

Revista

Ave Maria

Ano 125 | Setembro 2023

A ESCALADA DO



SUICÍDIO

NO BRASIL

UMA CRISE SILENCIOSA
ENTRE A JUVENTUDE



REPORTAGEM

Bíblia, luz para o caminho

MODELO

A espiritualidade da educação dos filhos

CONSULTÓRIO CATÓLICO

Qual a origem do título “Três vezes admirável de Schoenstatt”?

Claretiano

A faculdade que é **mais+** por você.

+ de 110
polos pelo Brasil



Encontre o polo
mais perto de você

Mais de 30 cursos
de **Graduação.**

Confira, também, os cursos de
2ª Graduação e Pós-graduação.



VESTIBULAR • INSCREVA-SE

claretiano.edu.br

0800 34 41 77 • (16) 3660 1777  Atendimento via WhatsApp


Claretiano
CENTRO UNIVERSITÁRIO



ATENTOS À PALAVRA VIVA E EFICAZ

Após ler o santo Evangelho, especificamente a passagem “Quem não carrega sua cruz e me segue não pode ser meu discípulo” (Lc 14,27), talvez possamos julgar que poucos de nós serão salvos, pois as palavras de Jesus nos parecem duras demais para que as cumpramos: “Se alguém vem a mim e não odeia seu pai, sua mãe, sua mulher seus filhos, seus irmãos, suas irmãs e até sua própria vida, não pode ser meu discípulo” (Lc 14,26).

Não interpretemos esse trecho como se fosse preciso odiar nossos parentes para seguirmos nosso Salvador, pois, como cristãos, devemos amar até nossos inimigos. Jesus quis dizer que devemos tomar decisões firmes, quando necessárias, para mantermos nossa fidelidade ao Evangelho. Uma delas é carregarmos a cruz de cada dia, o que consiste em servirmos aos irmãos sempre, renunciando a tudo o que nos prende a este mundo, àquilo que nos for pernicioso à alma.

Jesus veio ao mundo para salvar os pecadores e não quer que se perca nenhuma ovelha do seu rebanho (cf. Mt 18,12-14). As palavras do Mestre eram dirigidas à grande multidão que o acompanhava, certamente atraída por sua doutrina e por seus milagres. Nosso Senhor, porém, prevenia-a: “Entrai pela porta estreita, porque larga é a porta e espaçoso o caminho que conduz à perdição e numerosos são os que por aí entram. Estreita,

porém, é a porta e apertado o caminho da vida e raros são os que o encontram” (Mt 7,13-14), isso para que as pessoas não ficassem como seus meros espectadores, mas para que pusessem em prática sua doutrina.

Devemos refletir como proceder para alcançarmos nosso objetivo de santidade, como Jesus nos aconselhou, dando como exemplo duas de suas breves parábolas: a do construtor, que antes de começar a erguer sua casa deve calcular se o material que tem é suficiente para concluí-la e ela não ficar somente nos alicerces, e a de um rei que, antes de guerrear contra outro rei, deve calcular se com 10 mil homens poderá enfrentar o outro, que vem contra ele com 20 mil (cf. Lc 14,28-32).

Devemos também saber parar e refletir diante do Senhor e pedir-lhe sabedoria, como pede o apóstolo Paulo, para que nossos propósitos sejam eficazes no caminho certo, que nos leva a Ele. Sem dúvida, caminho algum será correto se não contiver a prática da caridade, mesmo em situações como a de Paulo, na ocasião em que encaminha o servo Onésimo – então batizado por ele – a seu patrão, Filêmon, restituindo a paz entre eles.

Sigamos atentos as palavras do Mestre, de maneira mais forte e eficaz ainda neste mês de setembro, em que homenageamos a Bíblia, que nos traz, para o dia a dia, a Palavra viva e eficaz. ●



Ave Maria

124 anos

Notas Marianas

SINAL DA CRUZ

Fazemos o sinal da cruz para lembrar que fomos salvos pela cruz de Cristo (cf. 1Jo 3,5; 4,10) e batizados em nome do Deus Trino: Pai, Filho e Espírito Santo (cf. Mt 28,19). É uma prática muita antiga da Igreja, pois, já no século II, Tertuliano (160-220 d.C.) recomendava: “Quando nos pomos a caminhar, quando saímos e entramos, quando nos vestimos, quando nos lavamos, quando iniciamos as refeições, quando vamos nos deitar, quando nos sentamos, nessas ocasiões e em todas as nossas demais atividades, persignamo-nos a testa com o sinal da cruz”.

Trecho extraído da Revista Ave Maria, edição de 11 de setembro de 1923

SUMÁRIO



6 ESPAÇO DO LEITOR

VOCAÇÕES NA BÍBLIA

8 EZEQUIEL, O HOMEM DAS MUDANÇAS

10 ACONTECE NA IGREJA

SANTO DO MÊS

12 SÃO JOÃO CRISÓSTOMO

MÚSICA SACRA

14 GREGÓRIO MAGNO E O CANTO GREGORIANO

REFLEXÃO BÍBLICA

16 CARTA AOS EFÉSIOS

MARIOLOGIA

18 O SANTÍSSIMO NOME DE MARIA

AMOR DE DEUS

20 DEUS TE VÊ

DEVOÇÃO

22 A CRUZ QUE GERA VIDA!

LANÇAMENTO

24 COMO ADMINISTRAR OS RECURSOS QUE DEUS COLOCA EM SUAS MÃOS?

REPORTAGEM



26 BÍBLIA, LUZ PARA O CAMINHO

31 LITURGIJA DA PALAVRA

CRÔNICA

36 HUMANIDADE

SANTUÁRIOS BRASILEIROS

44 A BASÍLICA DE SÃO MIGUEL ARCANJO NO BRASIL

38 MATÉRIA DE CAPA

46 PALAVRA DO PAPA

CATEQUESE

48 PASSOS PARA O CONHECIMENTO DA PALAVRA DE DEUS

CONSULTÓRIO CATÓLICO

50 QUAL A ORIGEM DO TÍTULO "TRÊS VEZES ADMIRÁVEL DE SCHOENSTATT"?

ESPIRITUALIDADE

52 NOSSA VOCAÇÃO É A SANTIDADE

MODELO

54 A ESPIRITUALIDADE DA EDUCAÇÃO DOS FILHOS

JUVENTUDE

56 JOVEM, NA IGREJA HÁ LUGAR PARA VOCÊ!

SAÚDE

58 ALZHEIMER: COMO IDENTIFICAR E LIDAR COM PESSOAS NA FAMÍLIA?

RELAÇÕES FAMILIARES

60 A BUSCA PELO AMADURECIMENTO NAS RELAÇÕES FAMILIARES

VIVA MELHOR

62 EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA SAIR DO SEDENTARISMO: MELHORANDO SUA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

EVANGELIZAÇÃO

64 COM FRANCISCO, SUPERAR A CRISE DO COMPROMISSO COMUNITÁRIO

66 SABOR & ARTE NA MESA

Revista
Ave Maria

Direção Administrativa
Rodrigo Godoi Fiorini

Direção Editorial
Luís Erlin (MTB 52736/SP)

Gerência Editorial
Álison Henrique Monte

Editor Assistente
Isaías Silva Pinto

Projeto Gráfico
Rodrigo Henrique da Silva

Diagramação
Fabio Fernando Torrezan

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

Anúncios
Thiago Alves, Tel.: (11) 3823-1060
divulgacao.revista@avemaria.com.br

Produção Editorial



Conselho Editorial

Álison Henrique Monte,
Isaías Silva Pinto, Pe. Luís Erlin, Pe.
Rodrigo Fiorini, Sérgio Fernandes, Caio
Vieira, Thiago Alves e Valdeci Toledo.



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; Colombo; Dar es Salaam; Lagos; Macau; Madri; Manila; Owerri; São Paulo; Varsóvia; Yaoundé.

Imagem da capa
PR Image Factory / Adobe Stock

f /revistaavemaria
@revistaavemaria
revistaavemaria.com.br

MARIA DOS MIL NOMBES NA BÍBLIA

♦ Pe. Brás Lorenzetti, cmf, com colaboração de Monique Biaggi ♦

A devoção popular atribui muitos títulos a Nossa Senhora, seja em consequência de acontecimentos históricos, aparições ou visualizações. Ao entrar no Mês da Bíblia fico imaginando os títulos que caberiam a Maria a partir da Bíblia. Alguns existem e outros são minha criação:

- **Maria Predestinada**, por ter sido a escolhida de Deus para uma grande missão;
- **Maria do Diálogo**, porque interage com o anjo que a visita;
- **Maria Cheia de Graça**, incluída a cada Ave-Maria que rezamos;
- **Nossa Senhora da Coragem**, por ter dito “faça-se” sem pensar nas consequências que a decisão poderia trazer;
- **Maria do Sim**, que faz parte do nosso canção popular;
- **Nossa Senhora das Grávidas e Nossa Senhora da Luz**, tanto para iluminar os caminhos quanto como proteção das que vão gerar filhos;
- **Nossa Senhora da Amamentação**, por ter nutrido Jesus na sua infância;
- **Nossa Senhora do Cuidado** – da casa e da vida – porque sua vida consistiu em cuidar do lar e de Jesus;
- **Nossa Senhora da Resiliência**, pela superação das adversidades e por continuar com perseverança na sua missão;
- **Maria da Acolhida e da Escuta**, porque ouve e guarda a Palavra no seu coração;
- **Nossa Senhora dos Peregrinos** pelas vezes que se juntou a uma caravana para realizar longas viagens;
- **Nossa Senhora do Exílio** porque fuge de Herodes, com José, a caminho do Egito;



Imagem: Andrey Josepher Franco LC / Catholic

- **Nossa Senhora do Desterro ou Mãe dos Refugiados** ao chegar e permanecer no Egito;
- Ela é **Nossa Senhora da Justiça** para os sofredores e humilhados pelos prepotentes;
- **Nossa Senhora da Resignação**, ao ver Jesus sair de casa para se tornar um missionário peregrino;
- Ela é **Nossa Senhora da Paciência** ao acompanhar o filho em muitas de suas viagens de pregação;
- Ela é **Mãe da Compreensão**, quando as contrariedades começam a se intensificar na vida de Jesus;
- É a **Mãe das Dores** na injusta condenação, paixão e morte de Jesus;
- É **Mãe do Silêncio**, nos dias que Jesus permaneceu no túmulo;
- É **Mãe da Alegria**, na manhã da ressurreição;
- Enfim, é **Mãe da Igreja** ao animar e organizar as comunidades.

Nossa Senhora dos Mil Nomes na Bíblia, rogai por nós. ●

ORAÇÃO DE SÃO JOÃO CRISÓSTOMO PARA ANTES DE LER A BÍBLIA

A bordamos, às vezes, as Sagradas Escrituras da mesma forma que faríamos com qualquer outro texto. No entanto, temos de nos esforçar para compreender que essa não é simplesmente uma obra literária, trata-se da Palavra de Deus. É necessário preparar nossos corações como terrenos férteis para que a Palavra possa se enraizar neles.

Uma forma de alterar o modo como interpretamos a Bíblia é proferir uma oração curta antes de iniciar sua leitura, pedir ao Espírito Santo que abra nosso entendimento para ouvir a sua voz.

Uma antiga prece, creditada a São João Crisóstomo, é ideal para tal propósito. Ainda que ela não assegure inspiração divina, tem o poder de condicionar a alma para que esteja apta a acolher precisamente o que Deus quer transmitir a você.

Reze com fé e devoção:

“Ó Senhor Jesus Cristo, abre os olhos do meu coração para que eu possa ouvir a tua Palavra, que eu entenda e faça a tua vontade, pois sou um peregrino na Terra. Não escondas de mim os teus mandamentos, mas abre os olhos, para que eu possa perceber as maravilhas da tua lei. Fala para mim as coisas ocultas e secretas da tua sabedoria. Em ti coloco minha esperança, ó meu Deus, de iluminar minha mente e meu entendimento com a luz do teu conhecimento; não apenas para valorizar as coisas que estão escritas, mas para realizá-las, pois tu és a luz para aqueles que jazem nas trevas e de ti vem toda boa ação e toda graça. Amém.” ●





INTENÇÕES DE ORAÇÃO



“Agradeço ao Senhor por mais um ano de vida. Que este ano seja repleto de bênçãos e graças do Céu.” **(Luciana Braga)**

“Peço a Nossa Senhora do Rosário que abençoe e interceda por minha família para que sejam santos!” **(Márcia Regina)**

“Rezo pela recuperação do meu pai, que se encontra hospitalizado. Que Nossa Senhora, a quem foi sempre muito devoto, esteja com ele cuidando e zelando por sua recuperação.” **(Cláudio Passos)**

QUER GANHAR LIVROS DA EDITORA AVE-MARIA?

Todos os meses sorteamos prêmios em nossas redes sociais. Participe!



QUEREMOS SABER A SUA OPINIÃO

Envie uma mensagem pelo
nosso site ou uma carta para

Rua Martim Francisco, 636, 2º andar, Santa Cecília,
São Paulo, CEP 01226-002

Revista Ave Maria | Setembro, 2023 • 7

Um guia completo para percorrer profundamente o Ano Litúrgico!



A Liturgia da Palavra comentada é um guia completo para meditação e reflexão das leituras litúrgicas dominicais, com suas especificidades decorrentes da predominância, em cada ciclo, dos Evangelhos de Mateus (Ano A), Marcos (ano B) e Lucas (ano C). A fim de tornar a Palavra de Deus mais compreensível e contextualizada aos dias atuais, o autor elaborou estes comentários que, de forma simples, mas com profunda percepção, dão sentido àquilo que os Textos Sagrados querem nos transmitir.

16x23 - 568 págs



Garanta já o seu!
À venda nas melhores livrarias
ou em www.avemaria.com.br
Siga-nos nas redes sociais

VOCAÇÕES NA BÍBLIA

EZEQUIEL,

O HOMEM DAS MUDANÇAS

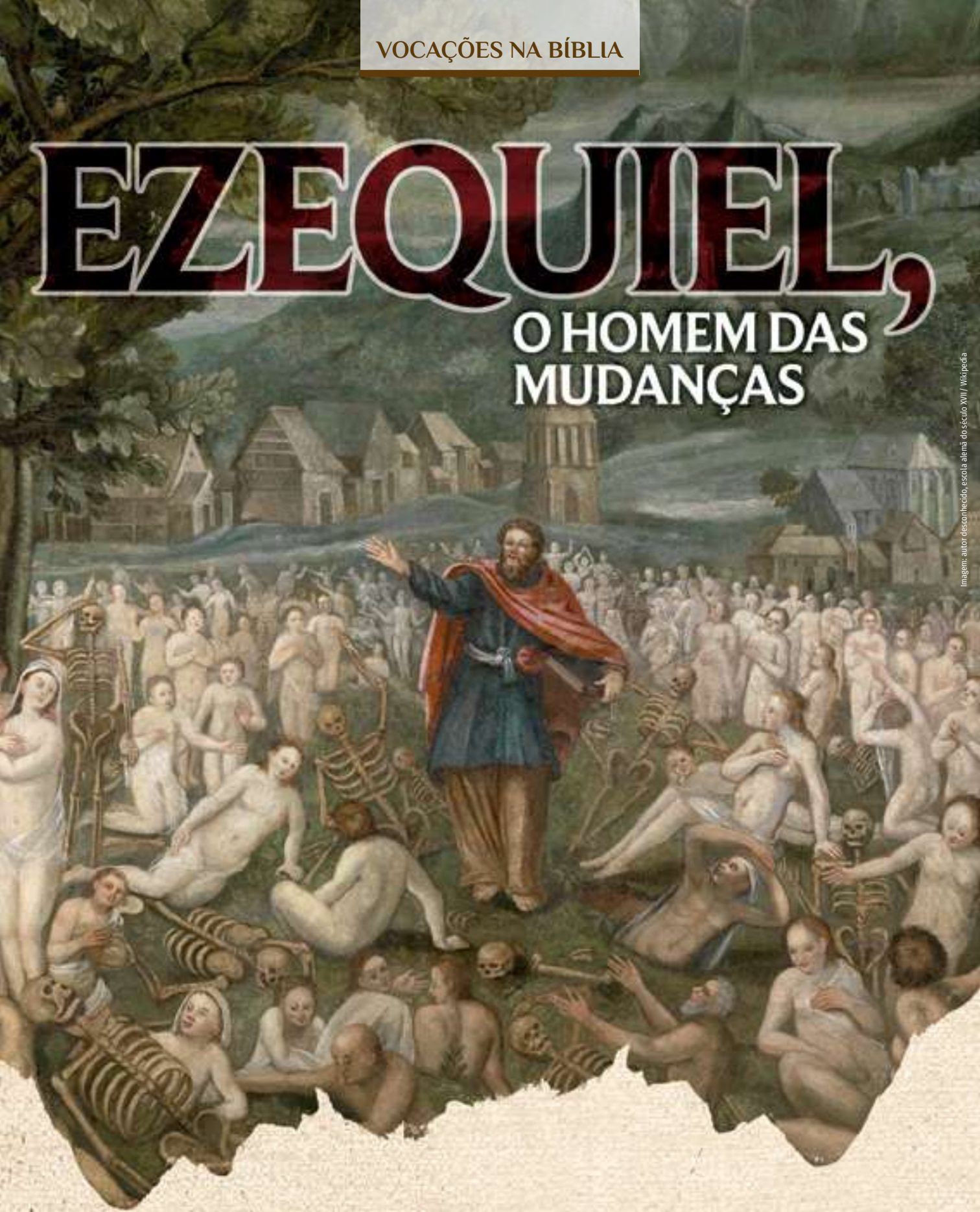


Imagem: autor desconhecido, escola alemã do século XVII / Wikipedia

TEMA E ORAÇÃO DA CAMPANHA DA FRATERNIDADE 2024 É DIVULGADO PELA CNBB

Inspirada na encíclica do Papa Francisco Fratelli Tutti, a edição de 2024 da Campanha da Fraternidade seguirá o tema “Fraternidade e amizade social” e o lema “Vós sois todos irmãos e irmãs” (Mt 23,8). Foram divulgados o cartaz e a oração da campanha também.

Segundo Dom Ricardo Hoepers, bispo auxiliar da Arquidiocese de Brasília (DF) e secretário-geral da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB), o tema e o lema da Campanha da Fraternidade 2024 refletem a preocupação do episcopado brasileiro em aprofundar a fraternidade como contraponto ao processo de divisão, ódio, guerras e indiferença que tem marcado a sociedade brasileira e o mundo.

Elementos do Cartaz da Campanha da Fraternidade 2024

No cartaz a comunidade é representada por uma casa, local onde são acolhidos os irmãos e irmãs para a partilha do alimento e da vida. Ao redor de uma mesa se encontram personagens de diferentes etnias e idades, remetendo à amizade de Deus com os homens.

A celebração da fé ao redor de uma mesa, com pão, vinho e fraternidade, é o principal símbolo da comunidade. Além disso, os alimentos na mesa recordam as refeições de Nosso Senhor Jesus Cristo. Já as janelas indicam uma



Imagem: campanhas.cnbb.org.br

casa aberta aos desafios do mundo e da realidade.

O Papa aparece no centro da cena, apoiado em sua bengala, expressando que, apesar de suas limitações, ele propõe ao mundo a amizade social por meio de sua Encíclica *Fratelli Tutti*, mostrando que é um caminho necessário para garantir a boa convivência e a subsistência de todos os seres humanos.

