha confiança em vós. Por Cristo, nosso Senhor. Amém.”

### ENVIO DE CARTAS

Cartas para esta seção devem ser enviadas para “Redação – *Revista Ave Maria*”, com nome do leitor e endereço completo. Encaminhar por e-mail ([revista@avemaria.com.br](mailto:revista@avemaria.com.br)) ou para o seguinte endereço: Rua Martim Francisco, 636 – 2º andar – Santa Cecília – São Paulo/SP – 01226-000. As cartas podem ser editadas por razão de espaço e compreensão.

Anunciar eficazmente  
a mensagem do Senhor promove  
verdadeiramente  
o encontro com Cristo.



Esta obra, de autoria do Monsenhor Vittorio Peri, apresenta-nos uma séria reflexão sobre a preparação da homilia e mostra-nos a importância de cada palavra proferida no anúncio da Sagrada Escritura e na formação do povo de Deus.

**R\$ 19,90**

14x21cm - 72 págs.

SIGA-NOS NAS REDES SOCIAIS



@editoravemaria



EditoraAveMaria



@editoravemaria



EditoraAveMaria



À venda nas melhores livrarias,  
pelo televentas 0800 7730 456  
ou no site [www.avemaria.com.br](http://www.avemaria.com.br)

## Matriz Basílica de Aparecida (SP) é reinaugurada após 11 anos

Após 11 anos de restauração, a Matriz Basílica de Nossa Senhora Aparecida, localizada no interior de São Paulo, foi reinaugurada no dia 2 de fevereiro. Durante as obras, atividades como missa e visita a imagem não foram interrompidas. O templo possui arquitetura barroca e foi inaugurada em 1888.

A reinauguração foi celebrada com uma missa especial, ao som do órgão tocado pelo maestro Sérgio Militello, organista da Capela Sistina, do Vaticano. A restauração estrutural e artística da Basílica Velha, foi iniciativa do Santuário Nacional. A realização contou com a coordenação da restauradora Cláudia Rangel.

### Obras

Os trabalhos começaram em fevereiro de 2004, a partir da capela do Santíssimo. Foram recuperadas as janelas de madeira, peças de mármore do presbitério

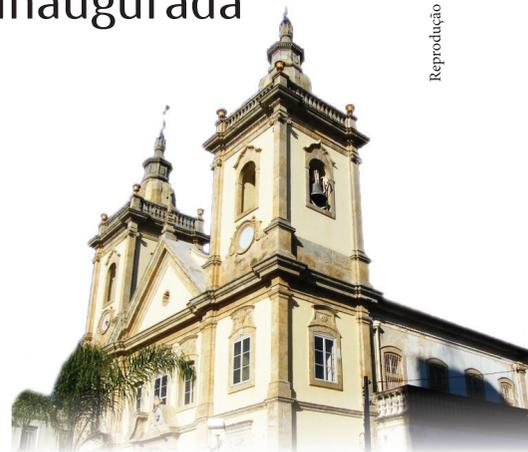
e do altar. A obra contemplou, ainda, a restauração de cada parte da Matriz Basílica, de piso, telhado e paredes. A restauração recuperou detalhes originais do templo. O madeiramento original do teto foi substituído por compensado.

Na área sobre o altar, os profissionais recuperaram uma pintura datada de 1904. Trata-se de uma coroa circundada por dois anjos e ornamentada com uma guirlanda e uma flâmula, que traz a inscrição "Ave Maria". Na tribuna leste do presbitério uma pintura do Espírito Santo também foi redescoberta.

A área do coro teve o assoalho trocado e uma readequação de suas paredes. No local, um órgão de tubos, originário da Alemanha, foi reconstruído e poderá ser utilizado nas celebrações.

### História

Com obras iniciadas em 1845 e concluídas em 1888, a igreja



Reprodução

recebeu do Vaticano, no ano de 1908, o título de Basílica de Aparecida. Em 1982, foi tombada pelo Conselho de Defesa do Patrimônio Histórico, Artístico, Arqueológico e Turístico do Estado de São Paulo (Condephaat), como monumento de interesse histórico, religioso e arquitetônico. A imagem de Nossa Senhora Aparecida, encontrada no Rio Paraíba do Sul, ficou na Matriz Basílica até 1982, quando foi transferida em definitivo para a nova Basílica do Santuário Nacional.

Fonte: A12/Santuário Nacional

## 90% dos italianos aprovam Papa Francisco



Reprodução

O relatório Eurispes 2015 revelou um "plebiscito" a favor do Papa. 89,6% dos entrevistados acreditam que, de fato, o Papa

argentino está dando um novo ânimo à Igreja Católica.

O Papa Francisco está marcando o coração dos italianos. Confirma o relatório italiano Eurispes 2015, que mostra que 89,6% dos habitantes do país aprecia o Papa e acredita que ele está dando um novo impulso à Igreja Católica.

Simultaneamente ao crescimento da popularidade de Francisco, diminui a confiança dos italianos em relação às instituições. Os mais atingidos pelo que muitos chamam de "efeito Bergoglio" são os jovens: o consenso dobrou

entre 18 e 24 anos de idade (de 27,1% para 51,1%) e entre 25 e 34 anos de idade (de 34,3 % para 53,5%).

As pessoas que mais gostam do Papa – revela a Eurispes – são as viúvas (77,3%) e os casados (69,9%). Aumenta o crédito com os separados/divorciados (63,6%). Quase um "plebiscito" italiano (89,6%) acredita que o Santo Padre está dando um novo ânimo à Igreja. O valor é 2,5% maior em relação ao ano passado.

Fonte: Zenit.org



“Não vamos deixar que o medo nos dirija. O amor é mais forte que o ódio”

Missionária católica no Níger, cujo nome não foi revelado por razões de segurança, em resposta à mensagem do grupo extremista Boko Haram: “Os cristãos devem morrer”.

Reprodução



Depois da renúncia, teria gostado de ser chamado Padre Bento. Se tivesse tido mais força nesse momento, teria pedido”

Papa emérito **Bento XVI**, em entrevista ao jornal alemão *Frankfurter Allgemeine Zeitung*.

“Essa mudança coloca em maior evidência a relação dos bispos metropolitanos com a sua Igreja local e assim dá também a possibilidade a mais fiéis de estarem presentes neste rito tão significativo para eles”

Monsenhor **Guido Marini**, mestre de cerimônias pontifícias, sobre o novo rito de imposição do pálio, que a partir de junho será realizado nas sedes episcopais de cada arcebispo, e não mais no Vaticano.



crédito tasso marcelo (afp)



“Vocês são os profetas da esperança, são o presente da sociedade e da nossa amada Igreja e sobretudo são os que podem construir uma nova civilização do amor”

Mensagem do **Papa Francisco** aos jovens que participaram do 11º Encontro Nacional da Pastoral da Juventude (ENPJ), realizado entre os dias 18 e 25 de janeiro, em Manaus.

“É uma mensagem de esperança que anima a juventude, muitas vezes, desanimada pelas dificuldades, fracassos e decepções nesse mundo atual. Nós, como pastores dos jovens precisamos incentivá-los a ir atrás dos sonhos perdidos e frustrados, a reativar no coração deles a vontade de sonhar”

**Padre Jorge Carreira**, assessor do Setor Juventude da CNBB, sobre a mensagem do Papa aos jovens brasileiros.

*Estive doente e cuidaste de mim (Mt 25,36)*

**Jovem, esse desafio é para você!**

Se você acredita que a dor e a solidão dos doentes podem ser amenizadas com a sua presença, venha conhecer nosso carisma!

**FILHAS DE SÃO CAMILO**  
filhasdesaocamilo@yahoo.com.br  
Adelino Bortoli, 139 - Vila D. Pedro II - Cep 02241-120 - São Paulo (SP)  
Tel.: (11) 2979-2124 / 2973-0813 / 2977-8092

*Nos Braços de São Francisco e da Rainha da Paz*

JUN/JUL 2015  
17/06 a 02/07

Director Espiritual: **PE. RODRIGO**  
Santuário N. S. do Perpétuo Socorro

DESTAQUES DA VIAGEM:  
ROMA/ PIETRELCINA/ SAN GIOVANNI  
ROTONDO/ MONTE SANTO ANGELO/  
LANCIANO/ LORETO/ MEDJUGORJE/  
CASCIA/ ROCA PORENA/ ASSISI/ MONTE  
ALVERNE/ CARGERE/ VENEZA(MESTRE)  
PÁDUVA/ MILÃO.

INFORMAÇÕES E RESERVAS:  
[www.sanpiotur.com.br](http://www.sanpiotur.com.br)  
CURITIBA/PR  
(41) 3233 5884

**SanPioTur**  
turismo

**Divulgue os eventos importantes de sua paróquia nesta seção. Entre em contato: publicidade@avemaria.com.br**

**ANUNCIE NA REVISTA AVE MARIA**

Ligue para (11) 3823-1060  
Ramal 1221 ou pelo e-mail:  
[publicidade@avemaria.com.br](mailto:publicidade@avemaria.com.br)



# Nossa Senhora do Porto

Por Pe. Roque Beraldi, cmf

**C**orria o ano de 982. Os mouros haviam ocupado o território de Portugal. Chegaram a queimar igrejas, matando a todos que se opunham aos seus violentos ataques.

O português Moninho Vegas sofria ao saber de todas essas incursões. Dirigiu-se a Gasconha, reuniu cavaleiros que tinham as mesmas ideias e os convocou para a luta a conquistar as terras que estavam em poder dos mouros.

Organizou uma poderosa armada de guerreiros gascões. Marcharam decididos a conquistar a cidade do Porto. Denominaram-se “Cruzados”. Carregavam consigo uma imagem de Nossa Senhora. Oraram diante dessa imagem e prometeram que lhe dariam o patrocínio da cidade se fosse reconquistada. Atacaram as linhas bélicas dos mouros com tanta habilidade e violência que a cidade do Porto e seus arredores voltaram a pertencer ao seu domínio, expulsando os inimigos do território português.

Frei Agostinho escreve a respeito: “Depois de tomarem a cidade, em ação de graças e por memória do visível benefício que a Rainha do Anjos, Maria Santíssima, lhes havia feito, quando por uma porta entraram na cidade e lançaram dela os bárbaros, colocaram sobre ela uma imagem de Nossa Senhora com o título de Vandoma, padroeira da Armada. Ali ergueram uma ermida e deixaram a imagem agora com o título de Nossa Senhora do Porto. Perpetuavam a proteção dispensada aos fiéis guerreiros de Cristo, na cidade do Porto, como guia do povo cristão. Por ter dado a vitória aos cristãos e tomado a cidade libertando-a do poder dos mouros”. Puseram em destaque a inscrição *Civitas Virginis* (“Cidade da Virgem”).

Devotos de Nossa Senhora trouxeram essa devoção ao Brasil por meio da imagem, como se pode ver o município de Andrelândia, que tem como padroeira Nossa Senhora do Porto da Eterna Salvação, na diocese de São João Del Rei, no Estado de Minas Gerais. ●



## Oração

Deus todo poderoso, concedei a vossos fiéis o ardente desejo de chegar ao porto da salvação e ao reino celeste, sem escravidão de qualquer tipo, para que, acorrendo com nossas boas obras ao encontro de Cristo, sejamos reunidos à sua direita na comunidade dos justos. Amém.

Suplementos, Vitaminas e Minerais

# SIDNEY OLIVEIRA

A MAIOR LINHA DO BRASIL

panórea

## O combustível diário que nosso corpo precisa.



### MAIS DE 100 PRODUTOS A PREÇO ÚNICO

PORQUE SUA SAÚDE É ÚNICA

Conheça todos os produtos da Linha Sidney Oliveira, acessando:

**ultrafarma.com.br** ou ligue **11 5591-1466**

Não use esses produtos como única fonte de nutrientes. Recomenda-se a orientação de um médico ou nutricionista. Consumir somente a quantidade indicada nas embalagens. Gestantes, crianças, nutrízes e portadores de qualquer enfermidade somente devem consumir estes produtos sob orientação de nutricionista ou médico. **NÃO CONTEM GLÚTEN.**



**ultranutrientes**  
VIVER PARA NUTRIR PARA VIVER

Fabricados sob licença de ULTRANUTRIENTES USA LLC



# Auxílio dos agonizantes



Por Pe. Nilton Boni, cmf

**S**anto Afonso Maria de Ligório em uma de suas meditações dizia: *“Oh Deus! Que espetáculo doloroso ver o Filho agonizando na cruz e, ao pé da cruz, ver agonizar a Mãe, que sofria no coração todas as penas que o Filho padecia no corpo!... o vosso Coração não pensava no seu próprio sofrimento, mas na dor e na morte do amado Filho, e por isso, quisestes vós mesma assistir-Lhe, ao menos para Lhe mostrar a vossa compaixão”*.

O estado de agonia reflete o limite do sofrimento humano. É o momento em que silenciamos para tentar compreender a dor do outro. Não há palavras para descrever esta visão que toca profundamente na alma como uma espada de dor. Testemunhar a agonia alheia é oportunidade para se colocar diante da vida frágil que clama por salvação.

A imagem de Maria Santíssima que sofre as dores do Filho é sem

dúvida uma experiência de fé que nos insere na responsabilidade da vida e das relações interpessoais. O sofrimento é uma realidade que nos acompanha e dele não estamos isentos por mais retos que sejamos nesta caminhada da vida. Não existe nenhum ser humano que não sofra, pois a própria vida, com suas crises, é um contínuo sofrer.

Devemos compreender este processo como crescimento a fim

de vivenciar a experiência da agonia com fé e esperança. Se olharmos ao nosso redor, veremos um mundo mergulhado em tristezas. Infelizmente, milhões de pessoas estão agonizando vítimas das desigualdades, violências, destruição, morte, enfermidades, etc. Há um mundo doente ao nosso redor, que nos afeta drasticamente. O que fazer? Em quem esperar? Qual nossa atitude diante dos agonizantes?

Respostas como estas merecem um olhar de compaixão e de fé. Um olhar como o de Maria aos pés da cruz que não condena, mas acolhe o Mistério. Por isso, nas noites de agonia que parecem intermináveis, peçamos a intercessão da Mãe. Seu auxílio é sempre

necessário, oportuno e eficaz para se chegar à luz da vida nova. Maria soube perfeitamente enxergar o amor na cruz e foi com esta mesma tranquilidade que suportou as espadas em sua alma. Nada a fez desistir, pois sabia plenamente da verdade comunicada pelo próprio Deus. Maria não se deixou abater pela agonia do Filho. Ela sabia que a ressurreição seria a maior prova da vitória da vida sobre a morte.

Graças ao “sim” de Maria à obra da redenção, a Igreja a vê: *“presente como mãe que participa nos múltiplos e complexos problemas que hoje acompanham a vida das pessoas individualmente, das famílias e das nações; como auxílio do povo cristão, na luta incessante entre o bem e o mal, para que “não*

*caia” ou, se caiu, para que “se erga” (Redemptoris Mater n. 52).*

Devemos invocar Maria, auxílio dos agonizantes, em todas as épocas e circunstâncias. As orações que fazemos pedindo pelos agonizantes exprimem nossa comunhão e amor para com o próximo. Neste sentido, Maria nos ensina com sabedoria a vivermos a caridade e a solidariedade para com os irmãos e irmãs agonizantes.

Venha em nosso auxílio Santa Mãe de Deus. Guarda-nos em teu coração. Que os tristes e agonizantes encontrem em ti a força para não desanimar. Intercedei por nós. ●

 [padrenilton@pcormaria.com](mailto:padrenilton@pcormaria.com)

**VIPER**

*A solução na medida certa*

 (17) 3442.5377 / 99745.1102 

[contato@vipereletronica.com.br](mailto:contato@vipereletronica.com.br)

[www.vipereletronica.com.br](http://www.vipereletronica.com.br)

## A mais eficiente tecnologia em som para igrejas



PROJETOS E INSTALAÇÕES  
**VIPER**  
43 Anos  
SISTEMA DE SOM LINE ARRAY

### SISTEMA DE SOM VIPER - LINE ARRAY

A solução para a comunicação da palavra falada, principalmente em ambientes com problemas acústicos



**Solicite nossa visita técnica, oferecemos um projeto sonoro sem custo e sem compromisso !!!**

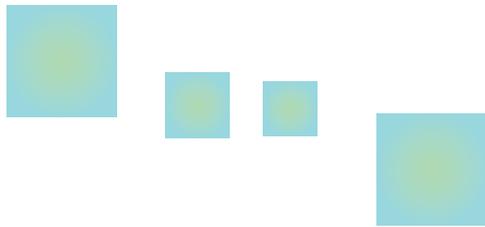
# Santas Perpétua, Felicidade



## e companheiros Mártires africanos

“Despontou o dia da vitória dos mártires e do cárcere foram conduzidos ao anfiteatro, como se fossem para o céu, de rosto radiante e sereno, dignos, sobressaltados mais pela alegria que pelo medo (...) Ó valorosos e beatíssimos mártires! Vós sois verdadeiramente os chamados e os eleitos à glória de Jesus Cristo, nosso Senhor.”

(Narração do martírio dos mártires cartaginenses. Cit. na Liturgia das Horas)



**N**os primeiros séculos do cristianismo, o martírio foi considerado a maior perfeição a que poderia aspirar um seguidor de Cristo. Nos Atos dos Mártires, leem-se histórias estupendas de coragem de bispos e leigos, de virgens e casadas. Às vezes, toda uma comunidade ficou na mira do olhar do poder civil com a intenção de erradicar a fé que se espalhava como uma mancha de óleo entre as pessoas.

A narração do martírio de Perpétua, de Felicidade e dos outros companheiros é também uma autêntica joia porque nos faz conhecer o profundo relacionamento de fraternidade que existia entre os cristãos daquele tempo, e como naquele clima também as mulheres casadas tinham a coragem de enfrentar o martírio.

Perpétua era uma mulher jovem, mãe de família, e com um menino ainda pequeno. Por sua condição social e inteligência era também uma pessoa bem instruída, como se percebe por suas cartas. Sua família era cristã, exceto o pai.

Felicidade era a criada de Perpétua e de sua patroa recebeu a fé. Também ela era casada e estava no oitavo mês de sua primeira gravidez. Entre as duas mulheres, uma patroa e outra escrava, a sintonia era perfeita, pois a fé cristã tornou-as irmãs, até mais do que

se fossem nascidas da mesma mãe terrena.

Ao lado das duas, havia alguns personagens masculinos: Saturnino, Secundulo e Revocato. Este último era um escravo. As duas mulheres e os três homens ainda eram catecúmenos, quando foram presos e reclusos no cárcere.

Pertenciam a uma pequena cidade vizinha a Cartago de nome Thuburbo minus. O responsável pela comunidade era o catequista Saturo que, não estando presente na cidade no dia da prisão e não querendo deixar a sua obra incompleta, apresentou-se espontaneamente às autoridades, declarando-se cristão. Desta forma, juntou-se ao grupo que estava no cárcere em Cartago. Dois diáconos da comunidade se interessaram pelo caso e com o dinheiro da própria comunidade conseguiram que os prisioneiros ficassem em cárcere privado e pudessem receber visitas dos parentes e amigos. Perpétua pôde assim alimentar o seu filhinho.

Naquele período, receberam o batismo das mãos de Saturo como preparação ao martírio. Perpétua no seu diário escreveu: “O Espírito me sugeriu pedir na hora de receber a água (do batismo) nada mais que a constância na vida”. A nobre senhora falou por si e por todos: com o batismo, não pediram a libertação da prisão, mas a força para confessar Cristo.

## O relato de Perpétua

Após um primeiro período de prisão privada, eles foram trancafiados em um subterrâneo fétido, frio e sem luz. Assim o descreve Perpétua: “Eu me encolhi aterrorizada, pois nunca tinha vivido em tal escuridão. Dia terrível! Que calor sufocante naquela massa de pessoas! Que situação penosa pelas vexatórias tentativas de chantagem da parte dos soldados!”.

Antes, podia-se esperar também que fosse poupada por causa da influência de seu pai que gozava de respeito na capital entre as pessoas influentes, mas para Perpétua, Felicidade e companheiros agora que tinham sido postos em semelhante cárcere, sem dúvida se aproximava a coroa do martírio.

Perpétua teve um sonho. Tinha visto, como Jacó, uma escada alta que ia até o céu. Em cima, estava Saturo rodeado de anjos que a convidava para subir, dizendo-lhe: “Perpétua, eu te espero; mas presta atenção para que o dragão não te devore!”.

“Eu” – assim contava Perpétua – “respondi: ‘Ele não me fará mal! Em nome de Jesus Cristo!’ Eu subi sobre sua cabeça, como se fosse o primeiro degrau da escada. Assim ficamos sabendo que o martírio nos esperava. De agora em diante, abandonamos toda a esperança neste mundo”.





## SANTO DO MÊS



Uma manhã, os prisioneiros foram “arrastados, imediatamente após a primeira refeição, para o interrogatório no fórum da cidade”. Os juízes permitiram que o pai se aproximasse novamente de Perpétua. Este, mostrando-lhes o filho que trazia consigo, gritava desesperado: “Tem piedade de teu filhinho!” E o governador Ilariano acrescentou: “Tem então respeito pelos cabelos brancos de teu pai e um pouco de consideração para com o teu filho! Oferece o sacrifício pela saúde do imperador!”.

Perpétua respondeu com um seco “não”. Em seguida, foi feita a pergunta fatal: “Tu és cristã?”. “Sim” – respondeu ela –, “sou cristã”. Então o juiz a condenou às feras. Perpétua anotou em seu diário: “Depois disto, retornamos alegres ao cárcere”.

### A preparação imediata ao martírio

Aqueles dias de espera deveriam ser dias de festa, mas Felicidade estava triste. Ela seria excluída da luta no anfiteatro, ao menos por ora, pois a lei romana proibia que fosse levada para a arena uma mulher grávida.

O autor que teve entre suas mãos as folhas do diário de Perpétua nos informa sobre os últimos dias dos nossos mártires. Ele diz: “Quanto a Felicidade, também esta foi agraciada pelo Senhor, precisamente deste modo: ela estava no oitavo mês de gravidez, enquanto se aproximava o dia dos jogos, temia enormemente que lhe fosse suspenso o martírio. Não é lícito, de fato, matar mulheres grávidas...”.

