

Revista

Ave Maria

Ano 126 | Janeiro 2024



POR

MARIA

NOS VEIO "A PAZ"

REPORTAGEM

Amor que cura! A história de quem dedica a vida aos enfermos

JUVENTUDE

Ano novo, novos sonhos, novas realizações

CONSULTÓRIO CATÓLICO

Qual a importância dos padrinhos na vida cristã?

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



FELIZ E ABENÇOADO ANO NOVO

Sempre que começamos mais um ano, um profundo sentimento de gratidão se faz presente em nossos corações. É bem verdade que a linha do tempo é contínua e a mudança acontece mais nos calendários do que na vida, no entanto, existencial e psicologicamente faz toda diferença concluir bem uma etapa e começar outra com entusiasmo e bons propósitos. Isso nos ajuda a estabelecer metas para o futuro, bem como a avaliar o que realizamos no passado.

É muito importante que os propósitos para o novo ano sejam factíveis, isto é, possíveis de ser realizados. Nossos votos são de que a Palavra de Deus ilumine os passos de todos os que nos acompanham pela *Revista Ave Maria*.

Desejamos que o Senhor abençoe e guarde você (cf. Nm 6,22-27), que sua bênção esteja presente em cada dia deste novo ano. Com algumas palavras do Salmo 66[67], desejamos “Que Deus nos dê a sua graça e a sua bênção”, que são fundamentais para as nossas vidas.

Neste mês, tradicionalmente, comemoramos o Dia Mundial da Paz, comemoração instituída em 1967 pelo Papa Paulo VI, tendo entrado em vigor a partir de 1968. Não só no primeiro dia do ano, mas também em todos os dias precisamos

rezar pela paz no mundo e, sobretudo, para que haja paz nos corações das pessoas. A paz não é só um dom que vem do alto, é um compromisso a ser cultivado no fundo do coração e com todas as forças a fim de que sejamos construtores e protagonistas de um mundo de paz.

Vivemos num mundo marcado pela intolerância e pelo radicalismo. Um mundo de paz só se constrói pelo respeito e pela aceitação de quem é diferente de nós.

Neste mês celebramos também a Solenidade de Santa Maria, Mãe de Deus. É Mãe de Deus por ter aceitado livremente a maternidade divina, como vocacionada do Pai. É o mais antigo entre os dogmas marianos proclamados pela Igreja. O Concílio de Éfeso (431) afirmou a unidade da pessoa de Cristo, proclamando também Maria mãe do Filho de Deus, mãe porque geradora do Verbo encarnado, portanto, Mãe de Deus (*Theotókos*).

Os pastores vão às pressas ao encontro do Menino Jesus e voltam glorificando e louvando a Deus por tudo que tinham visto e ouvido. Nossas vidas se dividem entre a busca do Cristo vivo e o louvor pelo seu encontro e presença neles. O encontro com o Cristo por meio da Palavra e da Eucaristia enche nossos corações de santa alegria.

Feliz e abençoado ano novo a todos! ●



Ave Maria

125 anos

Notas Marianas

NOSSA SENHORA DESATADORA DOS NÓS

Em 1700, Johann Schmidtner fez uma pintura de Nossa Senhora Desatadora dos Nós, que atualmente se encontra na capela de São Pedro (Sankt Peter), em Augsburg, na Alemanha. A inspiração do artista veio do livro do Apocalipse 12,1 – “Apareceu em seguida um grande sinal no céu: uma mulher revestida do sol [Mãe de Deus], a lua debaixo de seus pés [Imaculada Conceição] e na cabeça uma coroa de doze estrelas [Mãe da Igreja]” – e da frase de Santo Irineu “Eva, por sua desobediência, atou o nó da desgraça para o gênero humano; Maria por sua obediência, desatou-o”. O Papa Francisco tem sido grande divulgador dessa devoção na Argentina.

SUMÁRIO



6 ESPAÇO DO LEITOR

VOCAÇÕES NA BÍBLIA

8 AMÓS, O JUSTO

10 ACONTECE NA IGREJA

SANTO DO MÊS

12 SÃO BASÍLIO

MÚSICA SACRA

14 CANTAR EM COMUNIDADE

REFLEXÃO BÍBLICA

16 SOLENIDADE DA DIVINA MATERNIDADE DE MARIA

CONVERSÃO

18 A CONVERSÃO DE PAULO É VITÓRIA DO RESSUSCITADO

PROJETO DE VIDA

20 PROJETO DE VIDA PARA 2024: COMO CAMINHAR NESTE NOVO ANO?

DONS

22 DONS E TALENTOS A SERVIÇO DOS DEMAIS

LANÇAMENTO

24 CONSAGRA-TE AO TEU MINISTÉRIO: PÉROLAS PARA O SERVIÇO DE DEUS



REPORTAGEM

26 AMOR QUE CURA: A HISTÓRIA DE QUEM DEDICA A VIDA AOS ENFERMOS

31 LITURGIJA DA PALAVRA

CRÔNICA

36 ANO NOVO

SANTUÁRIOS BRASILEIROS

44 SANTUÁRIO DE SÃO JOÃO BOSCO, A CASA DA JUVENTUDE EM BRASÍLIA

46 PALAVRA DO PAPA

CATEQUESE

48 CATEQUESE É UM ENCONTRO COM JESUS

CONSULTÓRIO CATÓLICO

50 QUAL A IMPORTÂNCIA DOS PADRINHOS NA VIDA CRISTÃ?

ESPIRITUALIDADE

52 A REVOLUÇÃO DE AMAR

MODELO

54 SER IGREJA, ESCUTAR A IGREJA

JUVENTUDE

56 ANO NOVO, NOVOS SONHOS, NOVAS REALIZAÇÕES!

SAÚDE

58 JANEIRO BRANCO: COLOQUE A SAÚDE MENTAL COMO PRIORIDADE EM 2024

RELAÇÕES FAMILIARES

60 A MISSÃO DE RECOMEÇAR

VIVA MELHOR

62 SETE DICAS PARA MELHORAR A SAÚDE BUCAL

EVANGELIZAÇÃO

64 NAS PEGADAS DE FRANCISCO, EVANGELIZAR COM ESPÍRITO

66 SABOR & ARTE NA MESA

Revista
Ave Maria

Direção Administrativa

Rodrigo Godoi Fiorini

Direção Editorial

Lúis Erlin (MTB 52736/SP)

Gerência Editorial

Álison Henrique Monte

Editor Assistente

Isaías Silva Pinto

Projeto Gráfico

Rodrigo Henrique da Silva

Diagramação

Fábio 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

Madona Sistina- Rafael Sanzio/ Wikipedia

f /revistaavemaria

@revistaavemaria

revistaavemaria.com.br

MARIA: DEVOÇÃO E MATERNIDADE

◆ Pe. Brás Lorenzetti, cmf ◆

Os tempos litúrgicos do Advento e do Natal primam pela presença de Maria, com os mais variados títulos, porém, todos relacionados à sua maternidade: Nossa Senhora da Conceição, Maria preservada do pecado original; Nossa Senhora da Expectação, representa a Virgem Maria grávida, que traz em seu seio o filho que está para nascer; Nossa Senhora do Bom Parto também lembra o fim da gravidez e a iminência de dar à luz, aqui invocada como protetora das mulheres que vão ser mães; chama a atenção o de Nossa Senhora do Ó, indicando surpresa, expectativa e esperança pelo momento que vive: a graça de gerar Jesus, o Filho de Deus, na hora de nascer. Todos esses nomes, numa invocação mais simples e compreensível, podem ser resumidos no título de Nossa Senhora da Espera, sempre referida ao momento de dar à luz.