Na arte, Francisco utiliza a cruz de Dom Helder Câmara, recordando as semelhanças entre esses dois homens de fé que tanto colaboraram e colaboram com a história da Igreja no Brasil e no mundo. O cartaz também é um convite para que os fiéis participem da Campanha da Fraternidade de forma concreta em 24 de março de 2024, Domingo de Ramos.●

Fonte: Gaudium Press

ORAÇÃO DA CAMPANHA DA FRATERNIDADE

Deus Pai, vós criastes todos os seres humanos com a mesma dignidade. Vós os resgatastes pela vida, morte e ressurreição do vosso filho Jesus Cristo e os tornastes filhos e filhas santificados no Espírito!

Ajundai-nos, nesta Quaresma, a compreender o valor da amizade social e a viver a beleza da fraternidade humana aberta a todos, para além dos nossos gostos, afetos e preferências num caminho de verdadeira penitência e conversão.

Inspirai-nos um renovado compromisso batismal com a construção de um mundo novo, de diálogo, justiça, igualdade e paz! Conforme a Boa-Nova do Evangelho!

Ensinai-nos a construir uma sociedade solidária sem exclusão, indiferença, violência e guerras! E que Maria, vossa serva e nossa mãe, eduque-nos para fazermos vossa santa vontade! Amém.

EDITORA AVE MARIA REALIZA PALESTRA FORMATIVA SOBRE A IMPORTÂNCIA DO DÍZIMO NA IGREJA NA ARQUIDIOCESE DE UBERABA (MG)

No domingo, 30 de julho, a Arquidiocese de Uberaba (MG) sediou um encontro formativo da Pastoral do Dízimo, no qual o Padre Welington Cardoso Brandão, cmf ministrou uma palestra sobre o tema “Dízimo: vocação e missão”. O evento contou com a participação de vários membros da Pastoral do Dízimo e outros interessados na temática. Após a palestra, o padre autografou seus livros *Pastoral do Dízimo: roteiros para reunião e formação das equipes do dízimo* e *Terapia a serviço do dízimo*, ambos publicados pela Editora Ave-Maria.

O tema do encontro ressalta a importância vital do dízimo na Igreja Católica não apenas como uma obrigação financeira, mas como uma expressão de fé, vocação e compromisso com a missão da Igreja. Segundo a Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB), “O dízimo é uma contribuição sistemática e periódica dos fiéis, por meio da qual cada comunidade assume, corresponsavelmente, sua sustentação e a da Igreja. Ele pressupõe pessoas evangelizadas e comprometidas com a evangelização” (*Documento 106*, 6).

A palestra do Padre Welington reforçou a compreensão do dízimo como parte integrante da vivência cristã, conectando-o com a missão e a vocação de cada fiel. Ele enfatizou que o dízimo

não é apenas uma contribuição monetária, mas um ato de fé e partilha que reflete a solidariedade e a responsabilidade de cada cristão com a comunidade.

Os livros do padre Welington são ferramentas valiosas para aqueles que trabalham na Pastoral do Dízimo, oferecendo orientações práticas e espirituais para o fortalecimento dessa prática na Igreja.

A importância do dízimo para a Igreja Católica vai além do sustento material das paróquias. É um instrumento de evangelização e uma maneira tangível de os fiéis expressarem sua fé e comprometimento com a Igreja e seus ensinamentos. O dízimo ajuda a Igreja a cumprir sua missão de caridade e a promover a justiça social, alimentando a solidariedade entre os membros da comunidade.

O evento na Arquidiocese de Uberaba serviu como uma oportunidade importante para refletir sobre essa prática e seu significado profundo na vida da Igreja, reforçando a conexão entre o dízimo, a vocação individual e a missão coletiva da Igreja Católica. A iniciativa também contribuiu para a formação e capacitação daqueles que trabalham diretamente com a Pastoral do Dízimo, equipando-os com conhecimentos e recursos para promover essa prática vital de fé e serviço na comunidade. ●

Fonte: Redação



ESTANDARTE

Faça um estandarte para o(a) padroeiro(a) da sua comunidade: **um jeito diferente e alegre para a sua Igreja e procissão!**

Você escolhe o tamanho e a estampa do(a) santo(a) padroeiro(a) e nós fizemos o estandarte para você!

Entre em contato para mais informações:

Leonardo Rodrigo

☎ (31) 98344-4005

✉ lrsds76@gmail.com



13 DE SETEMBRO



Imagem: institutojesus.org.br

SÃO JOÃO CRISÓSTOMO

BISPO E DOUTOR (340/50-407)

“Muitos vagalhões e tempestades ameaçadoras pairam sobre nós, mas não temos medo de ser submersos, porque estamos fundados sobre a rocha (...). O que haveremos de temer? O confisco dos bens? ‘Nada trouxemos para este mundo e nada podemos levar embora’ [1Tm 6,7]. Desprezo os poderes deste mundo e seus bens me fazem rir. Não temo a pobreza, não cobiço riquezas, não temo a morte, nem desejo viver, a não ser para o vosso bem”: são as palavras pronunciadas pelo pastor da Igreja de Constantinopla enquanto caminhava para o exílio. A corte imperial não havia conseguido corrompê-lo para fazê-lo calar-se. Crisóstomo vivia e anunciava o Evangelho sem amenizá-lo nem para si nem para os outros. Foi a sua força diante de Deus e da história também a sua desventura diante dos poderosos de seu tempo.

Nasceu em Antioquia, entre os anos 340 e 350. Seu pai chamava-se Segundo e era um general do exército romano residente nesse local, na Ásia Menor. Quando conheceu Antusa, uma jovem grega, que à beleza física unia uma inteligência fora do comum, não pensou muito tempo para pedi-la em casamento. Eram ambos cristãos e sua aliança foi perfeita, com grande alegria das respectivas famílias.

Veio à luz uma menina, mas partiu para o Céu antes ainda de aprender a falar a língua desta Terra. Afortunadamente, seu berço foi muito em breve ocupado por outro filho, um menino, que todos diziam se assemelhar ao pai como uma gota d’água. Entretanto, também desta vez a alegria foi bruscamen-

te transformada em luto pela morte imprevista de Segundo. Para Antusa, com apenas 20 anos, abriam-se dois caminhos: ou casar novamente – e não lhe faltavam ótimas propostas – ou então abraçar o estado de viuvez no Senhor, o que queria dizer se consagrar a Deus como as virgens.

Escolheu o segundo caminho, suscitando pasmo entre os notáveis da cidade, mas encontrando pleno apoio na cunhada, a virgem Sabínia, uma diaconisa que já há tempo vivia inteiramente dedicada a Deus e à comunidade cristã. Além disso, tinha também seu filhinho João para criar e não lhe pareceu pouca coisa.

João terá orgulho dessa escolha heroica da mãe e contará um simpático episódio que lhe aconteceu na escola com o mestre Libório. Esse homem, famoso por seu saber, mas também por seus costumes pagãos, perguntou com que idade a bela Antusa havia ficado viúva e, quando soube que o era desde os 20 anos, “fez uma expressão de maravilha e, pousando os olhos sobre o auditório, exclamou: ‘Ah! Que mulheres existem entre os cristãos!’”.

Em seus estudos João obteve tal sucesso na escola que aos 18 anos terminou os estudos clássicos e, contrariamente às expectativas maternas, em vez de se preparar para o Batismo, entregou-se “aos afãs do mundo e às quimeras da juventude”, desafiando-se “com os pronunciamentos no fórum e a paixão pelo teatro”. Não fazia

nada de mau, mas queria mostrar suas capacidades na arte oratória e experimentar a embriaguez da liberdade juvenil. Assim fez durante dois anos.

A mãe esperava com paciência, mas, quando ele se decidiu a receber o Batismo, aos 20 anos, disse a ela que levava a sério sua escolha de tornar-se cristão e por isso se tornaria monge, deixando o mundo e retirando-se para a solidão.

Foi imediatamente aceito para o Batismo, recebendo do Bispo Melécio o sinal do cristão, na Páscoa do ano 368; quanto a tornar-se monge, ele o foi apenas em parte, porque sua mãe lhe fez notar que os rigores da vida ascética e eremítica não eram feitos para o seu físico tão frágil: permaneceria em casa, vivendo como asceta ao seu lado.

João não estava plenamente convencido disso, porém, admitiu que não era o caso de romper com sua mãe. Permaneceu na cidade, mas não com as mãos nos bolsos. Havia em

Antioquia um famoso ascetério dirigido pelo mestre Diodoro, homem santo e instruído nas Escrituras. O ascetério era, ao mesmo tempo, mosteiro, seminário, centro de estudos e de irradiação do Evangelho. João o frequentava com assiduidade e nele se encontrava perfeitamente à vontade, porque ao conhecimento da Sagrada Escritura estava unida a prática de uma vida evangélica.

Quando o Bispo Melécio se apercebeu do valor desse jovem asceta, conhecedor da doutrina e exemplar nos costumes, propôs-lhe fazer-se ordenar padre para servir-lhe de ajuda.

O ideal de João não era o sacerdócio e, com um pouco de astúcia, apresentou em seu lugar um amigo seu, Basílio, que considerava mais digno.

A sugestão foi acolhida, entretanto, pouco depois o bispo voltou à carga para que aceitasse se fazer ordenar ao menos como leitor e se dedicar à instrução dos cristãos e dos catecúmenos.●

DICA DE LIVRO



MÁRTIRES E SANTOS DO CALENDÁRIO ROMANO,

de Enrico Pepe,
publicado pela
Editora Ave-Maria.

GREGÓRIO MAGNO E O CANTO
GREGORIANO

◆ Ricardo Abrahão ◆

São Gregório Magno – Papa e doutor da Igreja – nasceu em 3 de setembro do ano 540 e morreu a 12 de março do ano 604.

A música sempre teve papel fundamental na celebração litúrgica, mas, a partir de São Gregório Magno, ela recebe atenção mais profunda e se torna necessária escola de oração.

Após ter estudado Direito e entrado para a política como prefeito de Roma, decidiu retirar-se em um mosteiro, onde praticou a oração, o recolhimento e dedicou-se aos estudos da Sagrada Escritura e dos padres da Igreja. De monge a Papa, Gregório promoveu reforma litúrgica na Igreja e o canto e a música passaram por revisão e organização em vigor até os dias de hoje. Em sua obra *Diálogos*, redigiu o exemplo de homens e mulheres com reflexões místicas e teológicas. O segundo livro é sobre a vida de São Bento de Núrsia.

O mosteiro beneditino ofereceu grandes provas sobre a eficiência entre música, coro, oração e trabalho. Inspirado no modelo musical que ressoa até os dias pelos claustros, Gregório compôs melodias próprias à liturgia e fundou a *Schola Cantorum*.

Antes de tudo, o canto gregoriano é oração. Sem conceituar o que é oração, não há possibilidade de entender e interpretar o canto gregoriano. A *Schola Cantorum* era inicialmente formada por clérigos e incluía um cantor ou mais solistas. O sentido de haver um cantor ou solista é remontar à voz do pastor que guia as ovelhas, isto é, quem nos guia é a Palavra de Deus e canto gregoriano nada mais é do que a Palavra cantada. Por que cantada? Porque o canto é a manifestação do corpo em movimento à Palavra, o exercício do Espírito Santo para que a fé seja viva, pois a fé

sem obras é morta. É um princípio que o Concílio Vaticano II reforça com letras maiúsculas, apontando o verdadeiro sentido do canto em nossa vida de Igreja: “Os compositores, imbuídos do espírito cristão, compreendam que foram chamados para cultivar a música sacra e para aumentar-lhe o patrimônio. Que as suas composições se apresentem com as características da verdadeira música sacra e possam ser cantadas não só pelos grandes coros, mas se adaptem também aos pequenos e favoreçam uma ativa participação de toda a assembleia dos fiéis. Os textos destinados ao canto sacro devem estar de acordo com a doutrina católica e inspirar-se, sobretudo, na Sagrada Escritura e nas fontes litúrgicas”.



São Gregório faz reverberar em nossos ouvidos a beleza da liturgia bem celebrada, da submissão do canto ao Espírito Santo e da construção harmônica de sermos Igreja – o coro do Senhor



Interpretar a Palavra de Deus pelo canto é mergulho na oração, na meditação, na contemplação interior. É fazer da vida uma eterna salmodia! No livro *Liturgia das horas e contemplação*, Anselm Grün diz: “Sem oração somos separados da vida divina em nós. Sem oração ela é soterrada sob os escombros do barulho dos nossos pensamentos e sentimentos”.

Que o canto da caridade seja o único canto do nosso coração! ●

obstáculo à sua unidade, motivo de divisão, deve contribuir para enriquecê-la e tornar mais evidente o esforço e o contributo de todos para que a Igreja possa crescer de maneira harmoniosa na busca de atingir aquela maturidade que corresponde à plenitude de Cristo (cf. Ef 4,13). Cada qual se faz responsável pela unidade.

O caminho é a reconciliação de judeus e pagãos, uma vez que todos fazem parte do plano salvífico de Deus (cf. Ef 1,11-14). Jesus Cristo reconciliou a todos pelo seu sangue. O que estava separado na Igreja, como um único templo, é integrado (cf. Ef 2,11-18).

No Batismo, cada um é revestido de Cristo e, por sua força e Palavra, produz vida nova com muitos frutos de fraternidade. As trevas que causavam variadas e diversificadas formas de divisão foram vencidas, pois somos filhos e filhas da luz (cf. Ef 5,8). A prática do amor pleni-ficado de Jesus constrói novas relações alicerçadas no amor. Esse amor deve resplandecer em todas as ocasiões, situações e vivências. ●



Imagem: Saint Paul, 1740, by Veira Lustrano / Wikipedia

Imagem: A Virgem Maria por Velázquez, 1618 / Wikipedia

O SANTÍSSIMO
NOME DE
Maria

◆ Frei Augusto Luiz Gabriel, ofm* ◆

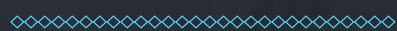
Celebrada por toda a Igreja no dia 12 de setembro, a devoção ao Santíssimo Nome de Maria recorda a fé em Maria, a mãe de Jesus.

Nas Sagradas Escrituras, o nome tem um significado muito importante, pois representa a própria pessoa. Há vários relatos desde o Antigo até o Novo Testamento em que Deus chama cada um por seu nome como fez, por exemplo, com Samuel e alguns dos profetas. Outra passagem conhecida é a de Jeremias e revela a predileção de Deus: “Antes mesmo de te formar no ventre materno, eu te escolhi; antes que viesses ao mundo, eu te separei e te designei para a missão de profeta para as nações!” (Jr 1,5).

No Novo Testamento isso fica mais evidente. O chamado dos doze se deu nominalmente, por exemplo. Já em Jesus, seu próprio nome indica a sua identidade: “Deus salva”. Com o chamado de Maria não foi diferente. O evangelista São Lucas registra: “O nome da Virgem era Maria” (Lc 1,27). Até o anúncio do anjo, sua referência nas profecias era tratada como uma simples jovem, virgem, desposada. Seu primeiro chamado veio pela boca do anjo Gabriel: “Não temas, Maria! Encontraste graça junto de Deus” (Lc 1,30). Essa pequena perícopé apresenta quão grandiosa é a força desse nome. Ele carrega consigo uma força inesgotável da graça e bondade de Deus. Carrega todo um proje-

to de libertação de toda a humanidade do pecado. Pelo anúncio do anjo a essa simples e pobre serva, a cada invocação do seu santo nome, Maria traz a vitória e a ressurreição de seu amado e dileto Filho. O nome de Maria só pode ter toda essa simbologia se cada cristão estiver intimamente ligado ao mistério de seu Filho, Jesus Cristo.

Vale destacar que essa devoção teve início na Espanha em 1513 e espalhou-se por todo o país. Em 1683, o Papa Inocêncio XI a estendeu para toda a Igreja do Ocidente como um ato de ação de graças pelo levantamento do cerco de Viena e a derrota dos turcos por João Sobieski, rei da Polônia. Na época, a data dessa celebração foi definida para ser no domingo, dentro da oitava da Natividade de Nossa Senhora.



Pelo Sacramento do Batismo todos os cristãos são inscritos e selados na comunidade cristã por toda a eternidade. Deus chama cada um pelo nome. É por isso que a Igreja celebra com festa o Santíssimo Nome de Maria. É o nome da mãe de Deus e deve ser invocado sempre



São Francisco de Assis tinha uma especial devoção a Maria. São Boaventura explica o motivo desse amor tão terno e filial: “O homem de Deus tinha uma devoção fervente por Maria, Senhora do Mundo. Fixou-se em Porciúncula por causa de seu amor pela mãe de Cristo. Amou sempre esse lugar mais do que qualquer outro do mundo. Foi esse lugar que, ao morrer, confiou aos irmãos como particularmente caro à Virgem. Foi nesse lugar que Francisco, impelido por Deus, que lhe revelou sua vontade, fundou a Ordem dos Frades Menores”. E assim rezava São Francisco, entoando seus louvores e a sua saudação à mãe de Deus: “Salve ó Senhora Santa, Rainha Santíssima, Mãe de Deus, ó Maria, que sois Virgem perpétua, eleita pelo santíssimo Pai Celestial, que vos consagrou por seu santíssimo e dileto Filho e o Espírito Santo Paráclito! Em vós residiu e reside toda a plenitude da graça e todo o bem!”. Dessa forma, a exemplo de São Francisco, somos chamados a recorrer sempre a Maria, ela é o nosso bálsamo! ●

***Frei Augusto Luiz Gabriel, ofm** é religioso franciscano da Ordem dos Frades Menores. É graduado em Filosofia pela FAE Centro Universitário de Curitiba (PR) e em Teologia pelo Instituto Teológico Franciscano de Petrópolis (RJ). Atualmente, compõe a equipe de animação da evangelização com as juventudes da Província da Imaculada Conceição do Brasil e desempenha seus trabalhos pastorais como diácono na Paróquia Santa Clara de Assis de Colatina (ES). Será ordenado presbítero em outubro deste ano.

DE US TE VE

◆ Dom Lindomar Rocha Mota* ◆

Ter olhos, mas não ver, ter ouvidos, mas não ouvir é um mal que pode assolar a todos. Olhar não é a mesma coisa que ver e escutar não é o mesmo que ouvir.

Olhar e escutar são reflexos sensitivos e involuntários. Podemos ouvir e olhar inclusive coisas desagradáveis, que pouco depois fazemos questão de esquecer.

Ver requer olhar com atenção e interesse, voltar-se para o objeto com admiração e afeto, por isso é tão agradável ver e ouvir pessoas que gostamos. Jesus caminha com atenção no meio das pessoas. Ele as vê enquanto passa e lhes chama a uma nova condição.

Enquanto caminhava entre todo tipo de gente, Jesus via doentes, pecadores, proscritos, ofegantes, pobres e desesperados e a todos enxergava com o olhar que via a partir de dentro

Certa vez, “Jesus estava sentado em frente ao cofre das ofertas e observava como a multidão punha dinheiro no cofre. Muitos ricos depositavam muito. Então, uma viúva pobre deu duas moedinhas. Chamando os seus discípulos, Jesus declarou: ‘Digo-lhes a verdade: esta viúva pobre colocou mais do que todos os outros. Todos deram do que lhes sobrava; mas ela, da sua pobreza, deu tudo o que possuía para viver’” (Mc 12,41-44). A santidade da viúva não lhe passou despercebida. Jesus fez um elogio àquela pobre que retribuía mais do que podia e dava mais do que possuía, pavimentando com sua fidelidade um caminho que serviria de exemplo pelos tempos vindouros. Essa experiência, esse modo de ver, Jesus partilhou com os discípulos. Ele quis corrigir e endireitar o modo como eles viam as coisas.