Mas também seus companheiros estavam muito preocupados por ter de abandonar na estrada da mesma esperança uma tão virtuosa companheira, que estivera com eles desde o início. Com esse desejo comum, dois dias antes do espetáculo, rezaram juntos ao Senhor e logo após a oração Felicidade começou a sentir as dores do parto.

E depois, como é natural em um parto ao oitavo mês, ela se lamentava, sofrendo fortes dores. Então um dos carcereiros lhe disse: “Se você grita assim agora, imagina o que você irá fazer quando for atirada aos animais ferozes?” – Ela lhe respondeu: “O que eu estou sofrendo agora sou eu que sofro; mas lá será em mim outro quem sofrerá por mim; de fato, eu irei

sofrer também por ele”. Segundo Perpétua em seu diário, “assim deu à luz uma menina, que uma de nossas irmãs tomou consigo e a criará como filha”.

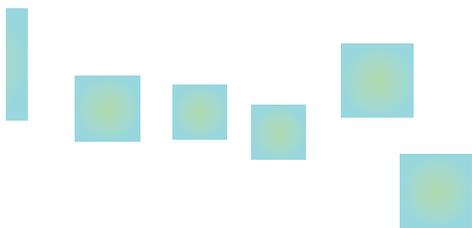
Como podiam aquelas mães se separarem de seus filhos ainda pequenos? Só uma profunda experiência de fé pode explicar uma conduta tão heróica. Além do mais, se elas partiam, restava a família da comunidade. Aos filhos era melhor deixar a recordação de uma mãe corajosa diante dos algozes do que uma cristã medrosa que havia renegado a fé. Não havia dito o Senhor: “Aquele que não deixa, pai, mãe, filho...”? Eles se sentiam chamados a testemunhar a validade do evangelho.

### O dia da festa

Era costume oferecer aos prisioneiros um lauto banquete antes de conduzi-los à arena. Eles aceitaram e fizeram a festa. Depois foram apresentados ao povo. De um lado estavam os homens: tinham restado apenas três, pois Secundulo não tinha resistido aos maus tratos no cárcere.

O anfiteatro estava apinhado, pois o povo gostava de semelhantes espetáculos que geralmente





eram feitos com delinquentes comuns e escravos. Desta vez a curiosidade era maior, pois os condenados eram “os lavados”, como eram chamados os primeiros cristãos por causa do rito com a água do batismo, e entre estes uma nobre matrona com a sua criada.

Entraram no anfiteatro entre duas filas dos algozes encarregados de lhes bater com chicote de couro tendo na extremidade um gancho de metal. O sangue que escorria dos corpos havia aguçado o instinto dos animais ferozes.

Saturo, Revocato e Saturnino foram amarrados aos postes, em um palco, bem visíveis à multidão, para serem primeiro atacados por um leopardo e depois por um urso. As mulheres ao contrário: foram conduzidas ao centro da arena e abandonadas aos chifres de uma vaca enfurecida.

O espetáculo começou com as mulheres, o animal mais de uma vez as lançou aos ares com os chifres até se cansar, enquanto a multidão aos urros se divertia. Perpétua quando se levantou cobriu por pudor os joelhos com os trapos que ainda restaram sobre o corpo e correu para levantar Felicidade.

Depois ambas foram conduzidas à porta de entrada para assistir ao segundo espetáculo. As duas mulheres se abraçavam e se consolavam e trocavam palavras de encorajamento aos irmãos presos nos postes.

Quando os animais foram retirados pelos domadores se via o sangue escorrendo de toda parte e se escutava a multidão a gritar: “Os lavados agora estão bem purificados”.

A multidão, no entanto, gritava para conduzir os condenados ao meio da arena e lhes vibrar à vista deles todos os golpes de misericórdia. Saturo achou um modo de retirar o anel, mergulhá-lo no próprio sangue e doá-lo a um soldado. Os mártires, pela última vez, trocaram o beijo da paz e se submeteram ao último ato daquele terrível cerimonial.

A igreja de Cartago tinha as suas primeiras testemunhas. Sobre o local onde foram enterrados foi levantada uma basílica, onde o próprio Agostinho muitas vezes teve a oportunidade de lhes exaltar as virtudes. A narrativa de seu martírio percorreu o império e seu culto se difundiu não só na tradição da Igreja latina, mas também na grega e siríaca. ●

# ANUNCIAR A PALAVRA DE DEUS POR TODOS OS MEIOS POSSÍVEIS

Esta pode ser a sua missão!

Seja um Missionário Claretiano.



**SECRETARIADO VOCACIONAL CLARETIANO**

Cx. postal, 94 - CEP 14300-000

Batatais - SP

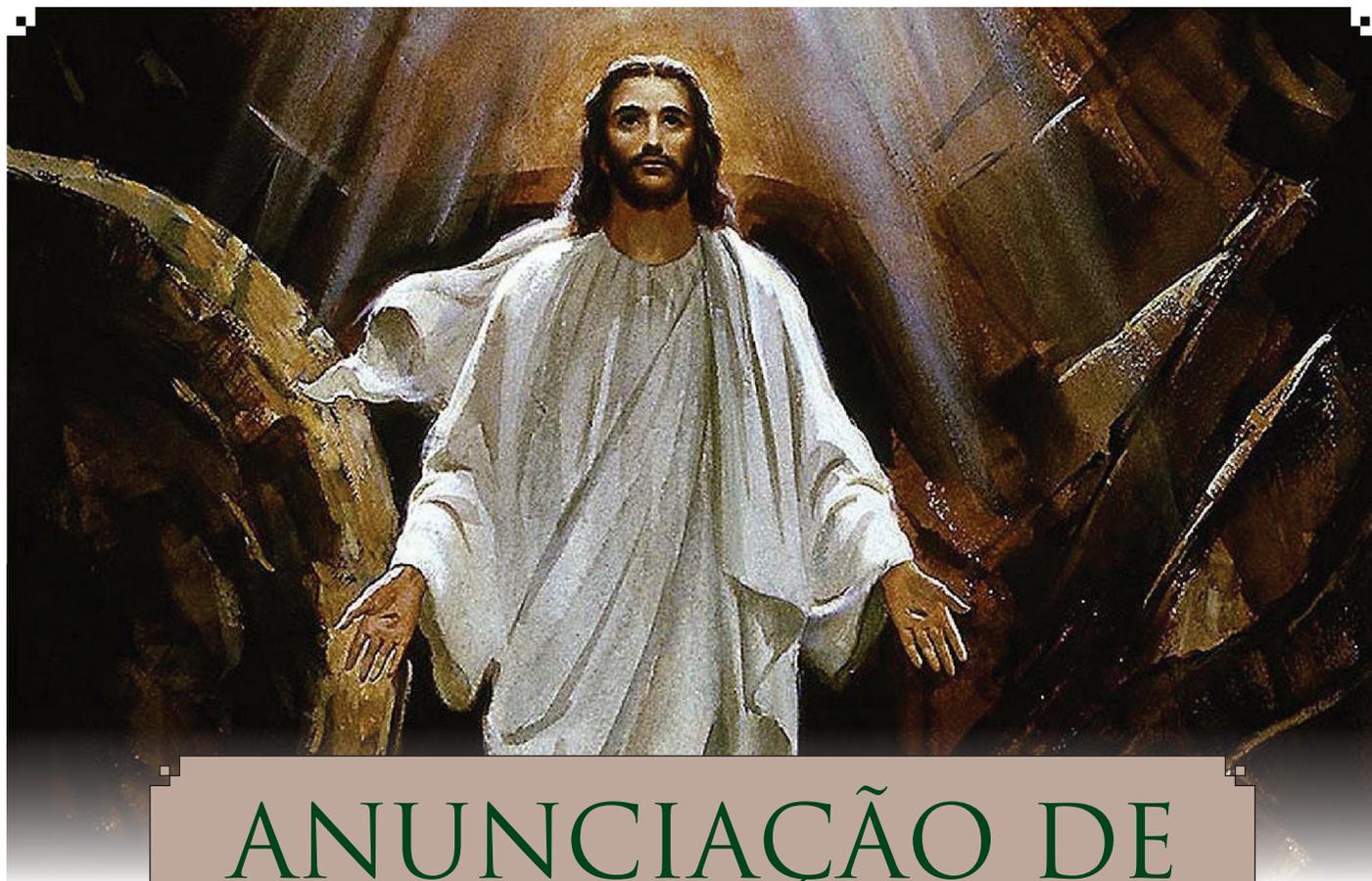
Fone: (16) 3761-5081 / 8138-6738

E-mail: [pvclarcmf@gmail.com](mailto:pvclarcmf@gmail.com)

[www.claretianos.com.br](http://www.claretianos.com.br)

[www.vocacionadosclaretianos.com.br](http://www.vocacionadosclaretianos.com.br)





# ANUNCIAÇÃO DE NOSSO SENHOR JESUS CRISTO

“Ó Deus, confirmai em nossos corações os mistérios da verdadeira fé, para que, proclamando verdadeiro Deus e verdadeiro homem aquele que nasceu da Virgem, cheguemos à felicidade eterna pelo poder da sua ressurreição.”

Por Valdeci Toledo

**A** Solenidade da Anunciação do Senhor inaugura o acontecimento em que o Filho de Deus se faz carne para consumir seu sacrifício redentor em obediência ao Pai:

“Eis por que, ao entrar no mundo, Cristo diz: ‘Não quiseste sacrifício nem oblação, mas me formaste um corpo. Holocaustos e sacrifícios pelo pecado não te agradam. Então, eu disse: eis que venho, venho ó Deus, para fazer a tua vontade’. Assim aboliu o antigo regime e estabeleceu uma nova economia. Foi em virtude dessa vontade de Deus que temos sido santificados uma vez para sempre, pela oblação do corpo de Jesus Cristo” (Cf. Hebreus 10,5-10)

Cristo, concebido no seio materno da Virgem Maria, teve um corpo igual ao nosso, exceto no pecado, para ser o primeiro dos ressuscitados, na perspectiva da nova criação: “Cristo ressuscitou dentre os mortos, como primícias dos que morreram! Com efeito, se por um homem veio a morte, por um homem vem a ressurreição dos mortos. Assim como em Adão todos morrem, assim em Cristo todos reviverão” (1Coríntios 15,20-22).

Deus, em seu amor infinito, desejou salvar a humanidade por meio dela mesma, ou seja: somente um verdadeiro homem poderia assumir o lugar de toda a humanidade. Um anjo, por exemplo, não poderia assumir esse papel, pois pertence a outra espécie. Ou melhor: cada anjo é uma espécie única, muito diferente do ser humano, que na sua totalidade pertence a uma mesma espécie.

Assim, Jesus, verdadeiro Deus, portanto essencialmente livre, agiu livremente, assumindo um corpo no seio bem-aventurado de Maria,

sem participação de homem, mas pelo poder do Espírito Santo. É uma ação da Santíssima Trindade, pois Deus envia seu Filho único, que é gerado pelo poder do Espírito Santo. É um ato livre e soberano de Deus, Uno e Trino. Deus, desejando que seu Filho único se fizesse homem, no seio da Virgem Maria, deu-nos a possibilidade de participar da divindade do nosso Redentor, que proclamamos verdadeiro Deus e verdadeiro homem.

A solenidade da Anunciação é uma festa do Senhor, pois celebra o anúncio de seu nascimento. Porém, é muito comum pensar que é uma festa mariana, haja vista que Maria está intimamente ligada a essa festa, já que o anúncio é feito a ela. É a proclamação de um novo tempo, a inauguração de uma nova criação, o cumprimento das promessas de Deus quanto à salvação da humanidade. É mais um mistério ao qual inclinamos nossa razão e damos espaço à fé no poder de Deus.

### Mas quanto a Maria, o que podemos falar?

Maria associa-se à obediência do Cristo, vivendo sacramentalmente na fé o sentido pascal da anunciação. Maria é a filha de Sião que, coroando a longa espera, acolhe com seu “Sim” e concebe por obra do Espírito Santo o Salvador. Nela, Virgem e Mãe, o povo da promessa se torna o novo Israel, Igreja de Cristo (cf. Missal Romano, p. 564).

“A Virgem Maria recebeu com fé o anúncio do anjo; e, à sombra do Espírito Santo, acolheu com

# VIA LUMINA

A sua loja de artigos religiosos na internet.



Imagens



Terços



Medalhas



Chaveiros



Crucifixos



Escapulários

.. e muito mais!

**Imagens de Santos  
sob encomenda.**

**Produzimos artigos  
com todos os santos.**

[www.vialumina.com.br](http://www.vialumina.com.br)



**Televentas  
11 2341-0411  
11 2667-6137**



[contato@vialumina.com.br](mailto:contato@vialumina.com.br)



Maria, diante do anúncio do anjo, não compreende plenamente sua missão. Ela disse “sim” à vontade de Deus. Amém!

amor, no seio puríssimo, Aquele que, para salvar os seres humanos, quis nascer entre eles. Assim, cumpriram-se as promessas feitas a Israel, e, de modo inefável, realizava-se a esperança das nações” (Prefácio da Missa da Anunciação).

Maria, diante do anúncio do anjo, não compreende plenamente sua missão. Ela disse “sim” à vontade de Deus. Amém! Mas se tivesse relutado e dito não, o que aconteceria? Ela poderia ter dito não? Sua liberdade permitiria isso? A plena liberdade de Maria a conduz à realização plena da vontade de Deus. Não há obstáculos que a impeça de se associar ao plano de salvação que Deus lhe propõe. Ela foi preparada desde o seu nascimento, pois é imaculada, ou seja, nasceu sem mancha, pelos méritos de Cristo. Maria é verdadeiramente livre, por isso deu seu “sim” incondicional. Maria, pelos méritos de Cristo, participou da nova criação que busca a plena comunhão com seu Criador. A desobediência não tem espaço em sua vida. Obedecer não é um peso, e sim satisfação. Por isso, Maria, reconhecendo as maravilhas do Senhor em sua vida, proclamou: “Minha alma glorifica ao Senhor, meu espírito exulta de alegria em Deus, meu salvador, porque olhou para sua pobre serva” (Lucas 1,46-48).

Maria é saudada pelo anjo Gabriel como “cheio de graça”. Ela é plena da graça de Deus. Essa plenitude da graça acolhida e vivida

permite que a vontade de Maria esteja plenamente de acordo com o plano de salvação, ou seja, ela está disposta a fazer a vontade de Deus: "Faça-se em mim segundo a sua vontade". Ela não se esvaziou de sua vontade, mas se associou plenamente à vontade de Deus. Maria não deseja fazer outra coisa que a vontade de Deus. Ela consagrou sua vida a Deus. Não há outra coisa para fazer a não ser seguir os passos do Senhor.

Maria não sabia exatamente o que aconteceria, mas vai guardando em seu coração todos os sinais, todas as palavras e gestos de seu Filho, desde a mais tenra idade até sua morte na cruz. Certamente uma espada de dor transpassou seu coração diante do sofrimento e morte de seu Filho, mas sua confiança inabalável em Deus a sustentou e lhe permitiu ver seu Filho ressuscitado.

O anúncio da vinda do Senhor a Maria é um anúncio a toda a humanidade. O Salvador se fez homem para nos resgatar plenamente, isso é possível porque Ele é Deus desde todo o sempre. Maria acolhe o Salvador e permite que seu corpo seja formado em seu casto ventre. Jesus, verdadeiro Deus, sendo gerado no seio maternal de Maria, se torna verdadeiro homem. O projeto de Deus é a restauração da humanidade, somente um homem perfeito poderia quebrar a maldição que havia recaído sobre a raça humana. Pela obediência de Jesus Cristo a desobediência de Adão é vencida.

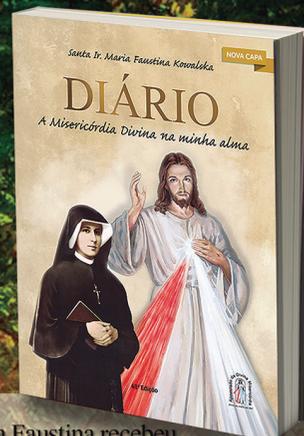
### Nossa participação nessa solenidade

Ao celebrar essa solenidade, somos convidados a refletir sobre o grande amor de Deus, que não abandona sua criação em seu caminho de desobediência. O Senhor se interessa e acredita no ser humano. O Senhor sempre dá uma nova oportunidade, jamais nos fecha a porta, sempre nos apresenta uma nova possibilidade, restaura nossa esperança.

Numa visão pessimista do ser humano, poderíamos perguntar com o salmista: "Que é o homem para pensardes nele? Que são os filhos de Adão, para que vos ocupeis com eles?" (Salmos 8,5). Mas o salmista, já reconhecendo a bondade de Deus, exclama: "Entretanto, vós o fizestes quase igual aos anjos, de glória e honra o coroastes" (Salmos 8,6). Hoje com muito mais clareza do que o salmista tinha em sua época, podemos reconhecer que Deus ama sua criação. Jesus, assumindo um corpo humano, resgata em sua origem a humanidade, e pela sua morte e ressurreição, lhe confere a glória de participar de sua divindade. O anúncio de que o Reino de Deus está no meio de nós é um convite para que cada um de nós possa adentrar e participar desse Reino.

Que a exemplo de Maria, Mãe de Deus e nossa Mãe, possamos dizer nosso "sim" à vontade de Deus. Que possamos buscar a verdadeira liberdade a fim de que nossa vontade possa se associar à vontade de Deus. ●

## CONHEÇA E VIVA A DIVINA MISERICÓRDIA!

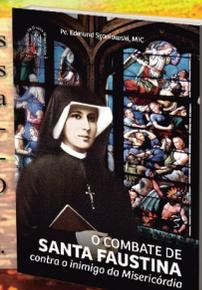


Santa Faustina recebeu de Jesus a missão de ser Secretária da Misericórdia. Hoje, Ele também nos chama, cada um de nós, para uma missão. Qual a sua resposta?



Apresenta a vida dessa santa dentro do contexto histórico do seu país. Permite ao leitor conhecer fatos ainda não revelados de sua vida e segredos do desenvolvimento da devoção à Divina Misericórdia.

Esse livreto nos indica as ferramentas com as quais podemos combater contra satanás. Mesmo que o inimigo siga no ataque, estamos, contudo, seguros. O segredo da vitória nos é revelado por Santa Faustina.



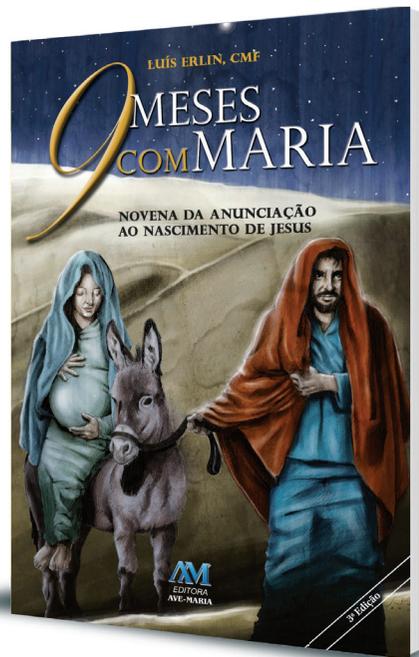
Peça a intercessão de um dos maiores santos da atualidade e siga seu exemplo de vida e santidade.



Dez versões cantadas do Terço da Divina Misericórdia.



apostolado@misericordia.org.br  
www.misericordia.org.br  
**(41) 3348 5043**



# Caminhar 9 Meses com Maria

## Testemunhos que nos enriquecem

Por Pe. Luís Erlin, cmf

**N**a última página do livro *9 Meses com Maria – Novena da anunciação ao Nascimento de Jesus*, pode-se ler: “Quando nos colocamos diante de Deus e apresentamos a ele nossas orações, jamais seremos desiludidos. Maria, Mãe de Jesus, sempre intercederá por nós, porque é também nos-

sa Mãe. Ela sempre nos mostrará como fazer a vontade do Pai. Durante estes nove meses de oração e contemplação da ação de Deus na vida de Maria e José certamente você recebeu muitas graças, muitas moções do Espírito Santo. Gostaríamos que você compartilhasse conosco essas graças, pois elas,

com certeza, enriquecerão muitas vidas mediante seu testemunho”.

A Editora Ave-Maria recebe, quase que diariamente, mensagens de leitores agradecendo a publicação do livro. Em nome da editora, agradeço o carinho e os testemunhos. A seguir, publico alguns desses depoimentos.