O nome Nossa Senhora do Ó tem sua origem num gesto carinhoso do povo que, ao rezar as orações pré-natalinas, que começam sempre com a exclamação “Ó”, passou a chamá-la carinhosamente de Nossa Senhora do Ó: “Ó rebento da Raiz de Jessé (...). Ó Sabedoria infinita (...). Ó Emanuel (...) vinde salvar-nos!”. A expectativa pelo nascimento do Menino Jesus é mais do que uma curiosidade, pois sua concepção se apresenta envolvida em mistério divino desde o seu anúncio. Aliás, os títulos de Nossa Senhora da Espera, da Expectativa, do Bom Parto e do Ó todos eles lembram a grandeza da missão de Jesus, antes e depois do seu nascimento.

A piedade cristã tomou posse desse patrimônio espiritual mariano e o incluiu no rol dos nomes marianos relacionados à maternidade.

A iconografia representa Maria grávida, com uma das mãos sobre o ventre, indicando que Jesus, mesmo antes de nascer, é a fonte da vida, por isso, a ternura de mãe e a fragilidade do Jesus Menino fazem do Natal a festa cristã de maior esplendor, brilho e come-



Imagem: A Virgem com os anjos, por William-Adolphe Bouguereau, 1900 / Wikipedia

moração. Não há coração que não fique enternecido diante de tanta singeleza. Em Maria, dando à luz e acolhendo o Menino, sentimos-nos iluminados, acolhidos e acariciados pelo próprio Deus. Com uma mãe assim, podemos recorrer a ela com toda a confiança.

Ó Maria, mãe da Igreja, mãe de todas as mães e mãe de todos, rogai por nós! ●

JÁ SABE QUAL SANTO SERÁ SEU INTERCESSOR NESTE ANO?

Iniciamos 2024 com uma tradição especial: a escolha do seu santo intercessor para o ano! Esse é um momento de crescimento espiritual e conexão mais profunda com a fé.

COMO FUNCIONA?

No início do ano, após um momento de oração, cada um de nós é “escolhido” por um santo. Acreditamos que esse santo guia-

rá e protegerá cada um durante o ano, inspirando caminhos de fé e santidade. É uma oportunidade para aprender mais sobre a vida do santo, buscar sua intercessão e dedicar-se a orações e sacrifícios pelas intenções da Igreja.

A TRADIÇÃO

Essa prática começou com a inspiração de que cada santo tem um papel único em nossas vidas.

Ao sortear um santo, descobrimos um novo guia espiritual para o ano. Se o santo escolhido for desconhecido para você será uma chance para descobrir mais sobre ele; se já for conhecido será uma oportunidade para aprofundar essa relação.

Os santos estão numerados conforme os dias de cada mês. O dia em que nasceu guarda o Santo que lhe acompanhará em 2024! ●



Imagem: Reprodução/WEB

INTENÇÕES PARA O NOVO ANO QUE SE INICIA

“Para este ano, espero fortalecer minha conexão com Deus.”
(**Maria Silva**)

“Meu desejo é contribuir mais para minha comunidade, sendo mais compreensivo.”
(**João Santos**)

“Meu objetivo para 2024 é aprofundar minha vida de oração, buscando ser mais atento à voz de Deus em minha vida.”
(**Ana Costa**)

“Neste ano, espero inspirar os jovens da minha comunidade, compartilhando minha fé e experiências.”
(**Pedro Alves**)

QUER GANHAR LIVROS DA EDITORA AVE-MARIA?

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

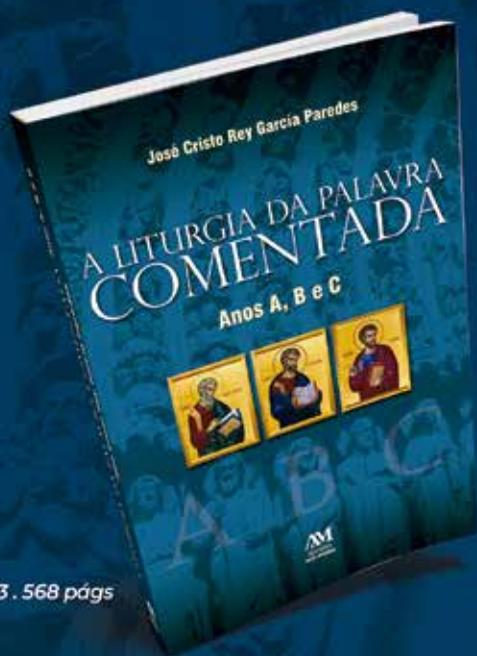


QUEREMOS SABER A SUA OPINIÃO

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 | Janeiro, 2024 • 7

Um guia completo para percorrer profundamente o Ano Litúrgico!