Um dos apóstolos conta, em primeira pessoa, como foi visto por Jesus, apesar de seu descrédito enquanto pecador público, uma história dramática que poderia nunca ter alcançado um desfecho promissor; entretanto, “Jesus viu Mateus, sentado na coletoria de

impostos, e disse-lhe: ‘Segue-me!’” (Mt 9,9). Um ver arrebatador que o tirou de sua condição de indiferença. Para nos instruir, ainda mais, sobre a misericórdia de Deus, deu-lhe a permissão para escrever um dos evangelhos sobre a sua própria vida e feitos memoráveis.

Essa lembrança Mateus carregará consigo. Tempos mais tarde, ele nos relatará que “Ao ver as multidões, Jesus encheu-se de compaixão por elas, porque estavam cansadas e abatidas, como ovelhas que não têm pastor” (Mt 9,36).

A própria inclusão dos apóstolos na ação efetiva dos milagres de Jesus é resultante dessa compaixão que Ele sentiu ao ver o sofrimento do povo. O ver de Jesus, portanto, leva-o à compaixão, produz uma mudança significativa e afeta o coração de quem o faz com sinceridade. Em outra ocasião, Mateus relatou que “Quando Jesus desembarcou e viu uma grande multidão, teve compaixão deles e curou os seus doentes” (Mt 14,14).

Jesus vê as pessoas. Vê com aquele olhar fraterno de quem sempre insistiu que queria misericórdia e não sacrifício. A sua missão é caminhar no meio de nós, olhar e aprofundar esse gesto até que se aclare a visão a respeito de quem somos e do que necessitamos, até nos encontrar no cerne profundo de nossas próprias vidas e, dando-nos tudo o que precisamos, ensinar-nos a repartir e a ver. ●

***Dom Lindomar Rocha Mota** é bispo de São Luís de Montes Belos (GO).

As mensagens de Nossa Senhora de Medjugorje

Um convite à conversão e à paz

“Filhinhos, vocês são para mim muito queridos e os convido a ficar próximos de mim”



Caminhar com Maria é ir ao encontro de Jesus com amor e confiança. Nesta obra, você encontra as principais mensagens de Nossa Senhora de Medjugorje, que são distribuídas em uma leitura diária ao longo do ano, cada uma delas é acompanhada de uma passagem bíblica e uma proposta para vivê-la.

AM
EDITORA
AVE-MARIA

Editora Ave-Maria nas redes sociais



A venda nas melhores livrarias ou no site
www.avemaria.com.br

A CRUZ QUE GERA VIDA!

“PAI, EM TUAS MÃOS ENTREGO MEU ESPÍRITO.” (LC 23,46)

♦ Cardeal Orani João Tempesta, o. cist.* ♦

É tradição na Sexta-feira Santa ser pronunciado com grande solenidade em algumas comunidades o Sermão das Sete Palavras. Faz parte das tradições da Semana Santa e esse sermão, em especial, na Sexta-feira Santa.

Durante essa semana especial, podemos meditar sobre as sete palavras de Cristo na cruz. Enquanto esteve ali até dar o último suspiro, Jesus proferiu algumas palavras que ficaram marcadas como muitas que proferiu durante a vida e em toda

Semana Santa meditamos sobre elas; isso pode ser todos os dias, mas, em na própria Sexta-feira da Paixão.

São sete expressões ditas por Jesus na cruz que os evangelistas recolheram e elas condensam a vida do crucificado. Nessas expressões revela-se a identidade de Jesus, quem Ele é e sua missão. São palavras que trazem um grande significado. Jesus esvazia-se totalmente, sai de si mesmo e se dirige aos outros.

A primeira palavra que Jesus proferiu é “perdão” – “Pai, perdoa-lhes, pois não sabem o que fazem” (Lc 23,34). Durante toda a sua vida, Jesus pregou o perdão e o amor de Deus a todos. Quando se encontrava com os pecadores, mostrava o rosto da misericórdia de Deus. O perdão fez parte da vida de Jesus e seus seguidores devem seguir seu exemplo. Jesus perdoa até aqueles que lhe condenaram à morte.

É difícil perdoar, ainda mais do jeito que foi a morte de Jesus, mas temos que fazer o esforço de colocar aquilo que rezamos no Pai-Nosso em prática, perdoadando todo aquele que nos ofende. Por mais que seja difícil perdoar é melhor fazer isso do que condenar. O perdão alivia a alma e nos deixa mais leves. Aprendamos com o Mestre, que perdoou até mesmo aqueles que o condenaram.

A segunda palavra é “Hoje estarás comigo no Paraíso” (Lc 23,43). Jesus morria entre dois ladrões enquanto um o insultava dizendo que se fosse de fato Deus os salvaria da

morte. O outro mandou que esse se calasse e disse que ele não respeitava nem a Deus, que sofria o mesmo castigo que ele. Jesus disse a esse “bom ladrão”: “De hoje em diante estarás comigo no Paraíso”. O Paraíso não é simplesmente “um lugar”, mas um “lugar” de plenitude da vida, onde não haverá mais dor, sofrimento e pranto. Nesse lugar habitará a justiça e a paz. Que possamos construir o Paraíso aqui na Terra e vivê-lo de maneira plena no Céu. Construamos aqui a verdadeira paz e a justiça.

A terceira palavra é “Mulher, eis aí o teu filho; filho eis aí a tua mãe” (Jo 19,26). Com essa fala, Jesus entrega o discípulo aos cuidados da sua mãe e sua mãe aos cuidados do discípulo. Ao entregar Maria ao discípulo, Ele a entrega à humanidade inteira, por isso Maria é a mãe da Igreja e da humanidade. A partir desse momento, o discípulo a acolhe consigo e cuida dela. João, também de pé junto à cruz, representa todo seguidor fiel de Jesus, mesmo nos momentos de crise. Esse momento também nos ensina a não nos desesperarmos diante do sofrimento, pois o caminho do calvário é necessário para chegar à glória da ressurreição.

A quarta palavra é “Meu Deus, Meu Deus, por que me abandonaste”? (Mt 27, 46). Jesus se sente num momento de esvaziamento e abandono, Ele grita junto com toda a humanidade sofredora e grita por aqueles que resolveram abandonar Deus e seguir os seus próprios interesses. Nos dias de hoje, Ele continua gritando por tantos que o abandonam e não querem ouvir a sua voz. Logicamente, Jesus tinha certeza de que Deus estava com Ele e sabia que era necessário Ele passar pela cruz, mas gritou como uma forma de chamar a atenção de tantos corações insensíveis que de forma cruel entregaram o Filho do Homem.

A quinta palavra é “Tenho sede” (Jo 19,28). Jesus, sabendo que se aproximava a hora de entregar o seu espírito ao Pai e de selar de uma vez por todas a aliança entre o Céu e a Terra, disse essa a frase. Os soldados embebedaram vinagre na ponta de uma esponja e levaram-na à boca de Jesus. Ele disse: “Tudo está consumado” (Jo 19,30). A partir desse momento, Ele entregou seu espírito a Deus, dando o último suspiro.



**Jesus gritou sua
derradeira sede,
um mundo sem dor,
sem exclusão, sem
violência, que tanto
Ele pregou em vida,
mas o coração das
pessoas se fechou e
não quiseram ouvir
a sua palavra**



Pelo contrário, condenaram-no. Só o reconheceram como Filho de Deus quando Ele entregou seu espírito. Diziam “Realmente Ele era Filho de Deus”, mas era tarde demais. A sede de Jesus pode ser a nossa sede por um mundo novo com mais paz, amor, menos fome e menos desigualdade. Jesus gritou no intuito de ser escutado. Quantas vezes no mundo de hoje não escutamos a voz de Jesus? Ele precisa falar manso em nossos corações.

A sexta palavra é “Tudo está consumado” (Jo 19,30). Jesus, após beber do vinagre, disse que tudo estava consumado, ou seja, o tempo se cumprira, sua missão aqui na Terra terminara. Jesus esvaziou-se totalmente, abaixou-se totalmente e nos resgatou do pecado. Com sua

morte, Ele desceu à mansão dos mortos para resgatar aqueles que foram feridos pelo pecado; resgatou Adão, o primeiro homem, e ressurgiu glorioso para nos ensinar o caminho da liberdade, longe do pecado. Do madeiro da cruz brotou a árvore da vida.

Que ao fim de nossas vidas possamos também dizer “Tudo está consumado”, olhar para trás e ver o quanto de coisas boas fizemos e sermos merecedores da vida eterna. É muito triste chegar ao fim da vida e ver que não deixamos nada de bom. Jesus com certeza quando disse essa frase olhou para trás e viu o quanto de coisas boas deixou para a humanidade.

A sétima palavra é “Pai, em tuas mãos entrego meu espírito” (Lc 23,46). Essa foi a entrega final de Jesus, já quando não suportava mais a dor dos braços esticados na cruz, dos pés juntos com prego e da coroa de espinhos cravada em sua testa. Jesus já havia suportado muito as dores, mas chegou um momento em que era melhor Ele se entregar e nos braços do Pai ser curado de suas dores. Na vida eterna não haverá mais dor nem sofrimento, será somente alegrias ao lado de Deus.

Quem dera ao fim de nossas vidas, quando não mais suportarmos as dores terrenas, entregarmos a Deus nossos espíritos, sermos acolhidos por Ele na eternidade e recebermos o alívio de nossas dores. A cruz é a expressão da máxima compaixão e comunhão com Jesus e com os sofredores. Ela aponta para aquele que foi fiel ao Pai e ao Reino.

Guardemos em nossos corações as sete palavras de Cristo na cruz. Que da cruz possamos chegar à glória eterna, ao lado de Deus. ●

***Cardeal Orani João Tempesta, o. cist.,** é arcebispo metropolitano de São Sebastião do Rio de Janeiro (RJ).

MATHEUS MACHADO

COMO ADMINISTRAR OS RECURSOS

QUE DEUS COLOCA
EM SUAS MÃOS



Transforme sua vida financeira
tendo a Bíblia como guia

AM
EDITORA
AVE-MARIA

◆ Matheus Machado* ◆

Olá, sou Matheus Machado e estou aqui para falar um pouco com você sobre os recursos que Deus coloca em nossas mãos e o que fazemos com eles.

É bem provável que você se lembre de algumas passagens muito famosas quando falamos sobre isso, por exemplo, a parábola dos talentos. Quem nunca julgou ou pensou de forma severa sobre o servo que enterrou o seu talento? Quantos de nós já admiramos a proeza daquele que dobrou os talentos que possuía?



A pergunta que muitas vezes não formulamos é o que estamos fazendo com os nossos talentos?



Como cuidamos dos recursos que possuímos: dons, bens, dinheiro, conhecimento, experiência de vida, aprendizados? Os recursos são muitos, mas a forma com que os administramos é o que determina quem nos tornamos.

Deus confiou a todos nós diversas espécies de recursos, porém, cabe também a cada um cuidar bem e multiplicá-los como os servos da parábola ou como a terra que recebeu boas sementes e deu frutos, afinal de contas, se falamos de passagens bíblicas, podemos também nos recordar do semeador que encontrou diversos tipos de solos para distribuir suas sementes, só que nem todos estavam preparados (ou dispostos) a dar frutos.

Convido você a conhecer minha primeira obra, *Como administrar os recursos que Deus coloca em suas mãos*, uma leitura leve que nos motiva a refletir sobre a forma com que temos gerenciado os recursos que temos, dentre eles os financeiros. Falaremos sobre nossas personalidades e gestão financeira na prática, tudo isso, inspirado pela Sagrada Leitura, compartilhando passagens bíblicas e inspirando-nos para ressignificarmos a relação financeira e melhor gerenciarmos os recursos que possuímos, para que, assim, possamos multiplicá-los nas nossas e nas vidas daqueles que estão ao

nosso redor e nas dos que mais necessitam.

Dinheiro é a raiz de todos os males? Desafio você a embarcar comigo nessa leitura e refletir sobre ideias como essa e muitas outras, mudando a sua relação com o dinheiro sob uma ótica cristã-católica e saindo duplamente transformado(a) desse livro, com a mente e a prática alinhadas para uma nova vida daí para frente.

Obrigado e nos vemos na leitura do livro! Deus abençoe ricamente sua vida!

Conte-me sobre os seus desafios na relação com o dinheiro e como você enxerga a presença dele na sua vida pelas redes sociais @matheusfinancas ou pelo e-mail contato@matheusfinancas.com.br. ●

***Matheus Machado**, é católico, educador financeiro, advogado com MBA em Gestão de Projetos pela Fundação Getúlio Vargas (FGV) e Finanças pelo Ibmec, especialista em fintechs por Oxford. *Presidente da International Christian Union of Business Executives* (Uniapac), Associação de Dirigentes Cristãos de Empresas (ADCE) Jovem Brasil, selecionado como jovem líder da América em 2023 pelo governo dos Estados Unidos e membro da Economia de Francisco.

BÍBLIA, LUZ PARA O CAMINHO

JORNADAS ESPIRITUAIS
ILUMINADAS PELA INTIMIDADE
COM A PALAVRA DE DEUS

◆ Renata Moraes ◆

Chegamos ao mês de setembro e no Brasil já é uma tradição que este mês seja lembrado como o Mês da Bíblia.

Conhecer a Palavra de Deus é fundamental para todo cristão. A Carta aos Hebreus diz que “A Palavra de Deus é viva, eficaz, mais penetrante do que uma espada de dois gumes, e atinge até a divisão da alma e do corpo, das juntas e medulas, e discerne os pensamentos e intenções do coração” (Hb 4,12).

Ao celebrar o mês da Bíblia, a Igreja nos chama a conhecer mais profundamente as Sagradas Escrituras e a cultivar um amor crescente por elas, a incorporar a prática diária de uma leitura contemplativa e devocional.



ORIGEM DO MÊS DA BÍBLIA

Em 1971, a Arquidiocese de Belo Horizonte (MG) lançou a iniciativa de uma ação bíblica destinada a todos os fiéis, leigos ou consagrados, para marcar o jubileu de cinquenta anos de sua fundação. O mês escolhido para a realização dos estudos bíblicos foi setembro, período em que se recorda a memória de São Jerônimo, um grande biblista da Igreja Católica conhecido por sua profunda dedicação à interpretação das Escrituras.

A percepção dessa ação da arquidiocese chamou a atenção do Serviço de Animação Bíblica das Irmãs Paulinas, que passou a promover, de forma contínua, a celebração do Mês da Bíblia nos anos subsequentes. Com o engajamento crescente e a proliferação de grupos de estudo bíblico, a Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB) assumiu oficialmente a responsabilidade pela data comemorativa, estabelecendo-a como uma celebração de âmbito nacional.

Atualmente, o impacto dessa iniciativa ultrapassou as fronteiras brasileiras, estendendo-se para diversos países da América Latina e África, onde o mês de setembro é dedicado à veneração e à reflexão sobre a Bíblia, consolidando-se como um momento significativo para a espiritualidade e a compreensão das sagradas escrituras.

LECTIO DIVINA: UM EXERCÍCIO DE ESCUTA PESSOAL DA PALAVRA DE DEUS

Há diversas formas de realizar a leitura da Bíblia, a *lectio divina*; por exemplo, é uma prática de leitura



Imagem: Arquivo Pessoal

Jovem do Movimento da Transfiguração.

e meditação das Escrituras utilizada principalmente na tradição cristã, especialmente entre os monges beneditinos. Essa prática envolve a leitura contemplativa e meditativa das Escrituras como uma forma de comunicação direta com Deus.

Funciona como uma escada de quatro degraus espirituais: leitura, meditação, oração, contemplação: “Buscai na leitura e encontrareis na meditação; batei pela oração e encontrareis pela contemplação” (Monge Guido II, Idade Média).

“A escuta da Palavra de Deus que se revela na pessoa de Jesus Cristo é o fundamento da espiritualidade do Movimento da Transfiguração. Escutar o que Jesus é, faz e diz para nós. A base de oração, nosso fundamento oracional parte sempre dessa realidade da *lectio divina*”, discorreu em entrevista à reportagem da *Revista Ave Maria* Cesar Augusto Nunes de Oliveira, fundador do Movimento da Transfiguração, um movimento da Igreja Católica que tem como carisma a transfiguração do coração humano por meio da leitura orante da Palavra de Deus (*lectio divina*), da oração e da liturgia. Segundo o fundador, a *lectio divina* ajuda os membros do movimento a aprofundar a compreensão das Escrituras e a crescer em sua fé.

“Com uma perspectiva cristológica, lê-se o Antigo Testamento à luz do Novo, impulsionando a compreensão de Jesus e o crescimento no amor, adoração, serviço e evangelização. Essa abordagem tipológica na *lectio divina* é o alicerce para conhecer Jesus, cultivar amizade com Ele, propagar o Evangelho e transformar a nossa vida em busca da conversão”, disse Cesar.

Nas palavras dele, a leitura das Sagradas Escrituras, pelo método da *lectio divina*, leva todos os membros do Movimento da Transfiguração a terem um compromisso maior com Cristo nas realidades práticas, no trabalho, na escola, na vida familiar, num compromisso de dar testemunho autenticamente cristão.

A JUVENTUDE QUE SE RENOVA PELA PALAVRA DE DEUS

Num mundo cheio de apelos, o jovem se vê com muitos caminhos a seguir e nem sempre sabe que direção tomar. É nesse momento que a Bíblia vem para orientar e trazer respostas para os desafios de ser jovem no século XXI. Ainda que seja um dos livros mais antigos do mundo é elemento fundamental de direcionamento da vida cristã, principalmente para a juventude.

A jovem Mariane Galvani, 27 anos, participa do grupo de liturgia e juventude da Paróquia São Luís Maria Grignon de Montfort, do bairro Jardim Rincão, na cidade de São Paulo (SP).

Católica desde criança, ela já entendeu a importância da Bíblia na sua vida pessoal e espiritual. “Hoje entendo a Bíblia como a principal ferramenta do meu desenvolvimento espiritual. Quando você ouve a Palavra de Deus com mais maturidade, seja na Missa ou em momentos de reflexão com os jovens, em casa, ela toca você de maneira diferente e consegue remeter a maioria dos ensinamentos para sua realidade. Creio que hoje ela tem total influência nas minhas decisões e modo de ver a vida”, destacou a jovem.



Imagem: Arquivo Pessoal

Mariane Galvani.

Para a bibliotecária e doula, a Palavra de Deus é atemporal, mas os desafios da juventude mudam. Em sua opinião, os jovens hoje estão mais voltados para si e para os próprios problemas, sem conexão com a realidade e empatia. “Creio que as redes sociais têm bastante influência nisso. Esquecemos hoje da caridade, da compaixão e amor ao próximo. Esquecemos que servir e estar dispostos a ser solidários é o mandamento que Jesus nos deu, como está em 1 João 3,11. Essa é a mensagem que vocês ouviram desde o princípio – que amemos uns aos outros – e creio que esse é o nosso principal desafio”, comentou.