“Padre Luís, eu já dei vários depoimentos sobre essa novena. É um livro que dever ser de cabeceira, de todo católico. Todos os dias, Maria nos ensina preciosas lições de vida, pra nos tornarmos verdadeiros cristãos e evangelizadores. Fica um vazio dentro de mim nos meses em que não faço essa leitura diária. Já comprei dois exemplares, pra presentear pessoas amigas. É uma prática que tenho desde que esse abençoado livro chegou às minhas mãos, através da *Revista Ave Maria*. Um grande abraço”. (Maria Luisa Santinon – Campinas – SP)

“Já recebi muitas graças, cada ano que faço recebo um montão de graças”. (Ivana de Souza Melo Alves – Uba – MG)

“Meu Deus, como falar em poucas palavras sobre o grande efeito que esta novena nos faz. Na maioria das vezes eu sentia N. Senhora falando comigo, outras vezes sentia ela vivendo as coisas que eu já vivi e ainda vivo. Quantas vezes me pego fazendo algo que li no dia anterior e sinto a presença de Maria, até sinto arrepios no corpo. Um pequeno grande livro, não só para ser lido, mas para ser vivido”. (Maria Edwirges Ribeiro – Londrina – PR)

“Já tinha feito muitas novenas de 9 dias, mas imagine 9 meses convivendo com nossa Santa Mãezinha. Só o fato de sentir a presença de Maria já é uma graça enorme, a cada fim de dia se entregando inteiramente à mãe de Jesus. Recebi inúmeras graças”. (Edite Trindade – Curitiba – PR)

“Nesse momento tão especial em minha vida, pude sentir a presença da Mãe a iluminar minha gestação. Percebi o quanto Maria foi feliz em ter no ventre Jesus e senti o mesmo ao gestar a Rita, todas nossas inseguranças, todo desconforto, mas a confiança que Deus estava a nos proteger e nos guiar. Através da oração, mudamos a vida de quem ainda está por vir. É muito importante orar, agradecer, louvar. Nunca estamos sós, a presença viva da mãe é o melhor apoio e nos dá forças sempre para vencer todos os obstáculos que se apresentam”. (Elisangela Montini – Cambé – PR)

“Padre Luís Erlin, li e amei “conhecer Nossa Senhora”. Fazer a novena me deu a sensação de conversar com Maria, de viver e conhecer aquela época. Além disso, trouxe uma paz, uma alegria, uma vontade de viver de forma mais concreta o Evangelho. Eu e meu marido fazemos parte das Equipes de Nossa Senhora e demos o livro de presente aos casais de nosso grupo. Todos fizeram a novena!” (Cora Chaves – Curitiba – PR)

“Amei fazer a novena! Foi riquíssimo pra mim! Maria nos ensina o tempo certo das coisas que às vezes queremos, e nos ensina com sabedoria a realizar aquele pedido! Amém”. (Maristela Severino – Orlandia – SP)

“Foi tão bom poder fazer essa meditação durante nove meses, e melhor ainda foi poder partilhar com amigos e familiares presenteando-os com essa novena incrível, todos amaram e fazem. Sempre digo que encontrei um caminho para rezarmos juntos, mesmo à distância. Amei, padre Luís Erlin. Obrigada!” (Anna Maria Orchis – São Paulo – SP)

“Fazer a novena dos *9 Meses com Maria* e José foi, para mim e minha família, motivo de muitas bênçãos. Na verdade só eu rezava, mas as bênçãos se estenderam a toda minha família, vizinhos, irmãos, sobrinhos e afilhados. Foi intensamente gratificante para mim! Era como se cada dia eu conversasse de fato com Maria e José; senti muito viva em mim a presença deles na minha casa. Cheguei até “a ver” o burrinho humilde deitado aos pés de Jesus no dia do seu nascimento... Obrigada por tão grande sensibilidade para escrever e pela humildade em partilhá-la conosco”. (Francisca do Carmo – Paraíba do Sul – RJ)

**SIM!  
EU TAMBÉM VOU SER  
PADRE.**



CONGREGAÇÃO DOS RELIGIOSOS  
DE NOSSA SENHORA DE SION:  
IRMÃOS E PADRES

Rua Costa Aguiar, 1264 – Ipiranga  
São Paulo – SP – CEP 04204-001

(11) 97148-3955 CLARO

(11) 3564-0668

(11) 98127-4588 TIM

(11) 2063-4219

[www.sion.org.br](http://www.sion.org.br)  
[vocation@sion.org.br](mailto:vocation@sion.org.br)



“Com a novena eu aprendi a ter com a minha família as mesmas atitudes de José, minha devoção a ele só aumentou”. (Pedro Villato – Fortaleza – CE)

“Nossa Senhora, a jovencinha virgem e santa, foi quem gerou e deu à luz a ‘Jesuzinho’, com a colaboração do justo e bondoso São José, seu pai adotivo. Ao terminar a novena chorei de emoção. Todo sofrimento da minha vida é um pingo d’água diante da misericórdia de Nosso Senhor Jesus Cristo. A novena fez mais forte a minha fé.” (Juventina dos Santos Souza – 83 anos – Barão de Cocais – MG)

“No dia 16 de setembro de 2014, eu ganhei um presente que me emocionou demais: o livro *9 Meses com Maria*, com uma carinhosa dedicatória do próprio autor, padre Luís Erlin. Que linda surpresa! Comecei a ler, imediatamente, os meses anteriores, até chegar na data do corrente mês, reforçando, sempre, a mensagem do dia. Que linda maneira de se fazer uma novena! ‘Viajei’ muito com Maria e José por toda aquela região histórica que se tornou tão real no meu coração. Amei as conversas de Maria: suas alegrias, seus medos, incertezas, angústias, sobretudo sua fé, entrega e confiança. Que exemplo! Senti que Maria é muito presente no nosso dia a dia. Sou devota de Nossa Senhora; desde pequenina, sempre amei Maria. Sou catequista há 27 anos e faço questão de ‘amorizar’ meus catequizandos a respeito de Maria e ensinar-lhes a verdadeira devoção a Nossa Senhora. Já estudei um pouco de Mariologia, tenho diversos livros do tema, mas essa novena é muito singela e profunda: Maria conversa com a gente e toca nosso coração na simplicidade do seu dia a dia. Me senti agradada. Obrigada, querido padre Luís Erlin, por ser esse ‘filhinho predileto’ de Maria e por ter tanta sensibilidade em passar, aos seus leitores, aquilo que está em seu lindo coração amoroso! Não vejo a hora de retomar tão benfazeja novena mariana.” (Edna Vieira – Cambé – PR)

“Também me emocionei muito ao ler esse livro! Mostrou-me uma Maria tão amiga e um José tão carinhoso que me tocaram muito.” (Ivone Segura – Londrina – PR)

“Neste livro, pude sentir a dimensão que Deus nos ama. Já o li por dois anos e cada ano é uma revelação do amor de Deus para comigo. Tenho pouco estudo, nem sei me expressar bem, mas através da leitura cada dia algo é acrescentado. Não parece algo mágico, Deus é glorioso vindo ao nosso encontro dessa forma pra nos ajudar amar. Sinto Maria como ela foi corajosa, solidária, não pensando só em si, indo até Isabel e tudo mais. Os dizeres do dia a dia da novena só ajudam no caminhar do ano que às vezes é tão difícil. Trabalho numa escola de costura e sempre, ao longo do ano, vou compartilhando a novena com as alunas. O que li e o que estou sentindo é a forma que eu encontro também de esperar Jesus. Assim, meu Natal tem sido tão especial.” (Maria Ivone Verzenhase Toledo – Limeira – SP)

Recentemente o livro foi traduzido para o espanhol pela editora San Pablo do México, e já recebemos alguns testemunhos. O livro também está em produção na Itália pela Editora Messaggero di Padova.

“Comecei a ler este lindo livro dos *9 Meses com Maria*. Segui dia a dia. Nestes meses sem a novena, sinto muita falta. Eu estou recomendando esse livro a muitos de meus amigos e parentes, obrigado a editora San Pablo do México, por ter traduzido para o espanhol essa maravilhosa obra”. (Guadalupe Martinez Alonzo – Cidade do México – México)

“Nunca podia imaginar tudo aquilo que passaram Maria e José durante o período de gestação de Jesus. Estou maravilhada com esse livro, eu senti a presença de Maria todos os dias em que fiz a novena”. (Dolores Medina – Miami – EUA) ●



[www.facebook.com/luis.erlin.1](http://www.facebook.com/luis.erlin.1)





 **delucas**<sup>®</sup>  
móveis

SUSTENTABILIDADE

*Há 21 anos preservando  
o meio ambiente.*



Ambão  
Cod. DE160



Altar  
Cod. DMA60

Nossos móveis provêm de florestas de origem controlada, seguindo todos os padrões ambientais.

Além do rigoroso controle de qualidade que vai da criação até a instalação.

 **delucas**<sup>®</sup>  
móveis

contato@delucasmoveis.com.br  
facebook.com/delucas.moveisparaigreja  
www.delucasmoveis.com.br  
Tel. (18) 3266-1402



## CAMPANHA DA FRATERNIDADE



# Igreja tem papel na construção do rosto da sociedade



Campanha enfatiza que instituição religiosa colabora como serviço ao povo brasileiro

Por Leonardo Meira

**L**uta por direitos. Liberdade de expressão. Autonomia. Participação. Uma verdadeira avalanche transforma o rosto do mundo a cada dia. No centro das mudanças, o desejo de cada pessoa em ter voz ativa e participar na construção da sociedade. Vários estudiosos usam o termo pós-modernidade para explicar esse contexto. E no mundo contemporâneo, instituições que resistem como herança de outras

épocas são questionadas a revisar suas origens para garantir um papel de relevância nos debates que ajudam a costurar o emaranhado do tecido social.

E aí entra a questão: como dialogar com uma sociedade em efervescência e, ao mesmo tempo, salvaguardar a própria identidade e missão? Instituições de ensino, universo político, modelos econômicos. E até a Igreja é levada a responder essa indagação, ligada





à Campanha da Fraternidade promovida pela Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB) neste ano (veja mais no box).

“Em uma sociedade multicultural, onde as pessoas cada vez mais se tornam conscientes e reivindicam o reconhecimento de suas identidades e de suas crenças, exige-se que a Igreja esteja preparada para o diálogo, que escute mais as ânsias e as demandas das populações e seja capaz de falar a sua linguagem. Uma Igreja que tem medo de ir ao encontro das demandas candentes das sociedades e dos debates culturais, seja no âmbito científico, moral, da bioética, entre outros, perde espaço e demonstra insegurança e falta de preparação para discutir os temas e as questões que as comunidades exigem”, salienta a doutora em Ciências da Religião e professora da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Irene Dias de Oliveira.

A evolução social em diversas áreas – como a dignidade da pessoa humana, liberdade, direitos humanos, democracia, questões de gênero e defesa do meio ambiente, por exemplo – fez com que esses assuntos fossem abordados também sob o ponto de vista eclesial. Hoje, fazem parte da agenda de debates da Igreja.

Atualização e diálogo são o mote de uma Igreja que busca se empenhar na construção do mundo social. “Para poder se atualizar, a Igreja precisa conhecer a sociedade. Ela precisa ouvir os outros, não apenas os cristãos católicos,

mas os que não são católicos; os gnósticos, os que pertencem a outras tradições religiosas, os protestantes, os evangélicos, saber quais são as ideologias da sociedade. Mas a Igreja nunca pode perder a sua essência: ela é guardiã do Sagrado. E sagrado é o próprio Jesus Cristo. A Igreja deve sempre se colocar sob o olhar de Jesus. É Ele que salva a Igreja, e não o contrário”, defende o assessor da Comissão Episcopal Pastoral para o Serviço da Caridade, da Justiça e da Paz da CNBB, padre Nelito Donelas.

### Organização

O Concílio Ecumênico Vaticano II (1962-1965) é um marco no processo de renovação das estruturas eclesiais. Mas ainda há muito a se fazer. “O modo de a Igreja se organizar não cai pronto do céu. A primeira preocupação é criar uma comunidade de fé, saber transmitir a palavra de Jesus Cristo para as gerações atuais, praticar a caridade e despertar a virtude da esperança. A questão é sempre a mesma: como fazer isso? A Igreja sempre buscou modelos de instituição na sociedade na qual está inserida. Isso fez com que ela avançasse com o desenvolvimento da sociedade. Este é um grande problema de hoje: a Igreja não avançou na sociedade à velocidade que as mudanças exigem”, opina padre Nelito.

Já o doutor em Antropologia e professor da Universidade Federal do Pampa (Unipampa), Cesar



Pe. Nelito Donelas: “Papa Francisco traz os novos sinais dos tempos e apresenta a relevância da Igreja para a sociedade”

Alberto Ranquetat Junior, acredita que, na relação entre religião e sociedade, o catolicismo não pode cair no que ele chama de armadilha: “deixar-se absorver por completo pelas exigências terrenais e profanas do mundo social. Mais do que tentar se amoldar aos imperativos e às pretensões antropocêntricas da sociedade contemporânea, a Igreja tem a missão primordial de transformar e converter as almas dos homens, trazendo um pouco de luz e graça a um mundo cada vez mais confuso e caótico.”





Cesar Ranquetat: "Igreja tem a missão de transformar e converter as almas dos homens, trazendo um pouco de luz e graça ao mundo"

## Laicidade

Uma vez inserida no mundo e parte de estruturas sociais que priorizam a laicidade do Estado, a Igreja também se vê muitas vezes constrangida no exercício da liberdade religiosa e de culto. Segundo Ranquetat, há muita confusão sobre esse tema.

"O Estado laico não é hostil ao fenômeno religioso, mas apenas não vinculado a uma confissão religiosa em particular. Busca tratar com isonomia todos os grupos religiosos, garantindo a liberdade de consciência, crença e expressão. Logo, não é um Estado ateu ou indiferente ao religioso, pois reconhece a dimensão pública da religião. Em contraste com a laicidade temos o

laicismo, uma forma agressiva e antirreligiosa de organização estatal e social. O laicismo é uma forma de religião política, que objetiva substituir os valores, símbolos e ritos religiosos por uma nova simbologia cívica e secular", explica.

No Brasil, segundo ele, o modelo de laicidade é positivo, de reconhecimento, que não exclui por completo o religioso da esfera pública, reconhecendo na dimensão religiosa um aspecto importante na formação do cidadão.

## O tempo de Francisco

Apesar do pouco tempo – dois anos completados no dia 13 de março –, o pontificado de Francisco já permite antever um modelo de Igreja desejado pelo papa latino: menos clerical ou centralizada na Cúria Romana. Essa transformação estaria relacionada com uma percepção de que a Igreja precisa se "reinventar" para ter relevância nos debates da vida pública. "E este é um grande desafio: 'reinventar' a Igreja para que ela permaneça a mesma e mais fiel ao evangelho de Jesus Cristo. A Igreja sempre se reformando é a tônica do seu pontificado. O Papa Francisco leva a toda a Igreja, a partir da Igreja de Roma, os novos sinais dos tempos, tanto nos aspectos teológicos, eclesiológicos e pastorais. E apresenta a relevância da Igreja para a sociedade, sobretudo para os que estão à margem, na periferia existencial em todas as dimensões", explica padre Nelito.

Por seu estilo, é um jesuíta-franciscano que critica corajosamente o sistema econômico que

produz tantos pobres no mundo, que abre a Igreja a todos os seres humanos sem julgá-los, mas acolhendo-os no espírito do que ele chamou de "revolução da ternura".

O Papa Francisco é testemunha de uma Igreja que se coloca a caminho junto à humanidade, dialogando e aprendendo com os outros, também iluminados pelo Espírito Santo. É uma Igreja aberta para perceber as manifestações imprevistas do Espírito na história. "Alguns teólogos o chamam de 'a fantasia de Deus', em razão de sua criatividade e novidade para a história e a Igreja e sua constante preocupação em ajudar as pessoas a terem um encontro pessoal com o Cristo vivo e suscitar nelas esperança e alegria de viver", aponta o assessor da CNBB.

## Desafios e ação

A doutora Irene Dias cita como alguns dos grandes desafios sociais para a Igreja os contextos: da interculturalidade; das questões de gênero, tendo em vista, especialmente, a situação das mulheres, das comunidades LGBT e das diferenças étnicas; da família; do pluralismo religioso; das questões econômicas; do meio ambiente. "A inserção social da Igreja é fundamental. Precisa-se de uma Igreja mais próxima das pessoas, de seus problemas, angústias e dores. É preciso uma teologia que dê sentido e que saiba dialogar com a sociedade como um todo, que se faça presente com sua mensagem de libertação, solidariedade e defesa dos excluídos da nossa sociedade", adverte.



# CHRISTIAS

artigos sacros

Por sua vez, o assessor da Comissão Episcopal da CNBB, padre Nelito Dornelas, acredita que o problema central é o sistema econômico que transforma tudo em mercadoria. “Para a Igreja ser sinal e tornar Deus visível no mundo, precisa ser capaz de criar gestos concretos de diálogo com a sociedade a partir da fé”, enfatiza.

O assessor conta que são inúmeros os mecanismos de diálogo entre Igreja e sociedade hoje existentes no Brasil. Cita a própria Campanha da Fraternidade, realizada sempre na Quaresma, com abordagem específica sobre os mais graves e relevantes contextos sociais e realização de uma coleta financeira em nível nacional que constitui o Fundo Nacional de Solidariedade. Lembra também os eventos voltados a populações mais vulneráveis, como a Semana do Migrante, dos Povos Indígenas, o Dia Nacional da Juventude, as vinte edições do Grito dos Excluídos na Semana da Pátria e as cinco edições das Semanas Sociais Brasileiras, a cada quatro anos. Além disso, a CNBB faz a análise da conjuntura sócio-política e eclesial a cada mês, presta assessoria política junto ao Congresso Nacional, e ainda conta comissões episcopais e fóruns de diálogo. Já foram realizados treze encontros Intereclesiais das Comunidades Eclesiais de Base (CEBs), existem os fóruns das Pastorais Sociais dos Regionais da CNBB e os Estados celebram as romarias da terra e da água a cada ano. Vale também ressaltar o trabalho de pastorais



Irene Dias: "Precisa-se de uma Igreja mais próxima das pessoas, de seus problemas, angústias e dores"

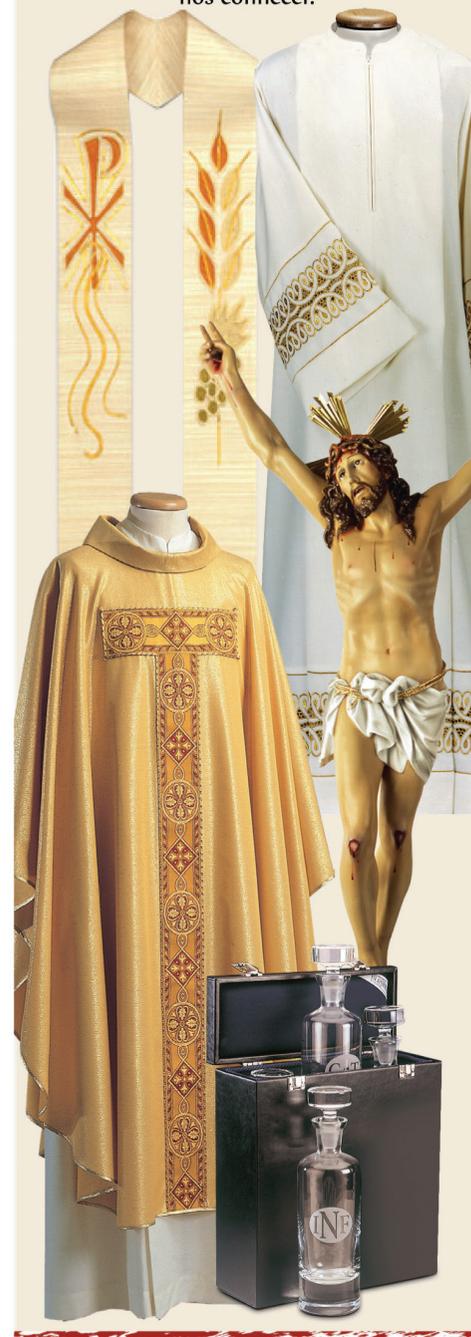
sociais pioneiras em temas ainda delicados para o mundo eclesial, como as que atuam junto às pessoas em situação de prostituição ou à comunidade LGBT.

“Merecem destaque as notas públicas da CNBB sobre questões sociais relevantes, os textos de estudos e documentos sobre questões de interesses da sociedade, a formação permanente, debates, seminários e simpósios temáticos, sempre a partir da perspectiva do diálogo da Igreja com a sociedade. São publicados a cada ano os cadernos dos conflitos no campo pela Comissão Pastoral da Terra (CPT) e o da violência contra os povos indígenas pelo Centro Indigenista Missionário (CIMI)”, cita padre Nelito. ●

O que você sempre viu só em catálogos, agora está disponível no Brasil.

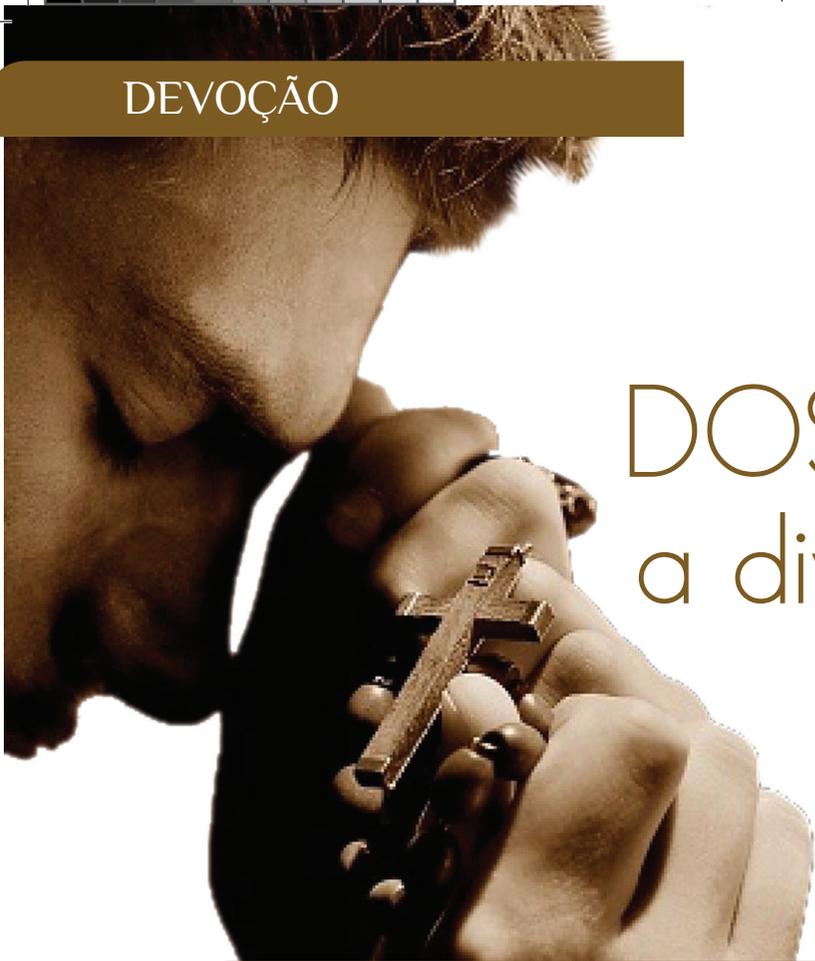
Convidamos você a visitar nossa loja e nosso site [www.christias.com.br](http://www.christias.com.br)

Agradecemos e orgulhosos por estarmos no Brasil, convidamos você a nos conhecer.