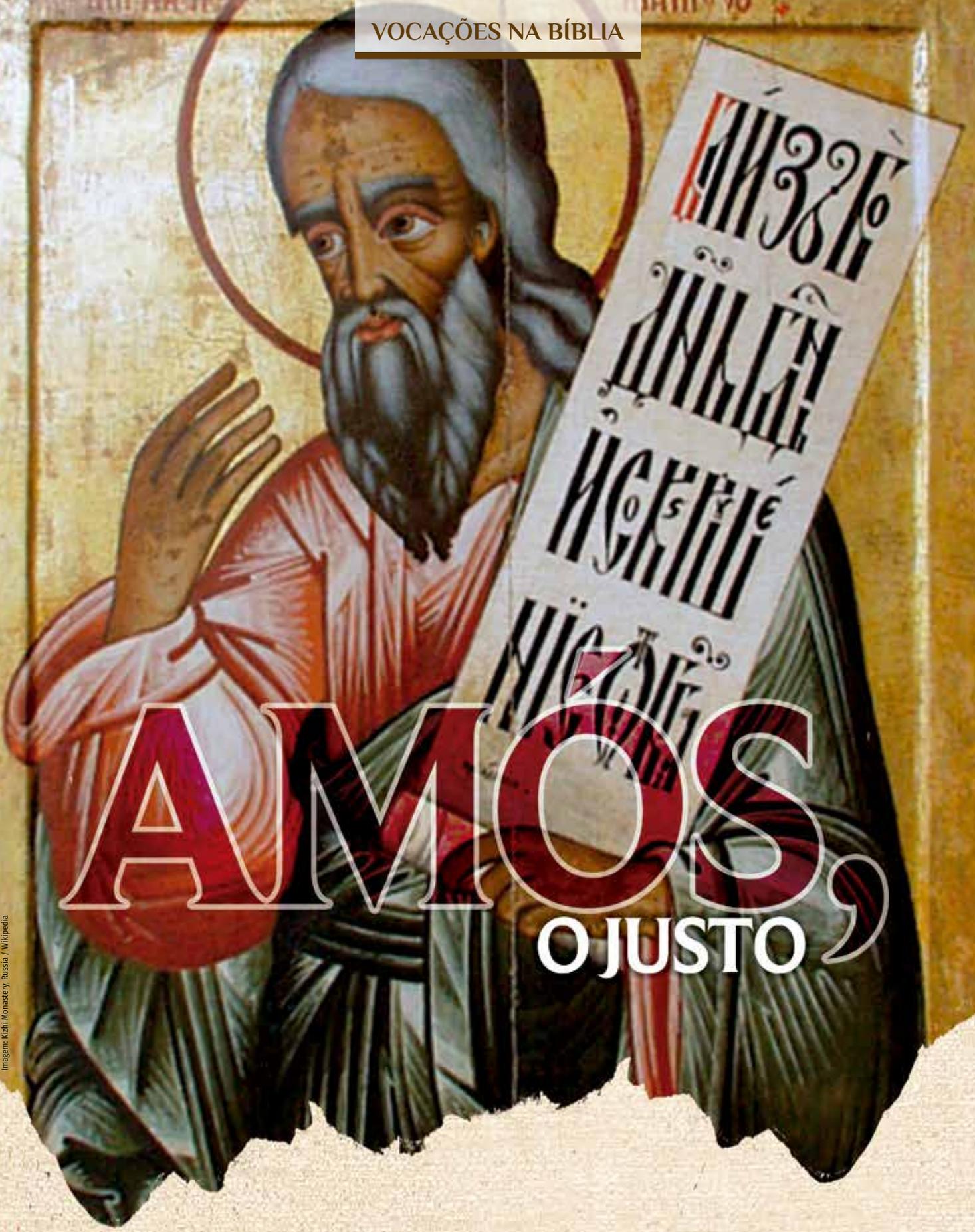
16x23 . 568 págs

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.

AM
EDITORA
AVE-MARIA

Garanta já o seu!
À venda nas melhores livrarias
ou em www.avemaria.com.br

Siga-nos nas redes sociais:



AMOS

O JUSTO

Imagem: Kzhi Monastery, Russia / Wikipedia

FILHO DE PADRE É ORDENADO DIÁCONO

Adriano Müller, de 63 anos, foi ordenado diácono permanente em 15 de novembro de 2023, numa cerimônia realizada na catedral diocesana de Novo Hamburgo (RS). Esse momento significativo na vida de Adriano segue um caminho semelhante ao de seu pai, que também se tornou diácono e, posteriormente, padre, após a morte de sua esposa.

Adriano, já atuando há mais de dezesseis anos como ministro extraordinário da sagrada Eucaristia na Paróquia de Nossa Senhora das Graças, em Novo Hamburgo, agora compartilha uma conexão única com seu pai: ambos têm um ministério na Igreja Católica. Seu pai, Paulo Müller, atualmente com 87 anos, optou pela vida sacerdotal após o falecimento de sua esposa, em 1988, uma decisão

que teve um profundo impacto na família. “Quando nossa mãe faleceu, nós nos perguntamos como seguiríamos sem ela. O pai estava muito triste”, disse Adriano à ACI Digital. “Lembro-me de quando ele decidiu estudar para ser diácono. Eu o encorajei, dizendo que isso encheria ainda mais seu coração com Jesus”, acrescentou ele.

Anos depois, Paulo surpreendeu a família ao anunciar sua decisão de se tornar padre. “Foi incrível ter um pai padre, algo bastante raro”, celebrou Adriano.

Agora é Adriano que segue os passos de seu pai, enchendo o coração de Paulo com alegria e orgulho. “Estou muito contente por meu filho seguir o caminho do Senhor. Espero que ele permaneça determinado em seu propósito e alcance o que seu coração deseja em nome de Deus”, expressou Padre Paulo.

O vínculo familiar com a fé em Cristo é uma característica marcante para os Müller. “Esse amor por Cristo só pode ser obra do Espírito Santo. Não há outra explicação para o amor que sentimos, o mesmo amor que meu pai tem por Cristo, que permeia nossa família... Minha esposa também é muito devota e juntos buscamos nossa santidade, sempre mais próximos do Senhor”, compartilhou Adriano em um vídeo da Diocese de Novo Hamburgo.

Inicialmente programada para 2024, a ordenação de Adriano foi adiada devido aos problemas de saúde de seu pai. Adriano sempre viu seu pai como um exemplo a seguir, inspirando-se em seu lema diaconal: “Servi ao Senhor, dele ouvi, aprendi e O segui”.

Fonte: *Aleteia*

PADRE DA CIDADE DE TAUBATÉ (SP) INAUGURA HOSPITAL ESPECIALIZADO EM DOENÇAS RARAS

Na cidade de Taubaté, localizada no Estado de São Paulo, um novo marco na área da saúde foi estabelecido em 12 de dezembro último. A Casa de Saúde Nossa Senhora dos Raros abriu suas portas, oferecendo tratamento gratuito para pacientes com doenças raras. Esse hospital não só atende a população de Taubaté, mas também estende seus serviços para toda a região do Vale do Paraíba.

A criação desse hospital é uma realização da Associação Mis-

são Sede Santos, sob a liderança do Padre Marlon Múcio, que é portador de uma doença genética neurodegenerativa extremamente rara. Dentre os apoiadores do projeto, destacam-se figuras notáveis como Dom Wilson Luís Angotti Filho, bispo da Diocese de Taubaté, o cantor católico Dunga, a família Cazarré e a cantora Elba Ramalho. Em uma entrevista concedida ao portal de notícias G1, Padre Marlon detalhou os serviços oferecidos pela casa de saúde: “Na nossa instituição, os

pacientes terão acesso a consultas com geneticistas, neurologistas, ginecologistas e cardiologistas, além de terapias essenciais para a reabilitação daqueles com alguma doença rara. É um projeto inovador que representa uma grande esperança para pessoas com doenças raras no Brasil”, afirmou. Os atendimentos na Casa de Saúde Nossa Senhora dos Raros serão realizados tanto de forma *on-line* quanto presencial, por uma equipe de médicos e profissionais voluntários.

COMO AGENDAR UMA CONSULTA

Para marcar uma consulta, os interessados devem preencher um formulário disponível *on-line* e aguardar o retorno do hospital. Existe ainda a opção de encami-

nhamento por profissionais do Sistema Único de Saúde (SUS), já que o sistema público não disponibiliza esse tipo de serviço especializado.●

Fonte: A12/Redação

DETALHES SOBRE A IMAGEM DA VIRGEM DE GUADALUPE QUE INTRIGAM CIENTISTAS

A imagem de Nossa Senhora de Guadalupe, venerada pelos católicos, continua a ser um objeto de fascínio e estudo, especialmente devido às suas características únicas e misteriosas. Essa veneração remonta à aparição da Virgem Maria ao indígena Juan Diego, em 1531, e a imagem que surgiu em sua *tilma*, um tecido simples, ainda desafia explicações científicas.

A história conta que, durante uma das aparições, a Virgem Maria pediu a Juan Diego que recolhesse rosas de Castilla em sua *tilma* e as apresentasse ao arcebispo do México como prova das aparições. Ao desdobrar a *tilma* diante do arcebispo, a imagem de Nossa Senhora de Guadalupe estava miraculosamente impressa no tecido. Esse evento levou à conversão de mais de 9 milhões de astecas ao cristianismo nos anos seguintes e Juan Diego foi canonizado em 2002 por São João Paulo II. Dentre as características intrigantes da imagem, destacam-se algumas que serão apresentadas a seguir.

Características únicas e inexplicáveis: a *tilma*, feita de fibras de cacto, tem uma superfície suave onde a imagem está estampada, contrastando com sua textura áspera original. Estudos infravermelhos

indicam a ausência de pinceladas, sugerindo que a imagem foi criada de uma só vez. A coloração da imagem também não corresponde a pigmentos animais ou minerais conhecidos na época.