Fábio dos Santos, 30 anos, também liderança de jovens da Paróquia São Luís Maria Grignon de Montfort, tem a Bíblia como seu guia, a bússola que norteia seus caminhos. Segundo o jovem, não existe fonte

mais confiável do que a própria Palavra de Deus: “Interpretações e discursos são moldados ao próprio interesse de quem os está proclamando, mas, com o estudo bíblico aplicado da forma correta, nunca teremos dúvidas de como devemos lidar com as situações do nosso cotidiano. A satisfação de ser guiado pela Palavra de Nosso Senhor Jesus Cristo traz a nós a plenitude de que nosso espírito pode ficar em paz e espalhar sua Palavra com ainda mais propriedade”.

Fábio acredita que as redes sociais e a tecnologia podem ser fortes aliadas na evangelização da juventude, ainda com seus prós e contras. “Com a tecnologia e as redes sociais, o método de compartilhar informações e engajar a participação das pessoas se amplifica e fica muito mais veloz, além de atingir um número muito maior de pessoas. A juventude hoje já está inserida nos canais de comunicação digital, o que facilita atingir o público-alvo de forma prática, mas sempre tomando o cuidado de que a linguagem utilizada seja adequada ao jovem, senão ele não irá aderir ao conteúdo”, ressalta o chefe consultor de implementação de sistemas.

“QUEREM ME FAZER FELIZ? LEIAM A BÍBLIA!”

Em 2015, o Papa Francisco escreveu no prólogo de uma edição da Bíblia alemã destinada aos jovens e lhes perguntou: “Vocês querem me fazer feliz? Leiam a Bíblia!”. No texto, o Pontífice dá conselhos de leitura. “ Perguntem-se: ‘O que diz este texto ao meu coração? Por meio desta palavra, Deus está me falando? Talvez esteja suscitando anseios, a minha sede profunda? O



Imagem: Arquivo Pessoal

Fábio dos Santos.



Padre Roger Araújo.

que devo fazer?’. Somente assim a Palavra de Deus poderá mostrar toda a sua força; somente assim a nossa vida poderá transformar-se, tornando-se plena e bela”, encerrou.

BÍBLIA ORANTE: MAIS DE 100 MIL PESSOAS CONECTADAS PELA FÉ

O ano era 2016 e a Igreja Católica do mundo todo celebrava o Jubileu Extraordinário da Misericórdia. Padre Roger Araújo lançou um desafio para os seus contatos de *WhatsApp* para que durante o Mês da Bíblia, setembro, todos se dedicassem a fazer a *lectio divina*, a leitura orante da Palavra de Deus.

A experiência foi muito exitosa e frutuosa; ao fim dela, a maioria das pessoas pediu que o estudo continuasse. Ele continuou com o Evangelho de Lucas e outras pessoas vieram somar-se ao grupo. Hoje é um grande apostolado de evangelização pela Palavra de Deus, com mais de 100 mil pessoas em grupos de *WhatsApp* em diversos níveis de estudos no mundo todo, como no Brasil, em Portugal, na África, na Europa, na China, nos Estados Unidos, entre outros lugares.

“A Bíblia Orante é um apostolado da Palavra de Deus nas redes sociais. Vivemos em tempos de redes sociais, um tempo de revolução digital. O Papa Francisco nos diz que a Igreja deve ir até onde o povo está. E onde ele está? Nas redes sociais e no *WhatsApp*. A Bíblia Orante nasceu para responder a essa perspectiva”, comentou em entrevista o sacerdote. O amor pela Palavra de Deus floresceu a partir do exemplo inspirador de sua mãe e do conhecimento adquirido junto ao Monsenhor Jonas Abib, na Comunidade Canção Nova. Esse amor, posteriormente, expandiu-se

para o ambiente digital. No início, enfrentou diversos desafios, especialmente em relação à coordenação de inúmeras pessoas nos grupos do *WhatsApp*. Com o passar do tempo, a própria plataforma digital passou a auxiliar nessa tarefa de organização.

Um dos principais desafios enfrentados no início do apostolado digital foi manter as pessoas perseverantes; algumas desistiam no meio do caminho, no entanto, segundo o presbítero, eles encontraram uma abordagem eficaz ao utilizar suas próprias redes sociais para motivar e incentivar as pessoas a continuar.

“Vivemos em uma cultura latina e brasileira, na qual as pessoas não estão acostumadas à leitura, inclusive a leitura da Bíblia não faz parte do cotidiano delas. Isso representa um desafio significativo, especialmente para nós, católicos, no sentido de cultivar o gosto pela leitura orante da Bíblia”, refletiu o sacerdote, que continuou: “Inúmeros relatos atestam como a participação nesse apostolado enriquece a vivência da fé das pessoas, tanto no cotidiano quanto na participação na santa Missa e nos estudos diários da Palavra de Deus. O notável sucesso e a crescente adesão ao Apostolado Bíblia Orante, abraçando pessoas de variadas faixas etárias, inclusive o público infantil, impulsionaram a organização a desenvolver um projeto exclusivamente voltado para crianças”.

Todas as iniciativas desse projeto podem ser conhecidas no site bibliaorante.com.br.

Padre Roger Araújo é membro da Comunidade Canção Nova desde 1998; pediu uma licença canônica para fazer uma nova experiência no seu ministério sacerdotal e no fim de 2021 foi nomeado para assumir a Paróquia São Domingos Sávio, no Riacho Fundo I, Distrito Federal.●

OS DOIS FILHOS DIFERENTES

26º Domingo do Tempo Comum – 1º de outubro

1ª LEITURA – EZEQUIEL 18,25-28
“Quando o ímpio se arrepende da maldade que praticou, conserva a própria vida.”

Nesta primeira leitura nos é apresentado o profeta Ezequiel, que estava junto àqueles judeus que haviam sido levados pelos inimigos como escravos e condenados a trabalhos forçados. Diziam entre si que tinham chegado àquela situação não por culpa deles, mas, de seus antepassados. Julgavam, erradamente, que ser fiéis à prática religiosa externa, estabelecida pela lei, bastaria para ficarem puros diante de Deus, por isso, achavam que o Criador não tinha sido justo com eles por tê-los deixado ser cativos dos pagãos. O profeta lhes disse de quem, de fato, era a culpa: “Dizeis não é justo o modo de proceder do Senhor. Escutai-me, então, israelitas: o meu modo de proceder não é justo? Não será o vosso que é injusto?” (v. 26). Em resumo, o profeta afirma que cada um é responsável por suas próprias ações. Estava errado, portanto, botarem a culpa nos pais, nos avós etc. Nós também podemos cair no mesmo erro e atribuir nossos defeitos aos outros e com isso não nos corrigimos de nossos defeitos. Além disso, também podemos achar que, cumprindo com nossos deveres religiosos, agradamos ao Senhor quando, na verdade, a vontade de nosso Pai do Céu é que cumpramos também o mandamento do amor ao próximo.

SALMO 24(25), 4BC-5-9 (R. 6A)

“Recordai, Senhor meu Deus, vossa ternura e compaixão!”

2ª LEITURA – FILIPENSES 2,1-11

“Tende entre vós o mesmo sentimento que existe em Cristo Jesus.”

São Paulo, em sua carta aos cristãos de Filipos (e também a nós), apresenta o exemplo de Jesus Cristo, que teve uma atitude completamente contrária à daqueles judeus exilados sobre os quais refletimos na primeira leitura. Jesus, uma vez conhecida a vontade do Pai do Céu, que o mandara ao mundo para redimi-lo de

seu pecado, prontamente aceitou sua vontade e nos amou a tal ponto que morreu por nós na cruz. O apóstolo, para evidenciar a estima que devemos ter para com nossos irmãos, leva-nos a refletir sobre o belíssimo exemplo de Nosso Senhor Jesus Cristo, segunda pessoa da Santíssima Trindade: “‘Sendo Ele de condição divina’, escreveu São Paulo, ‘não se prevaleceu de sua igualdade com Deus, mas aniquilou-se a si mesmo, assumindo a condição de escravo e assemelhando-se aos homens’” (vv. 6-8). Esse texto escrito pelo apóstolo é tão bonito e de tanta profundidade que virou hino, cantado pelos primeiros cristãos, lembrando-lhes que eram simples criaturas, como nós também somos, para aprendermos com Jesus, que é Deus, como devemos amar nossos irmãos, justos ou pecadores, com humildade, como nosso Salvador fez.

ACLAMAÇÃO AO EVANGELHO
(JO 10,27)

Aleluia, Aleluia, Aleluia.

“Minhas ovelhas escutam a minha voz, minha voz estão elas a escutar; eu conheço, então, minhas ovelhas, que me seguem, comigo a caminhar!”

EVANGELHO – MATEUS 21,28-32
“Arrependeu-se e foi. Os cobradores de impostos e as prostitutas vão entrar antes de vós no Reino do Céu.”

A mensagem deste trecho do santo Evangelho de São Mateus nos faz lembrar da conclusão a que chegamos na primeira leitura, de que, na verdade, a vontade de nosso Pai do Céu é que cumpramos também o mandamento do amor ao próximo. Foi o que Jesus nos disse quando elogiaram sua mãe: “Antes, bem-aventurados aqueles que ouvem a Palavra de Deus e a põem em prática” (Lc 11, 27-28). No santo Evangelho de hoje, o primeiro filho faz muitas promessas, enquanto o segundo ouviu a voz de sua consciência e, tocado pela graça de Deus, percebeu seu erro, sentiu como tinha sido fraco, frágil (como os publicanos e as meretrizes aos quais Jesus se refere) e abriu seu

coração ao dom de Deus. É claro que as santas missas que celebramos, os terços do Rosário de Nossa Senhora que rezamos não bastam por si. É preciso que levemos para a vida as lições de virtudes que ouvimos, os dons que Deus ofereceu durante as santas missas e os terços de Nossa Senhora, colocando-os em prática. Finalmente, não nos esqueçamos do que Jesus nos ensinou: “Nem todo aquele que me diz ‘Senhor, Senhor’ entrará no Reino dos Céus, mas sim aquele que faz a vontade de meu Pai, que está nos Céus!” (Mt 7,21).

SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Além dos atos de piedade, entendo que a vontade de meu Pai do Céu é que cumpra também o mandamento do amor ao próximo? Compreendo que devo amar meus irmãos, justos ou pecadores, com humildade, a exemplo de nosso Salvador?

LEITURAS PARA A 26ª SEMANA DO TEMPO COMUM

2. SEGUNDA. Santos Anjos da Guarda: Ex 23,20-23 = Vou enviar um anjo que vá à tua frente. Sl 90(91). Mt 18,1-5.10 = Os seus anjos nos Céus veem sem cessar a face do meu Pai, que está nos Céus. **3. TERÇA. Santos André de Soveral e Ambrósio Francisco Ferro, presbs. comps. mts.:** Zc 8,20-23 = Virão muitos povos e nações fortes visitar o Senhor em Jerusalém. Sl 86(87). Lc 9,51-56 = Ele tomou a firme decisão de partir para Jerusalém. **4. QUARTA. São Francisco de Assis, rlg.:** Ne 2,1-8 = Neemias recebe o encargo de restaurar Jerusalém. Sl 136(137). Lc 9,57-62 = Eu te seguirei para onde quer que fores. **5. QUINTA:** Ne 8,1-4a.5-6.7b-12 = Leitura solene da lei pelo sacerdote Esdras. Sl 18(19). Lc 10,1-12 = A vossa paz repousará sobre ele. **6. SEXTA:** Br 1,15-22 = Pecamos diante do Senhor e lhe desobedecemos. Sl 78(79). Lc 10,13-16 = Quem me rejeita, rejeita aquele que me enviou. **7. SÁBADO. Nossa Senhora do Rosário:** At 1,12-14 = Todos eles perseveravam na oração em comum, com Maria, a mãe de Jesus. Cânt.: Lc 1,46-55. Lc 1,26-38 = Eis que conceberás e darás à luz um filho.

Liturgia da Palavra

PARÁBOLA DOS VINHATEIROS

27º Domingo do Tempo Comum – 8 de outubro

1ª LEITURA - ISAÍAS 5,1-7

“A vinha do Senhor dos exércitos é a casa de Israel.”

No domingo passado, meditamos sobre os exilados de Israel que, em vez de se sentirem culpados pela escravidão a que tinham sido reduzidos por gentios, atribuíam seus sofrimentos aos pecados de seus antepassados. Por meio do profeta Ezequiel, falou-lhes o Senhor Deus que a culpa era deles. Neste, o profeta Isaías fala dos cuidados que Deus tinha tido com seu povo escolhido, Israel, usando as imagens de um vinhateiro com sua vinha à qual tinha dado bom trato, preparando-a com extremo zelo a fim de obter bom vinho mas que, em vez disso, só encontrou uvas amargas. O Senhor esperava de seu povo eleito fidelidade à aliança que tinha feito com ele por meio de Moisés e, em vez disso, só ouvia gritos de pessoas oprimidas, ódio, derramamento de sangue. Além disso, sua prática religiosa era somente externa, sem a conversão do coração. A meditação dessa triste realidade deve nos servir de aviso para que não aconteça que nosso culto seja meramente externo, sem o amor que devemos ter para com o próximo, a começar por nossa casa. Cuidemos, pois, para que nossa fé não se limite somente a exterioridades, pois “A fé sem obras é morta” (Tg 2,26).

SALMO 79(80), 9.12-16.19-20

(R. IS 5,7A)

“A vinha do Senhor é a casa de Israel.”

2ª LEITURA - FILIPENSES 4,6-9

“Praticai o que aprendestes, e o Deus da paz estará convosco.”

São Paulo, dirigindo-se aos cristãos da cidade de Filipos, exortou-os a terem uma fé sadia, de tal modo que praticassem a doutrina que dele tinham recebido. A consequência de uma fé verdadeira é rezar ao Senhor e, após lhe ter apresentado as necessidades, não mais se preocu-

par com elas, pois sabe-se em quem se confia (cf. 2Tm 1,12). Aconselhou-nos o apóstolo: “Não vos inquieteis com nada! Em todas as circunstâncias apresentai a Deus as vossas preocupações, mediante a oração, as súplicas e a ação de graças” (v. 6). Sendo assim, a fé verdadeira nos levará a confiar em Deus, entregar-lhe nossas preocupações e – não menos importante – agradecer-lhe as bênçãos que temos a certeza de que nos dará, embora às vezes, segundo seus planos, não da mesma maneira como pedimos. Na segunda parte da sua carta, São Paulo enumera uma série de atitudes humanas que brotam necessariamente de nossa conexão com Deus por meio de nossas orações: tudo o que é verdadeiro, nobre, justo, puro, amável, de boa fama, virtuoso e louvável, eis o que deve ocupar nossos pensamentos.

ACLAMAÇÃO AO EVANGELHO

(JO 15,16)

Aleluia! Aleluia! Aleluia!

“Eu vos escolhi, foi do meio do mundo, a fim de que deis um fruto que dure.

Eu vos escolhi, foi do meio do mundo.

Amém! Aleluia, Aleluia!”

EVANGELHO – MATEUS 21,33-43

“Arrendou a vinha a outros vinhateiros.”

Depois de meditarmos com São Paulo sobre alguns frutos que Deus, Nosso Senhor, espera de nós, conforme os dons que Ele nos confiou, o santo Evangelho retoma o tema das vinhas, também tratado pelo profeta Isaías na primeira leitura. Há, porém, uma diferença entre as duas leituras. Na primeira, há abandono e devastação da vinha de uvas amargas, mas, agora, há planos de salvação, com a substituição dos operários. É que a parábola, dirigida por Jesus aos chefes dos judeus, queria manifestar que seus sacrifícios e demais ritos não eram bem recebidos por Deus porque eram somente externos, sem a

conversão do coração. Como se lê em Mateus 15,8-9, Jesus cita uma passagem do profeta Isaías: “Este povo somente me honra com os lábios; seu coração, porém, está longe de mim. Vão é o culto que me prestam, porque ensinam preceitos que só vêm dos homens” (Is 29,13). Sabemos que os chefes dos judeus, além de não terem aceitado a doutrina de Jesus, obtiveram de Pilatos o seu consentimento para o crucifcarem. Diante disto, os apóstolos decidiram anunciar o santo Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo aos pagãos.

SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Além de participar das orações em comunidade, sirvo ao meu próximo? Entrego minhas preocupações ao Senhor e confio que Ele me atenderá? Faço renderem os dons que Deus me confiou em proveito do próximo?

LEITURAS PARA A 27ª SEMANA DO TEMPO COMUM

9. SEGUNDA: Jn 1,1-2,1.11 = Jonas pôs-se a caminho, a fim de fugir para longe da presença do Senhor. Cânt.: Jn 2,2-5.8. Lc 10,25-37 = E quem é o meu próximo? **10. TERÇA:** Jn 3,1-10 = Nínive inteira se converte a Deus. Sl 129(130). Lc 10,38-42 = Marta recebeu-o em sua casa. Maria escolheu a melhor parte. **11. QUARTA:** Jn 4,1-11 = Deus recrimina a impaciência de Jonas. Sl 85(86) Lc 11,1-4 = Senhor, ensina-nos a rezar. **12. QUINTA. Nossa Senhora da Conceição Aparecida.:** Est 5,1b-2; 7,2b-3 = Concede-me a vida do meu povo – eis o meu desejo. Sl 44(45). Ap 12,1.5.13a.15-16a = Um grande sinal apareceu no céu. Jo 2,1-11 = Fazei o que Ele vos disser. **13. SEXTA:** Jl 1,13-15; 2,12 = Está chegando o dia do Senhor. É um dia de escuridão fechada. Sl 9A(9). Lc 11,15-26 = Jesus, acusado de agir pelo diabo. **14. SÁBADO:** Jl 4,12-21 = Tomai a foice, pois a colheita está madura. Sl 96(97). Lc 11, 27-28 = Ditoso o ventre que te trouxe. Ditosos que ouvem a Palavra!

Liturgia da Palavra

CONVITE ÀS NÚPCIAS 28º Domingo do Tempo Comum – 15 de outubro

1ª LEITURA – ISAÍAS 25,6-10A **“O Senhor dará um banquete e enxugará as lágrimas de todas as faces.”**

No domingo passado, meditamos sobre as leituras que nos foram oferecidas pela sagrada liturgia e concluímos que não nos basta celebrar a santa Missa junto com nossos irmãos, rezarmos o Terço do Rosário de Nossa Senhora e outros atos de piedade se não praticarmos em nossa vida concreta a caridade para com nosso próximo. Neste domingo somos convidados a encher nossos corações de alegria quando aceitamos entrar no Reino de Deus. O profeta Isaías já profetizava, cerca de quinhentos anos antes de Cristo, sobre os tempos messiânicos, dizendo que era como um suntuoso banquete para o qual o Senhor convidaria todos os povos. Dizia o profeta que desapareceria a morte para sempre, o Senhor enxugaria as lágrimas de todas as faces e tiraria de toda terra o opróbrio que pesava sobre seu povo (cf. v. 8). De fato, sabemos que a segunda pessoa da Santíssima Trindade, Jesus Cristo, obedeceu a seu Pai e veio à Terra tomando um corpo como o nosso, no seio puríssimo da Virgem Maria, para nos salvar de nossos pecados e participarmos do seu Reino. Quando abrimos o coração para as necessidades dos outros em casa, no trabalho, nas comunidades que frequentamos, experimentaremos a alegria que nos foi prometida por Jesus: “Alegrai-vos porque vossos nomes estão escritos nos céus” (Lc 10,20).