Largo da Misericórdia nº 20 - 7º andar - (esquina das ruas Direita com a Quintino Bocayuva) - São Paulo -  
Fone (11) 3106 8364 e 3106 8366  
[www.christias.com.br](http://www.christias.com.br) - [christias@christias.com.br](mailto:christias@christias.com.br)  
 [www.facebook.com/christias.brasil](https://www.facebook.com/christias.brasil)





# TERÇO DOS HOMENS: a diversidade na unidade

A oração do Terço de Nossa Senhora, praticada historicamente pelos fiéis católicos em todo o mundo, é uma excelente forma de meditação sobre os passos da vida de Jesus

Por Dom Gil Antônio Moreira\*

É is a razão pela qual o Beato Papa João Paulo II ensinou que o Terço é uma oração contemplativa. A sua Exortação Apostólica *Rosarium Virginis Mariae* (16.10.2002) despertou em toda a Igreja um renovado interesse pela antiquíssima devoção do Rosário e seus efeitos continuam se propagando de forma encantadora por todo o mundo. É uma forma de contemplar Jesus com os olhos de Maria, tendo sido ela a criatura que mais perto esteve do Filho de Deus encarnado, durante toda a trajetória da Salvação. Nenhuma outra pessoa na terra esteve

tão unida a Cristo quanto Maria. Desde a sua concepção até a morte na cruz, e ainda na ressurreição e após a ascensão, Maria está sempre presente e unida ao mistério de seu Filho, Jesus, Deus e Homem verdadeiros.

No Brasil, uma experiência relativamente nova tem chamado a atenção. São os grupos de Terço dos Homens que têm crescido intensamente nos últimos anos. As iniciativas são diversas, surgindo comunidades de homens aqui e acolá, que tomam a decisão de se reunirem para rezar o Terço, quase sempre uma vez por semana

comunitariamente, mas às vezes diariamente em família ou ainda solitariamente.

A origem deste costume, de homens se reunirem para rezar o Terço, contudo, perde-se na história. Há notícias de tais grupos ao menos desde 1912. Porém, no Brasil, a iniciativa mais recente foi do Movimento Maria Três Vezes Admirável de Shoenstatt, também conhecido como Mãe Rainha, presentes, sobretudo no Norte e no Nordeste. Tive oportunidade de visitar reuniões de tal vertente em Recife e, em novembro de 2013, estive em São Luís do Maranhão,

onde constatei a imensa evolução desta prática espalhada em toda aquelas regiões. Faço aqui justa homenagem ao Padre Miguel Lencastre, falecido em 13 de janeiro de 2014, que foi um grande incentivador do Terço dos Homens e que teve a iniciativa de criar a sigla THMR (Terço dos Homens Mãe Rainha), identificando assim as particularidades do Movimento de Shoennstatt.

Com o crescimento dos grupos, seja da experiência acima mencionada, seja de muitas outras iniciativas independentes do Movimento da Mãe Rainha, pessoalmente me interessei em apoiar todos os grupos, certo de que do grande valor evangelizador e santificador de tal devoção. A partir de 2008, surgiram as romarias do Terço dos Homens ao Santuário de Aparecida, o que deu um extraordinário impulso ao movimento, nascendo daí muitas outras iniciativas pelo Brasil a fora.

Quando acompanhei um grupo ao referido Santuário, há seis anos, o então padre Darcy Niccioli, reitor do Santuário (hoje bispo auxiliar de Aparecida), sugeriu aos romeiros do Terço solicitar à presidência da CNBB a nomeação de minha pessoa, como bispo referencial para o Terço dos Homens em nível nacional, o que foi prontamente acolhido pelo presidente Dom Geraldo Lyrio Rocha, que, após ouvir os órgãos competentes, nomeou-me para tal missão.

Desde aquela ocasião, tenho procurado me esforçar para que a oração do Terço seja momento de contemplação dos Mistérios de Cristo, associado ao louvor e à

súplica a Maria, e ainda oportunidade de maior engajamento dos homens do Terço na vida litúrgica e pastoral de suas paróquias ou comunidades.

Além disso, vi nascer algo maravilhoso que veio de forma espontânea, que foi o interesse de muitos grupos no sentido de voltarem suas atenções para os pobres, realizando verdadeira obra social, caritativa e promocional, o que tem aliviado o padecimento de muitos irmãos empobrecidos e sofredores, vencendo, como podem, as situações de exclusão social.

O Terço dos Homens tem se revelado também como força de transformação e de verdadeiras conversões. Homens antes em descaminhos ou frios na fé, ao frequentar um grupo de Terço, têm mudado de vida e se libertado de situações degradantes próprias de quem vive longe de Deus.

No último dia 21 de fevereiro, aconteceu a 7ª Romaria Nacional do Terço dos Homens a Aparecida. De todo o Brasil, foram multidões de homens para mais uma vez celebrar a Eucaristia, rezar o Terço e reforçar a união dos que descobriram este jeito de estar mais perto de Deus e de receberem graças especiais para a sua condição de verdadeiros discípulos e missionários do Senhor.

Louvores sejam dados a Deus e a Nossa Senhora por esta surpresa animadora suscitada pelo Espírito Santo no Brasil e que vem se espalhando de forma tão encantadora e benéfica. Salve Maria, Salve Rainha! ●

\* Dom Gil Moreira é arcebispo de Juiz de Fora (MG)



**Moisés**  
ARTE SACRA

## Pratos em 3D



## Porta Chaves em 3D



## Adorno Porta/Parede



## Porta Bíblia



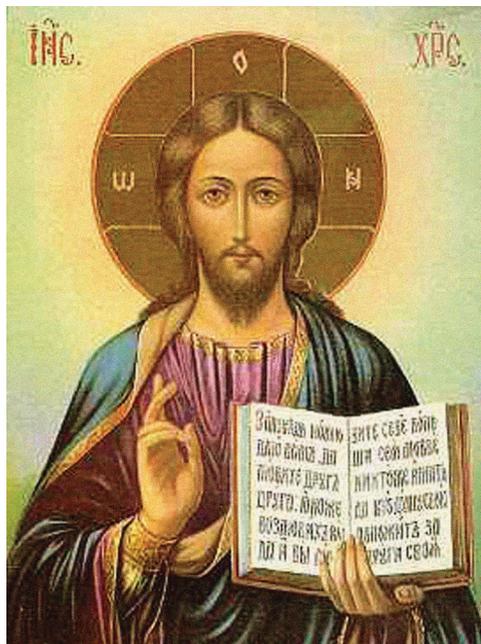
e muito mais...

*Encante-se!*

Compre pelo site:

[www.moisesartesa.com.br](http://www.moisesartesa.com.br)

[sac@moisesartesa.com.br](mailto:sac@moisesartesa.com.br) - (31)3317-2049



# O que é um dogma para a Doutrina da Igreja Católica?

## Quais são os dogmas da Igreja?

**P**ara a Igreja Católica, dogma é uma verdade absoluta, definitiva, imutável, infalível e absolutamente segura, sobre a qual não pode pairar nenhuma dúvida. Uma vez proclamado solenemente, nenhum dogma pode ser revogado ou negado, nem mesmo pelo Papa.

“Os dogmas são definidos pela autoridade que Cristo concedeu à sua Igreja, utilizando uma forma que obriga o povo cristão a uma adesão irrevogável de fé, propõe verdades contidas na Revelação divina ou verdades que com estas têm uma conexão necessária. Há uma conexão orgânica entre nossa vida espiritual e os dogmas. Dogmas são luzes no caminho de nossa fé que o iluminam e tornam seguro” (cf. *Catecismo da Igreja Católica*, 88-89).

Os laços mútuos e a coerência dos dogmas podem ser encontrados no conjunto da Revelação do Mistério de Cristo. Para que uma verdade revelada se torne um dogma, é necessário que este

proponha diretamente à nossa fé por uma definição solene e infalível proclamada pelo Papa.

Os primeiros dogmas foram proclamados nos primeiros séculos do cristianismo. Do século I ao IV, esta doutrina se manifesta pela insistência com a qual os Santos Padres afirmaram a obrigação de crer integralmente na doutrina ensinada por Jesus Cristo aos Apóstolos. Ao longo da peregrinação da Igreja, muitos outros dogmas foram surgindo a fim de garantir e fortalecer a fé do Povo de Deus. Os últimos dogmas proclamados foram os dogmas marianos da Imaculada Conceição, no século XIX e da Assunção, no século XX.

São muitos os dogmas da Igreja Católica, como o dogma da Santíssima Trindade, no qual cremos em só Deus em três pessoas distintas: o Pai, o Filho e o Espírito Santo. É também um dogma a fé que Jesus Cristo é verdadeiro Deus e verdadeiro homem. Outro dogma de fé é que Jesus Cristo está presente no

sacramento do altar pela transubstanciação de toda a substância do pão em seu corpo e toda substância do vinho em seu sangue.

Entre todos os dogmas, existem quatro dogmas marianos, que são o da Maternidade de Maria, no qual é proclamado que Maria é Mãe de Deus; o dogma da Virgindade Perpétua de Maria, o dogma da Imaculada Conceição e o dogma da Assunção de Maria.

Temos também o dogma sobre a infalibilidade papal, no qual o Papa é infalível sempre que se pronuncia *ex cathedra*, ou seja, no exercício de seu ministério na qualidade de sucessor de Pedro. Além dos citados, existem muitos outros dogmas, que poderão ser abordados em outra ocasião. ●

Mande sua dúvida ou pergunta para o Consultório Católico, pelo e-mail [revista@avemaria.com.br](mailto:revista@avemaria.com.br) ou carta para Rua Martim Francisco, 636 – Santa Cecília São Paulo/SP – CEP: 01226-000



**COMPRA ONLINE**  
[www.agapemoda.com.br](http://www.agapemoda.com.br)

**SEJA UM REVENDEDOR!**  
**0800 723 3200 OU (62) 3225-6383**

## CRISTO RESSUSCITOU, ALELUIA!

Domingo da Páscoa na Ressurreição do Senhor – 5 de abril

**1ª LEITURA – At 10,34a.37-43**

Os apóstolos, testemunhas da Ressurreição de Jesus

Nesta solenidade da Páscoa, a sagrada Liturgia nos apresenta à reflexão as palavras ditas por São Pedro ao centurião Cornélio e a seus parentes e amigos mais íntimos. E frisa que Jesus havia mandado a seus discípulos pregar ao povo e testemunhar que é ele quem foi constituído por Deus juiz dos vivos e dos mortos.

Esse mandamento de Jesus é também dirigido a nós, que seguimos seus passos no caminho para o Pai. Não vimos Jesus Ressuscitado como os apóstolos viram e testemunharam, mas podemos e devemos dar testemunho da ressurreição de Cristo por nossos atos.

Nós, os cristãos, temos todos os motivos para ser pessoas de esperança e luz no meio das trevas. Cristo ressuscitou e nós devemos agir também como ressuscitados. Nada de pessimismo, negatividade; sejamos os embaixadores da alegria, porque fomos salvos por Cristo da morte do pecado.

**Sl 117(118),1-2.16ab-17.22-23**  
(r. 24)

“Este é o dia que o Senhor fez:  
seja para nós dia de alegria e de  
felicidade”

**2ª LEITURA: Cl 3,1-4**  
Buscai as coisas lá do alto

Buscar as coisas do alto pode nos parecer uma alienação, pois estamos muito presos aos bens cá de baixo. Por isso, São Paulo pede que comecemos a dar testemunho da Ressurreição de Cristo, desde que abandonamos nossos vícios e nos tornamos vivos para a prática do bem.

Neste ponto, as duas leituras coincidem em seu sentido espiritual. Para manter a vida da graça de Deus, recebida no Batismo, devemos vigiar. Porquanto o amor de Deus e ao próximo são as *coisas do alto* que devemos manter sempre vivas como chama acesa de uma lâmpada.

Como, porém, vivemos no mundo, precisamos rezar todos os dias para praticar esse amor, receber o Pão da Vida para nos fortalecermos contra as tentações que a todo o momento nos solicitam para a violência, o comodismo, o consumismo etc. e não desanimar se escorregarmos em alguma falta.

**Aclamação ao Evangelho**  
(1Cor 5,7b-8a)

**Aleluia, Aleluia, Aleluia.**  
**O nosso cordeiro pascal, Jesus Cristo,**  
**já foi imolado. Celebremos, assim,**  
**esta festa, na sinceridade e verdade**

**Evangelho – Jo 20,1-9**

**Anúncio da Ressurreição**

Após a morte de Jesus na cruz, os apóstolos duvidaram de sua palavra.

Ainda não haviam entendido as Escrituras, segundo as quais Jesus ressuscitaria dentre os mortos. Por isso, esquecidos das Palavras de Jesus, fecharam-se no Cenáculo com medo dos judeus e pensavam já em voltar para suas antigas profissões.

Conosco também pode acontecer algo semelhante. Todos os dias, meditamos sobre a Palavra de Deus nas Sagradas Escrituras, mas isto não passa muitas vezes de uma simples leitura desajeitada e corrida para aquietar nossa consciência.

Não havendo profundidade na meditação, nossa fé vacila e a esperança se enfraquece. Diante disso, o amor se esvai e voltamos para a vida egoísta do passado embarcando na ilusão de que devemos pensar somente em nós e não, nos outros.

É urgente nos programarmos para não nos ‘esquecermos’ das palavras de Jesus e darmos valor à oração, pois sem Deus, nada podemos fazer.

**SUGESTÃO DE REFLEXÃO**

Na comunidade, junto aos meus familiares, mantenho o otimismo, a alegria e suscito a esperança, em todas as situações desagradáveis? Eu acredito na força que a oração me dá? Programo-me para meditar sobre a Palavra de Deus e tirar conclusões práticas para o meu dia?

**LEITURAS PARA A SEMANA DA OITAVA DA PÁSCOA**

**6. SEGUNDA:** At 2,14.22-32 = Pedro: Jesus, que matastes, Deus o ressuscitou! Sl 15(16). Mt 28,8-15 = Aparição às mulheres. **7. TERÇA:** At 2,36-41 = Pedro: Jesus, que crucificastes, Deus o constituiu Senhor e Messias. Sl 32(33). Jo 20,11-18 = Aparição a Maria Madalena. **8. QUARTA:** At 3,1-10 = Pedro a um coxo: em nome de Jesus Cristo Nazareno, levanta-te e anda! Sl 104(105). Lc 24,13-35 = A caminho de Emaús. **9. QUINTA:** At 3,11-26 = Pedro matastes o autor da vida, mas Deus o ressuscitou. Sl 8. Lc 24,35-48 = Aparição aos doze. **10. SEXTA:** At 4,1-12 = Pedro: Jesus, pedra por vós desprezada, tornou-se pedra angular. Sl 117(118). Jo 21,1-14 = Aparição aos discípulos, na Galileia. **11. SÁBADO:** At 4,13-21 = Pedro e João: não podemos deixar de falar! Sl 117(118). Mc 16,9-15 = Jesus ressuscitado envia os onze em missão.

# MEU SENHOR E MEU DEUS!

2º domingo da Páscoa – 12 de abril

## 1ª LEITURA – At 4,32-35

Com coragem, davam testemunho da Ressurreição do Senhor Jesus

Os apóstolos com grande coragem davam testemunho da Ressurreição do Senhor Jesus (cf. v.33). Aqueles que antes se fechavam no cenáculo e trancavam todas as portas com medo dos judeus, agora pregavam que Jesus é o Messias.

As pessoas aderiam à doutrina de Jesus, não só por causa das palavras deles, mas principalmente por suas ações. Ora, o resumo de toda doutrina do Mestre era Amor. Portanto, aqueles ouvintes das prédicas dos apóstolos entendiam que não bastava se reunir para rezar juntos. Era necessário mostrar concretamente o amor que o Mestre lhes pedira.

As comunidades apresentadas no Livro dos Atos dos Apóstolos foram tocadas pelas mesmas palavras que lemos hoje e sobre as quais meditamos. Havia, sem dúvida também o mesmo sentimento egoísta de querer tudo para si e pouco se importar com os outros. Porém, eles se deixavam comover pelos apelos dos irmãos que sofriam.

**Sl 117(118),2-4.16ab-18.22-24**  
(r. 1)

**“Louvai o Senhor, porque ele é bom; porque eterna é a sua misericórdia”**

## 2ª LEITURA – 1Jo 5,1-6

**Vencedor do mundo é aquele que crê em Jesus, Filho de Deus**

Amar aqueles que nos são simpáticos, que nunca nos fizeram mal, é bastante fácil. Na prática, vem a ser uma troca de favores. Amar, porém, aqueles que nos são antipáticos, que nos fizeram mal algum dia, requer muito espírito de fé.

E o que isso significa? Quer dizer que para tratar com amor estas pessoas, é imprescindível cultivar em nós a crença de que todos somos filhos do mesmo Pai. E se somos filhos de Deus, devemos respeitar a todos da mesma maneira, sem preconceitos e com o sentimento de perdão dentro do coração.

Por isso, nesta mesma carta, São João deixou escrito: *“Aquele que diz conhecer a Deus e não guarda seus mandamentos é mentiroso e a verdade não está nele”* (1Jo 2,4).

## Aclamação ao Evangelho (Jo 20,29)

**Aleluia, Aleluia, Aleluia.**

**Acreditaste, Tomé, porque me viste. Felizes os que creram sem ter visto!**

## Evangelho – Jo 20,19-31

**Jesus, oito dias depois, a Tomé: não sejas incrédulo!**

Que mérito haverá numa pessoa que acredita na existência de outra que acabou de ver? Nós nunca vimos Jesus

nem tocamos em seu corpo com nossas mãos, mas cremos que ele ressuscitou, porque acreditamos nas palavras transmitidas pelos Apóstolos e por eles confirmadas até o derramamento de sangue.

Sem dúvida, há um grande mérito nisso, mas ter fé não é apenas dizer: “Eu creio em Jesus”. Na linha da espiritualidade cristã, crer significa colocar em prática a doutrina dele, ou seja, amar a Deus sobre todas as coisas e aos outros irmãos como a si mesmo (cf. Mt 22,34-40).

Dessa maneira, as três leituras deste domingo têm a mesma mensagem: Não basta falar coisas bonitas sobre o amor de Jesus, mas provar por atos aquilo que se fala. A respeito disto, São Mateus gravou para nós um ensinamento precioso em seu Evangelho: *“Dirigindo-se, então, Jesus à multidão e aos seus discípulos, disse: “Os escribas e os fariseus sentaram-se na cadeira de Moisés. Observai e fazei tudo o que eles dizem, mas não façais como eles, pois dizem e não fazem”* (Mt 23,1-3).

## SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Ajudo as pessoas que precisam de algum auxílio? Abro meu coração para a necessidade alheia? Em meu relacionamento com as pessoas, lembro-me de que todos somos filhos do mesmo Pai? Amo de fato os meus semelhantes ou me limito a falar sobre a caridade, mas nada faço?

## LEITURAS PARA A 2ª SEMANA DA PÁSCOA

**13. SEGUNDA:** At 4,23-31 = Senhor, realizai prodígios em nome de Jesus, vosso santo servo! Sl 2. Jo 3,1-8 = Jesus a Nicodemos: necessário vos é nascer de novo. **14. TERÇA:** At 4,32-37 = Com coragem, davam testemunho da Ressurreição do Senhor Jesus. Sl 92(93). Jo 3,7-15 = Jesus a Nicodemos: dizemos o que sabemos. **15. QUARTA:** At 5,17-26 = Segunda prisão e libertação dos apóstolos. Sl 33(34). Jo 3,16-21 = Jesus A Nicodemos: Deus entregou ao mundo o seu Filho único. **16. QUINTA:** At 5,27-33 = Pedro e os apóstolos: Deus ressuscitou Jesus, que vós matastes. Sl 33(34). Jo 3,31-36 = Quem crê no Filho tem vida eterna. **17. SEXTA:** At 5,34-42 = Contentes de sofrer afrontas pelo nome de Jesus! Sl 26(27). Jo 6,1-15 = Multiplicação dos pães: este é verdadeiramente o profeta. **18. SÁBADO:** At 6,1-7 = Eleição dos primeiros diáconos. Sl 32(33). Jo 6,16-21 = Jesus anda em cima da água.

# PÁSCOA OU A PASSAGEM DA MORTE PARA A VIDA

3º domingo da Páscoa – 19 de abril

## 1ª LEITURA – At 3,13-15.17-19

**Pedro: Deus glorificou o seu servo Jesus, que vós renegastes**

Quando São Pedro fala desta maneira corajosa e desensombrada, nem parece aquele Pedro que outrora tinha por três vezes negado conhecer o Mestre durante seu julgamento! (Cf. Mt 26,34)

Para aqueles que tinham recebido o Batismo, havia pouco tempo, a vida de Pedro era exemplo vivo do mistério da Páscoa, pois pelo Batismo passamos da morte do pecado para a Vida da Graça.

Todos os domingos, nos reunimos para tornar presente misticamente a morte e a ressurreição de Cristo pela consagração em separado do Corpo e do Sangue de Cristo. É por isto que o presidente da celebração logo após a consagração nos diz: “Eis o mistério da fé”. E nós, de pé, respondemos com uma de três fórmulas, como: “Todas as vezes que comemos deste pão e bebemos deste cálice, anunciamos, Senhor, a vossa morte, enquanto esperamos a vossa vinda!”.

Sl 4,2.4.7.9 (r. 7a)

**“Fazei brilhar sobre nós, Senhor, a luz de vossa face”**

## 2ª LEITURA: 1Jo 2,1-5A

**Jesus, nosso defensor, expiação dos pecados do mundo inteiro**

Esta leitura é continuação do sentido da primeira leitura deste domingo: São João se dirige a nós, pecadores, e nos adverte com muita caridade: “*Filinhos*

*meus, isto vos escrevo para que não pequeis. Mas, se alguém pecar, tem um intercessor junto ao Pai, Jesus Cristo, o Justo. Ele é a expiação pelos nossos pecados, e não somente pelos nossos, mas também pelos de todo o mundo”* (2,1-2).

É o que acontece em cada santa Missa, em que somos perdoados de nossos pecados, com uma condição: que amemos os nossos irmãos para valer. E amar o irmão é antes de tudo perdoá-lo e buscar sua felicidade. Aí, sim, podemos dizer que passamos das trevas e já resplandece em nós a verdadeira luz. Aí, estaremos em condições de receber o Corpo do Senhor.

“*Mas – continua São João – quem odeia seu irmão está nas trevas e anda nas trevas, sem saber para onde dirige os passos; as trevas cegaram seus olhos”* (1Jo 2,9-11). De novo, vale o raciocínio da primeira leitura: nada de desânimo porque não se passa das trevas para a luz num passe de mágica. Há necessidade de muita oração e persistência nos bons propósitos.