Mais do que uma pintura: a imagem não pôde ser replicada com as técnicas de pintura conhecidas, nem mesmo por artistas renomados como Miguel Cabrera no século XVIII. Semelhanças com o corpo humano: análises mostraram que a *tilma* mantém uma temperatura constante semelhante à do corpo humano. Além disso, um oftalmologista identificou a imagem de treze pessoas refletidas nos olhos da Virgem. Resistência incomum: a *tilma* sobreviveu a eventos que poderiam tê-la destruído, como um derramamento de ácido nítrico e uma explosão de bomba, sem sofrer danos significativos.

Outros elementos da imagem, como o cabelo solto da Virgem, as mãos de duas tonalidades, as estrelas no manto alinhadas com as constelações de 1531 e a representação de símbolos astecas, como a lua sob os pés da Virgem e os raios intensificados no ventre, adicionam camadas de significado e mistério a essa venerada imagem.●

Fonte: ACI Digital



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



2 DE JANEIRO

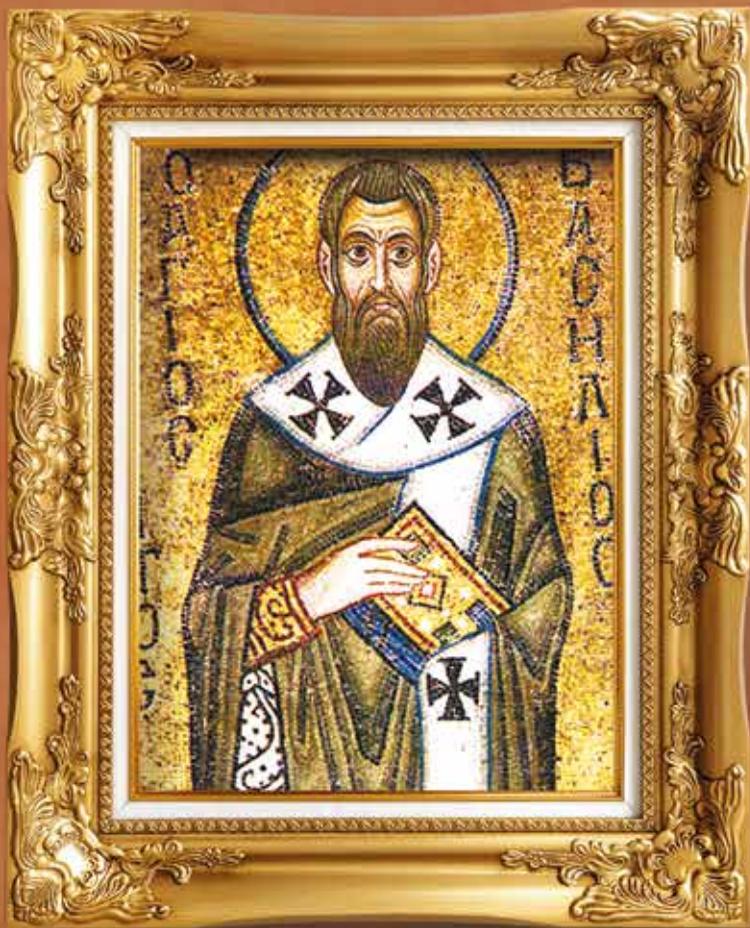


Imagem: São Basílio o Grande, Mosaiço, Kiev Hagia Sophia, século XI / Wikipedia

SÃO BASÍLIO

BISPO, PADRE E DOUTOR DA IGREJA

(330-379)

“P erdi um belo pedaço de tempo indo atrás das vaidades; gastei toda a minha juventude com ocupações inúteis, enquanto me voltava totalmente para o aprendizado das doutrinas próprias de uma sabedoria que Deus tinha definido como insensatez. Depois de um belo dia, tive a impressão de ter despertado de um sono profundo. Assim que

volvi meus olhos para a maravilhosa verdade evangélica, compreendi a inutilidade da sabedoria dos mestres deste mundo, feita de nada. Lamento agora amargamente minha vida miserável e fiz uma prece: pedi que me fosse mostrado o caminho que me fizesse chegar à vida interior”, afirma o Santo.

É dessa forma que Basílio conta sua conversão. Quando, aos 26 anos, decidiu receber o Batismo, do seu passado de negativo havia bem pouco, talvez um pouco apegado ao estudo. Por outro lado, vinha de uma família afortunada, rica de valores humanos da cultura e da riqueza bem administrada e de uma genuína fé cristã.

Os avós gozavam da auréola do martírio, pois, durante a perseguição do imperador romano Maximino, durante sete anos tiveram que ficar escondidos nos montes, no meio do mato, vivendo de caça e correndo o risco de perder a propriedade rural. Os pais, Basílio e Emmelia, tinham o mesmo temperamento e a comunidade cristã de Cesareia colocou-os entre os seus santos. A irmã mais velha, Macrina, era virgem consagrada e chefiava uma comunidade de companheiras num mosteiro construído em uma propriedade paterna, tinha uma grande ascendência também sobre o próprio Basílio por sua santidade. Os outros dois irmãos não ficavam atrás: Gregório, bispo de Nissa, brilhava pela sabedoria e Pedro, bispo de Sebaste, cumpria, com honra, seu trabalho.

DESDE CRIANÇA, DEDICADO AOS ESTUDOS

Basílio nasceu em Cesareia, na Capadócia, em 329 ou 330 d.C. Ainda em tenra idade, devendo seu pai transferir-se para Ponto, foi entregue à avó paterna, que se chamava Macrina, como sua irmã. A avó era uma mulher

nobre e cristã considerada de peso; foi discípula de São Gregório, o Taumaturgo, e soube instilar no coração do pequeno Basílio toda a riqueza do Evangelho não como uma norma para ser observada, mas como um compromisso de vida. Dela, o santo doutor conservou sempre uma lembrança cheia de afeto e admiração.

Basílio ficou órfão de pai quando tinha 13 ou 14 anos, mas, pela convivência numa família numerosa, esse fato não influenciou negativamente sobre sua pessoa. Continuou os estudos primeiro em Cesareia, depois em Constantinopla e, finalmente, em Tenas. Aí o esperava Gregório, amigo de coração desde os tempos de estudos em Cesareia.

Os dois amigos porfiavam na busca da verdadeira sabedoria e despertavam admiração dos companheiros. Por fim, fundaram um círculo de amigos com as mesmas intenções: deixar-se guiar não pelos interesses materiais passageiros, mas pelos valores superiores, como haviam feito os sábios da Antiguidade e como faziam então os ascetas do deserto. Tiveram contatos também com o futuro imperador Juliano, que depois se tornou o apóstata. Segundo o testemunho de Gregório, desde então como estudante não era boa “peça” e, embora demonstrasse estima pelos dois capadócijs, não lhes seguia absolutamente o exemplo.

Depois de cinco anos de estudos na capital da sabedoria grega, Basílio retornou à sua pátria, escutando o chamado da irmã Macrina e de Eustázio, bispo de Sebaste. Macrina lhe fazia com-

preender que já era hora de ser batizado e de deixar de lado a vaidade da ciência humana para se dedicar somente a Deus, da mesma forma que ela já havia feito há muito tempo; Eustázio o convidava a ajudá-lo a implantar a vida monástica na sua região.

UMA VIAGEM, UMA LUZ

Nesse período, duas realidades amadureceram no coração e na mente de Basílio, que tinha uma grande admiração pela vida dos monges. Assim ele se apressava na carta endereçada ao amigo Gregório: “Admirei a dureza da vida deles, a constância que têm na ascese... Como se vivessem numa carne não própria, por seu modo de compreender o que significa ser peregrino nesta vida e ter a própria cidadania no Céu. Fiquei muito admirado e compreendi que a vida deles estava no Paraíso, pois demonstravam com o próprio comportamento que traziam no próprio corpo a morte de Jesus. Então comeci a orar como um louco para ter a graça de me tornar como um deles”. E se tornou monge.