SALMO 22(23),1-3AB-4-6 (R. 6CD) **“Na casa do Senhor habitarei eternamente.”**

2ª LEITURA – FILIPENSES 4,12-14.19-20 **“Tudo posso naquele que me dá força.”**

São Paulo quando escreveu esta carta aos cristãos de Filipos estava no cativeiro, por isso ela e também a enviada aos colossenses são

chamadas de “epístolas do cativeiro”, em Éfeso e em Roma, em 60-63 da era cristã, porém, enquanto na carta endereçada aos cristãos de Colossos se detém escrevendo-lhes sobre o mistério de Cristo na Igreja e dando-lhes também conselhos de ordem mais moral, nesta, aos filipenses, lembra-lhes as dificuldades pelas quais passou para levar às várias comunidades nascentes a Palavra de Deus: “Irmãos, eu aprendi a ser pobre e aprendi a ser rico, estou preparado de qualquer maneira: para a fartura e para a fome, para a abundância e para a indigência” (v. 12). A segunda parte da missiva tem um caráter mais pessoal: “Fizestes bem em tomar parte na minha tribulação” (v. 14). Mais adiante, acrescentou: “A vossa oferta foi um suave perfume, um sacrifício que Deus aceita com agrado” (v. 18). Por fim, concluiu: “Em recompensa, o meu Deus há de prover magnificamente a todas as vossas necessidades, segundo a sua glória. A Deus nosso Pai, seja a glória, por toda a eternidade! Amém” (vv. 19-20).

ACLAMAÇÃO AO EVANGELHO **(EF 1,17-18)**

Aleluia, Aleluia, Aleluia.

“Que o Pai do Senhor Jesus Cristo nos dê do saber, o espírito; conheçamos, assim, a esperança à qual nos chamou como herança!”

EVANGELHO – MATEUS 22,1-14

“Convidai para a festa todos os que encontrardes.”

O santo Evangelho nos mostra a realização da promessa feita pelo profeta Isaías, tema sobre o qual meditamos na primeira leitura. Com a meditação da segunda, constatamos como entrar no Reino de Deus. Aceitar os ensinamentos de nosso Divino Salvador faz uma comunidade inteira (a de Filipos) ajudar o apóstolo São Paulo em situação extrema, traduzindo assim em atos o que o apóstolo lhes tinha ensinado sobre o que é entrar no Reino de Deus. No santo Evangelho, compreendemos que o Pai mandou seu único

Filho para chamar a todas as pessoas para o banquete do Reino de Deus. Aqueles que não quiseram aceitar o convite de Deus limitam-se a se fechar no próprio egoísmo e se negam a amar os irmãos e acham que são felizes assim. Lembremo-nos do samaritano, que viu um homem ferido, à beira da estrada, e se comoveu com seus sofrimentos, ajudando-o da melhor maneira que lhe era possível, enquanto sacerdotes e levitas preferiram seguir adiante (cf. Lc 10,25-37). Na parábola de Jesus, o samaritano, evitado pelos judeus, representava aquele que aceitou o convite do Mestre para ir para o banquete do Reino de Deus, enquanto o sacerdote e o levita ficavam satisfeitos apenas com seus atos de piedade.

SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Abro meu coração para as necessidades dos outros? Sei agradecer a quem me ajuda? Será que me satisfaço apenas com atos de piedade e “viro a cara” para não ver os pobres que me pedem ajuda?

LEITURAS PARA A 28ª SEMANA DO TEMPO COMUM

16. SEGUNDA: Rm 1,1-7 = Paulo, servo de Jesus Cristo, para anunciar o Evangelho. Sl 97(98). Lc 11,29-32 = O “sinal” de Jonas. **17. TERÇA. Santo Inácio de Antioquia, b. mt.:** Rm 1,16-25 = Tendo os homens conhecido a Deus, não o glorificaram como Deus. Sl 18(19A). Lc 11,37-41 = Dai esmola do que vós possuíis e tudo ficará puro para vós. **18. QUARTA. São Lucas, ev.:** 2Tm 4,10-17b. Sl 144(145). Lc 10,1-9. = A messe é grande, mas os trabalhadores são poucos. **19. QUINTA:** Rm 3,21-30 = O homem é justificado pela fé, sem a prática da lei judaica. Sl 129(130). Lc 11,47-54 = Ai de vós que matais os justos e impedis a prática do bem! **20. SEXTA:** Rm 4,1-8 = Abraão, justificado pela fé. Sl 31(32). Lc 12,1-7 = Os cabelos de vossa cabeça estão todos contados. **21. SÁBADO:** Rm 4,13,16-18 = Herdeiros de Abraão pela fé. Sl 104(105). Lc 12,8-12 = Nessa hora o Espírito Santo vos ensinará o que deveis dizer.

Liturgia da Palavra

O QUE É DE CÉSAR E O QUE É DE DEUS 29º Domingo do Tempo Comum – 22 de outubro

1ª LEITURA - ISAÍAS 45,1,4-6

“Tomei Ciro pela minha mão direita para que submetta os povos ao seu domínio.”

Para compreendermos melhor a posição de Jesus diante da cobrança do imposto a César e de sua decisão de pagá-lo (tema do Evangelho deste domingo) é preciso nos reportarmos à conversa que Ele teve com o governador da Judeia, Pôncio Pilatos. Este lhe perguntou “‘De onde és tu?’, mas Jesus não lhe respondeu. Pilatos então lhe disse: ‘Tu não me respondes? Não sabes que tenho poder para te soltar e para te crucificar?’. Respondeu Jesus: ‘Não terias poder algum sobre mim, se de cima não te fora dado’” (Jo 19,9-11). Todo poder vem de Deus. Nesta leitura, encontramos um exemplo dessa verdade, pois Deus tocou o coração de Ciro, de quem o profeta Isaías escreveu: “É por amor de meu servo Jacó e de Israel que escolhi, que te chamei pelo teu nome, com títulos de honra, se bem que não me conhecesses” (v. 4). Assim, após dominar a Babilônia, Ciro libertou os israelitas que quisessem voltar à sua terra, após cinquenta anos. Além disso, mostrou-se disposto a ajudar na reconstrução do templo de Jerusalém, que tinha sido destruído pelos babilônios. A leitura de hoje nos ensina que nem sempre os caminhos de Deus são nossos caminhos. Ele pode perfeitamente se valer de quem quiser para a realização de seus planos. Cabe a nós aceitá-los e sempre confiar na divina providência.

SALMO 95(96),1.2A 3-5.7-10A.C (R. 7AB)

“Ó família das nações, dai ao Senhor poder e glória!”

2ª LEITURA – 1TESSALONICENSES 1,1-5B

“Recordamo-nos sem cessar da vossa fé, da caridade e da esperança.”

Nesta segunda leitura, meditamos sobre a primeira carta de São Paulo aos cristãos de Tessalônica. O motivo é ter sabido que, não obstante o pouco que esteve com eles para

lhes anunciar a Palavra de Cristo, o “fermento levedou a massa” e o Divino Espírito Santo acompanhou aquela igreja. O apóstolo os elogiou porque sua fé não se limitou a palavras, mas se traduziu em obras. Nós também devemos nos cuidar para que os frutos de nossa fé se traduzam em obras de caridade. Em seguida, São Paulo se congratulou com os tessalonicenses por sua firmeza na esperança. Recordemo-nos de que era tempo de perseguições pelos judeus, que os hostilizavam, e pelos romanos, que os obrigavam a adorar seus deuses sob ameaça de morte. Após ter constatado o progresso da vida espiritual deles, o apóstolo percebeu que tinha sido mero instrumento nas mãos de Deus e que a semente da palavra do Evangelho lançada naquela comunidade tinha prosperado pelo poder do Espírito Santo. Refletindo sobre esse resultado surpreendente, pensemos na importância da oração constante e diária para que, se for vontade de Deus, sirva-se de nós para o desenvolvimento do Reino de Deus entre nossos irmãos, seja lá onde estivermos.

ACLAMAÇÃO AO EVANGELHO (FL 2,15D.16A.)

Aleluia, Aleluia, Aleluia.

“Como astros no mundo vós resplandeciais, mensagem de vida ao mundo anunciando, da vida a Palavra, com fé, proclamais, quais astros luzentes no mundo brilhais.”

EVANGELHO – MATEUS 22,15-21

“Dai, pois, a César o que é de César e a Deus o que é de Deus.”

Na primeira leitura, meditamos sobre a presença de Deus nas autoridades porque o poder que têm vem do Pai que está no Céu. Assim, inseridos em pequenos grupos que formam também a comunidade civil, temos obrigação de lhes pagar os tributos que nos são cobrados. Jesus sabia que os fariseus, por puro ciúme, tinham deliberado entre si encontrar a melhor maneira de pegá-lo em erro. Eles, com esse propósito,

apresentaram-lhe a moeda que tinha impressa a imagem do imperador romano, Tibério César. Ora, aos judeus era proibido pintar ou esculpir a imagem de um homem, portanto, usar a moeda com a imagem de César era implicitamente dar consentimento a um tipo de idolatria. A resposta de Jesus – “Dai a César o que é de César e a Deus o que é de Deus” (v. 21) – mostrou-lhes o erro em que caíam ao manipular aquele dinheiro. Além disso, censurava-os por oprimir os pobres, os doentes, os mais fracos, enfim, esquecidos de que naquelas pessoas estava impressa a imagem de Deus. Ele criou o homem e a mulher à sua imagem (cf. Gn 1,27).

SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Estou atento aos caminhos de Deus, que nem sempre são os meus caminhos? Ponho-me à disposição de Deus para divulgar seu Reino, servindo aos irmãos? Trato as pessoas com respeito porque são (todas elas) a imagem de Deus?

LEITURAS PARA A 29ª SEMANA DO TEMPO COMUM

23. SEGUNDA: Rm 4,20-25 = A Escritura visa também a nós, pois a fé nos será creditada. Cânt.: Lc 1,69-70-75. Lc 12,13-21 = E para quem ficará o que tu acumulaste? **24. TERÇA:** Rm 5,12.15b.17-19.20b-21 = Morte em Adão e vida em Jesus Cristo! Sl 39(40). Lc 12,35-38 = Necessidade de vigilância: de avental e luz acesa. **25. QUARTA. Santo Antônio de Sant’Ana Galvão, rlg.:** Rm 6,12-18 = O cristão, livre do pecado para servir a Deus. Sl 123(124). Lc 12,39-48 = A quem muito foi dado, muito será pedido. **26. QUINTA:** Rm 6,19-23 = Libertados do pecado para servir a Deus. Sl 1. Lc 12,49-53 = Não vim trazer a paz, mas a divisão. **27. SEXTA:** Rm 7,18-25a = Quem me livrará deste corpo de morte? Sl 118(119). Lc 12,54-59 = Discernir os sinais do tempo: reconciliação. **28. SÁBADO. São Simão e São Judas Tadeu, aps.:** Ef 2,19-22 = Vós fostes integrados no edifício que tem como fundamento os apóstolos e o próprio Jesus Cristo como pedra principal. Sl 118(119A). Lc 6,12-19 = Escolheu doze dentre eles, aos quais deu o nome de apóstolos.

Liturgia da Palavra

O MAIOR MANDAMENTO

30º Domingo do Tempo Comum – 29 de outubro

1ª LEITURA - ÊXODO 22,20-26
“Se fizerdes algum mal à viúva e ao órfão, minha cólera se inflamará contra vós.”

Nos primeiros versículos desta leitura, lê-se que os judeus deviam respeitar o estrangeiro: “Não maltrates o estrangeiro e não oprimirás, porque foste estrangeiro no Egito” (v. 21). O Senhor lembrava aos israelitas que, ao longo dos séculos, várias vezes tinham experimentado os sofrimentos do exílio. Infelizmente, também em nosso meio temos notícia de hostilidades a quem é de outra nação, raça ou grupo social. Não é raro constatar também que se dá um trabalho preferencialmente a quem é de nosso grupo, em detrimento da caridade. A leitura dá também conselhos para que sejam ajudados órfãos e viúva. (cf. vv. 21-23). Lê-se também em outros lugares da Sagrada Escritura, ainda no Antigo Testamento, como no Salmo 145(146),9: “O Senhor protege os peregrinos, ampara o órfão e a viúva; mas entrava os desígnios dos pecadores”. Também no Livro do Deuteronômio lê-se “Quando estiveres colhendo as uvas em tua vinha, não voltarás a colher os cachos que ficaram; deixa-os para o estrangeiro, para o órfão e a viúva. Lembra-te que foste escravo no Egito” (v. 21). Já no domingo passado, meditamos sobre a realidade de que cada pessoa que vem ao nosso encontro tem impressa em si a imagem de Deus, independente de sexo, raça, religião ou cor e, portanto, nunca poderá ser tratada como objeto!

SALMO 17(18),2-3ABC-4.47.51AB (R. 2)
“Eu vos amo, ó Senhor, sois minha força e salvação.”

2ª LEITURA - 1TESSALONICENSES 1,5C-10
“Vós vos convertestes, abandonando os falsos deuses, para servir a Deus, esperando seu Filho.”

No domingo passado, já tínhamos meditado que a comunidade dos tessalonicenses progrediu na fé em Nosso Senhor Jesus Cristo não tanto pela pregação de São Paulo, apesar de

ele só ter ficado com essa comunidade por pouco tempo. O apóstolo escreveu-lhes para parabenizá-los pelo belo exemplo que davam a outras comunidades que se convertiam ao santo Evangelho, ao verificarem como a ação do Divino Espírito Santo agia entre eles. A propósito, escreveu São Paulo: “Vós vos fizestes imitadores nossos e do Senhor, ao receberdes a Palavra [de Deus], apesar das muitas tribulações, com a alegria do Espírito Santo, de sorte que vos tornastes modelo para todos os fiéis da Macedônia e da Acaia” (vv. 6-7). Levando-se em conta a precariedade dos meios de comunicação daquela época, o exemplo que eles tinham dado a outras comunidades de fidelidade a Jesus Cristo, de vida cristã verdadeira, sob a luz do Divino Espírito Santo, foi muito importante. Também nós, a começar por nosso lar e nos demais ambientes em que vivemos, podemos falar da doutrina cristã às pessoas que nos rodeiam se o que dizemos for fundamentado no exemplo que dermos. Lembremo-nos sempre do adágio popular “as palavras voam, os exemplos ficam”.

ACLAMAÇÃO AO EVANGELHO
(JO 14,23)

Aleluia, Aleluia, Aleluia.
“Se alguém me ama, guardará a minha palavra. E meu Pai o amará, e a Ele nós viremos”

EVANGELHO – MATEUS 22,34-40
“Amarás o Senhor teu Deus e ao teu próximo como a ti mesmo.”

Coroando o assunto sobre o qual meditamos no trecho da primeira carta de São Paulo aos cristãos tessalonicenses, a sagrada liturgia nos apresenta este trecho do Evangelho de São Mateus no qual Jesus nos fala da importância de servir aos irmãos porque dessa maneira serviremos a Deus. De acordo com o Livro do Levítico, seguido pelos israelitas, assim estava escrito: “Não te vingará; não guardarás rancor contra os filhos de teu povo. Amarás o teu próximo como a ti mesmo” (Lv 19,18). Jesus,

porém, ensina que devemos querer bem a todas as pessoas. Assim, quando respondeu ao fariseu, equiparou o amor a Deus ao amor aos irmãos: “Amarás o Senhor teu Deus, de todo o teu coração, de toda a tua alma e de todo o teu espírito. Esse é o maior e o primeiro mandamento. E o segundo, semelhante a este, é: amarás teu próximo como a ti mesmo” (vv. 37-38). Nós não podemos alcançar o Senhor diretamente, mas, podemos e devemos fazê-lo por meio de todas as pessoas com quem nos encontrarmos no dia a dia. Suas necessidades mudam a cada momento e devemos ter disponibilidade para atendê-las como se fosse ao próprio Deus.

SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Recebo todas as pessoas com respeito porque são a imagem de Deus? Dou exemplo do que ensino? Não podendo alcançar Deus diretamente, faço-o servindo aos irmãos?





LEITURAS PARA A 30ª SEMANA DO TEMPO COMUM

30. SEGUNDA: Rm 8,12-17 = O Espírito Santo dá testemunho de que somos filhos de Deus. Sl 67(68). Lc 13, 10-17 = Cura de uma mulher encurvada (em dia de sábado). **31. TERÇA:** Rm 8,18-25 = Esperança dos filhos de Deus. Sl 125(126). Lc 13,18-21 = A semente cresce e torna-se uma grande árvore. **1º de novembro. QUARTA:** Rm 8,26-30 = Sabemos que tudo contribui para o bem daqueles que amam a Deus. Sl 12(13). Lc 13,22-30 = Ação do Espírito Santo em nós; predestinação. **2. QUINTA. Comemoração de Todos os Fiéis Defuntos:** 2Mc 12,43-46 = Ação justa e nobre, inspirada na sua crença na ressurreição. Sl 22(23). Lc 7,11-17 = “Jovem, eu te ordeno, levanta-te!” **3. SEXTA:** Rm 9,1-5 = Tristeza do apóstolo por seus compatriotas. Sl 147(147B). Lc 14,1-6 = Cura de um doente de hidropisia (em dia de sábado). **4. SÁBADO: São Carlos Borromeu, b.:** Rm 11,1-2a. 11-12.25-29 = A rejeição de Israel não é total nem definitiva. Sl 93(94). Lc 14,17-11 = Quem se eleva será humilhado e quem se humilha será elevado.


Uma poderosa obra para fortalecer a família na fé, na oração e no amor!

Com este livro, você aprenderá a transformar sua rotina diária em momentos significativos de oração, construindo uma base sólida de amor e apoio mútuo em cada membro de sua família, seguindo o exemplo inigualável da Sagrada Família de Nazaré. Cada dia oferece orações, reflexões, leituras bíblicas e todo apoio espiritual para unir a família no amor de Deus.



Siga-nos nas redes sociais:    

AM
EDITORA
AVE-MARIA



“Vestir-se
da nova
humanidade!”
(Ef 4,24)

“Humanizar a
humanidade.”
(Dom Pedro
Casaldáliga)

Imagem: Prostock-studio / Adobe Stock

◆ Pe. Diego Lelis, cmf ◆

A cada ano, a Igreja no Brasil nos convida a celebrarmos o mês dedicado à Bíblia. Nesta edição, temos como tema inspirador a carta de São Paulo aos Efésios: “Vestir-se da nova humanidade” (4,24).

Bem sabemos que a história da humanidade está marcada por grandes invenções que possibilitaram ao ser humano viver e progredir em conhecimento e técnica, mas também somos conhecedores de que a humanidade é marcada por grandes atrocidades contra a vida humana e a criação.

Podemos dizer “Ah, mas hoje em dia...”. Na realidade, essa expressão, muitas vezes marcada por saudosismo, impede-nos de olharmos para a história da humanidade e a nossa com olhos críticos sobre tantos acontecimentos. Do assassinato de Abel narrado pelo Livro do Gênesis à atualidade não há nada de novo debaixo do céu. Sempre há eventos que degradam a humanidade, mas também há ações de promoção dela.