## Aclamação ao Evangelho

(cf. Lc 24,32)

**Aleluia, Aleluia, Aleluia.**

Senhor Jesus, revelai-nos o sentido da Escritura, fazei o nosso coração arder, quando nos falardes

## Evangelho – Lc 24,35-48

**Aparição de Jesus aos onze**

O primeiro versículo (35) ainda é término da narrativa dos discípulos de

Emaús a quem Jesus tinha aparecido sem eles o reconhecerem.

Ainda estavam contando o que tinha sucedido com eles, quando Jesus lhes apareceu de novo e também para os onze apóstolos que perseveravam em oração no Cenáculo. Diante da incredulidade deles, porém, Jesus fez questão de provar que estava vivo, não só lhes mostrando as chagas recebidas na Paixão, mas até comendo na frente deles.

Esse mesmo Jesus continua caminhando conosco a cada momento. Devemos acreditar que sua presença revela-se nos acontecimentos e nas pessoas com as quais nos encontramos. Esta verdade deveria nos encher de coragem e de alegria, porque sabemos quem é que está conosco, não de qualquer modo, mas acompanhando-nos com muito amor. Basta que o acolhamos com muita abertura de coração e esperança em sua graça e dons.

## SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Estou verdadeiramente convencido de que meu processo de conversão é lento e de que é preciso muita perseverança e oração para conseguir resultados? Perdoos aos meus irmãos que me ofendem, dizendo palavras pesadas e até não respondendo à minha saudação? Acredito que Jesus caminha comigo e é meu amigo de todas as horas a quem devo recorrer sempre?

## LEITURAS PARA A 3ª SEMANA DA PÁSCOA

**20. SEGUNDA:** At 6,8-15 = Prisão de Estêvão, testemunha de Jesus de Nazaré. Sl 118(119). Jo 6,22-29 = O alimento eterno consiste em crer naquele que Deus enviou. **21. TERÇA:** At 7,51 – 8,1a = Martírio de Estêvão: viu Jesus de pé à direita de Deus. Sl 30(31). Jo 6,30-35 = O pão de Deus é o que desce do céu e dá vida ao mundo. **22. QUARTA:** At 8,1b-8 = Dispersão da comunidade e pregação do Evangelho. Sl 65(66). Jo 6,35-40 = Quem crer no Filho terá a vida eterna, e eu o ressuscitarei. **23. QUINTA:** At 8,26-40 = Filipe evangelizou, converteu e batizou o ministro etíope. Sl 65(66). Jo 6,44-51 = Quem crê tem a vida eterna. **24. SEXTA:** At 9,1-20 = Conversão e batismo de Paulo. Sl 116(117). Jo 6,52-59 = Quem come o meu corpo e bebe o meu sangue, ressuscitará. **25. SÁBADO:** S. Marcos, evangelista. 1Pd 5,5b-14 = Velai sobre o rebanho de Deus, que vos é confiado. Sl 88(89). Mc 16,15-20 = Ide, pregai o Evangelho a toda criatura.

# O BOM PASTOR DÁ A VIDA POR SUAS OVELHAS

4º domingo da Páscoa – 26 de abril

## 1ª LEITURA – At 4,8-12

**Pedro: Jesus, pedra por vós desprezada, tornou-se pedra angular**

As leituras deste domingo giram em torno de um tema que era fácil de ser entendido pelos judeus na época de Jesus: a relação que havia entre o pastor e suas ovelhas. Lembremo-nos, por exemplo, de que na solenidade do Natal de nosso Senhor Jesus Cristo, os primeiros adoradores do Menino Deus foram os pastores que tomavam conta de seus rebanhos de noite e receberam a mensagem celeste de que havia nascido o Salvador do mundo.

Neste discurso de São Pedro às autoridades, ele afirma que o milagre que havia feito era em nome de Jesus, aquele mesmo que eles haviam crucificado, mas que fora ressuscitado por seu Pai. Sem dúvida, podemos entrelaçar este fato fundamental para nossa fé com o tema de hoje: Jesus, o verdadeiro Pastor, tinha preferido morrer a abandonar suas ovelhas e seu Pai acolheu seu sacrifício, ressuscitando-o dos mortos.

Aquele milagre do coxo de nascença tinha sido apenas um sinal do amor do Divino Pastor com suas ovelhas. Por causa de sua doutrina de Amor, porém, Jesus tinha sido rejeitado pelas autoridades, à maneira da pedra abandonada pelo construtor de uma casa como sendo inútil. Mas Deus fez dele a pedra angular do edifício da Igreja.

**Sl 117(118),1.8-9.21-23.26.28cd.29 (r. 22)**

**“A pedra rejeitada pelos arquitetos tornou-se pedra angular”**

## 2ª LEITURA – 1Jo 3,1-2

**Maravilha: chamamo-nos e somos, de fato, filhos de Deus!**

O que une as ovelhas a Jesus, nosso Pastor, é sua própria Vida que recebemos no dia de nosso Batismo. Só será manifestada em plenitude, porém, após nossa morte, mas ela já está presente em nossa existência.

Seus sinais em nossa existência são a Luz de Cristo que se opõem às trevas e aos sinais de morte, como a injustiça, a exploração dos mais fracos, a violência, a falta de moradia, o desemprego e outros males com que nos deparamos todos os dias, como o consumismo desenfreado, o culto excessivo do corpo, etc.

Procurado por Nicodemos, Jesus lhe fala dessa Vida divina, que provém do Espírito Santo, em oposição ao nascimento pela carne. Manifesta-lhe que é necessário nascer de novo espiritualmente para se poder construir o Reino de Deus na própria existência. (Cf. Jo 3,8).

Esta vida de Deus, que nós temos gratuitamente por pura bondade sua, manifesta-se especialmente pelos frutos de Amor que temos no trato com as pessoas próximas, como paciência, compreensão, bondade, perdão, diálogo, humildade e serviço

**Aclamação ao Evangelho  
(Jo 10,14)**

**Aleluia, Aleluia, Aleluia.**

**Eu sou o bom pastor, diz o Senhor; eu conheço minhas ovelhas e elas me conhecem a mim.**

**Evangelho – Jo 10,11-18**

**Eu sou o bom Pastor; as minhas ovelhas me conhecem**

Jesus se apresenta como o Bom Pastor que está sempre junto de suas ovelhas, leva para boas pastagens e as defende dos lobos vorazes, chegando até ao extremo de dar sua vida por elas.

Por essa aproximação constante, o Bom Pastor conhece todas as suas ovelhas e se verificar que falta alguma delas, deixa o rebanho todo no aprisco e vai procurar aquela ovelha tresmalhada. E quando a encontra, cuida das feridas e a traz ao pescoço.

Nós somos as ovelhas de nosso divino Pastor. Ele nos conhece, mas será que reconhecemos sua voz na hora dos contratemplos, da doença, da perda de parentes? Há quem nesses momentos difíceis abandone o aprisco e passe a duvidar do amor do Pastor. No entanto, ele jamais se afasta de sua criatura, corre-lhe atrás e a ama ainda mais. Tanto nos momentos agradáveis como nos tristes, jamais ponhamos em dúvida o amor de nosso divino Pastor por nós e sigamos sua voz. Ele é o nosso Caminho.

## SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Meus atos em casa, no trabalho, na rua, indicam que amo de fato a todos que se aproximam de mim? Cultivo minha vida espiritual, que me foi dada graciosamente por Deus, pelas orações, pela comunhão do Pão do Céu, pelas esmolas e pelas obras de caridade? Quando aparecem os problemas, uno-me ainda mais ao meu divino Pastor? Ou sou dos que abandonam o redil de Cristo nessas horas?

## LEITURAS PARA A 4ª SEMANA DA PÁSCOA

**27. SEGUNDA:** 11,1-18 = Também os pagãos são chamados à salvação. Sl 41(42). Jo, 1-10 = Jesus, o Bom Pastor. **28. TERÇA:** At 11,19-26 = Fundação da Igreja de Antioquia. Sl 86(87). Jo 10,22-30 = Eu e o Pai somos um. **29. QUARTA:** At 12,24 – 13,5a = A palavra de Deus crescia e se espalhava Sl 66(67). Jo 12,44-50 = Vim como luz ao mundo. **30. QUINTA:** At 13,13-25 = Crer em mim é crer naquele que me enviou. Sl 88(89). Jo 13,16-20 = Quem me recebe, recebe aquele que me enviou. **1º de maio. SEXTA:** At 13,26-33 = Crucificaram o Salvador Jesus, mas Deus o ressuscitou dentre os mortos. Sl 2. Jo 14,1-6 = Eu sou o caminho, a verdade e a vida. **2. SÁBADO:** At 13,44-52 = Eu te designei para levars a salvação até os confins da terra. Sl 97(98). Jo 14,7-14 = Quem me vê, vê o Pai; estou no Pai, e o Pai está em mim.



## PALAVRA DO PAPA

# Diálogo, pressuposto fundamental da paz

Da Redação\*

“Se xingar minha mãe, espere um soco”. As palavras do Papa Francisco ao se referir ao ataque terrorista contra o semanário francês *Charlie Hebdo*, que resultou em doze mortes, geraram forte polêmica em todo o mundo.

Em conversa com jornalistas no avião papal, o pontífice defendeu a liberdade de expressão, mas condenou a provocação e os insultos à fé alheia. No entanto, ao ser mal interpretada, a frase

do Papa abriu um debate sobre o que teria acontecido com “oferecer a outra face”, em referência à exortação de Jesus aos discípulos no Sermão da Montanha.

“Obviamente ele não estava justificando a violência”, afirmou o reverendo Federico Lombardi, porta-voz do Vaticano. “Falava de uma reação que pode ocorrer quando uma pessoa se sente profundamente ofendida”. Dias antes, o próprio Papa Francisco havia condenado veementemente o atentado e reforçou que toda e qualquer

instigação ao ódio deve ser repudiada.

Ao longo de sua jornada como pontífice, Francisco sempre rechaçou qualquer tipo de violência e foi firme em seus discursos e homilias sobre a importância da paz e do respeito ao próximo para se construir um mundo mais fraterno. A seguir, destacamos algumas mensagens que reafirmam a posição do Papa quanto ao diálogo, ao conhecimento mútuo e à não violência em todo o mundo.

“Expresso minha mais forte condenação pelo horrível atentado, que deixou de luto a cidade de Paris. Peço a todos que se oponham com todos os meios à difusão do ódio e a toda forma de violência, física ou moral, que destrói a vida humana, viola a dignidade da pessoa. O que quer que possa ser a motivação, a violência mortal é abominável, nunca é justificada, a vida e a dignidade devem ser garantidas. Qualquer instigação ao ódio deve ser repudiada”

**(Comunicado do Papa em 7 de janeiro de 2015, por ocasião do atentado ao semanário francês *Charlie Hebdo*)**



“Nos últimos anos, não obstante algumas incompreensões e dificuldades, foram dados passos em frente no diálogo inter-religioso, também com os fiéis do Islã. Por isso é essencial a prática da escuta. Ela não é apenas uma condição necessária num processo de compreensão recíproca e de convivência pacífica, mas é também um dever pedagógico a fim de sermos ‘capazes de reconhecer os valores dos outros, compreender as preocupações que subjazem às suas reivindicações e fazer aparecer as convicções comuns’ (Exort. ap. *Evangelii gaudium*, 253). Na base de tudo isto está a necessidade de uma formação adequada para que, firmes na própria identidade, se possa crescer no conhecimento recíproco”

“Quando nos aproximamos de uma pessoa que professa com convicção a própria religião, o seu testemunho e o seu pensamento interpelam-nos e levam-nos a questionar-nos sobre a nossa própria espiritualidade. Por conseguinte, no início do diálogo está o encontro. Dele gera-se o primeiro conhecimento do outro. Com efeito, se partimos do pressuposto da pertença comum à natureza humana, podem-se superar os preconceitos e as falsidades e começar a compreender o outro segundo uma perspectiva nova”

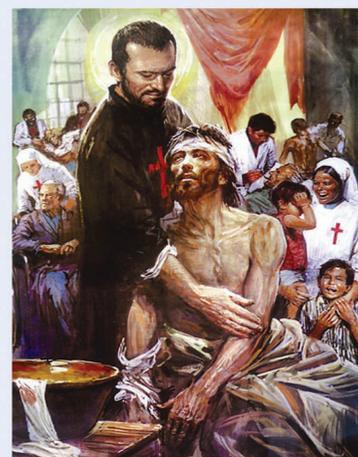
**(Trechos do discurso do Papa Francisco aos participantes do encontro promovido pelo Pontifício Instituto de Estudos Árabes e Islâmicos, em 24 de janeiro de 2015)**

“Jesus é a salvação para cada pessoa e para cada povo! A Ele, Salvador do mundo, peço hoje que olhe para os nossos irmãos e irmãs do Iraque e da Síria que há tanto tempo sofrem os efeitos do conflito em curso e, juntamente com os membros de outros grupos étnicos e religiosos, padecem uma perseguição brutal. Jesus, Salvador do mundo, olhe para quantos sofrem na Ucrânia e conceda àquela amada terra a graça de superar as tensões, vencer o ódio e a violência e embocar um caminho novo de fraternidade e reconciliação.

Cristo Salvador dê paz à Nigéria, onde – mesmo nestas horas – mais sangue foi derramado e muitas pessoas se encontram injustamente subtraídas aos seus entes queridos e mantidas reféns ou massacradas. Invoco paz também para outras partes do continente africano. Penso de modo particular na Líbia, no Sudão do Sul, na República Centro-Africana e nas várias regiões da República Democrática do Congo; e peço a quantos têm responsabilidades políticas que se empenhem, através do diálogo, a superar os contrastes e construir uma convivência fraterna duradoura”

**(Apelo do Papa pelo fim da violência na mensagem *Urbi et Orbi*, de 25 de dezembro de 2014) ●**

## PADRES E IRMÃOS CAMILIANOS *a Serviço da Vida*



“Estive enfermo e me visitaste”  
(Mt 25, 36)

### Jovem, junte-se a nós, seja um Camiliano também!

#### CONTATOS

##### Seminário São Camilo – Ceará

Rua Monte Rei, 300

60836-120 Fortaleza - CE

Fone: (85) 3476-8359

[vocacionalfortaleza@camilianos.org.br](mailto:vocacionalfortaleza@camilianos.org.br)

##### Seminário São Camilo – Minas Gerais

Rua Cel. Lucas Magalhães, 373

37958-000 Monte Santo de Minas – MG

Fone: (35) 3591-1614

[vocacionalmontesanto@camilianos.org.br](mailto:vocacionalmontesanto@camilianos.org.br)

##### Seminário São Camilo – Paraná

Av. Camilo Di Lellis, 868

83323-000 Pinhais – PR

Fone: (41) 3667-5069

[vocacionalpinhais@camilianos.org.br](mailto:vocacionalpinhais@camilianos.org.br)

##### Comunidade São Camilo – Espírito Santo

Rua Sabina Scárdua Fardim, 02

29304-340 Cachoeiro do Itapemirim – ES

Fone: (28) 3511-6356

[vocacionalcachoeiro@camilianos.org.br](mailto:vocacionalcachoeiro@camilianos.org.br)

##### Comunidade São Camilo – Rio de Janeiro

Estrada Velha da Tijuca, 45

20531-080 Rio de Janeiro – RJ

Fone: (21) 2238-3509

[vocacionaltijuca@camilianos.org.br](mailto:vocacionaltijuca@camilianos.org.br)

##### Comunidade São Camilo – Brasília

S.G.A. Norte – Quadra 914 – Conj. “G”

70790-140 Brasília – DF

Fone: (61) 3226-0300

[vocacionalbrasilvia@camilianos.org.br](mailto:vocacionalbrasilvia@camilianos.org.br)



##### Serviço de Animação Vocacional

Avenida São Camilo, 1200

Granja Viana - Cep.: 06709-150 - Cotia - SP

Telefone: (11) 4702-2212

[www.camilianos.org.br](http://www.camilianos.org.br) [vocacional@camilianos.org.br](mailto:vocacional@camilianos.org.br)





# Sou Charlie, sou Ahmed, sou Yohan, sou... humana

Por Maria Clara Bingemer

**F**ará dois meses que sou Charlie, como mais de dois milhões de franceses e incontáveis milhões de pessoas mundo afora. Levo tarja preta na alma escrita em francês, “*Je suis Charlie*”, e acompanho as manifestações, as procissões, as lágrimas e o luto de Marianne, a República construída pela Revolução que cunhou as três gloriosas palavras “liberdade, igualdade, fraternidade”.

Sou Charlie porque creio na liberdade e no direito de todos de vivê-la e praticá-la. No bojo deste direito estão as caricaturas e os desenhos – nem todos me agradavam – dos cartunistas assassinados.

Especialmente, é claro, os que criticavam cáustica e desrespeitosamente mistérios que para mim são sagrados, como católica que sou. Confesso que não apreciava ver crenças que constroem minha identidade – como a Santíssima Trindade e a Virgem Maria – sendo objeto de caricaturas fortemente críticas e irreverentes.

Porém, apesar de não apreciar estas e outras caricaturas, entre as quais as que criticam fortemente o Islã e o profeta Maomé, não posso não ser Charlie. Quando 12 pessoas são brutalmente assassinadas em nome de Deus, não posso não me colocar na

pele dos mesmos que me ferem e ofendem com suas charges. Não posso... porque eles são vítimas de um assassinato brutal e cruel. Não posso, porque o direito deles à vida é mais sagrado do que o meu a ver minha fé respeitada.

Quando a violência de qualquer tipo faz vítimas, não há outro lugar para se estar senão onde estão elas. Por isso, sou Charlie. Sou também Ahmed, o policial muçulmano que morreu para defender os caricaturistas que criticavam sua religião. Executado brutal e impiedosamente na rua em frente à redação do *Charlie Hebdo*, Ahmed Merabet era jovem e honesto.

Trabalhador, deixou mulher e filhos. Morreu um muçulmano, um homem de bem, um francês, um policial honesto. A violência cega da arma o metralhou em segundos. E desde aí...sou Ahmed.

Sou igualmente qualquer um dos reféns mortos no mercado *kosher* de Vincennes: Yohan, Yohav, Philippe e François. Sou todos eles e todas elas, vivendo seu susto e seu medo, seu desespero diante do ataque, e finalmente sua morte impiedosa perpetrada pelo atirador de Montrouge. E sou toda a comunidade francesa e judaica que nestes dias começa a sentir mais medo do que até então e teme por suas vidas e pelas de seus filhos. E por isso sou Yohan, Yohav... por isso choro e vivo com eles seu luto, enquanto seus corpos são transportados para Jerusalém.

Sou qualquer muçulmano que hoje se sente triste e constrangido porque o massacre do *Charlie Hebdo* mostrou uma face de sua religião que não é a verdadeira. Sou qualquer dos devotos de Alá, que neste momento desejam que o mundo não os considere a todos fanáticos, assassinos e pessoas temíveis. Sou membro de qualquer povo que hoje possa ser desprezado, discriminado e vitimado por sua crença ou falta de crença, por sua identidade ou sua prática, por suas vestes ou gestos rituais.

Sou qualquer um e qualquer uma, qualquer passante, qualquer cidadão que hoje perdeu algo da espontaneidade do sorriso e da alegria de viver. Sou iraquiana, sou síria, sou egípcia, sou nigeriana. Sou de qualquer lugar onde, hoje, viver é um peso e um terror, e não plena alegria.

Sou todos porque sou uma, porque sou humana, porque sou criada para a vida e não para a

morte. E, por isso, a morte violenta de qualquer irmão ou irmã em humanidade me atinge e mata algo em mim. Não posso não sentir e compadecer com eles e elas, porque eles e elas são eu, são parte de mim.

Não é a civilizada França que está lacerada. Ou o combalido Iraque. Ou a flagelada Síria. É a humanidade que sangra e tem que voltar a crer na liberdade e exercer o inviolável direito de praticá-la. Podem ofender-me, criticar-me, insultar-me. Não tenho o direito de matar quem exerce sua liberdade expressando posições com as quais não concordo. Não me cabe exterminar os que se voltam contra mim e me ofendem.

A condição humana é maior que as nações, que as pátrias, que as ideologias, que as religiões, que os laicismos de todas as formas. Por isso, quando há vítimas em algum embate, o lugar de um ser humano é com elas. O fundamento derradeiro e teológico para isso é o fato de que Deus mesmo está aí. Não se há de encontrá-lo nas armas dos agressores e dos que os vingam com as mesmas armas. Ele mora onde as vítimas sofrem, sangram, choram. E onde os justos padecem e se compadecem.

Por isso sou Charlie, sou Ahmed, sou Yohan... Sou assim porque sou humana. Sou filha de Deus, como todos eles e elas. Tudo está perdoado, como mostra a capa da nova edição do *Charlie Hebdo*, após a tragédia. Mas o resgate da inocência, além de passar pelo perdão, não pode eludir nem descurar a identificação com as vítimas. Se todos hoje não formos Charlie, amanhã não haverá ninguém para ser nem Charlie, nem ninguém. A violência não para e cava o vazio, o abismo onde a humanidade não pode cair. ●



## ESTANDARTE

Faça um estandarte para o padroeiro(a) da sua comunidade. Um jeito diferente, alegre e colorido para enfeitar a sua procissão e a sua Igreja.

Estandarte é um tipo de bandeira utilizada pelas comunidades religiosas e confrarias. Consiste num tecido quadrado, retangular, eventualmente farpado, com duas ou mais pontas, no qual está pintada a imagem ou emblema de sua comunidade ou confraria (normalmente a imagem de um santo ou da Virgem). Os estandartes religiosos são suportados por uma vara horizontal, que forma uma cruz com a haste.

**ESTANDARTE ARTESANAL  
VOCÊ ESCOLHE O TAMANHO, A COR DO  
PANO E A ESTAMPA DO SANTO  
PADROEIRO OU DA SUA DEVOÇÃO. NÓS  
FAZEMOS O ESTANDARTE PARA VOCÊ.**

**ENDEREÇO:  
BASÍLICA DE LOURDES – RUA DA BAHIA,  
1596 – CEP 30160011 – BH – MG  
wellingtoncb@hotmail.com**

**(31) 3213-6956**  
Basílica de Lourdes



O Pe. Jorge Bergoglio foi enviado a Alemanha em 1985 para escrever sua tese de doutorado sobre Romano Guardini, filósofo e teólogo ítalo-alemão. No entanto, antes de terminá-la, um novo destino o guardava em sua Argentina natal.