Percebia, porém, uma coisa: se, de um lado, os ascetas do deserto demonstravam claramente a radicalidade do amor a Deus, não tinham contemporaneamente a possibilidade de vivê-la no amor ao próximo, isolados uns dos outros, até mesmo quando eram fisicamente vizinhos. Ao contrário, a experiência que ele havia feito com Gregório, quando este o recebeu na sua ermida às margens do Íris, era bem diferente e mais profunda. Certo Gregório presbítero deixou escrito que Basílio e Gregório, “tendo cursado juntos

os estudos humanísticos e permanecendo separados por pouco tempo um do outro, correram novamente um para perto do outro... Dessa forma se cumpriam neles aquelas palavras: ‘Onde estão dois ou três reunidos em meu nome, eu estou no meio deles’ [Mt 18,20]. Ainda mais, permanecendo ali juntos, cresciam na virtude estimulando-se um ao outro e elaboravam as leis da vida monástica para homens religiosos e consagrados a Deus retirados do mundo”. Não havia dito Jesus que os dois mandamentos, o amor a Deus e ao próximo, são inseparáveis?

Se os monges, além disso, quisessem viver como vivia a primeira comunidade de Jerusalém, deviam ir ao encontro também das necessidades das igrejas locais, oferecendo não só as orações e os exemplos, mas dedicando-se também à instrução e às obras de caridade. Desse modo, os valores evangélicos da vida ascética podiam ser vividos também pelo clero e pelos leigos, segundo a vocação de cada um.●

DICA DE LIVRO



MÁRTIRES E SANTOS DO CALENDÁRIO ROMANO,
de Enrico Pepe, publicado
pela Editora Ave-Maria.



CANTAR EM COM UNI DADE

SOLENNIDADE DA

Imagem: Madama e Criança, Filippo Lippi / Wikipedia

Divina
MATERNIDADE
DE MARIA

◆ Pe. Antônio Ferreira, cmf ◆

Ao iniciar o novo ano, no primeiro dia a liturgia celebra Maria como Santa Mãe de Deus, pois ela deu à luz Jesus, o Salvador. Jesus, com sua vida, morte e ressurreição, venceu o mal em sua raiz. A Solenidade da Divina Maternidade de Maria, *Theotókos*, traz em si o grande anúncio que é para toda a humanidade: “Hoje vos nasceu na Cidade de Davi um Salvador, que é o Cristo Senhor” (Lc 2,11). É motivo de júbilo. Toda a história está sob o senhorio de Jesus Cristo.

A grande alegria é o nascimento de uma criança. É a afirmação de que Deus se fez carne por obra do Espírito Santo. Nesse acontecimento, “os pastores foram com grande pressa e acharam Maria e José, e o menino deitado na manjedoura” (Lc 2,16). Na divina maternidade de Maria, Jesus, sem deixar de ser divino, assume a condição humana. A plenitude da bênção de Deus alcança toda a humanidade. Ao nascer, une-se a toda ela. Assim como os pastores, todos são chamados a ir ao encontro do Senhor, ou seja, humanizar-se no amor. Em cada ato de amor, a pessoa se faz mais humana a exemplo de Jesus e coloca em prática o seu mandamento: “Amai-vos como eu vos amei” (Jo 13,32).

Em Cristo, a plenitude da revelação do que é ser verdadeiramente humano. A Constituição Pastoral *Gaudium et Spes*, do Concílio Vaticano II, no número 22, assim expressa: “Na realidade, o mistério do homem só se torna claro ver-

dadeiramente no mistério do Verbo encarnado (...). Cristo manifesta plenamente o homem ao próprio homem e lhe descobre a sua altíssima vocação”.

Em seu encontro com a criança, os pastores louvam e glorificam a Deus: “Os pastores voltaram, glorificando e louvando a Deus por tudo que tinham visto e ouvido, conforme lhes tinha sido dito” (Lc 2,20). A alegria que sentem torna-se a característica cristã.

O Papa Francisco, ao escrever a Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium*, convida e encoraja todos os cristãos a viver essa mesma experiência quando nos diz “A alegria do Evangelho enche o coração e a vida inteira daqueles que se encontram com Jesus. Quantos se deixam salvar por Ele são libertados do pecado, da tristeza, do vazio interior, do isolamento”.

O sinal dado aos pastores para o reconhecimento do Salvador é que Ele está “deitado na manjedoura”. É bastante significativo, pois a manjedoura é o lugar onde o alimento é oferecido. Na Eucaristia, Jesus se faz alimento, entregando sua vida para que todos tenham vida em abundância (cf. Jo 10,10).

A criança, ao ser apresentada, recebe um nome: “Completados que foram os oito dias para ser circuncidado o menino, foi-lhe posto o nome de Jesus, como lhe tinha chamado o anjo, antes de ser concebido no seio materno” (Lc 2,21). Em hebraico, significa “Deus salva”. Deus salva, libertando a todos de toda escravidão.

Na celebração da Eucaristia, realiza-se o encontro com Jesus, o Deus Salvador, que nos alimenta com a sua Palavra e com o seu corpo e sangue e nos envia em missão para que a mesa da vida seja para todos sem discriminação ou desigualdade em tudo aquilo que compõe a vida.



No grande evento, Maria “conservava todas essas palavras, meditando-as no seu coração” (Lc 2,19). Maria, a mãe do Filho de Deus, aponta a nós o caminho para todos os que desejam fazer um encontro pleno com seu filho, Jesus, que traz consigo a salvação para toda a humanidade



O grande anúncio que se dá na noite de Natal deve preencher de sentido todos os demais dias do ano: “Nasceu para vós o Salvador, que é o Cristo Senhor” (Lc 2,11), chama-nos à fraternidade, pois em Jesus somos todos irmãos e irmãs, ao empenho na construção de uma história em que a justiça seja o elo forte, o amor seja a verdade absoluta a solidificar as relações e a vida seja plena para todos. Uma terra sem males. ●

A CONVERSÃO DE PAULO É *vitória* DO RESSUSCITADO

◆ Rosa Maria Dilelli Cruvinel* ◆

A espetacular conversão de Paulo é fruto de seu encontro pessoal com o Ressuscitado. Ele mesmo narra sua história de salvação pessoal, tendo como ponto fundamental da sua conversão a sua experiência de encontro com Jesus, que lhe aparece no caminho de Damasco (cf. At 9,3-30; 22,4-16; 26,9-18).

Como era Paulo antes desse encontro com Cristo? Saulo foi formado um homem temente a Deus e fiel seguidor do judaísmo, do grupo dos fariseus (cf. Gl 1,11-16). Era um perseguidor feroz que devastava a Igreja, entrava nas casas, agarrava homens e mulheres e os colocava na prisão. Respirava ameaças de morte contra os discípulos do Senhor, buscando prender todos os seguidores do caminho (cf. At 8,1.3). Jesus o chama de seu perseguidor: “Saulo, Saulo, por que me persegues? (...) Eu sou Jesus, a quem tu persegues” (At 9, 4-5).

Quão belo é contemplar a manifestação da misericórdia de Deus na vida de Saulo, que de perseguidor é transformado em um apóstolo configurado a Cristo pela ação do Espírito Santo (cf. Gl 2,20; 5,17-21). A conversão de Saulo revela-se um testemunho extraordinário da vitória do Ressuscitado, que pode “atrair tudo a si” (Jo 12,32). Nele brilha a verdade que “Deus não se deixa vencer pela incapacidade do ser humano, pelo contrário, Ele lhe quer bem apesar de tudo e sem cessar;

PROJETO DE VIDA PARA 2024: COMO CAMINHAR NESTE NOVO ANO?