Os evangelhos nos falam sobre o cenário no qual Jesus viveu e quanto as suas ações foram voltadas para anunciar o Reino e nos ensinar a viver para o construirmos no meio de nós enquanto esperamos para vivê-lo em plenitude na glória celeste.

As ações de Jesus nos convidam a vivermos a nossa humanidade no encontro conosco, reconhecendo quem somos e como agimos no mundo; de igual maneira, o Mestre de Nazaré nos toma pela mão para nos ensinar a nos relacionarmos com aqueles que partilham a vida conosco, agindo sempre com misericórdia e, por fim, Ele nos ensina a nos relacionarmos com Deus e nos convida a chamá-lo e reconhecê-lo como nosso Pai.


Em Jesus Cristo, o ser humano ganha um novo código de humanidade, regido e alimentado pela promoção do bem, pela convivência sustentável com nossos irmãos e irmãs e pelo relacionamento de proximidade com Deus. Nele somos convidados a buscar o que há de mais sublime em cada pessoa humana, promovendo em nós a semente do divino plantada em nossos corações.

O tema do Mês da Bíblia neste ano quer nos recordar isso: é preciso humanizar a humanidade, buscando em Cristo os ensinamentos e a vivência dos valores do Reino. Cristo, sendo Deus, ensina-nos a sermos humanos, pois viveu a nossa experiência em tudo, menos no pecado. Tenhamos coragem de nos humanizarmos. ●



Imagem: PR Image Factory / Adobe Stock

A ESCALADA DO SUICÍDIO NO BRASIL



A CRISE SILENCIOSA QUE AFETA A JUVENTUDE NO BRASIL E NO MUNDO

NO MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO, UM PANORAMA SOBRE A SITUAÇÃO DOS JOVENS NO BRASIL E COMO UMA ESCUTA SOLIDÁRIA PODE SALVAR VIDAS

◆ Cintia Lopes ◆

O assunto ainda hoje é tabu. Gera desconforto e muitas vezes é evitado. Há casos subnotificados e tampouco abordados nos noticiários. O silêncio também costuma rondar os familiares e pessoas do círculo de contatos da vítima.

O fato é que os casos de suicídio no Brasil não param de crescer, especialmente entre os jovens. Segundo dados da Secretaria de Vigilância em Saúde divulgados pelo Ministério da Saúde em setembro do ano passado, entre 2016 e 2021 houve um aumento de 49,3% nas taxas de mortalidade de adolescentes de 15 a 19 anos, chegando a 6,6 por 100 mil, e de 45% entre adolescentes de 10 a 14 anos, chegando a 1,33 por 100 mil. Entre os jovens de 15 a 29 anos, o suicídio foi a quarta causa de morte depois de acidentes no trânsito, tuberculose e violência interpessoal. É um fenômeno complexo, que pode afetar indivíduos de diferentes origens, sexos, culturas, classes sociais e idades.

Setembro Amarelo é a maior campanha antiestigma do mundo e o dia 10 setembro é o Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio. Neste ano, o lema define muito bem a principal indicação para aqueles que sofrem ou passam por momentos de dificuldade: “Se precisar, peça ajuda!”.

Às vezes, nem mesmo um bom diálogo dentro de casa e pais presentes são capazes de evitar que os pensamentos suicidas tomem conta da mente de alguém e geralmente aparecem de

forma latente entre os jovens. Foi o caso da jovem Vitória (nome fictício), de 15 anos, que vive no Rio de Janeiro (RJ). Há quase dois anos, ela trava uma luta contra a depressão e uma tentativa de suicídio. Os problemas começaram ainda na pandemia, quando uma de suas avós faleceu de covid-19 e a outra recebeu o diagnóstico de câncer no intestino. O isolamento social e a troca de turno na escola desencadearam uma depressão profunda, perda de peso e da vontade de viver. Uma das melhores alunas da escola não conseguia mais reunir forças para sequer levantar da cama. Crises de choro, pânico e pensamentos suicidas começaram a ficar frequentes e a alegria da jovem que adorava estudar e passear com as amigas foi ficando no passado. Os pais logo perceberam a mudança de comportamento da filha e mesmo contra a vontade da jovem buscaram ajuda médica. Ainda que não entendessem o motivo e fossem leigos no assunto, os pais resolveram agir rápido. A fé e a religiosidade da família também seguem sendo aliadas nesse processo, que é longo e precisa de vigilância todo o tempo. Vitória tem o acompanhamento de um psiquiatra e conta com



o apoio da família para seguir a sua caminhada. Já evoluiu muito e as crises estão rareando, o que é motivo de comemoração para todos, mesmo que a batalha não esteja ganha.

A preocupação é de toda a sociedade. Para a Comissão Episcopal para a Juventude, da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB), a pauta também é prioridade, como afirma Dom Vilsom Basso, scj, que é bispo de Imperatriz, no Maranhão, e presidente da comissão. “A saúde mental e física é uma preocupação para a Comissão Episcopal para a Juventude dar atenção a esse elemento tão importante na vida dos jovens, especialmente a questão da saúde mental, que com a pandemia se acentuou muito”, frisa. Dom Vilsom também reforça que a Comissão Episcopal para a Juventude, em seu plano quadrienal para todo o país, tem o projeto para dar atenção à saúde mental para a juventude chamado “Ao seu lado”: “Ele tem como inspiração a passagem bíblica dos Discípulos de Emaús (cf. Lc 24,13-35). O plano traz reflexões e propõe linhas de ações a partir dos eixos formação, vocação e missão, estruturas de acompanhamento e assessoria e cidadania, casa comum e dignidade humana”.

Neste mês de setembro, entre os dias 7 e 9, acontece o Encontro Nacional com os Responsáveis pela Juventude em Aparecida (SP), em que uma das temáticas será a saúde mental, a prevenção, o cuidado com o suicídio e com a saúde dos jovens. “Até o fim do ano teremos no site Jovens Conectados cursos *on-line* com temas relacionados à saúde mental da juventude”, antecipa Dom Vilsom. Outra iniciativa são as “Tendas de Escuta”, que também acontecem em todo o país. O projeto, realizado especialmente em escolas, tem o foco no auxílio ao público jovem para cuidar, esclarecer, escutar e dar informações na questão dos cuidados com a saúde mental.

Dom Vilsom Basso traz dados importantes de uma pesquisa realizada em São Paulo (SP) e no Rio de Janeiro, que indica que 30% são considerados “jovens desigrejados”. O que isso significa? Para esses jovens, a Igreja não faz falta, não faz sentido, não há necessidade dela



Imagem: Pixel-Shot/ Adobe Stock

em suas vidas. “Temos esse grande desafio para a comissão que é repensar a nossa linguagem, nossas ações e planejamento para que a Boa-Nova e o Nosso Senhor Jesus Cristo possam ser semeados e cheguem ao coração da juventude de nosso país”, planeja o religioso.

A busca por ajuda também pode ser encontrada fora de casa. Referência no atendimento a pessoas de todo o país desde 1962, o Centro de Valorização da Vida (CVV) realiza apoio emocional e prevenção do suicídio, atendendo de forma voluntária todas as pessoas que querem conversar por telefone no número 188, com ligação gratuita (por telefone fixo ou celular) e de qualquer cidade do país. Pelo site cvv.org.br é possível entrar em contato por e-mail ou chat. Não é necessário se identificar.

Os voluntários trabalham mantendo o sigilo de suas identidades, como é o caso de Antonio, do Centro de Valorização da Vida de Pinheiros, em São Paulo, que atua há 24 anos. Os anos de experiência dão a chancela para confirmar que a forma de contato mais utilizada pela maioria dos

jovens é via chat ou e-mail. “Para a juventude é mais fácil escrever do que falar na hora de se expressar e dividir suas angústias”, relata.

A faixa etária de 15 a 34 anos é a que mais cresce com o número de suicídios no país. Para Antonio, a transição para a fase adolescente muitas vezes acontece de forma tão rápida e intensa que o jovem não tem tempo de evo-



luir emocionalmente e é quando os maiores problemas surgem. “É uma fase de autoafirmação, de autoaceitação, de construção da identidade e de incertezas, além da falta de perspectiva em relação à vida profissional, acadêmica. Vários fatores contribuem para a depressão”, cita ele.

A dificuldade de diálogo no ambiente familiar afeta o projeto de amadurecimento. “Há a pressão da sociedade, dos pais com relação aos estudos, ao trabalho e à carreira. A depressão é a doença do século XXI e os transtornos emocionais, psíquicos, mentais às vezes surgem de forma que num primeiro momento é difícil detectar”, explica Antonio. A média de atendimentos do Centro de

Valorização da Vida é de 10 mil contatos por dia por meio de todos os canais. O telefone 188 é o meio mais usado pelos usuários e são mais de cem unidades, que também operam com o atendimento presencial. “O voluntário com a sua escuta facilita o que é importante para aquela pessoa naquele momento, que provavelmente não tem com quem se abrir ou compartilhar seus dilemas”, conta Antonio, que ressalta a importância das conexões: “É uma forma de tentar evitar o isolamento em relação a outras pessoas e a si próprio. Conexões com a família, com a religião, com amigos podem fazer muita diferença. A conexão é uma espécie de antídoto para a depressão”.

Os voluntários passam por um processo de capacitação gratuito. Há cursos presenciais e *on-line* e o pré-requisito é a obrigatoriedade de ser maior de idade, além da capacidade de doação e a disponibilidade de tempo para os atendimentos, que têm como essência a escuta e o acolhimento.

Algo que Silvia, de 56 anos, conhece muito bem. O voluntariado faz parte de sua vida desde os 18 anos. Formada em Engenharia e Assistência Social, também é terapeuta de casal e família. Há onze anos ela está no Centro de Valorização da Vida. “Há nesse processo de escuta um grande autoconhecimento, que também é muito transformador para quem é voluntário”, acredita. Ao longo dos anos, Silvia percebe que há a sensação de “não pertencimento” muito presente nos relatos dos jovens: “A adolescência é um momento de transformação em que o jovem se sente deslocado, não pertencente a lugar algum e isso desencadeia pensamentos de não aceitação. Se não são escutados nem compreendidos pelos familiares e por aqueles que estão à sua volta, sentem-se cada vez mais perdidos”.

Para Silvia, o segredo é praticar uma escuta sem julgamentos: “O acolhimento é essencial, mesmo que seja muito diferente da nossa realidade”. O trabalho voluntário, ela garante, mudou sua vida: “Sinto-me muito mais conectada àqueles que estão à minha volta. A ferramenta da escuta me acompanha tanto na

vida pessoal quanto na profissional. Há uma sensibilidade, uma percepção aguçada, que está sempre presente”.

A escuta solidária também faz parte da vida de Rozane Margarete de Oliveira Santos, coordenadora diocesana da Diocese de Luz, em Minas Gerais. Lá, o projeto “Serviço da Escuta” funciona desde 2019. Rozane está à frente da equipe, que atua principalmente em espaços geográficos onde há maior índice de dificuldades econômicas. “A função do ‘Serviço da Escuta’ é acolher o outro em suas fraquezas, em suas periferias humanas. Espera-se que ele seja eficiente na acolhida da dor do outro e que possamos ajudá-lo a ressignificar seus anseios e fraquezas”, explica. O serviço é aberto a todos e pode ser feito de forma sigilosa se for da preferência de quem o procura. “Se é aberto à família fazemos o acompanhamento e as orientações junto ao núcleo familiar. O norte do trabalho é sempre ressignificar os aspectos subjetivos”, frisa ela.

Para Rozane, uma das maiores aflições entre os jovens nos dias de hoje é o autoex-termínio. Fatores como a falta de diálogo dos pais, de entendimento, além da angústia de se

aceitar como são: “Os pais também passam por diversas angústias, que também carecem de atenção. O vazio existencial precisa ser repensado enquanto saúde mental. A dor da alma necessita de um olhar atento e misericordioso”.

Acolher a dor do outro sem julgamento é essencial: “O que mais dói é a dor da solidão, que traz o desalento, um desgostar de si mesmo e da vida. A falta do amparo afetivo leva à depressão, às dificuldades inter-relacionais, ao abandono de si mesmo. Prezamos pela discrição, respeito à dor do outro e comprometimento afetivo”.

Revitalizar a esperança por meio da Palavra do Senhor é uma das possibilidades para dias melhores. “Por intermédio dos evangelhos, destacar a importância e as delícias do perdão a si mesmo e, assim, perdoar ao outro. No contato com o outro, na convivência com nossas periferias humanas, pode-se regatar a nossa utilidade, o nosso potencial. Quando acredito em mim me reconheço enquanto pessoa, eu me reconheço como filho de um Pai que ama num amor sem medidas”, finaliza Rozane. ●



Imagem: Jom Sangsorn / Adobe Stock

A BASÍLICA DE SÃO MIGUEL ARCANJO NO BRASIL

◆ Pe. Márcio Almeida* ◆

Em 2018, a igreja matriz da cidade de São Miguel Arcanjo (SP), conhecida como Santuário de São Miguel Arcanjo, recebeu do Vaticano um grande presente: o título de Basílica Menor, sendo a única do Brasil em honra desse santo protetor.

A história dessa igreja vem desde o século XIX. Ainda não existia a cidade com o nome de São Miguel

Arcanjo, tratava-se de um vilarejo pertencente ao município de Itapetininga, interior paulista.

Existiu um homem que é considerado o fundador do futuro município, chamado tenente Urias. Sabemos que em 1844 ele foi designado pelo governo para abrir uma estrada que ligasse a cidade de Itapetininga ao porto em Iguape (SP). Ele já residia nesse vilarejo, mas, a partir

de então, o vilarejo ganhou novas perspectivas. Uma de suas filhas, Maximina Ubaldina, devota de São Miguel Arcanjo, pediu ao pai para erguer uma pequena capela em hora do defensor para que os moradores das redondezas pudessem viver sua fé. A partir desse momento, a devoção popular ao Príncipe das Milícias Celestes começou a crescer.

Já não precisavam ir até Itapetininga, distante cerca de quarenta quilômetros; podiam rezar ali na igreja de São Miguel Arcanjo.

A igreja ficou pequena para tantos fiéis. Em 1884, outra filha do tenente Urias, a Thereza Augusta Nogueira Teixeira, decidiu doar uma quantidade de terras para que fosse erguida uma nova capela de São Miguel Arcanjo. No livro do tombo da paróquia consta que ela doou 25 alqueires para o santo, sob a condição de nunca serem vendidos. Caso fosse necessária a venda, o produto deveria ser empregado na mesma capela.

Nesse mesmo ano a igreja, que ainda não era paróquia, recebeu a autorização por parte da Arquidiocese de São Paulo (SP) para ter seu livro do tombo.

No dia 11 de janeiro de 1886, essa capela de São Miguel Arcanjo recebeu a titulação de paróquia, sob o título São Miguel Arcanjo. Somente em 1889, três anos depois da criação da paróquia, esse vilarejo tornou-se de fato um município, recebendo



Imagem: Acervo Pessoal

igualmente o nome daquele que escolheu ali acampar e manifestar suas graças.



É por isso que particularmente considero São Miguel Arcanjo o verdadeiro fundador do município



É claro que tenente Urias e sua família tiveram papel importantíssimo, mas fica mais claro ainda, na história dos fatos, que houve uma escolha do próprio arcanjo por esse lugar. A vida do município seguiu adiante. Povo simples, fiel e devoto. Apesar de serem poucos moradores, queriam uma igreja maior. Nos anos 1940 foi formada uma comissão para construir a nova igreja matriz. O lançamento da pedra fundamental aconteceu em 1º de dezembro de 1944 e a obra começou em 2 de janeiro de 1945.

O projeto de engenharia foi doado pelo engenheiro Renato Scoponi, mas que era muito ousado para a realidade do pobre e pequeno município. O bispo, com muito cuidado, tentou alertar que seria uma obra muito além de suas possibilidades e que poderia levar muitos anos para ser concluída. Entretanto, os fiéis não desanimaram: arregaçaram as mangas, fizeram quermesses e iniciaram a obra, que durou cerca de quinze anos.

Em sua inauguração, na Festa de Cristo Rei em 30 de outubro de 1960, Dom José Carlos de Aguirre, bispo diocesano de então, disse: “A Matriz de São Miguel Arcanjo é um dos mais suntuosos templos de nossa diocese”.

Para quem não conhece a Basílica de São Miguel Arcanjo fica o convite. Ela tem sua arquitetura baseada no neogótico, com arcos que se encontram em todo o teto. Sua torre mede 31 metros de altura e nela possuímos dois grande sinos datados de 1951 e 1962. A nave central possui quinze metros de altura e cinquenta de comprimento. Em seu interior há muitos elementos que ajudam a enriquecer a experiência de fé e devoção. Já na entrada, à esquerda, existe a capela do Batismo. Com sua pia batismal doada em 1949, vitrais e a imagem de São Miguel Arcanjo da igreja antiga, na qual o capitão Dilermando, ao término da Revolução Constitucionalista, viu e afirmou que havia sido aquele homem quem avisara do fim da guerra. Ao lado esquerdo do presbitério há a capela do Santíssimo, lugar de silêncio e adoração. Possui o antigo altar-mor da Igreja com sua mesa de comunhão.

Existem algumas relíquias de primeiro grau espalhadas pela Igreja: São Francisco de Assis, São Padre Pio, São João Paulo II, São Camilo de Lélis e a pedra do monte Gargano, local onde São Miguel Arcanjo apareceu por quatro vezes. Por fim, há diversas imagens no corpo da Igreja que nos ajudam a rezar diariamente.

A igreja é toda iluminada por fora e aos sábados e domingos, após a Missa da noite, realiza-se um show de luzes, momento de encantamento para os olhos, com músicas temáticas dos tempos litúrgicos e a dança das luzes.

Ficou curioso? Venha nos visitar. É sempre muito bom acolher peregrinos e devotos de São Miguel Arcanjo. São Miguel Arcanjo, defendei-nos no combate! Quem como Deus? Ninguém como Deus!!! ●

(Texto retirado do livro Os milagres e sinais de São Miguel Arcanjo, escrito pelo Padre Márcio Almeida.)

São Miguel Arcanjo, defendei-nos no combate!



Este devocionário é um manual, revisto e atualizado, que apresenta os ensinamentos e as devoções aos anjos e ao arcanjo São Miguel. Um poderoso instrumento na luta contra o mal e que nos ajuda a confiar ainda mais em Deus!



Dicas do Papa Francisco para uma boa leitura da Bíblia

A leitura da Bíblia é uma prática essencial na vida de todo cristão. Em uma audiência-geral realizada em 2021, o Papa Francisco ofereceu orientações profundas sobre como abordar a leitura das Sagradas Escrituras, destacando não apenas a importância de ler a Bíblia, mas também, como fazê-lo de maneira significativa e enriquecedora. As palavras do Papa fornecem *insights* valiosos para todos os que desejam se aprofundar na palavra de Deus.

A BÍBLIA NÃO É UM ROMANCE

Segundo o Papa, “As palavras das Sagradas Escrituras não foram escritas para permanecer presas nos papiros, nos pergaminhos ou no papel, mas, para serem recebidas por uma pessoa que reza, fazendo-as brotar no próprio coração. A Palavra de Deus chega ao coração”. A

leitura da Bíblia, portanto, requer oração e reflexão, permitindo um diálogo entre Deus e o homem. O Papa enfatiza que a Palavra é viva e se relaciona diretamente com as experiências individuais, convidando a uma constante abertura de coração e mente.