### Um encontro inesperado

A biógrafa Evangelina Himitian conta que, antes de regressar à Argentina, Bergoglio descobriu na Igreja de St. Peter am Perlach, em Ausburgo, uma imagem de 1700, que passava despercebida para a maior parte dos visitantes, mas que “o fisgou enquanto caminhava, solitário, durante aqueles dias de ‘exilo’”.

A pintura mostrava Virgem Maria, rodeada por anjos, desatando uma fita repleta de nós. Bergoglio ajoelhou-se em frente a essa maravilhosa representação de Nossa Senhora, cheia de mistério, e rezou. “Imediatamente, sentiu que alguns nós interiores iam se desatando.”

A imagem da Virgem Desatadora de Nós chegou a Argentina e atualmente, uma réplica instalada

na paróquia de San José del Talar, em Buenos Aires, recebe milhares de devotos, resultado dos inúmeros santinhos distribuídos pelo guia espiritual Jorge Bergoglio, que presenteava com uma imagem da Desatadora de Nós a todos aqueles que lhe procuravam para pedir orientação.

Bergoglio confortava os fiéis e explicava a eles que a Mãe Maria desata os nós atados pelo pecado, para que a graça de Deus flua livremente em nossa vida. Maria desata os nós da vida pessoal, familiar, profissional, comunitária e de todas as coisas provenientes da ambição e do desejo desenfreados.

### Quais nós devemos desatar?

Qual o primeiro nó que devemos romper? Talvez devamos observar alguns elementos que entraram em nossas vidas como “convidados” e tomaram conta de nosso lar, de nossos pensamentos, de nossa vida.

Para alguns, pode ser a TV, o celular, as redes sociais que, embora informem, entretenham, divirtam, quando mal utilizados, podem

abrir verdadeiros abismos na comunicação entre familiares.

Para outros, pode ser o excesso de trabalho, a falta de paciência, vícios, dívidas, enfim. É importante que cada indivíduo, cada família saiba identificar seus próprios nós, e assim pedir ajuda a Virgem para que deixem suas fitas livres de nós. Que os convidados sejam somente isso, “convidados”, que não nos dominem. Que tenhamos a alma pronta para a escuta, como pediu o sábio Salomão ao Senhor: “um coração capaz de escutar”. Temos a graça de escutar a Jesus. ●

### Saiba mais



Maria desatadora dos nós, com prefácio de Papa Francisco, publicado pela Editora Ave Maria

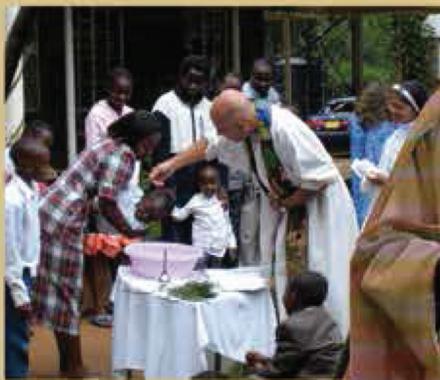
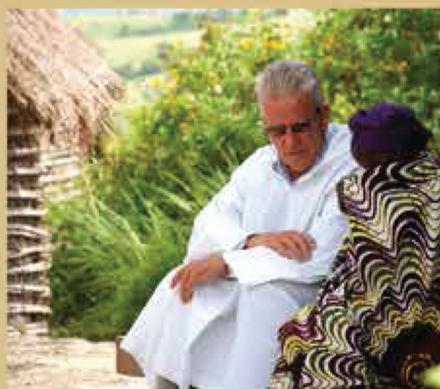
# Jesus Cristo te chama a ser missionário além das fronteiras!



NOSSA SENHORA DA ÁFRICA, ROGAI POR NÓS E PELOS FIÉIS DAS OUTRAS RELIGIÕES.

VENHA! SEJA UM MISSIONÁRIO DE NOSSA SENHORA DA ÁFRICA.

SOMOS UM INSTITUTO MISSIONÁRIO DE IRMÃOS E SACERDOTES, VIVENDO EM COMUNIDADE AO SERVIÇO DA MISSION AD GENTES DESDE 1868.



Rua Professor Severo Pessoa, 5 – Federação 40.210-700 Salvador - Bahia - BA - BRASIL  
Fone: (55) (71) 32353267 - Celular: +557191627596 (TIM) • +55 (71) 96572197 (VIVO)  
• +557187713034 (Oi) • Whatsapp: (71) 91627596  
Email1: contato@missionariosafrica.net • Email2: vocacionado@missionariosafrica.net  
www.missionariosafrica.net • Facebook : <https://www.facebook.com/PadresBrancos>  
• Twitter: <https://twitter.com/AmaiAfrica>



# A COMPAIXÃO NASCE DO ENCONTRO

Por Ângela Cabrera, mdr

**D**e acordo com a proposta da parábola do bom samaritano (Lc 10, 25-37), amar significa “cortar distâncias”, “estretar laços”, “promover o encontro”.

O samaritano foi capaz de sair “fora de si” para ir ao encontro do homem ferido. Aboliu as distâncias interiores, marcadas por preconceitos e por uma tradicional carga ideológica. Ele rompeu a carapaça da indiferença, do egoísmo, saiu da zona de conforto. O samaritano aproximou-se daquele que estava longe. Ele não escolheu seu próximo, mas o tornou

próximo. “Perdeu tempo” e ganhou a eternidade.

O encontro com o próximo não acontece no templo, e sim no caminho. Ali nasce a compaixão: o samaritano pode ver, tocar, sentir, consolar. No versículo 33 da parábola, pode-se ler: “*Mas um samaritano que viajava, chegando àquele lugar, viu-o e moveu-se de compaixão.*” O que a Bíblia traduz como “compaixão” procede do grego *splagchnizomai*, ou seja, “compadecer-se”, “ter misericórdia”. Sua raiz verbal remete a “entranhas”, “coração”, ou seja, “o lugar das emoções”, de onde



brota o impulso para o amor aberto e caritativo.

O verbo *splagchnizomai* (“compadecer-se”) aparece nos evangelhos sinóticos doze vezes, sendo três em parábolas. Em Mateus 18,27, o sentimento de compaixão surge na atitude do patrão que perdoa a dívida do servo. Aparece também em Lucas 15, 11, no acolhimento do pai ao filho pródigo, bem como na própria parábola do bom samaritano, cujas ações remetem à misericórdia divina.

A atitude do samaritano não se limita à lástima. Seu coração comove-se à vista da tragédia daquele que se encontra em seu caminho. Por fruto do seu amor, a realidade daquele que estava sofrendo se transforma. No lugar do desprezo, o que se vê é uma aposta na vida.

No encontro, o samaritano utiliza os meios e atributos possíveis para mudar a situação de seu próximo: tempo, esforço, delicadeza. Ele ata as feridas, passa sobre elas azeite e vinho, coloca o homem

sobre sua montaria, leva-o a uma hospedaria, cuida dele. Por duas vezes no texto, utiliza-se o verbo “cuidar”. O samaritano não provê ao homem coisas extraordinárias, mas o ajuda com simplicidade, com as coisas das quais dispõe. Oferece a ele sua própria presença.

A parábola narra que, no dia seguinte, o samaritano entrega dois denários ao hospedeiro e lhe disse: “*Trata dele e, quanto gastares a mais, na volta to pagarei*” (v. 35). Ele entrega uma quantia equivalente a dois dias de trabalho; não deixa o homem ferido desprotegido.

Por meio desta parábola, Jesus revela a identidade do próximo: qualquer pessoa necessitada. Aquela que é objeto de observação e compaixão. Ao mesmo tempo, meu próximo é aquele que nota minha vulnerabilidade e se compromete com meu bem-estar. O samaritano, antes inimigo, torna-se próximo ao agir com compaixão. ●



[angelacabrera2001@yahoo.es](mailto:angelacabrera2001@yahoo.es)

# MISSIONÁRIOS E MISSIONÁRIAS SCALABRINIAN@S



## Jovem!

Jesus Cristo te chama!  
Venha fazer parte desta  
missão de acolher e servir  
os migrantes.



### Centros Vocacionais IRMAS

Rua Vereador Oswaldo Elache, 71 - Centro  
12570-000 - Aparecida - SP  
Fone: (12) 3105 1008  
E-mail: [greflorescida@yahoo.com.br](mailto:greflorescida@yahoo.com.br)  
[www.msos.org.br](http://www.msos.org.br)

### PADRES E IRMÃOS

Seminário João XXIII  
Rua Dr. Mário Vicente, 1.108 - Bairro Ipiranga  
04270-001 - São Paulo - SP

Fone: (11) 2273.9214 ou 2063.1492  
E-mail: [vocaresc@uol.com.br](mailto:vocaresc@uol.com.br)  
[www.facebook.com/vocacao.scalabriniana.7](http://www.facebook.com/vocacao.scalabriniana.7)

O DIREITO

AO

PARTO

COM

DIGNIDADE

Uma em cada quatro mulheres é vítima de violência obstétrica no Brasil. Saiba o que é e que medidas podem ser tomadas para evitá-la

Por Cíntia Lopes

**A** funcionária pública Patrícia Roberta Bellanda, natural de Florai, no Paraná, é mãe de Bruno de 4 anos, e da pequena Alessa, de 3 meses. Quando deu à luz o primogênito, ela chegou em

trabalho de parto ao Hospital e Maternidade Marieta Konder Bornhausen, em Itajaí, Santa Catarina. Tudo corria bem, até que foi impedida de ficar na companhia do marido, que teve autorização para



entrar na sala de parto apenas no período expulsivo, momentos antes de Bruno nascer.

Durante horas, Patrícia permaneceu sozinha com a equipe médica e privada da companhia de qualquer familiar. “Sabia que algo errado tinha acontecido no meu parto, apesar de eu e meu filho termos saído vivos, só não conseguia entender o que era. Aí eu fiquei inquieta e comecei a ler sobre o assunto na internet. Foi quando me dei conta da violência que tinha sofrido”, explica, antes de emendar. “Acho que a mais comum, e mais difícil de ser percebida, é a perda de autonomia sobre o próprio corpo por parte da mulher. Todas as outras violências derivam desta. A mulher torna-se um ser secundário, um subproduto do parto”, observa.

Patrícia é mais uma das vítimas da violência obstétrica. De acordo com a pesquisa “Mulheres Brasileiras e Gênero nos Espaços Público e Privado”, realizada em 2010 pela Fundação Perseu Abramo, uma em cada quatro mulheres é vítima de violência durante o parto no Brasil. Ou seja: 25% das brasileiras são submetidas a algum tipo de violação de seus direitos. Mas o que caracteriza a violência obstétrica? Maus tratos e desrespeito à gestante durante o parto. São práticas que acabam ameaçando o direito à vida, à saúde e à integridade física. A atenção aos casos crescentes é tão grande que a Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgou no fim do ano passado uma declaração em que convoca uma maior ação,

diálogo, pesquisa e mobilização sobre o tema na saúde pública e nos direitos humanos.

O desrespeito inclui desde humilhação verbal, violência física passando por procedimentos médicos coercivos ou não consentidos, como a ligação das trompas, a falta de privacidade (há alguns relatos de mulheres em trabalho de parto que receberam o exame de toque vaginal repetidas vezes e por diferentes profissionais), falta de esclarecimento sobre os procedimentos, recusa da equipe em administrar analgésicos e de negar internações, negligência durante o parto, levando a complicações evitáveis e situações ameaçadoras da vida do bebê e da mãe, além de detenção das mulheres e seus recém-nascidos nas instituições, após o parto, por incapacidade de pagamento.

### **Cidadania e informação**

O ginecologista e obstetra carioca Marcos Augusto Bastos Dias, do Instituto Fernandes Figueira/Fiocruz, hospital referência em gestação de alto risco e má



Marcos Dias, ginecologista e obstetra: acesso ao sistema de saúde, vaga na maternidade e pré-natal adequado são obrigações do Estado

formação fetal e especializado em doenças crônicas e raras em bebês e crianças, acumula 32 anos de carreira e participa ativamente de pesquisas na área materno-infantil. Também possui doutorado em Ciências na área de concentração de Saúde da Mulher e da Criança e é grande entusiasta do parto humanizado. Para ele, manter acesso ao sistema de saúde e oferecer

### **O que caracteriza a violência obstétrica?**

- Isolar a mulher e não permitir acompanhante;
- Restringir a gestante ao leito, para que não se movimente;
- Amarrar a mulher à cama;
- Utilizar meios farmacológicos sem autorização;
- Induzir o parto;
- Jejum forçado;
- Episiotomia (corte no períneo);
- Manobra de Kristeller (quando a barriga é empurrada por enfermeiras);
- Impedir que a mulher grite ou converse;
- Agressões e humilhações verbais.





A doula Gabriela Zanella em dois momentos: com a filha e após o auxílio de um parto

à mulher condições de fazer o pré-natal de forma adequada são obrigações primordiais do Estado. “Não ter uma vaga em maternidade, por exemplo, também é uma violação ao direito da mulher. E uma forma de conhecer os direitos é através da internet e das mídias sociais. Exercer a cidadania e se informar antes do parto é fundamental”, garante. O médico ainda complementa: “Aconselho ter sempre em mãos um plano de parto, que é uma lista de itens que inclui a escolha do local, quem estará presente, quais são os procedimentos médicos que serão aceitos pela gestante e aqueles que ela prefere que sejam evitados”, ensina.

Para melhorar a qualidade do parto no Brasil e no mundo, o médico Marcos Dias explica ainda que desde 1985, a OMS vem questionando várias práticas obstétricas que foram ensinadas nas próprias faculdades de Medicina. “Hoje, as rotinas de médicos incluem muitas intervenções. Práticas como manter a mulher deitada durante todo o trabalho de parto, imposição

### O que diz a declaração da OMS

“Toda mulher tem direito ao melhor padrão atingível de saúde, o qual inclui o direito a um cuidado de saúde digno e respeitoso”.

- Maior apoio dos governos e de parceiros do desenvolvimento social para a pesquisa e ação contra o desrespeito e os maus-tratos;
- Começar, apoiar e manter programas desenhados para melhorar a qualidade dos cuidados de saúde materna, com forte enfoque no cuidado respeitoso como componente essencial da qualidade da assistência;
- Enfatizar os direitos das mulheres a uma assistência digna e respeitosa durante toda a gravidez e o parto;
- Produzir dados relativos a práticas respeitadas e desrespeitadas na assistência à saúde, com sistemas de responsabilização e apoio significativo aos profissionais;
- Envolver todos os interessados, incluindo as mulheres, nos esforços para melhorar a qualidade da assistência e eliminar o desrespeito e as práticas abusivas.



Ligia Moreiras Sena, autora do blog *Cientista que Virou Mãe* e uma das idealizadoras do documentário *Violência Obstétrica, a Voz das Brasileiras*

Patrícia Bellanda, que sofreu violência obstétrica durante o parto do filho: trauma superado

da cesariana e procedimentos desnecessários precisam ser revistos. Conduzir bem o trabalho, respeitar o encontro entre mãe e filho e a afetividade do momento é essencial”, acredita.

Com a experiência de quem já realizou mais de 1000 partos – “depois que atingimos esse número já nem conto mais” – o obstetra também observa que a questão da violência obstétrica ainda ocorre com maior incidência em mulheres com um grau de instrução mais baixo. “São as que estão mais vulneráveis

em função de sua condição social e raça. Geralmente são mulheres que não têm parceiro... essas são as mais ofendidas e maltratadas verbalmente”, constata.

O conceito internacional de violência obstétrica define qualquer ato ou intervenção direcionada à mulher grávida, parturiente ou puérpera (que deu à luz recentemente), ou ao seu bebê, praticado sem o consentimento explícito e informado da mulher e/ou em desrespeito à sua autonomia, integridade física e mental,

# Congregação das irmãs de SANTA ZITA



**As Irmãs de Santa Zita encontram na Palavra de Deus, na Eucaristia e na Virgem Maria a fecundidade do seu apostolado.**

**Jovem, se você se sente chamada para essa missão, junte-se a nós.**

*Madre Maria Amélia da Santíssima Trindade fundadora*



**Av. Higienópolis, 720  
CEP 01238-000 - São Paulo-SP  
Tel.: (11) 3666-9474 / 3667-2717**

**Rua Coronel Rodrigo, 173  
CEP 012570-000 - Aparecida -SP  
Tel.: (12) 3105-7213**

**obrasantazita@terra.com.br**





Seja no parto normal ou na cesariana, a mulher tem direito a uma assistência digna e respeitosa

aos seus sentimentos, opções e preferências.

Uma das formas mais violentas e comuns de agressão contra a gestante é a episiotomia. Utilizada em partos normais, trata-se de um corte no períneo para facilitar a passagem do bebê. De difícil cicatrização, muitas mulheres acabam passando pelo procedimento, na maioria dos casos desnecessariamente e sem ao menos ter conhecimento ou consentido tal prática.

Para a fisioterapeuta da Prefeitura Municipal de Florianópolis e doula do grupo AMA Nascer, Gabriela Zanella, o interesse pelo assunto surgiu há sete anos. “O parto do meu primeiro filho, Pedro, foi normal, mas com algumas intervenções (ocitocina e analgesia) e saí da experiência com a sensação

de que poderia ter sido melhor. Fui pesquisar e me deparei com o termo “doula”, que na época era bem recente. Coincidentemente acabei fazendo o curso e me dedicando a essa função e acompanhando o trabalho dos médicos obstetras”, explica.

#### Doulas em ação

A palavra “doula” vem do grego e significa “mulher que serve”. Hoje em dia, é cada vez mais comum a presença dessas profissionais no acompanhamento à gestante, proporcionando apoio físico e emocional antes, durante e após o parto. Atuando como doula, Gabriela já ouviu relatos e muitas histórias traumatizantes de mulheres que não tiveram boas experiências em gestações anteriores.

“O que mais chama a atenção é que as mulheres na maioria das vezes percebem que sofreram a violência, mas acham que faz parte do ‘pacote’, e portanto se calam. Acham que por terem um bebê vivo e saudável nos braços, não precisam questionar a assistência que receberam”, explica.

Para ela, a manobra de Kristeller, que consiste em empurrar o fundo do útero da mulher para forçar a saída do bebê, pode ser incluída como uma das piores intervenções durante o parto, e não há nenhuma justificativa para ser usada. “Outras formas de violência comuns são a manutenção da mulher deitada na hora do parto, o uso rotineiro de ocitocina para acelerar o processo, deixar a mulher em jejum e sem hidratação oral durante todo o trabalho de parto...”, enumera. Segundo Gabriela, o emocional das mulheres é totalmente abalado com o tratamento recebido em algumas maternidades brasileiras. “É comum ouvir frases como: ‘na hora de fazer foi bom’, ‘cala a boca!’, ‘não sabe nem fazer força!’... Enfim, o que era pra ser um momento de alegria, torna-se uma tortura que só acaba com o nascimento do bebê”, explica.

A autora do blog *Cientista que Virou Mãe*, a bióloga e doutora em Farmacologia, Ligia Moreiras Sena, resolveu mudar de área justamente em função do nascimento da filha Clara, hoje com 3 anos. Ligia faz doutorado em Saúde Coletiva

e também atua como pesquisadora na área de assistência ao parto no Brasil, da violência obstétrica e da medicalização da infância e do corpo feminino. “Não há um estudo sistemático no Brasil sobre violência obstétrica. O meu doutorado é o primeiro do país sobre essa temática, fruto de quatro anos de pesquisa. Mas ele também não visa quantificar e sim conhecer e mapear essas práticas”, explica.

### Voz às vítimas

Do estudo com outras pesquisadoras, nasceu o documentário *Violência Obstétrica: A Voz das Brasileiras*, apresentado pela primeira vez em 25 de novembro de 2013, no dia Mundial Contra Todas as Formas de Violência da Mulher, durante um congresso em Porto Alegre. “A nossa intenção era tornar conhecida essa questão que era bem invisível até aquele momento”, recorda Ligia. Com mais de 150 mil visualizações no YouTube, o documentário traz relatos de violência e desrespeito narrados pelas próprias vítimas. “Foi a partir do documentário que as pessoas começaram a fazer denúncias. Isso influenciou também os profissionais que trabalham com políticas

públicas a se mobilizarem em prol de aprovações de leis e resoluções”, acredita.

A película apresenta histórias traumáticas, tristes e até surpreendentes, como é o caso da mineira Ana Paula Garcia. Ligia explica que o documentário foi dedicado a ela como forma de representar todas as mulheres que sofreram a violência obstétrica. “Ela viveu uma síntese de tudo o que as outras mães também passaram: foi amarrada, deixada sozinha, não consentiu os procedimentos realizados e por fim deixou a maternidade sem a bebê, que acabou falecendo”, recorda.

Cada vez mais as mulheres estão se informando sobre o assunto, participando também de grupos de discussões, mas é preciso mais. Para Ligia, algumas medidas devem ser tomadas com urgência, entre elas, a melhoria na formação médica, que ainda hoje é muito mecanicista. “Acredito também que é necessário um forte engajamento do Ministério da Saúde e da Agência Nacional de Saúde Suplementar para conscientizar mulheres e profissionais da saúde visando a redução dessas práticas violentas”, sugere. ●

### Denúncias

As denúncias contra violência obstétrica podem ser feitas pelo site do Ministério Público Federal – <http://cidadao.mpf.mp.br>.

Ao optar por fazer a denúncia, reúna documentos como cópia do prontuário médico e o cartão de acompanhamento da gestação. A denúncia também pode ser feita pelo telefone, no canal de Violência contra a Mulher, 180, ou disque-saúde, 136.

# BEATEK

## Relógios de Igreja

Restauração  
Fabricação

Mecanismos  
Mostradores



## Sinos



Martelo  
Sino Eletrônico  
Balanço do Sino

PEÇA SEU ORÇAMENTO,  
É SEM COMPROMISSO!

[beatekrelorios.com.br](http://beatekrelorios.com.br)

51- 3338.4606

# A ÁGUA DA GRAÇA OU A GRAÇA DA ÁGUA?



Por Pe. Brás Lorenzetti, cmf

A falta d'água já é uma realidade. O racionamento também. Nunca sentimos tanto o quão necessária ela é. Muitas reflexões foram feitas a respeito da crise hídrica. No fim de tudo, a política ou "os sempre maus políticos" acabam levando boa parte da culpa: faltou planejamento, previsão, a certeza de que um dia isso iria acontecer. Nem São Pedro escapa: a falta de chuva em uma região e o excesso em outra é porque o GPS de São Pedro anda meio avariado.