◆ Aldemar Neto, sj* ◆

Um novo ano se inicia e muitas perguntas começam a povoar nossas mentes. Talvez a que mais nos exige tempo e energia é “O que vai me acontecer neste novo tempo?”. De fato, lançarmo-nos no futuro pode até parecer vantajoso, mas esse movimento só tende a nos deixar mais ansiosos e preocupados com o que ainda nem chegou. Não queremos assim dizer que não vale a pena sonharmos com o futuro e minimamente projetá-lo, mas é preciso reconhecer que o aqui e agora, o hoje da minha vida, é fonte de muitas luzes para o amanhã.

Pensar no nosso projeto de vida como algo a alcançar apenas posteriormente pode fazer com que não estejamos atentos(as) aos processos humanos que vivenciamos, processos esses que falam de nossa trajetória até aqui:

Imagem: Peltigada/Adobe Stock

alegrias, dores, sonhos, dúvidas, capacidades e fragilidades. Todos eles juntos, constituindo as tantas facetas de nossa existência, algumas já integradas e outras ainda dentro de um horizonte de amadurecimento.

Levando em consideração que o nosso futuro estará repleto de experiências que já vivenciamos anteriormente é importante pensarmos que para construirmos um projeto de vida fecundo faz-se necessário olharmos – com muita honestidade, mas também com muito carinho – para quem já somos. É bem verdade que não estamos acabados, todos os dias buscamos ser pessoas melhores. Precisamos reconhecer que projetar a vida é um processo, um caminho dinâmico e exigente pelo valor que a vida de cada um tem.

Dando um passo de cada vez, vamos descobrindo a necessidade de nos conhecermos bem para planejarmos quais outros passos serão necessários para construirmos um futuro cheio de esperança.



Muitas vezes, encontramos jovens que, longe de seus verdadeiros desejos, caminham por veredas sonhadas por outras pessoas ou até seguem a massa, seja por omissão ou medo de serem os protagonistas de seus próprios itinerários



Dois instrumentos podem nos ajudar a planejar nossa vida em perspectiva: o discernimento e a esperança. O primeiro, além de nos ajudar a reconhecer quem verdadeiramente somos, paupará as tantas possibilidades e escolher aquela que nos dá mais sentido na vida, tendo em conta, inclusive, toda a realidade que nos cerca e nossas capacidades de intervenção nesta mesma realidade. Já a esperança será o motor que dará fecundidade ao processo de projetar nossas vidas. Mesmo frágeis, muito podemos fazer. Mesmo que o futuro nos cause inseguranças, o convite é o de sempre confiar: em Deus, nas tantas mediações e em nós mesmos. É a esperança que nos dará as verdadeiras condições de sonhar, construir o nosso projeto e apostar nos meios necessários a fim de alcançá-lo.

Valeria a pena dizer, por fim, que nenhum projeto de vida é construído e ganha sentido isoladamente. Pouco a pouco, vai-se descobrindo que lançar o olhar para o futuro em busca de sermos felizes nos levará aos demais. Um projeto de vida que está aberto aos demais, sobretudo às suas necessidades, ganha raízes muito mais profundas se comparadas aos que estão delimitados em cumprir as satisfações pessoais do sujeito. Abrindo-nos à gratuidade, descobriremos que não há prejuízos quando se ama e se quer o bem de todas as pessoas. ●

***Aldemar Neto** é estudante jesuíta, psicólogo e colabora no trabalho com vocações da Rede Inaciana de Juventude – MAGIS Brasil.

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.



Editora Ave-Maria nas redes sociais



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



Jesus, procurando “vinho novo em odres novos” (cf. Mt 9,14-17), é que não entendeu com clareza a oração proposta por Santo Inácio de Loyola: “Todos os dons que me destes com gratidão vos devolvo. Disponde deles, Senhor, segundo a vossa vontade. Dai-me somente o vosso amor, vossa graça, isso me basta, nada mais quero pedir”.

***Ronaldh Oliveira** é bacharel em Filosofia pelo Centro Universitário Salesiano de São Paulo (UNISAL), jornalista pela Universidade Católica Dom Bosco (UCDB) e especialista em influência digital, gestão e estratégia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). É especialista em juventude pela Faculdade Dom Bosco de Porto Alegre (RS) e em gestão da comunicação social pela Universidade Anhembi Morumbi. É graduando em Teologia pela Faculdade Jesuíta de Filosofia e Teologia (FAJE). Atualmente assessora dioceses, conferências episcopais e religiosas, movimentos e congregações nos quesitos de comunicação, abusos sexuais e acompanhamento espiritual de jovens. É coordenador nacional de comunicação da Rede Inaciana de Juventude – MAGIS Brasil.

CONSAGRA-TE
AO TEU
MINISTÉRIO:
**Pérolas
para o
serviço
de Deus**

◆ Pe. Marlon Múcio* ◆

Meu irmão, minha irmã, saúde e paz! Sabia que você é uma pérola preciosa nas conchas do amor de Deus? Isso mesmo! Você tem valor, muito valor, e isso você descobre quando gasta sua vida em favor da de alguém, quando emprega suas forças em uma causa, quando se consagra a uma missão.

Posso lhe contar um segredo? É por isso que estou vivo! Tenho motivo para viver! Não sei se você sabe, mas a pérola nasce da dor. A bela pérola é uma lágrima cristalizada. A concha cobre de camadas de nácar puro os grãos de areia intrusos que lhe aparecem. Eu cubri com camadas de amor a Deus e de serviço aos irmãos os grãos da minha enfermidade.

Tenho uma doença ultrarrara, genética, neurodegenerativa, progressiva, incurável aos olhos da ciência e potencialmente fatal. O nome da patologia é deficiência do transportador de riboflavina (RTD) ou síndrome de Brown-Vialleto-van Leare. Sou um caso em cada 1 milhão de pessoas! Tenho uma doença rara, mas ela não tem a mim. Estou tão feliz e ocupado com minha missão e com os chamados que a vida me faz que estou, ultimamente, até sem tempo para morrer!



Você se descobre pérola preciosa quando se consagra aos seus sonhos, à sua vocação, ao seu papel na família, ao seu lugar na sociedade e na Igreja



Você descobre o sentido da sua vida quando se consagra ao seu ministério, ou seja, àquilo para o que Deus criou você! O mundo o contempla como uma pérola quando você se reconhece servo de Deus, filho dele, irmão de todos e de cada pessoa, um benfeitor da humanidade. Você verte pérolas quando cobre de amor, de resignação e ressignificação, de resiliência e fé, as feridas que a vida lhe causou, os grãos de areia que invadiram a cozinha do seu coração.

Com muita alegria, quero lhe contar que a Editora Ave-Maria é a minha mais nova casa editorial. Como estou feliz, meu Deus! Fui acolhido com um carinho, um cuidado e um profissionalismo sem iguais. Eu, que sempre amei a Editora Ave-Maria, tenho a graça de, agora, ter um livro meu publicado por ela! Cresci e cresço lendo os livros da Ave-Maria. Tenho até hoje a minha primeira Bíblia: claro, da Editora Ave-Maria.