APROXIMAR-SE DA BÍBLIA SEM SEGUNDAS INTENÇÕES

O Papa Francisco adverte contra a recitação mecânica dos versículos, afirmando “Fico incomodado quando ouço cristãos que recitam os versículos da Bíblia como papagaios. Você encontrou o Senhor naqueles versículos? Não é um problema apenas de memória, mas de memória do coração, aquela que se abre ao encontro com o Senhor”. A abordagem da Bíblia deve ser genuína, buscando um encontro autêntico com Deus,

sem manipular o significado para se adequar às próprias vontades.

A PALAVRA INSPIRA BONS PROPÓSITOS

O Papa descreve a leitura da Bíblia como um diálogo que leva à meditação e à oração, destacando a necessidade de atenção e obediência ao texto. Ele diz: “Posteriormente, entra-se em diálogo com a Escritura, para que aquelas palavras se tornem um motivo de meditação e oração: permanecendo sempre fiel ao texto, começo a perguntar-me o que ele ‘diz a mim’”.

AS SAGRADAS ESCRITURAS SÃO UM TESOURO INESGOTÁVEL

O Papa Francisco encerra com uma reflexão poderosa sobre a eternidade da Palavra de Deus. Ele afirma: “A vida cristã é uma obra de obediência e ao mesmo

tempo de criatividade. Um bom cristão deve ser obediente, mas deve ser também criativo. Obediente porque escuta a Palavra de Deus e criativo porque há o Espírito Santo dentro que o impele a levá-la adiante. As Sagradas Escrituras são um tesouro inesgotável”.

As orientações do Papa Francisco sobre a leitura da Bíblia enfatizam a necessidade de uma abordagem consciente e reflexiva, que vai além da simples leitura. A Bíblia é um texto vivo, destinado a ser meditado, orado e incorporado na vida diária. Essas dicas oferecem uma rota preciosa para uma compreensão mais profunda e uma relação mais íntima com a Palavra de Deus e reiteram a centralidade das Escrituras na vida e na missão da Igreja Católica. ●

**INTENÇÕES DE ORAÇÃO
DO SANTO PADRE
CONFIADAS À SUA REDE
MUNDIAL DE ORAÇÃO**

Pelas pessoas marginalizadas
Rezemos para que as pessoas que vivem à margem da sociedade, em condições de vida desumanas, não sejam esquecidas pelas instituições e jamais sejam consideradas descartáveis.

PASSOS PARA O CONHECIMENTO DA PALAVRA DE DEUS

◆ Pe. Paulo Gil ◆

Continuamos a celebrar com alegria os quarenta anos da publicação do Documento *Catequese Renovada* (1983), resgatando a importância dos fundamentos e das consequências práticas, apresentadas para a renovação da catequese em diferentes situações.

A Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB), com o objetivo de revisitar esse valiosíssimo documento e impulsionar sua recepção na Igreja no Brasil, realiza um encontro com o lema “Tocar os corações e impulsionar a missão” no Santuário Nossa Senhora Aparecida, em Aparecida (SP).

Todas as orientações e conteúdo apresentados no documento serviram como motivação para a caminhada catequética em todas as dioceses, paróquias e comunidades. Desde a sua publicação até hoje, o documento apresenta-se como um instrumento de renovação para responder aos desafios e para favorecer o fortalecimento de uma comunidade cristã missionária que anuncia com autenticidade o Evangelho “e o torne fermento de comunhão e de participação na sociedade e de libertação integral do homem” (Conferência Nacional dos Bispos do Brasil, *Documento 26*, 30).

Assim, como há quarenta anos, a catequese precisa sustentar-se no sólido fundamento que é a Palavra de Deus, contribuindo para que as pessoas de todos os tempos possam

escutar e repercutir o que Deus quer revelar. Ele fala com amor! Com sabedoria e bondade, revela-se a si mesmo para confirmar sua vontade: constituir um povo que o conheça e o sirva na profunda experiência de comunhão. Essa ligação vital entre Deus e seu povo leva a comunidade fiel ao conhecimento de seu nome, de sua vontade, de seu rosto e de sua esperança ao longo de todo o processo de revelação.

A humanidade é guiada pelo próprio Deus para que todos alcancem a verdade de sua presença e de seu amor. A experiência da aliança revela o plano de Deus e esse processo de revelação se dá em etapas: a criação, Noé, Abraão, Moisés, Davi, reis e profetas. Foi um longo período de preparação para o cumprimento da promessa: a vinda do Messias, Jesus, o Salvador.

Jesus Cristo é a plenitude da revelação, a expressão única e definitiva da comunicação de Deus ao seu povo amado. Ele faz história, na história. Com os seus discípulos, fez uma catequese com cada pessoa ou grupo que acolheu, foi para todos a voz viva do Evangelho. A maior preocupação de Jesus era conduzir as pessoas para a plenitude da verdade (cf. Jo 16,13).

O documento Catequese renova-da nos alerta para a centralidade da Palavra de Deus, que é viva e que conduz cada pessoa, que acolhe a fé, no caminho da conversão e do seguimento. O documento traz um questionamento que ainda hoje é tão atual e desafiador: “Como a catequese pode levar os cristãos, crianças, jovens e adultos a acolher a Palavra de Deus e a fazer dela a luz que orienta a sua vida?” (Conferência Nacional dos Bispos do Brasil, *Documento 26*, 76). O que realmente nos inquieta com essa pergunta? Toda pessoa, em qualquer idade, que não tem familiaridade

com a Palavra de Deus precisa ser iniciada à leitura da Bíblia e à prática da leitura orante para que viva a alegria do encontro com o Senhor na catequese e na liturgia.

Vamos recordar o que não podemos deixar de fazer para que nossos catequizandos tenham contato com a Palavra proclamada, vivida, celebrada e testemunhada no dia a dia.

PARA A INICIAÇÃO À LEITURA DA BÍBLIA

- Considerar as diferentes idades e realidades dos catequizandos;
- Evitar substituir a leitura da Bíblia por textos impressos em livros ou manuais;
- Estimular e orientar o grupo de catequese para a leitura pessoal ou grupal;
- Apresentar a Bíblia – conjunto de livros inspirados por Deus e escritos por homens em diferentes tempos da história e de diferentes formas;
- Tornar o texto mais próximo da vida dos catequizandos, com a escolha de temas adequados ao itinerário catequético;
- Favorecer uma leitura empolgante, viva e reflexiva dos textos com o uso da Bíblia na catequese;
- Possibilitar o acesso ao tema proposto pelo texto, colaborando para a compreensão da mensagem;
- Ajudar na recepção da Palavra como expressão de fé;
- Fazer a ligação entre fé e vida à luz da Palavra;
- Auxiliar no processo de conhecimento da Palavra e de comunicação com Deus.

PARA A PRÁTICA DA LEITURA ORANTE DA PALAVRA DE DEUS

- Reconhecer que Deus continua a falar aos homens em Cristo, pelo Espírito – Ele fala, comunica-se. A revelação divina chega até nós pelas Sagradas Escrituras;
- Dialogar com a Palavra para estimular a reflexão e a participação na vida da família, da comunidade e da sociedade;
- Abrir perspectivas para o crescimento da fé por meio da leitura orante da Palavra de Deus;
- Despertar para o silêncio interior a fim de avançar na escuta orante da Palavra de Deus;
- Apresentar os quatro passos para a leitura orante: leitura do texto, meditação, oração e contemplação. 1) o que o texto diz; 2) o que o texto me diz; 3) o que posso dizer a Deus; 4) ouvir o Senhor na contemplação – acolher sua resposta e seguir em missão;
- Prosseguir na comunicação com o Pai, pelo Filho, no Espírito para a iniciação e para o crescimento bíblico e litúrgico.

A Palavra de Deus é “viva e eficaz” (Hb 4,12), é transformadora! Ela inspira a pessoa a uma mudança de vida. A leitura orante conduz à conversão. No processo de educação permanente da fé, tanto na família como na catequese, crianças, adolescentes e jovens aprenderão, na experiência com Jesus e na vivência da comunidade, todos os valores propostos no Evangelho, sobretudo nas bem-aventuranças (cf. Conferência Nacional dos Bispos do Brasil, Documento 26, 138).

Queridos catequistas: sejamos mensageiros da Boa-Nova de Jesus, com a vida e com o nosso testemunho de fé. ●



**QUAL A ORIGEM DO TÍTULO
"TRÊS VEZES ADMIRÁVEL
DE SCHOENSTATT"?**

◆ Valdeci Toledo ◆

É bem provável que muitas pessoas se questionem sobre a origem e o significado do título “Três Vezes Admirável” utilizado pelo Movimento de Schoenstatt, por isso, dedicamos estas linhas buscando elucidar a questão.

A expressão “Mãe Admirável” pertence à tradicional ladainha de Nossa Senhora. Conta-se que no dia 5 de abril de 1604, enquanto o padre jesuíta Jacob Rehm, junto com um grupo de congregados marianos, rezava a ladainha, teve a inspiração de perguntar a Nossa Senhora qual título mais a agradava. Em sua experiência milagrosa, ele percebeu que o título “Mãe Admirável” era o maior louvor que se podia dar a Maria. Assim, após ter uma experiência sobrenatural, o Padre Rehm pediu que se cantasse três vezes essa invocação. A partir daquele dia, os jesuítas, ao rezarem a ladainha, repetiam três vezes essa invocação. Mais tarde, passaram a utilizar a expressão “Maria Três Vezes Admirável”. Esse título ficou associado à Congregação Mariana de Ingolstadt (na Baviera, atual Alemanha), fundada pelo Padre Jacob Rehm.

Mais tarde, em 18 de outubro de 1914, o padre palotino Josef Kentenich fez uma conferência à Congregação Mariana do Seminário de Schoenstatt (em Vallendar, na Alemanha) na qual revelou sua aspiração e fé convicta de que “a missão e a ação da mãe de Deus não terminaram com a sua vida terrena, mas continuam até ao fim dos tempos”. Assim, depois dessa conferência, os congregados marianos schoenstattianos, sob a orientação do Padre Kentenich, consagraram-se e puseram-se ao serviço da mãe de Deus.

Depois disso, em abril de 1915, os congregados de Schoenstatt tiveram conhecimento da Congregação Mariana de Ingolstadt, que no século XVII assistiu a um extraordinário florescimento da piedade mariana, exercendo uma ação apostólica

considerável. Como em Schoenstatt, almejavam algo semelhante a Ingolstadt. Inicialmente, deu-se ao movimento nascente o nome de Paralelo Ingolstadt-Schoenstatt, hoje denominado Movimento Apostólico de Schoenstatt. Desse modo, herdaram da congregação de Ingolstadt o título de “Mãe Três Vezes Admirável”, que deram à imagem de Maria colocada na Capelinha de São Miguel.



Assim, os congregados marianos desse movimento testemunham seu amor e veneração honrando Nossa Senhora com o título de “Mãe, Rainha e Vencedora Três Vezes Admirável de Schoenstatt”



A partir desse novo santuário, originado na Capelinha de São Miguel, a mãe de Deus desenvolveu uma ação extraordinária no mundo todo. É interessante notar que em Schoenstatt, de modo diferente ao que acontece em outros lugares de peregrinação, Nossa Senhora concedia não somente a graça de curas físicas, também se manifestava como mãe e educadora do “homem novo”, na “nova criação em Cristo Jesus”. Assim, em Cristo Jesus, Maria, nossa mãe, opera milagres nas almas, como se costuma dizer em Schoenstatt.

De tal modo, quem vai a Schoenstatt, representada nos mais de duzentos santuários-capelas espalhados pelo mundo, tem a possibilidade de experimentar uma tríplice graça: a graça do acolhimento, a graça da transformação interior e a graça de fecundidade e missão apostólicas. Podemos, então, concluir afirmando que Maria, em sua plena comunhão com Deus, prossegue sua missão agindo de forma admirável. ●

NOSSA VOCAÇÃO É A SANTIDADE

◆ Pe. José Alem, cmf ◆

Asantidade, mais do que um conceito ou uma devoção, é um estilo de vida, um modo de viver inspirado no Evangelho. É a presença de Cristo que se espalha pelo mundo manifestando a riqueza de seu amor, que se expressa no perdão, na misericórdia, no serviço, na alegria, na esperança, no compromisso, na luta, na unidade e plenitude, na sabedoria, na acolhida, sobretudo no saber viver a vida.

A santidade é possível? Ela não é privilégio de alguns, destino já definido por Deus para alguns privilegiados. Não se trata de algo impossível para pessoas comuns. Cristo não nos pede o impossível. Devemo-nos, isto sim, rever certo conceito de santidade que circula normalmente entre o povo, um conceito de que santidade é manifestação de êxtase, milagres, visões e dons extraordinários. A santidade não reside nisso.

A santidade está no perfeito amor. Nossa vocação como cristãos é o amor, o que significa dizer ser santos. Ser santo é amar. Amar é que nos faz viver e expressar a santidade, portanto, a santidade é uma possibilidade de cada um de nós. São muitos os

que a atingiram, pois responderam com amor ao amor que lhes foi revelado.



Os santos que a Igreja proclama são pessoas que levaram a sério a sua vocação de cristãos e responderam de modo concreto aos desafios dos tempos



São pessoas que deram um significativo contributo para o desenvolvimento dos povos por meio de atos concretos que superaram as condições e limites do próprio contexto em que viveram.

Deus não pede menos para cada um de nós. Para muitos cristãos é necessária uma nova conversão, é preciso que recoloquemos a vida sobre seu verdadeiro eixo e assim fazer resplandecer através dos tempos e de nossas atividades e inesgotável presença de Cristo. Assim viveram os santos que veneramos, heróis do amor que souberam dizer com a vida o que é verdadeiramente necessário.

O exemplo dos santos nos enriquece como seres humanos e cristãos. Podemos descobrir neles um estímulo para o nosso crescimento e uma nova luz para aprender sempre mais o que significa ser cristão também nos tempos de hoje, que por um lado nos lançam contra a vida e por outro clamam incessantemente por ela, vida que só Cristo pode nos dar e que antes, como hoje, são muitos a encontrá-la.

Pensemos em nossa vocação. Um dia, de algum modo, sentimos o convite de Jesus para deixar tudo. Talvez de um modo sutil, suave, que nos fez perceber a beleza de uma vida diferente da que até então tínhamos concebido, uma vida completamente para Deus e para a humanidade, que reservaria também incógnitas e dores, mas pela qual irresistivelmente nos sentimos atraídos.

Nossa história de chamado é também uma coisa fulgurante e extraordinária, que nos apanha num momento especial da vida, qualquer que seja a condição espiritual em que possamos nos encontrar.

Entre os seus colaboradores, Deus chama também os pecadores, pessoas que, embora tenham vivido experiências negativas,

não ficaram parados nelas, souberam superá-las. Muitas histórias de santidade que embelezaram a Igreja e produziram muitos frutos nela vieram de vidas assim. A vocação não é algo acidental, mas, substancial; toca o ser humano no seu íntimo, uma espécie de nova criação. Quando alguém responde ao amor de Deus, que o chama com um ato de amor, acontece como que um ato esponsal espiritual entre os dois, é um dom total.

Pode ser que, às vezes, por parte do ser humano, falte a fidelidade. Pedro, o apóstolo por excelência, renegou o Mestre e também os outros discípulos o abandonaram na sua paixão. O chamado não implica uma perfeição completamente alcançada; ao contrário, exige a correspondência diária e se necessário recomeçar, pois é um processo dinâmico.

“Sede santos porque eu sou santo!” (Lv 11,44): esta é a nossa vocação e missão. Fomos criados à imagem e semelhança de Deus, que é santo, é o amor, a misericórdia. Vamos manter e desenvolver em nós essa nossa verdadeira identidade e assim vamos aprendendo o que é viver. ●



A ESPIRITUALIDADE DA EDUCAÇÃO DOS FILHOS

◆ João Melo* ◆



Imagem: Prostock-studio / Adobe Stock

No dia 23 de setembro, celebramos com carinho e reflexão o Dia dos Filhos. Uma ocasião especial para reconhecer a importância da educação dos filhos na fé católica, um investimento valioso para que cresçam como indivíduos espiritualmente enriquecidos. A espiritualidade da educação dos filhos é um pilar fundamental para cultivar uma fé sólida e, ao mesmo tempo, promover a liberdade de consciência e religiosa, como destacado pelo Concílio Vaticano II e abordado de maneira inspiradora no capítulo VII da exortação *Amoris Laetitia* do Papa Francisco.



Ao educar nossos filhos na fé católica, estamos plantando sementes que os acompanharão por toda a vida



Assim como Jesus cresceu em sabedoria e graça (cf. Lc 2,52), também é nosso dever como pais criar um ambiente onde a fé possa florescer. Olhando para o exemplo de Cristo, que foi criado como um bom judeu, podemos perceber a importância de uma base religiosa sólida na formação de uma identidade espiritual duradoura.

O capítulo VII da *Amoris Laetitia* nos oferece um guia inspirador sobre a importância de reforçar a educação dos filhos. O Papa Francisco nos lembra que a tarefa educacional é um processo contínuo e dinâmico, que demanda afeto, paciência e orientação. Educar na fé não se trata apenas de transmitir conhecimento, mas de cultivar um ambiente onde os filhos possam experimentar o amor de Deus e desenvolver uma conexão pessoal com Ele.

Nessa educação espiritual, a liberdade de consciência e religiosa desempenha um papel crucial. O Concílio Vaticano II destacou que essa liberdade é um direito humano fundamental, permitindo que cada indivíduo busque a verdade e viva de acordo com suas convicções interiores. Quando educamos nossos filhos na fé, é essencial fornecer-lhes ferramentas para que, ao crescerem, possam fazer escolhas informadas e conscientes em sua jornada espiritual.

A celebração do Dia dos Filhos neste mês oferece uma oportunidade valiosa para reforçar a importância da educação religiosa. Para comemorar essa data de maneira significativa, aqui estão algumas sugestões:

► Mensagem de Amor:

Escreva uma carta ou mensagem de amor aos seus filhos, enfatizando sua gratidão por tê-los em sua vida e seu compromisso de apoiá-los em sua jornada espiritual.

► Tempo de Qualidade:

Dedique um tempo especial para compartilhar histórias e ensinamentos religiosos com seus filhos. Isso pode ser feito através da leitura da Bíblia, contação de histórias ou discussões significativas.

► Momento de Oração:

Reserve um momento para orar juntos como família. Isso ajuda a criar um ambiente de comunhão espiritual e fortalece os laços familiares.

► Atos de Caridade:

Realizem juntos alguma ação de caridade, como doar alimentos para uma instituição de caridade ou visitar pessoas necessitadas. Isso ensina aos filhos a importância do amor ao próximo.

► Celebração na Igreja:

Participem de uma missa juntos como família, agradecendo a Deus pela dádiva dos filhos e buscando sua bênção para o futuro.

Ao educar os filhos na fé católica, estamos construindo um alicerce sólido para que eles vivam a fé de forma livre e espontânea. Inspirados pelo capítulo VII da *Amoris Laetitia*, recordamos que o afeto é central nessa jornada, criando um ambiente onde o amor de Deus pode florescer. Que esta celebração do Dia dos Filhos nos motive a nutrir a espiritualidade de nossos filhos, guiando-os em direção a um futuro de fé e liberdade. ●

***João Melo** é descendente dos retirantes que enfrentaram a seca de 1915 (Piauí e Ceará) e das apanhadoras de flores sempre-vivas ao pé da serra Negra em Itamarandiba (MG). É formado em Filosofia e Teologia. É paulistano e professor. Atualmente vive no Rio de Janeiro (RJ).