O fato é que a falta d'água na torneira nos faz pensar em nossa

realidade espiritual. A água se parece com a graça de Deus que se manifesta nas mais diferentes atividades da vida. Sempre precisamos dela, seja para consumo próprio, seja para oferecê-la em forma de bom relacionamento aos que nos cercam. Assim como a água, quando a graça "seca" em nós, vamos à torneira da existência e não vemos nenhum sinal dela. Aí nos revoltamos, achamos que Deus nos abandonou, que ele só pensa em si e não nas pobres criaturas... que naturalmente somos nós. Aí nos sentimos ressequidos como os ossos do profeta Ezequiel (Ez 37),

mas ao mesmo tempo ansiosos pelas águas correntes de que fala o Salmo 62.

O problema é que nós secamos porque esquecemos de criar um reservatório dentro de nós. E o mais interessante é que na vida não teria custado mais caro. Simplesmente é questão de orientar as reservas para objetivos bem específicos. Mesmo assim, a água da graça divina continuou jorrando ao longo da vida. Nós é que não a acumulamos. E não é de um dia para o outro que criamos um reservatório. Só a acumulamos ao longo do tempo, com paciência e

perseverança. É como a bateria de um produto eletrônico qualquer: se ela permanece constantemente desligada, na hora em que dela precisamos, está avariada.

Imagine que você está dirigindo em um lugar ermo e de quase nenhum movimento. De repente, seu carro quebra e você lança mão do seu celular. Aí vem a surpresa: sem nenhum sinal de bateria; aliás, ela nem mais existe, estragou. Assim é precisar de Deus em momento de desespero, quando na verdade achamos que nunca iríamos precisar dele. O mesmo podemos dizer da Igreja e das realidades espirituais em geral.

Voltemos à falta d'água dentro da própria casa: você vai ao banho e tem que se contentar com um "banho de gato", ou de caneca, com a única garrafa de água mineral que ainda está à sua disposição. A sensação de se sentir sujo é tremendamente desconfortável, para si e para os outros. As coisas ao seu redor também se revestem de uma camada de poeira, e agora é preciso conviver com ela. A limpeza não é um ato mágico. Exige algumas condições.

Mas o pior ainda está por vir: a sede que não se consegue estancar. "Quem tiver sede, venha a mim e beba", diz a Palavra. O sonho maior passa a ser o reencontro com água

abundante, o que equivale a dizer da saudade da graça de Deus ou do próprio Deus vivo, em pessoa. "Quem beber desta água, a água da vida, nunca mais terá sede".

A partir de agora, a economia de água deve ser permanente e o consumo parcimonioso. Enquanto isso, ainda se pode investir no "reservatório interior", para ter água em abundância quando necessária. Quando o reservatório interior está repleto, ele se autoalimenta. Aí sim, a água da graça pode e deve ser usada em abundância. "Àquele que tem será dado ainda mais, enquanto que ao que não tem, será tirado até mesmo o que julga ter" (Mc 4,25). ●

# IRMÃS DOMINICANAS DE SANTA CATARINA DE SENA

*NOSSA CONGREGAÇÃO FOI FUNDADA POR MADRE TERESA DE SALDANHA, TENDO COMO PADROEIRA SANTA CATARINA DE SENA*

*PERTENCEMOS À FAMÍLIA DOMINICANA FUNDADA POR SÃO DOMINGOS DE GUSMÃO!*

## FUNDAMENTOS DA VIDA DOMINICANA:

ORAÇÃO

VIDA FRATERNA

ESTUDO

PREGAÇÃO



**JOVEM, ESSE PODE SER O SEU CAMINHO!**

Nossa proposta: fazer o bem sempre e em todo lugar.

[www.dominicanas.com.br](http://www.dominicanas.com.br) [dominicanasantacatsena@dominicanas.com.br](mailto:dominicanasantacatsena@dominicanas.com.br) - Fone: 0(XX) 43 - 3329 1326



# O MENINO E A TELEVISÃO

Por Pe. Agnaldo José

Ribeirão Preto, cidade do interior de São Paulo, é a capital brasileira do agronegócio. Nasci naquela região e, na minha infância, sempre acompanhei meus pais e avós à cidade quando iam fazer compras ou passar por algum tratamento médico. Em casa, o rádio vivia ligado nas estações ribeirão-pretanas. Um dos locutores era líder de audiência entre meus familiares: Corauci

Neto. Dono de uma voz inconfundível, ele apresentava programas nas rádios da cidade desde 1959.

Fazia tempo que não o ouvia. Até que, viajando pela rodovia Anhanguera, que corta Ribeirão Preto, sintonizei a Rádio CMN. Para minha surpresa e alegria, ouvi a voz do Corauci. Em segundos, voltei ao passado, aos tempos de criança. A saudade veio me visitar. Naquele instante, ele começava a

narrar a história do menino que queria ser uma televisão. Mantive os olhos abertos ao trânsito e os ouvidos colados no rádio. Com seu talento e emoção, assim começou: “Uma professora do ensino básico pediu aos alunos que fizessem uma redação sobre o que gostariam que Deus fizesse por eles. Ao fim da tarde, quando corrigia as redações, leu uma que a deixou muito emocionada. O marido, que, nesse



momento, acabava de entrar, viu-a chorando e perguntou: 'O que aconteceu com você? Por que está triste?' Ela respondeu: 'Lê isto. É a redação de um dos meus alunos'. 'Senhor, esta noite peço-te algo especial: transforma-me num televisor. Quero ocupar o lugar dele. Viver como vive a TV da minha casa. Ter um lugar especial para mim e reunir a minha família à sua volta. Ser levado a sério quando falo. Quero ser o centro das atenções e ser escutado sem interrupções nem perguntas. Quero receber o mesmo cuidado especial que a TV recebe quando não funciona. Ter a companhia do meu pai quando ele chega em casa, mesmo quando

está cansado. Que minha mãe me procure quando estiver sozinha e aborrecida, em vez de me ignorar. E ainda, que os meus irmãos lutem para estar comigo... Quero sentir que a minha família deixa tudo de lado, de vez em quando, para passar alguns momentos comigo. E, por fim, faz com que eu possa divertir a todos. Senhor, não te peço muito... Só quero viver o que vive qualquer televisor.' Naquele momento, o marido de Ana Maria disse: 'Meu Deus, coitado desse garoto! Que pais ruins ele tem!' E ela o olhou e respondeu: 'Essa redação é do nosso filho!'

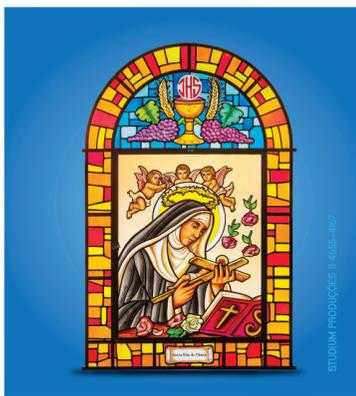
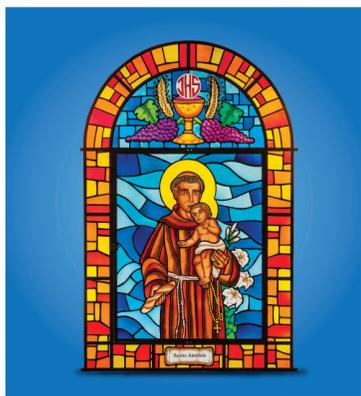
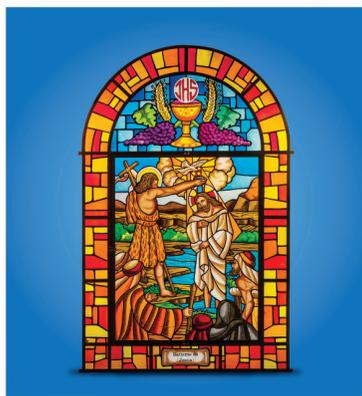
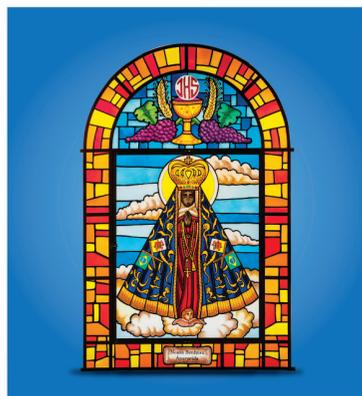
Ao ouvir o final da história, o meu coração pareceu parar por

uns segundos. Pensei nas crianças que vivem abandonadas dentro da própria casa. Crianças carentes de sorriso, amor, carinho, atenção, paciência e compreensão.

Vocês, pai e mãe, esforçam-se para viver o amor dentro de casa? Seus filhos recebem e experimentam o amor? O que é mais importante para vocês: a televisão, o computador, a internet, as redes sociais, ou os filhos que Deus lhes confiou? Que essa história contada pelo Corauci, de Ribeirão Preto, possa tocar também seus corações. Faço votos de que seu filho ou sua filha nunca queiram que Deus os transforme em um aparelho de televisão. ●



A arte de **criar**, **colorir**  
e **impressionar**.



Paróquia Sant'Ana - Frei Ribamar | Rua Raimundo Correia, s/n - Juçara | Bacabal - MA

**Qualidade e Confiança**

Igrejas | Comércio | Residências

Prazo de entrega garantido

**25** anos de  
Tradição

[www.vitalarte.com.br](http://www.vitalarte.com.br)

[vitalarte@vitalarte.com.br](mailto:vitalarte@vitalarte.com.br)

R. José Severino Filho, 170 - Parque Rodrigo Barreto  
Arujá | SP - CEP 07417-380 | **Tel 11 4655-2721**





# JUVENTUDE: FASCINANTE ETAPA DA VIDA



Por Pe. Sérgio Jeremias de Souza

**N**os dias atuais, é praticamente impossível enquadrar a etapa de vida a que chamamos de juventude de forma uniforme, única. São tantos grupos, tendências, tribos – o que torna ainda mais belo este momento existencial. Uma coisa é certa: certos apelos que os jovens trazem hoje dentro de seus corações não mudaram, são os mesmos de gerações antigas, acrescidos de novos desafios.

Cada jovem tem escrito em seus olhos este apelo: eu sou de quem primeiro me conquistar. E é por aí que andam as ofertas de felicidade tão veiculadas nas mídias. Sabedores desta verdade, compete a nós, guardiões do tesouro do Evangelho, fornecer aos jovens de nosso tempo a oportunidade de fazerem uma experiência única com um Deus vivo em uma Igreja também viva. Aqui, encontramos o verdadeiro sentido

da palavra Tradição: não se trata de levar adiante as cinzas, mas sim o fogo do Espírito.

Quando não encontram tal ressonância nas verdades de fé anunciadas, os jovens assimilam valores que aparentemente tentam suprir sua fome e sede de felicidade. A partir de nossa experiência de fé, nós católicos sabemos que só em Cristo o ser humano encontra o verdadeiro sentido de sua vida. Precisamos estar convencidos disto.

Muitos negam as verdades de fé preservadas nestes séculos todos, ao preço do sangue de tantos mártires cristãos. Eu aprendi que não devemos nos afastar de nossa verdade de fé para nos aproximarmos daqueles que a negaram, deixaram ou a desconhecem. Devemos, pelo contrário, levá-la a todos, mostrando o tesouro que temos em mãos. Adapto as palavras de Vittorio Messori em seu livro

*“Hipóteses sobre Maria”: é uma obrigação compartilhar a própria riqueza interior com todas as gerações, em vez de se conformar com a pobreza existencial dos outros.*

Mas os jovens têm também este poder fascinante de nos desinstalar de nossa comodidade. É bom que isto aconteça pois, muitas vezes, acomodamo-nos ao mais fácil, à rotina. Não que tudo seja um mar de rosas na juventude. Muitos perigos rondam nossos filhos e filhas mas, quando bem encaminhados, eles conseguem superar os obstáculos. O segredo está em educá-los nos valores que preenchem o coração do ser humano. Valores simples, dos quais o Evangelho está recheado: amor, fé, perdão, humildade, respeito, fidelidade, desprendimento, caridade fraterna. A pedagogia a ser aplicada será sempre a do bom exemplo, mais que das palavras.



Limites para nossos jovens? E quem não precisa deles? Amor exigente é isso: amá-los sem amar os seus erros. Demonstrar com nossa proximidade que, porque os queremos bem, nós zelamos, apontamos caminhos, corrigimos, elogiamos, abraçamos e nos permitimos ser abraçados. Jesus relacionou-se desta forma com os jovens. Um exemplo disso está no modo como ele dialoga com o jovem rico do evangelho, dizendo o que ele precisava ouvir e não apenas o que ele desejava ouvir: “Um jovem se aproximou, e disse a Jesus: ‘Mestre, que devo fazer de bom para possuir a vida eterna?’ Jesus respondeu: ‘Por que você me pergunta sobre o

que é bom? Um só é o bom. Se você quer entrar para a vida, guarde os mandamentos.’ O homem perguntou: ‘Quais mandamentos?’ Jesus respondeu: ‘Não mate; não cometa adultério; não roube; não levante falso testemunho; honre seu pai e sua mãe; e ame seu próximo como a si mesmo.’ O jovem disse a Jesus: ‘Tenho observado todas essas coisas. O que é que ainda me falta fazer?’ Jesus respondeu: ‘Se você quer ser perfeito, vá, venda tudo o que tem, dê o dinheiro aos pobres, e você terá um tesouro no céu. Depois venha, e siga-me.’ Quando ouviu isso, o jovem foi embora cheio de tristeza, porque era muito rico.” (Mateus 19, 16-22). ●

### Entrevista comigo mesmo daqui a dez anos

Dinâmica que possibilita o aparecimento das fantasias dos jovens em relação ao futuro.

**Objetivo:** Possibilitar o aparecimento das fantasias dos jovens em relação ao futuro; discutir as metas que gostariam de alcançar durante os próximos dez anos.

#### Modo de organizar:

1. Organize um grupo em círculo, sentado. Peça que fechem os olhos e pensem na pessoa que são hoje. O mediador deve dizer a data do dia, incluindo o ano.
2. Solicite que deem um salto no tempo e se imaginem dez anos depois. Os jovens devem se enxergar nesse novo tempo: como estão, o que estão fazendo, com quem estão.
3. Diga ao grupo que, ao abrir os olhos, todos, inclusive o mediador, estarão dez anos mais velhos. Fale a data do dia acrescida de mais dez anos. Todos abrem os olhos.
4. Cada participante deve contar ao grupo o que realizou nesses dez anos, como está em sua vida pessoal e profissional, o que conseguiu, como se sente. Quando todos tiverem falado de si, peça que fechem novamente os olhos e se recordem de como eram dez anos atrás. Diga a data do dia e do ano atual, trazendo-os de volta.
5. Abram os olhos e se reencontrem no presente. Discutam os seguintes pontos:
  - É difícil imaginar o futuro? Por quê?
  - O que mais lhe chamou a atenção em você mesmo e/ou nos demais?
  - O que é preciso para realizar seus sonhos? O que você pode fazer agora para que esses sonhos se transformem em realidade?
6. Pontue para o grupo que as escolhas que fazemos no presente são orientadas pela visão de futuro que projetamos para nós mesmos.



[pe\\_sergio@yahoo.com.br](mailto:pe_sergio@yahoo.com.br)

## JOVEM, Você se sente chamada a seguir Jesus?

Venha ser uma Irmã  
do Monte Calvário!  
Trabalhamos em Hospitais,  
Colégios, Obras Sociais  
e Pastoral.



Santa Virginia Centurione Bracelli  
Fundadora da congregação Filhas de Nossa  
Senhora do Monte Calvário

Sede Provincial:  
Rua Hirovo Kaminobo, 787 - Itaquera  
São Paulo - SP.  
Fone: (11) - 2521-9677  
E-Mail: [cfnsmc@allnet.com.br](mailto:cfnsmc@allnet.com.br) /  
[centurionevirginia@bol.com.br](mailto:centurionevirginia@bol.com.br)



# Como explicar o sacramento da Confissão às crianças?

Alguns aspectos importantes a serem explicados às crianças antes da sua primeira confissão

Por Pe. Henry Vargas Holguín

O livro do Gênesis, no capítulo 3, diz que o pecado e a morte entraram no mundo por meio da escolha errada de Adão e Eva de desobedecer uma ordem de Deus.

Isso dá a oportunidade de explicar às crianças que, através do pecado original, todo tipo de coisas feias associadas ao pecado entraram no mundo, e que todos os seres humanos no futuro se viram afetados por este pecado e suas consequências.

Em outras palavras, o pecado é quando agimos como nosso próprio deus, em vez de deixar que Deus seja nosso Senhor. As crianças

entendem bem que o pecado traz sofrimentos.

É importante salientar que o pecado é algo além da questão de um mau comportamento. Que entendam que o pecado vem do coração (Mt 15, 18-19). Portanto, os pequenos devem entender que que suas ações revelam como estão seus corações.

Antes de angustiar as crianças dizendo-lhes constantemente “não faça isso, é pecado”, é preciso falar-lhes da bondade de Deus e de como todos precisamos procurar ser bons filhos do Senhor e dar-lhe muitas alegrias. Que as crianças vejam que, apesar dos esforços

por comportar-nos bem com o bondoso Deus, às vezes, todos nós erramos.

Os pais, mais do que ninguém, têm o dever de despertar a consciência dos seus filhos para lhes fazer ver que, acima dos erros, equívocos, faltas (o pecado), está Deus, com seu amor, disposto a nos perdoar. Dessa maneira, a criança compreenderá, pouco a pouco, que certas ações suas ofendem o Pai do céu, mas que nem tudo está perdido, porque Deus sempre perdoa.

Diante dessa realidade, é importante iniciar a criança na necessidade de discernir não somente suas

más ações, mas também aquilo que deveria fazer e não fez. Assim que se introduz os pequenos no sentido ou noção de pecado, na necessidade do arrependimento e na busca da solução a partir do perdão.

O testemunho dos pais é fundamental para o crescimento espiritual dos filhos. Por isso, é muito positivo que a criança veja que seus pais se confessam.

É uma prática louvável que a criança, em sua oração noturna, lembre como foi seu dia e se disponha a dormir em paz, com uma simples oração de arrependimento por algo que não foi bom; que aprenda a dormir com a consciência tranquila.

Assim, as crianças aprendem a fazer seu exame de consciência, a se arrependem corretamente e a pedir perdão a Deus o mais rápido possível; é um gesto simples e prepara eficazmente para a recepção do sacramento da Penitência.

As crianças precisam aprender que o arrependimento é algo além de dizer o que sentem. É admitir o problema do pecado diante de Deus e verdadeiramente desejar se afastar daquela má ação.

Alguns adultos se confessam muito mal porque, quando crianças, não aprenderam direito o que é uma ofensa a Deus; então, acusam-se dos pecados dos outros ou contam sua vida, mas não têm uma verdadeira noção de pecado. A Bíblia, especialmente nos Evangelhos, quando revela o pecado, sempre o apresenta intimamente unido à misericórdia e ao perdão de Deus. Mostra que Jesus não veio condenar, mas salvar.

Jesus nunca aparece para afundar, mas para convidar à conversão, a ser melhores, a ter esperança, criar o homem novo que foi salvo pelo Amor.

Também é preciso fazer a criança ver que o fato de ter pecados não significa que ela é pior. Os adultos precisam evitar que a criança se sinta mal, neste sentido; ela precisa entender que não deixa de ser amada nem por Deus, nem pela sua família.

A Bíblia ensina que o pecado de Adão e Eva passou à sua descendência. Para que as crianças entendam isso, talvez seja interessante exemplificar que o pecado é como um sobrenome. Os filhos recebem o sobrenome dos seus pais, que o receberam dos seus pais, que por sua vez receberam dos seus pais, e assim sucessivamente.

Assim como nós não podemos escolher nosso sobrenome, da mesma maneira, nascemos com o pecado, não escolhemos isso, e o pecado nos separa de Deus.

É justo fazer a criança ver que, quando erra o caminho, é preciso voltar atrás e mudar a rota, a exemplo do filho pródigo (Lucas 15, 11-32). O filho da parábola percebeu que havia errado e voltou para pedir perdão ao seu pai. Com esta parábola, a criança entenderá que o arrependimento dos erros e pecados conduz a realidades maravilhosas, positivas: deixar de sofrer e sentir a verdadeira alegria do filho que, na casa do pai, é abraçado misericordiosamente por ele. ●

\*Artigo publicado no Portal Aleteia  
(www.aleteia.org)

“

**Senhor,**  
em atenção  
à tua palavra,  
vou lançar as redes.

(Lc 5,5)

”

**Jovem,**

Novos horizontes o esperam!  
Adicione ao seu ambiente  
virtual laços reais de amizade  
para anunciar o Evangelho  
conosco, **Padres e Irmãos  
Paulinos.**



/padrespaulinos

**Entre em contato conosco:**

Serviço de Animação Vocacional  
Padres e Irmãos Paulinos  
Caixa Postal 700  
CEP: 01031-970 – São Paulo – SP  
centrovocacional@paulinos.org.br

 **PADRES E IRMÃOS  
PAULINOS**

www.paulinos.org.br

# A ONDA DAS DIETAS DESINTOXICANTES



Elas prometem limpar o organismo e acelerar o metabolismo, mas é preciso ter cuidado com eventuais exageros. Conheça mais sobre as dietas “detox”

Por Maria Beatriz de Deus e Toledo

**N**ão há quem não tenha sofrido com aquele sentimento de culpa que bate depois dos excessos alimentares. Mal-estar, sensação de estufamento, os temidos quilinhos a mais. Como consequência, ressurgem as tentativas de dieta, exercícios, promessas de uma vida saudável.

No Brasil a dieta “detox”, ou desintoxicação, vem fazendo grande sucesso e ganhando cada vez mais simpatizantes. Essa dieta tem o objetivo de “limpar o organismo”. É uma alimentação natural, sem corantes, conservantes e produtos químicos. Dar início à dieta detox pode ser o primeiro passo para começar uma reeducação alimentar. Com base na nutrição funcional,

## Alimentos desintoxicantes

**Beterraba:** excelente para a pele e cabelo e ainda equilibra os níveis de colesterol, auxiliando na desintoxicação do fígado.