O meu livro que agora vem a lume, e que quero muito colocar em suas mãos, se chama *Consagra-te ao teu ministério: pérolas para o serviço de Deus*. Eu o escrevi para você, viu? Cada página do meu livro quer ser uma camada de amor, fé e superação nas feridas da sua alma. Quero ver você “perolar”. Com meu abraço e bênção. ●

***Padre Marlon Múcio** é sacerdote da Diocese de Taubaté (SP). Membro da Comunidade Missão Sede Santos (MSS), que fundou em 2002, é o moderador-geral dela. Coordena várias obras e projetos sociais, como a Casa João Paulo II, onde também funcionam o Centro de Espiritualidade Carismático e a Obra da Adoração Perpétua ao Santíssimo Sacramento. Autor do livro *Consagra-te ao teu ministério: pérolas para o serviço de Deus*, publicado pela Editora Ave-Maria.

AMOR QUE CURA: A HISTÓRIA DE QUEM DEDICA A VIDA AOS ENFERMOS

COM FÉ E DEDICAÇÃO,
ELES TRANSFORMAM
A VIDA DE QUEM MAIS
PRECISA

◆Renata Moraes ◆

Num mundo onde o tempo é fugaz, mas o amor é eterno, há uma linhagem de pessoas que se dedicam a um serviço sagrado. Nos corredores de hospitais, nos lares que guardam memórias e nas mãos que se estendem em busca de conforto, o amor a Jesus se manifesta no cuidado aos enfermos e aos idosos.

Em 14 de janeiro celebramos o Dia Nacional do Enfermo. A data foi criada em 2002 pelo Ministério da Saúde para fazer referência ao atendimento humanizado nas unidades de saúde. Neste tributo ao Dia Nacional do Enfermo, a *Revista Ave Maria* nos propõe mergulhar nessas jornadas, entrelaçadas pela devoção aos mais necessitados. Não é apenas uma história de religiosos, mas uma narrativa de pessoas comuns, movidos por uma fé que transcende dogmas, evidenciada no serviço desprendido.

O PAPEL DA ESPIRITUALIDADE NO PROCESSO DE CURA DOS DOENTES

A religiosidade pode desempenhar um papel significativo no bem-estar físico, mental e emocional das pessoas. Muitas vezes, a espiritualidade oferece uma fonte de força interior, esperança e paz mental para os enfermos. A fé e as crenças podem ajudar a lidar com o estresse, a ansiedade e a depressão associados à doença.

As práticas espirituais, como a meditação, a oração e a conexão com uma comunidade religiosa, podem promover a resiliência emocional, ajudando os doentes a enfrentar os desafios da doença com mais força.

“A espiritualidade é fundamental na cura porque quando se acredita em alguém superior a nós, crendo que cuida da gente lá do alto, isso fortalece o doente na luta contra a enfermidade. A doença não se torna tão pesada e com isso o doente tem mais força para lutar em defesa da vida”, destacou em entrevista o Cônego João Inácio Mildner, assistente eclesialógico arqui-diocesano da Pastoral da Saúde e capelão do Instituto de Infectologia Emílio Ribas, na cidade de São Paulo (SP).

O padre gaúcho atua como capelão do Hospital Emílio Ribas desde 1992. Chegou ao principal centro de referência de infectologia do Brasil

justamente no auge da epidemia da síndrome da imunodeficiência adquirida (AIDS). Para o religioso, a rotina da capelania “é ser um entre tantos irmãos que formam a comunidade hospitalar”, enfatizando que todos são importantes para o processo de cura do doente, além dos médicos, enfermeiras e fisioterapeutas, sem esquecer os agentes de limpeza, profissionais da cozinha e outros: “a presença do capelão é justamente lutar para que essa unidade aconteça em favor de quem sofre”, ressaltou o presbítero.

Nas palavras do cônego João Mildner, ser presença junto ao profissional da saúde também é missão da capelania hospitalar: “eu sempre digo que é importante cuidar de quem cuida, porque se o profissional da saúde está bem, se ele se sente amado, respeitado, valorizado, também prestará um excelente trabalho na assistência ao enfermo”.

A IMPORTÂNCIA DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

O Sistema Único de Saúde (SUS) foi criado em 1988 e democratizou o acesso à saúde, sendo um avanço significativo em termos de políticas públicas para a população do Brasil. Sua abrangência, cobrindo desde a atenção básica até procedimentos complexos, impacta positivamente a vida de milhões de brasileiros, especialmente os mais vulneráveis; porém, é importante lembrar



Imagem: Arquivo Pessoal

Padre João Mildner - Pastoral da Saúde.

que a luta por saúde para todos começou muito antes. Por exemplo, a criação do Ministério da Saúde, em 1953, reflete a ênfase na saúde pública voltada para as coletividades, priorizando enfermidades rurais. Nesse primeiro momento, o Estado reforçou a perspectiva de erradicar doenças independentemente do desenvolvimento econômico. Essa trajetória histórica lança luz sobre os desafios atuais e a importância do Sistema Único de Saúde como sistema inclusivo e abrangente, buscando não só superar limitações históricas, mas também promover uma unificação do país por meio da promoção da saúde de forma equitativa.

Desde então, a crescente demanda e a complexidade das doenças modernas geram pressão sobre os recursos públicos e, conseqüentemente, sobre o Sistema Único de Saúde. Epidemias como a AIDS foram enfrentadas com sucesso e o Sistema Único de Saúde demonstrou sua capacidade de resposta eficaz diante de emergências de saúde pública, implementando estratégias de prevenção, tratamento e conscientização. A infraestrutura, embora tenha avançado, ainda precisa de investimentos para atender plenamente a população. Além disso, a gestão descentralizada, embora promova a autonomia local, gera disparidades regionais, prejudicando a equidade.

Dentre os seus maiores desafios, podem-se destacar as condições de trabalho desafiadoras

dos profissionais de saúde, incluindo carga horária extensa e falta de recursos. A informatização também é uma necessidade urgente para integrar o sistema e melhorar a eficiência, mas esbarra em obstáculos políticos e burocráticos.

Em resumo, o Sistema Único de Saúde é um marco positivo na saúde brasileira, democratizando o acesso. No entanto, para alcançar seu pleno potencial são necessários investimentos contínuos, melhorias na gestão, valorização dos profissionais e avanços tecnológicos. O desafio está em equilibrar descentralização com equidade, garantindo que todos os brasileiros recebam cuidados de saúde dignos e eficientes.

INSTITUTO LUZ DO AMANHÃ: UM FAROL DE ESPERANÇA

Receber o diagnóstico de câncer em uma criança é devastador para qualquer família e essa realidade se torna ainda mais desafiadora para famílias de baixa renda. O impacto emocional é avassalador, trazendo medo, angústia, ansiedade e um sentimento de desamparo. Além disso, há uma série de implicações práticas e financeiras que podem sobrecarregar ainda mais essas famílias.

Atento a essa realidade que Roberto Rodrigues, com o apoio de alguns amigos, fundou o Instituto Luz do Amanhã, que há mais de dez anos atua como um alicerce para crianças e ado-



Imagem: Arquivo Pessoal

Crianças e famílias atendidas no Instituto Luz da Manhã.



Imagem: Arquivo Pessoal

Roberto Rodrigues, fundador do Instituto Luz da Manhã.

lescentes com câncer e suas famílias, ajudando na busca de todas as possibilidades de cura nesse momento tão difícil.

Localizado em Itaquera, bairro de São Paulo, o Instituto Luz do Amanhã desempenha um papel importante como casa de apoio dedicada ao cuidado de crianças e adolescentes enfrentando o desafio do câncer. Seu trabalho é amplamente reconhecido, recebendo pacientes encaminhados por assistentes sociais de hospitais oncológicos, como Hospital Santa Marcelina, GRAAC, Menino Jesus e Hospital São Paulo.