**JOVEM, NA IGREJA
HÁ LUGAR PARA**

VOCE!

◆ Pe. Luiz Antônio Guimarães ◆

O período da juventude é o mais belo e desafiante da vida, sobretudo porque é o tempo das descobertas, das decisões, do crescimento físico, psíquico e emocional, e das afirmações, incluindo as do âmbito da fé. É o tempo dos horizontes que se abrem para apresentar a vida como ela é aos jovens. A Igreja, por sua vez, não tem ficado alheia a essa realidade, garantindo que dentro dela há um lugar especial para todos, inclusive para os jovens.



No contexto atual, viver o período da juventude tem sido desafiador devido à enxurrada de informações que se apresentam aos jovens



Entre as tantas ideias que o mundo prega estão: "Na igreja não tem lugar para os jovens", "Para que o jovem ir à Igreja?" ou ainda "É cafona ser um jovem cristão". Enfim, esses e tantos outros pensamentos têm afrontado diretamente eles, e pelo fato de ainda estarem em processo de escolhas e amadurecimento, muitas vezes tomam tais pensamentos como verdadeiros, o que ocasiona um grande prejuízo.

A Igreja, como mãe que é, tem observado de perto essas

constatações do mundo moderno a fim de salvaguardar a vida desta camada da sociedade. Uma das grandes ações tem sido a Jornada Mundial da Juventude (JMJ), que foi criada em 1986 por São João Paulo II, tendo a primeira edição ocorrida naquele ano, em Roma. Este evento mundial é realizado, geralmente, a cada dois anos, com o intuito de reunir jovens de todo o universo católico e despertar nos que ainda não são Igreja o sentimento de que vale a pena seguir os passos de Jesus Cristo. Percebe-se, em cada edição, uma Igreja jovem para os jovens. A JMJ realizada no Brasil, em 2013, foi um marco divisor na história da evangelização da juventude neste país, reunindo mais de 4 milhões de peregrinos na orla de Copacabana, no Rio de Janeiro, e até hoje a Igreja tem colhido os frutos dela. As paróquias, os movimentos, as pastorais e as novas comunidades tiveram um reavivamento juvenil no pós-jornada.

Agora há pouco, no início do mês de agosto, aconteceu a XXXVII Jornada Mundial da Juventude em Lisboa, Portugal, e na cerimônia de acolhida as palavras do Papa Francisco foram encorajadoras e proféticas, além de cheias de emoção, ao dizer aos jovens que na Igreja há lugar para eles. "Na Igreja há espaço para todos, para todos. Na Igre-

ja ninguém sobra, ninguém está demais, há espaço para todos. Assim como somos, todos. Isso Jesus o disse claramente, quando manda os apóstolos para chamar para o banquete que esse senhor havia preparado. Ele disse: 'Saíam e tragam a todos. Jovens e velhos, saudáveis e doentes, justos e pecadores, todos, todos. Na Igreja há lugar para todos. 'Ah, eu sou um desgraçado, uma desgraçada, tem lugar para mim? Há lugar para todos, todos juntos''. Francisco fez com que os jovens pudessem enxergar que eles não são números, nem um a mais, são únicos e Deus os ama individualmente. "Amigo, amiga, se Deus te chama pelo nome, significa que, para Ele, nenhum de nós é um número, mas um rosto, uma cara, um coração (...) Jesus nunca fecha a porta, nunca, mas convida a entrar: 'Entre e veja. Jesus recebe, Jesus acolhe''.

Conscientes de que a Igreja tem estado muito atenta à evangelização da juventude e garante a eles que há um espaço todo especial para os mesmos serem Igreja, que cada jovem não perca tempo em ir, experimentar e viver sua juventude e todo o período de sua vida voltado para Deus, pois estar com Cristo é o melhor caminho para se ter uma juventude sadia e uma vida inteira feliz!

Jovem, que tal começar este caminho? Avante! ●

ALZHEIMER:

COMO IDENTIFICAR E
LIDAR COM PESSOAS
NA FAMÍLIA?

◆ Saúde e Bem-Estar ◆

Imagem: Andrii Zastachnov / Adobe Stock

A doença de Alzheimer é uma condição neurodegenerativa progressiva que afeta principalmente a memória e outras funções cognitivas. Até agora, a doença é irreversível e não tem cura, sendo responsável por 50% a 70% dos casos de demência. Com o aumento da expectativa de vida, a incidência da doença cresceu, tornando-se uma preocupação de saúde pública.

Causas: as causas exatas não são totalmente conhecidas. Fatores genéticos, idade, baixo nível de escolaridade, ambiente e problemas de saúde como diabetes e hipertensão podem contribuir para a doença.

Sintomas: os sintomas são graduais e progressivos, incluindo perda de memória, diminuição do pensamento crítico e alterações de humor. Existem três fases na doença.

Fase ligeira:
primeiros sinais de perda de memória e dificuldades em aprender coisas novas. Desorientação e ansiedade podem aparecer.

Fase severa:
incapacidade de se deslocar, falar e realizar cuidados pessoais, necessidade de assistência total e severa perda de memória.

Fase moderada:
acentuação dos déficits de memória, desorientação no tempo e espaço e dificuldades nas tarefas diárias. Alterações de humor e comportamento se tornam mais evidentes.

Diagnóstico: realizado por meio da avaliação da história pessoal, testes cognitivos e exames laboratoriais, embora o diagnóstico definitivo só possa ser feito após a morte.

Alterações de comportamento: a doença pode levar a comportamentos agressivos, ansiosos, repetitivos e desinibidos. Isso pode ser mais desafiador para os cuidadores do que as perdas cognitivas.

Estratégias para cuidar: cuidar de um paciente com Alzheimer é complexo. Algumas estratégias incluem manter uma atitude afetuosa, estabelecer contato visual, manter um ambiente calmo, utilizar linguagem corporal, falar claramente e usar frases curtas.

A conscientização sobre a doença de Alzheimer é vital para o entendimento e a empatia necessários no cuidado de pacientes, facilitando uma abordagem mais humana e efetiva para aqueles que sofrem dessa condição debilitante. ●

A BUSCA PELO AMADURECIMENTO NAS RELAÇÕES FAMILIARES

◆ Pe. Rodolfo Faria ◆

Estimado(a) leitor(a) da *Revista Ave Maria*, começo nossa reflexão mensal de setembro propondo uma busca pelo amadurecimento nas relações familiares.

Você já refletiu sobre o seu amadurecimento nos relacionamentos com os irmãos, com a sua família e a sua comunidade? Deus vem revelando, aos poucos, o que você pode fazer para mudar a direção da sua vida com o propósito de viver melhor em família, em comunidade, amando o irmão como Jesus o ama. Ainda temos uma última etapa a concluir. Vamos lá?

As circunstâncias difíceis e irritantes podem trazer à tona o melhor que há dentro de um cristão, mas, em contrapartida, também podem revelar o que há de pior nele. Pode ser que ele suporte, com paciência, tais circunstâncias, confiante de que Deus fará cooperar todas as coisas para o seu bem. Por outro lado, pode ficar gemendo e resmungando porque alguma coisa desagradável lhe aconteceu. Se acontece que certo irmão, ou irmã, contribui para o seu desconforto, ele pode começar a se queixar dessa pessoa em todos os seus círculos de amigos.

Às vezes, temos a tendência de transferir para os outros o nosso estado emocional de depressão, impaciência ou irritação. Muitas vezes, procuramos culpar os outros pelas nossas dificuldades ou ficamos a nos imaginar explorados pelo egoísmo deles. Assim, todas as vezes que conversamos com alguém começamos a nos queixar, murmurar e gemer a respeito do desgosto que este ou aquele nos causou. Quem murmura manifesta ruidosamente sua irritação contra algo que o incomoda.

O apóstolo Tiago, vendo que na comunidade cristã havia muitos ir-

mãos se queixando uns dos outros, disse: “Irmãos, não se queixem uns dos outros; para não serem julgados por Deus” (Tg 5,9).

O que significa queixar-se de um irmão? Significa expressar descontentamento, impaciência e mágoa em relação a ele, geralmente em conversa reservada. A palavra grega que se traduz como queixar-se significa, basicamente, “gemer”, isto é, reclamar, murmurar.

Como podemos viver esse ensinamento (não se queixem uns dos outros)? Devemos reconhecer que Deus utiliza as situações difíceis e penosas para desenvolver, em nós, uma fé, uma paciência e uma esperança mais firmes e cheias de fruto (cf. Tg 1,2-3).



**Nós, cristãos,
não devemos,
em conversa com
terceiros, acusar
os irmãos de
ter causado ou
intensificado as
situações difíceis ou
irritantes em que
esses se encontram**



Não devemos julgar as motivações ou ações dos nossos irmãos. Se alguém for culpado, devemos deixar que Deus faça o julgamento (cf. Tg 1,19; 4,12; 5,10-11).

Ainda que pensemos ter bastante motivo de queixa, nós, cristãos, não devemos gemer nossas mágoas aos outros. Deus só deixa dois caminhos: suportar e perdoar os irmãos (cf. Cl 3,13), ou advertir e aconselhá-los (cf. 1Ts 5,14; Rm 15,14).

É muito importante para a família viver o ensinamento de não se queixar uns dos outros. As críticas proferidas às escondidas são meios de semear ressentimentos e brigas dentro da Igreja de Cristo e de nossas casas. Murmurar é algo tão perigoso que Judas, em sua epístola, relaciona a murmuração diretamente com o comportamento dos falsos mestres. Ele diz que os murmuradores vivem em rebelião contra Deus e sua autoridade e certamente enfrentarão o julgamento divino. Mais ainda, diz que são pessoas que vivem segundo suas próprias paixões e de cujas bocas saem apenas palavras de soberba (cf. Jd 1,15-16).

Deus considerou as coisas ditas pelos murmuradores a respeito de Moisés como realmente sendo uma queixa rebelde contra sua própria liderança divina (cf. Nm 14,26-30). Os cristãos devem manifestar, em alto grau, o mútuo amor e a unidade. A família não pode funcionar bem quando os membros estão trabalhando uns contra os outros, mas, quando todos tomam posse e obedecem a esse ensinamento, a família fica livre desse tipo de contenda e das incapacitações que ela causa; assim, o pequeno grupo e a Igreja podem edificar-se na semelhança de Cristo.

Sendo assim, a maledicência é uma grave doença no corpo de Cristo, agindo como um veneno que não pode circular dentro da família, pois faria com que os membros vivessem desconfiados uns dos outros. O contrário acontece quando os cristãos evitam a maledicência: todos podem confiar nos familiares e edificarem uns aos outros, assim, será mais provável que os membros da família tenham igual cuidado uns pelos outros e expressem, diante do mundo, o amor e a unidade que Jesus quer. ●

EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA SAIR DO SEDENTARISMO:

MELHORANDO SUA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

◆ Dr. Ivan Reis* ◆

A modernidade trouxe muitas conveniências para nossas vidas, mas, também nos conduziu a um estilo de vida sedentário, com muitas horas de trabalho e altos níveis de estresse, que podem gerar impactos negativos na saúde como um todo. O sedentarismo, caracterizado pela falta de atividade física regular, está associado a diversos problemas de saúde, como obesidade, doenças cardíacas (principalmente o infarto agudo do miocárdio, cada vez mais comum), diabetes e problemas musculares. No entanto, a boa notícia é que a prática regular de exercícios físicos pode ajudar a combater esses efeitos negativos e melhorar significativamente a saúde e a qualidade de vida.

OS RISCOS DO SEDENTARISMO

O sedentarismo é uma realidade para muitos de nós, especialmente em um mundo em que os trabalhos de escritório e a tecnologia dominam nossas rotinas diárias. O problema é que nosso corpo foi projetado para se mover e a falta de movimento regular pode levar a uma série de complicações de saúde. Problemas cardiovasculares, ganho de peso, perda de massa muscular, doenças metabólicas, aumento da ansiedade e depressão são apenas algumas das consequências associadas ao estilo de vida sedentário.

OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA

Felizmente, sair do sedentarismo não requer uma mudança drástica. A introdução gradual de atividades físicas na rotina diária pode fazer uma diferença significativa. A prática regular de exercícios físicos traz inúmeros benefícios, como seguem abaixo.

1. Melhora do condicionamento cardiovascular: o exercício aumenta a capacidade do coração de bombear sangue, melhorando a circulação sanguínea e reduzindo o risco de doenças cardíacas.

2. Controle do peso: a atividade física queima calorias e ajuda a manter um peso saudável, evitando o ganho de peso excessivo e todos os problemas relacionados à obesidade, além da melhora da autoestima e uma sensação de bem-estar.

3. Fortalecimento muscular: exercícios como musculação, ioga e pilates fortalecem os músculos, promovendo uma boa postura e prevenindo lesões.

4. Aumento da energia: a prática regular de exercícios aumenta a energia e a disposição para realizar as atividades diárias.


5. Melhora do humor: a atividade física libera neurotransmissores relacionados ao relaxamento e sensação de bem-estar, o que pode ajudar a reduzir o estresse e a ansiedade.

Sair do sedentarismo não é apenas uma questão de estética, é de saúde e bem-estar geral. Introduzir exercícios físicos em sua rotina pode parecer desafiador inicialmente, mas os benefícios valiosos para a saúde são recompensadores. A prática regular de atividade física, supervisionada por profissional habilitado, não apenas reduz o risco de doenças, como também melhora a disposição, aumenta a energia e eleva a qualidade de vida, portanto, é hora de deixar o sedentarismo para trás e abraçar um estilo de vida mais ativo e saudável. Seu corpo e mente agradecerão.●



dicas para começar:

- 1 Procure um profissional habilitado: caso não tenha nenhuma restrição clínica ou doenças preexistentes, procure a orientação de um profissional de Educação Física. Caso já tenha doenças ou sequelas preexistentes, tais como infarto agudo do miocárdio, cirurgias recentes, problemas articulares, sequelas neurológicas ou doenças como fibromialgia, procure a orientação de um médico especialista e de um fisioterapeuta para prescrição dos exercícios e acompanhamento.
- 2 Defina metas realistas: estabeleça com o profissional que for acompanhar você metas alcançáveis. Não é necessário iniciar com exercícios intensos; pequenas mudanças já fazem diferença.
- 3 Escolha atividades de que gosta: encontre uma atividade física que lhe dê prazer. Pode ser caminhada, natação, dança, ciclismo ou qualquer outra coisa.
- 4 Integre o exercício à sua rotina: encontre maneiras de incorporar a atividade física em sua vida diária. Use as escadas, faça pausas para se alongar no trabalho ou caminhe até o supermercado.
- 5 Varie os tipos de exercício: a combinação de exercícios aeróbicos, como caminhada rápida, com exercícios de força, como levantamento de peso, pode ser benéfica.
- 6 Tenha consistência: a chave é a consistência. Mesmo que comece com poucos minutos por dia é importante manter uma rotina.

A woman with curly hair, wearing a light-colored sports bra and dark leggings, is captured in a squatting position. Her hands are clasped together in front of her chest, and she is looking slightly to her left. The background is a solid, light pink color.

***Dr. Ivan Reis** é fisioterapeuta e professor há mais de vinte anos, servidor público no município de Cruzeiro (SP), possui mestrado em Engenharia Biomédica e ênfase em Engenharia Pulmonar pelo Instituto Alberto Luiz Coimbra de Pós-graduação e Pesquisa de Engenharia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (COPPE/UFRJ). Atualmente leciona pela Universidade Estácio de Sá e trabalha no ambulatório de Fisioterapia da secretaria municipal de Saúde de Cruzeiro.

Imagem: Svetlana Sokolova / Adobe Stock

COM FRANCISCO,

SUPERAR A CRISE
DO COMPROMISSO
COMUNITÁRIO

◆ Pe. Thales Maciel Pereira* ◆



Imagem: Reprodução/WEB

MACARRÃO CREMOSO DE PANELA DE PRESSÃO

INGREDIENTES

500 g macarrão tipo penne
1 lata de molho de tomate pronto
2 medidas da lata de água
200 g de presunto picado
200 g de queijo muçarela picado
250 g de queijo cremoso
2 cubos de caldo de legumes

MODO DE PREPARO

Coloque a água, o molho de tomate, o caldo de legumes e o presunto na panela de pressão. Aguarde ferver, acrescente o macarrão e tampe a panela. Assim que pegar pressão, desligue o fogo e aguarde sair a pressão completamente. Abra e acrescente a muçarela e o queijo cremoso, misture bem e sirva quente.

Valor calórico: 188,17 kcal

SURPRESA DE ABACAXI

INGREDIENTES

1 abacaxi descascado e picado
2 xícaras (chá) de açúcar
1 lata de leite condensado
350 ml de leite
2 colheres (sopa) de amido de milho
4 gemas peneiradas
1 lata de creme de leite sem soro (ou caixinha)
4 claras em neve batidas com 5 colheres de açúcar
2 colheres (chá) de essência de baunilha

MODO DE PREPARO

Em uma panela em fogo médio, coloque o abacaxi picado com 2 xícaras de açúcar e deixe cozinhar até virar quase uma geleia. Retire do fogo e coloque em um refratário e reserve. Depois, bata no liquidificador o leite condensado, o leite, o amido de milho, as gemas peneiradas. Coloque numa panela e mexa sem parar até cozinhar. Retire do fogo e adicione o creme de leite e mexa bem. Despeje o abacaxi e reserve. Na batedeira, bata bem as claras e as 5 colheres de açúcar com a essência (opcional) até ficar bem duro em ponto de suspiro. Despeje o suspiro por cima do creme e leve ao forno médio para dourar por cerca de 20 minutos. Leve à geladeira e sirva. Fica uma delícia, é uma receita barata e gostosa.

Valor calórico: 224,5 kcal.



Imagem: Reprodução/WEB

Alimentação saudável é, sem sombra de dúvidas, uma das melhores formas para alcançar qualidade de vida. Por meio dela, nosso corpo funciona adequadamente e, além disso, auxilia na prevenção de doenças.

Deve ser balanceada, rica em proteínas, gorduras, carboidratos, fibras, vitaminas, água e sais minerais. Esses itens são essenciais para todas as pessoas que pretendem ter uma vida melhor. A diversidade de grãos, verduras, legumes e frutas deve fazer parte das refeições do dia a dia.

UM ESPELHO DE
VIRTUDES PARA

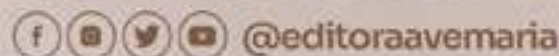
todas as mulheres



Viva o privilégio
de aprender com as
mulheres da Bíblia e seu
testemunho de oração,
fé e obediência a Deus.



Siga-nos nossas redes sociais



Acesse nosso site

avemaria.com.br



Bíblia

Capa

Símbolos

Lançamento!



A Presença de
Deus viva no
meio de nós.

Contemple com a nova Bíblia Capa Símbolos a simbologia cristã que revela a presença amorosa de Deus no ordinário da nossa vida.

Acesse avemaria.com.br,
conheça em detalhes e
adquira a sua!

AM
EDITORA
AVE-MARIA

Siga-nos nas
redes sociais