**Alho:** conhecido por seus benefícios ao coração, é também um extraordinário desintoxicante.

**Limão:** rico em antioxidante e vitamina C, substância que combate os radicais livres que atingem as células formadoras da derme (pele).

**Lentilha:** ótima fonte de ferro, folato e magnésio, esse grão é riquíssimo em fibras, que ajudam no funcionamento intestinal, no controle do colesterol ruim e melhora a circulação sanguínea.

**Repolho:** como a maioria dos vegetais crucíferos (incluindo brócolis e couve), o repolho contém uma substância chamada sulforafano, que ajuda o corpo a lutar contra as toxinas.

**Berinjela:** é digestiva, nutritiva e laxante, por isso é indicada nos casos de indigestão e prisão de ventre.

**Maçã:** rica em fibras. É indicada nas afecções de estômago, bexiga e rins. Antiácida, ativa o fígado e dilui o ácido úrico, que retém líquidos no organismo.

**Abacaxi:** diurético, facilita a digestão e desobstrui o fígado.

busca-se um estilo de vida mais saudável.

### Sucos "desintoxicantes"

Há alguns anos, se receitássemos um suco com duas maçãs e um terço de um limão com casca, dizendo que é saboroso, nutritivo e faz bem à saúde, algumas pessoas poderiam achar muito estranho. Entretanto, se acrescentarmos que além de todos os benefícios, ele ajuda a emagrecer, com certeza muitas pessoas o fariam.

Alguns estudos revelam que o simples fato de consumir suco de frutas, legumes e verduras três vezes por semana reduz o risco em 76% de uma pessoa ser acometida do mal de Alzheimer.

Os sucos com verduras e frutas e os chás também são indicados por alguns profissionais da área de saúde. O consumo balanceado deles na dieta é benéfico ao organismo. O chá verde, por exemplo, é rico em catequinas, que tem o poder de combater os radicais livres no organismo, e ainda possui um efeito termogênico, ou seja, auxilia na queima de gordura. Porém, é importante não abusar, pois ele possui cafeína e o excesso dessa substância pode causar insônia, taquicardia e gastrite, já que ela aumenta a secreção gástrica.

O chá de hibisco é uma boa escolha, por conter flavonoides e ácidos orgânicos, que têm ação antioxidante e diurética. O chá de gengibre é outra bebida que possui forte ação antioxidante.

Uma alimentação equilibrada, com frutas, verduras, legumes, cereais integrais, grãos e carnes brancas contribui para o bom funcionamento do fígado e de todo o organismo. Então, quando tomar a decisão de iniciar uma dieta, seja para emagrecer ou para melhorar a qualidade de vida de um modo geral, o ideal é procurar ajuda de um nutricionista.

### Glúten: vilão ou aliado?

Algumas dietas recentes têm excluído o glúten de seu cardápio. No entanto, essa medida é contraditória e tem dividido especialistas, já que alguns alimentos com glúten podem conter outros nutrientes importantes para a saúde e que não devem ficar de fora da alimentação.

É verdade que pessoas celíacas, ou seja, alérgicas ao glúten, devem retirá-lo da dieta. O mesmo vale para o leite, que só deve ser retirado em caso de intolerantes à lactose. Isso porque o leite é um alimento bom, com proteínas e gordura, além de ser rico em cálcio e vitaminas. Portanto, caso cortado da alimentação, pode aumentar o risco de a pessoa ter problemas ósseos, como a osteoporose. No caso dos intolerantes, é importante repor o cálcio de outros modos, ingerindo, por exemplo, vegetais verde-escuros, feijões, quinoa e amêndoas. ●



[mbeatriz\\_bia@yahoo.com.br](mailto:mbeatriz_bia@yahoo.com.br)

# NOVA FILIAL D&A RIO

*Temos o  
prazer de  
convidá-los  
para conhecer  
a nova filial no  
Rio de Janeiro*



DECORAÇÕES  
ARTESANATO LITÚRGICO  
**RIO DE JANEIRO**

Rua das Laranjeiras, 34  
Bairro Laranjeiras  
(A 100m do metrô  
Largo do Machado)

#### D&A São Paulo

Rua Frederico Abranches, 315 - Santa Cecília  
Fones: (11) 2692-7713 / 3361-8815

#### D&A Belo Horizonte

Av. Augusto de Lima, 213 - Loja 13 - Centro  
Fone: (31) 3226-7151

[www.deaparamentos.com.br](http://www.deaparamentos.com.br)

# ENCONTRO INFANTIL

EM 22 DE MARÇO, COMEMORAMOS O DIA MUNDIAL DA ÁGUA, ESSE BEM VALIOSO PARA NOSSA VIDA E PARA O NOSSO FUTURO. MARQUE ABAIXO O QUE É VERDADEIRO (V) E O QUE É FALSO (F) EM RELAÇÃO AO CONSUMO DE ÁGUA:

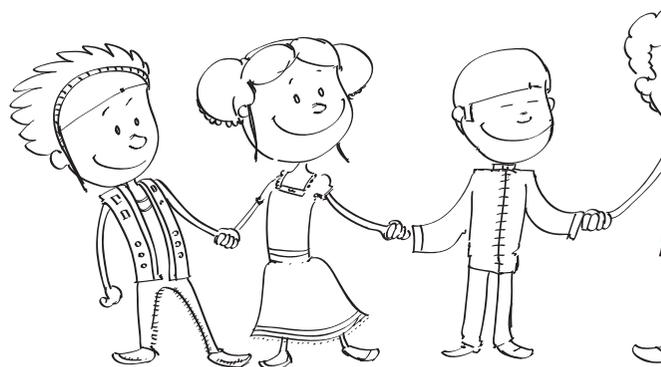
- APERTE A DESCARGA SOMENTE PELO TEMPO NECESSÁRIO. A VÁLVULA ACIONADA GASTA DE 10 A 14 LITROS DE ÁGUA EM 6 SEGUNDOS.
- A MANEIRA MAIS ECOLOGICAMENTE CORRETA DE LIMPAR A CALÇADA É UTILIZAR A MANGUEIRA EM VEZ DA VASSOURA.
- A MELHOR MANEIRA DE LAVAR AS ROUPAS É AOS POUCOS, EM VEZ DE ACUMULAR.
- SE FECHARMOS A TORNEIRA ENQUANTO ESCOVAMOS OS DENTES, OU AINDA ENXAGUAR A BOCA COM UM COPO DE ÁGUA, CONSEGUIMOS ECONOMIZAR MAIS DE 11,5 LITROS DE ÁGUA.
- DURANTE O BANHO, FECHÉ O REGISTRO AO SE ENSABOAR.

RESPOSTAS: V; F (EM 15 MINUTOS COM A MANGUEIRA ABERTA, SÃO PERDIDOS 279 LITROS DE ÁGUA); F (É MELHOR ACUMULAR UMA DETERMINADA QUANTIDADE DE ROUPAS E LAVÁ-LAS DE UMA VEZ); V; V.



21 DE MARÇO É O DIA INTERNACIONAL CONTRA A DISCRIMINAÇÃO RACIAL.

O DESENHO AO LADO É UMA HOMENAGEM A ESSA DATA TÃO IMPORTANTE, QUE PROMOVE A IGUALDADE, ASSIM COMO JESUS PREGOU. QUE TAL DEIXÁ-LO BEM COLORIDO E BONITO? DIVIRTA-SE!



COMPLETE AS FRASES DE ACORDO COM O ESTADO DA ÁGUA



ESTAVA NO ESTADO \_\_\_\_\_ TRANSFORMOU-SE NO ESTADO \_\_\_\_\_



ESTAVA NO ESTADO \_\_\_\_\_ TRANSFORMOU-SE NO ESTADO \_\_\_\_\_



ESTAVA NO ESTADO \_\_\_\_\_ TRANSFORMOU-SE NO ESTADO \_\_\_\_\_



O ILUSTRADOR:  
O ENCONTRO INFANTIL  
DESTA EDIÇÃO FOI  
ILUSTRADO POR  
FERNANDO TANGI,  
DESIGNER E  
ILUSTRADOR. SEUS  
TRABALHOS PODEM  
SER VISTOS  
TAMBÉM NO SITE:  
[WWW.STORYMAX.ME](http://WWW.STORYMAX.ME)





# SABOR & ARTE NA MESA

Por Lucielen Souza, nutricionista

## MINI ABÓBORA RECHEADA COM CARNE SECA

### Ingredientes

- 4 abóboras paulistas;
- Sal a gosto.
- 1 xícara (chá) de cebola em fatias;
- 1 xícara (chá) de tomate picado;
- 1 pimenta dedo de moça picada;
- 3 colheres (sopa) de salsinha picada;
- 1 xícara (chá) de queijo coalho ralado.

### Recheio

- 4 xícaras (chá) de carne seca desfiada;
- 2 colheres (sopa) de azeite;
- 2 dentes de alho picados;
- 2 colheres de alho poró;

### Modo de preparo

**Abóboras:** abra as abóboras ao meio, retire as sementes e salgue a parte de cima. Coloque um pouco de água no fundo de um prato, coloque as abóboras, cubra com papel filme e leve ao micro-ondas de 4 a 6 minutos, ou até ficarem macias. Também podem ser assadas no forno coberto com papel alumínio.

**Carne seca:** dessalgue a carne seca. Cozinhe e desfie. Em uma panela, aqueça o azeite e refogue o alho, o alho poró e a cebola. Junte a carne seca e refogue um pouco mais. Adicione o tomate, a pimenta e a salsinha. Recheie as abóboras com a carne, salpique o queijo coalho e leve ao forno alto para gratinar.



Reprodução / peripicelasmacozinha.wordpress.com

## TORTA HOLANDESA DE LIMÃO

### Ingredientes

#### Fundo

- 1 pacote de biscoito tipo maisena;
- 100g de manteiga.

#### Cobertura (opcional)

- 200g de chocolate meio amargo;
- 1 xícara (chá) de creme de leite;
- ou fatias finas de limão.

#### Recheio

- ½ xícara (chá) de cream cheese;
- 3 colheres (sopa) de açúcar;
- 200g de chocolate branco;
- 1 xícara (chá) de creme de leite;
- 1 pacote de gelatina incolor (12g);
- raspas de 1 limão;
- suco de 1 limão;
- 3 claras em neve.



Reprodução / aconfeitaria.wix.com

### Modo de preparo

**Fundo:** triture a bolacha maisena. Amoleça a manteiga e misture à bolacha. Forre uma assadeira de fundo removível com a mistura.

**Creme:** bata o cream cheese com açúcar na batedeira até obter um creme fofo. Reserve. Derreta o chocolate branco em banho-maria ou no micro-ondas e adicione ao creme de leite. Hidrate a gelatina. Misture o cream cheese, o chocolate, as raspas de limão e a gelatina. Acrescente o suco de limão e mexa até incorporar. Bata as claras em neve e acrescente delicadamente à mistura.

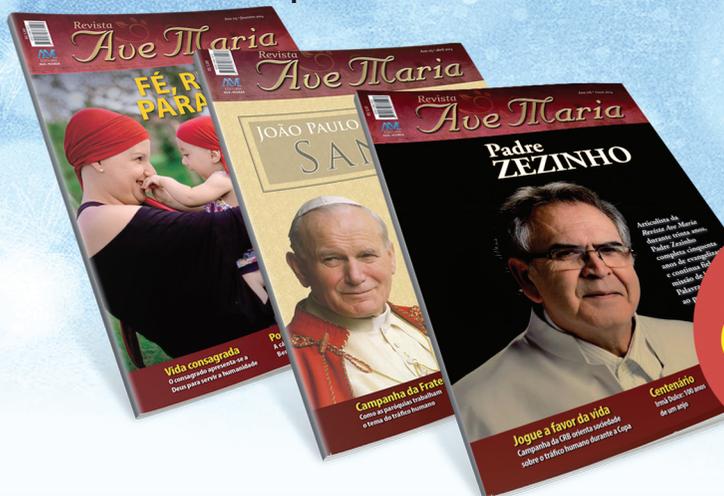
**Montagem:** coloque o creme no meio e leve à geladeira por aproximadamente 3 horas ou até endurecer. Derreta o chocolate em banho-maria ou no micro-ondas. Adicione o creme de leite. Quando estiver em temperatura ambiente, retire da geladeira a torta e acrescente o chocolate meio amargo derretido por cima. Volte para a geladeira até endurecer. Sirva gelado.



nutricao@avemaria.com.br

# Você também pode ajudar a transformar vidas.

Apresente a *Revista Ave Maria* a seus familiares e amigos.



POR APENAS

R\$ 60,00  
AO ANO

RECEBA  
12  
EDIÇÕES

e ajude aos projetos  
sociais dos Missionários  
Claretianos.

A *Revista Ave Maria* é a primeira revista mariana do Brasil. Criada especialmente para a família, ela é preparada com muita dedicação e tem a missão de levar informações atuais e conhecimentos sobre a Igreja Católica, aproximando as pessoas de Deus e de nossa mãe Maria.

Presenteie ou indique a *Revista Ave Maria* para seus familiares e amigos. Peça para que a pessoa preencha a carta-resposta abaixo e entregue em uma agência de correios. Se preferir, ela pode ligar para o **0800 7730 456** ou enviar um e-mail para **assinaturas@avemaria.com.br**

Contamos com você!

Indico a pessoa abaixo para se tornar assinante

Quero dar uma assinatura de presente

(preencha no 1º quadro os dados da pessoa presenteada e no 2º, seus dados para envio de boleto)

Nome do assinante:	
Endereço:	Número:
Bairro:	CEP:
Cidade:	Estado:
CPF:	E-mail:
Data de nascimento:	Telefone: ( )

Endereço para envio de cobrança (no caso de presente)

Nome do assinante:	
Endereço:	Número:
Bairro:	CEP:
Cidade:	Estado:
CPF:	E-mail:
Data de nascimento:	Telefone: ( )

Cole aqui:



A primeira revista mariana do Brasil



**CARTA – RESPOSTA**  
NÃO É NECESSÁRIO SELAR

O selo será pago por  
**AÇÃO SOCIAL CLARETIANA**

AC SANTA CECÍLIA  
01227-999 SÃO PAULO – SP

CEP:    -

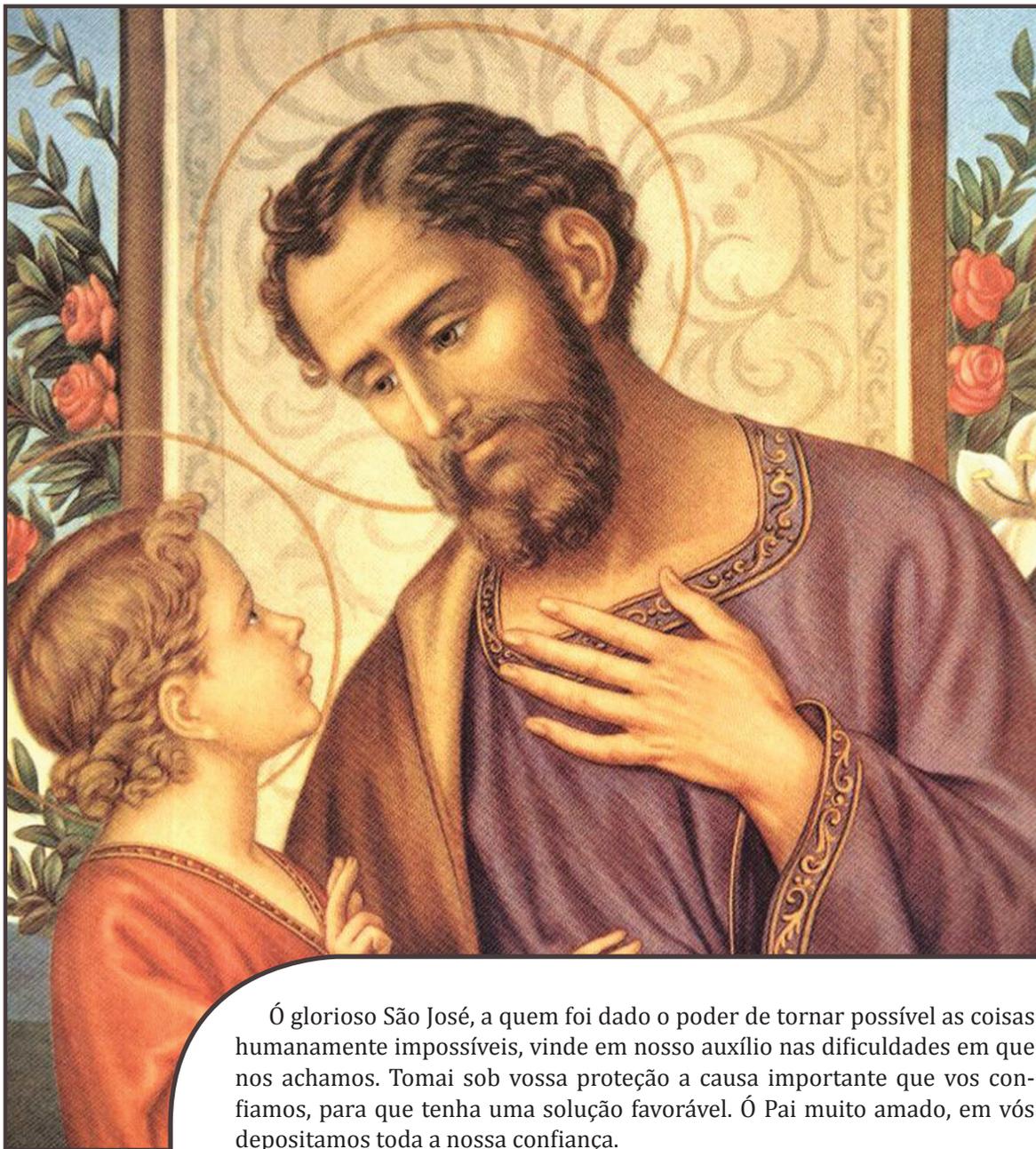
Cidade: \_\_\_\_\_ Estado: \_\_\_\_\_

Endereço: \_\_\_\_\_

Remetente: \_\_\_\_\_

# ORAÇÃO A SÃO JOSÉ

CELEBRADO EM 19 DE MARÇO



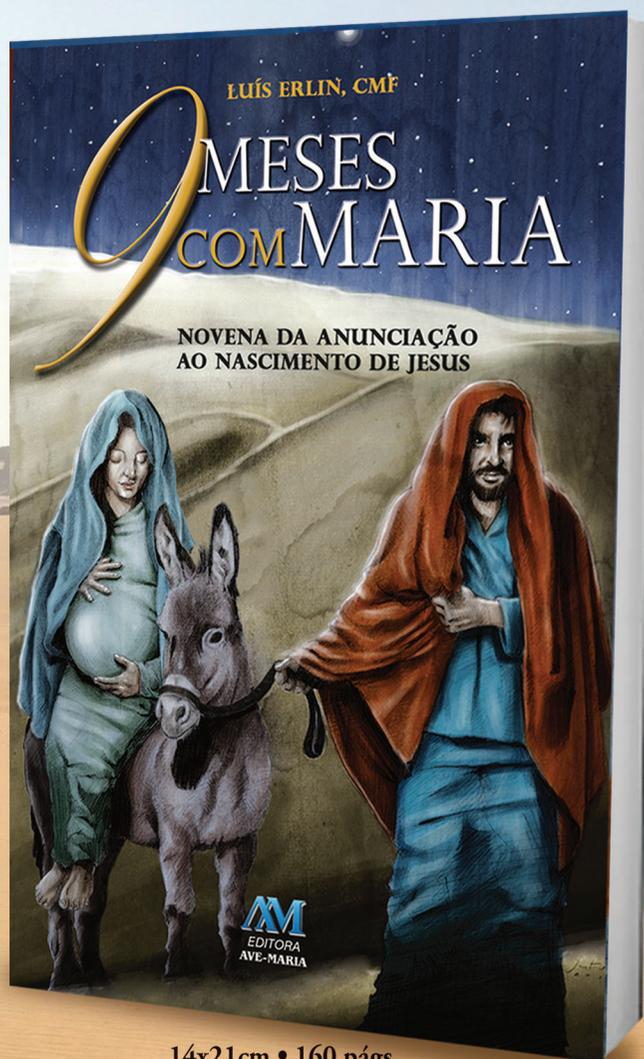
Ó glorioso São José, a quem foi dado o poder de tornar possível as coisas humanamente impossíveis, vinde em nosso auxílio nas dificuldades em que nos achamos. Tomai sob vossa proteção a causa importante que vos confiamos, para que tenha uma solução favorável. Ó Pai muito amado, em vós depositamos toda a nossa confiança.

Que ninguém possa jamais dizer que vos invocamos em vão. Já que tudo podeis junto a Jesus e Maria, mostrai-nos que vossa bondade é igual ao vosso poder.

São José, a quem Deus confiou o cuidado da mais santa família que jamais houve, sede, nós vos pedimos, o pai e protetor da nossa, e impetrai-nos a graça de vivermos e morrermos no amor de Jesus e Maria. São José, rogai por nós que recorreremos a vós.

(Oração extraída do livro *Orações para todas as horas*, p. 170, publicado pela Editora Ave-Maria)

# INICIEMOS ESTA GRANDE CAMINHADA DE AMOR E FÉ AO LADO DE MARIA!



- 14x21cm • 160 págs.

Chegou o momento de nos deixarmos fecundar pelo Espírito Santo! E convidamos você a gestar Jesus no íntimo de sua alma, com uma novena não apenas de nove dias, mas sim de nove meses. Começando no dia 25 de março, dia da Anunciação, você acompanhará Maria durante todos os dias de sua gestação até o Nascimento do Menino Jesus. Um verdadeiro diário com passagens bíblicas, reflexões e orações, como se Nossa Senhora narrasse cada uma de suas emoções até a chegada do Filho de Deus. *A graça que você tanto deseja poderá ser alcançada com esta novena!*



Disponível também em e-book.  
Acesse [www.avemaria.com.br/livrosdigitais](http://www.avemaria.com.br/livrosdigitais)  
e adquira o seu!

Siga-nos nas redes sociais



@editoraavemaria



EditoraAveMaria



@editoravemaria



EditoraAveMaria



À venda nas melhores livrarias,  
pelo televentas **0800 7730 456**  
ou no site [www.avemaria.com.br](http://www.avemaria.com.br)