Essa organização não governamental, operando sem fins lucrativos, oferece um ambiente acolhedor e suporte integral para crianças de todo o Brasil. Ela não apenas provê moradia, alimentação e transporte direto da casa de apoio até o

hospital, mas também disponibiliza orientação social e psicológica essenciais para as famílias que precisam permanecer por longos períodos na cidade de São Paulo durante o tratamento.

“No serviço, enfrentamos inúmeros desafios e dificuldades, desde questões de comunicação e falta de instrução das famílias mais simples até campanhas de doação de órgãos e arrecadação de lenços e perucas para meninas em tratamento, para tentar minimizar os impactos do câncer na vida das crianças e suas famílias”, disse Roberto Rodrigues, o fundador.

Ele descreve que o instituto também ajuda as famílias na busca por seus direitos, como, por exemplo, na orientação de cadastro em programas sociais, como o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS), porta de entrada para a política de assistência social, e também no cadastro junto à rede pública da saúde.

“Temos como objetivo institucional aumentar a nossa capacidade de assistidos e construir futuramente a nossa sede própria, pois hoje o local é alugado e adaptado. Queremos expandir nosso trabalho também para a região central da cidade”, ressaltou Rodrigues.

Para conhecer mais sobre o instituto e contribuir com doações para esse importante trabalho social, acesse o site luzdoamanha.org.

O Instituto Luz do Amanhã é um farol de esperança, proporcionando não apenas cuidados físicos, mas também apoio emocional e social a pacientes e suas famílias momentos tão desafiadores.●



Imagem: Arquivo Pessoal

Sede do Instituto Luz da Manhã.

O despertar de uma vida nova



Permita que a Palavra de Deus e os fundamentos bíblicos orientem a sua vida espiritual.

Siga nossas
redes sociais



Compre agora em:
avemaria.com.br

AM
EDITORA
AVE-MARIA

Liturgia da Palavra

CURAS NA GALILEIA

5º Domingo do Tempo Comum – 4 de fevereiro

1ª LEITURA - JÓ 7,1-4.6-7

“Encho-me de sofrimentos até ao anoitecer”

Na proximidade da Quaresma, a sagrada liturgia nos apresenta a figura de Jô, que foi provado por Deus com uma doença que lhe causava muitas dores. Os especialistas em Sagrada Escritura afirmam que esse personagem (Jô) era para os antigos israelitas uma figura-tipo do justo sofredor. A ideia corrente entre os judeus era a de que o sofrimento era castigo pelos pecados daquelas pessoas ou de seus antepassados. Ainda no tempo de Jesus, persistia essa suposição. No Evangelho de São João, lê-se um exemplo disso: “Caminhando, Jesus viu cego de nascença. Seus discípulos indagaram dele: ‘Mestre, quem pecou, este homem ou seus pais para que nascesse cego?’. Jesus respondeu: ‘Nem este pecou nem seus pais, mas é necessário que nele se manifestem as obras de Deus’” (Jo 9,1-3). Os sofrimentos fazem parte de toda vida humana. Jesus, quando estava no monte das Oliveiras prevendo os padecimentos pelos quais passaria em breve, assim rezou ao Pai: “Meu Pai, se não é possível que este cálice passe sem que eu beba, faça-se a tua vontade” (Mt 26,42). Peçamos ao Senhor que nos dê a graça de aceitarmos a dor.

SALMO 146(147),1-6 (R. 3A)

“Louvai a Deus porque Ele é bom e conforta os corações”

2ª LEITURA

1CORÍNTIOS 9,16-19.22-23

“Ai de mim, se eu não pregar o Evangelho.”

Podemos dizer a mesma coisa que São Paulo escreveu na carta dirigida aos coríntios (cf. v. 16), aplicando-a em nossas vidas: “Ai de mim, se eu não cumprir meus deveres de estado!”. Cada um de nós, casado, solteiro ou consagrado a Deus, recebeu dele, obrigações e cuidados que fazem parte da vida que escolhemos. A principal

tarefa que nos cabe é servir ao outro. Deus nos manda amar a Ele e ao próximo seja lá em que estado de vida estivermos. Ora, nós não podemos ver Deus, mas, vemos o próximo, criatura criada por Ele. Por isso, São Paulo escreveu: “Anunciar o Evangelho não é glória para mim: é uma obrigação que se me impõe”(v. 16). O mesmo podemos falar: servir ao próximo é uma obrigação, conforme Jesus nos mandou: “Depois de lavar os pés dos apóstolos e retomar as suas vestes, [Jesus] sentou-se novamente à mesa e perguntou-lhes: ‘Sabeis o que vos fiz? Vós me chamais Mestre e Senhor e dizeis bem porque eu o sou. Logo, se eu, vosso Senhor e Mestre, vos lavei os pés, também vós deveis lavar-vos os pés uns dos outros. Dei-vos o exemplo para que, como eu vos fiz, assim façais também vós’” (Jo 13,12-15).

ACLAMAÇÃO AO EVANGELHO

(MT 8,17)

Aleluia! Aleluia! Aleluia!

“O Cristo tomou sobre si nossas dores, carregou em seu corpo as nossas fraquezas”

EVANGELHO – MARCOS 1,29-39

“Curou muitas pessoas de diversas doenças.”

Neste santo Evangelho, Jesus nos dá uma resposta sobre a existência da dor. Ele nos ensina que é um mal e, como mal, devemos lutar contra ela, ficando ao lado de quem sofre para confortá-lo, como Ele fez bem no início de seu apostolado. Lemos também, no santo Evangelho de hoje, que a sogra de São Pedro, assim que se viu curada, “pôs-se a servi-los” (v. 31). Tal gesto nos dá uma lição a imitarmos, pois, antes, ela estava paralisada pela doença, que no campo espiritual representa nosso estado de alma quando pecamos e, uma vez libertos do mal por Jesus, passemos a fazer o mesmo com quem precisa de ajuda. Se Jesus tivesse querido, poderia ter curado todos os doentes

da sua época, mas ele, após ter curado muitos que estavam oprimidos de diversas doenças, foi às aldeias vizinhas para que pregasse também lá, porque foi para isso que tinha vindo a este mundo, tendo encarnado no seio puríssimo de Nossa Senhora (vv. 34.38). Quis, assim, deixar a nós o exemplo de que fisicamente só podemos fazer o bem em torno de nós, mas, pela oração podemos atingir com nossos atos de bondade e serviço todos os irmãos no corpo místico de Cristo.

SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Faço o bem em torno de mim e rezo pelos irmãos do corpo místico de Cristo? Fico atento para servir aos irmãos necessitados de ajuda? Procuo ficar ao lado de quem sofre para confortá-lo?

LEITURAS PARA A 5ª SEMANA DO TEMPO COMUM

5. SEGUNDA. Santa Águeda, v. mt.: 1Rs 8,1-7.9-13 = Conduziram a arca da aliança ao Santo dos Santos e uma nuvem encheu o templo do Senhor. Sl 131(132). Mc 6,53-56 = E todos quantos o tocavam ficavam curados. **6. TERÇA. São Paulo Miki e comps. mts.:** 1Rs 8,22-23.27-30 = “Disseste: ‘Aqui estará o meu nome!’. Ouve as súplicas de teu povo, Israel”. Sl 83(84). Mc 7,1-13 = Vós abandonais o mandamento de Deus para seguir a tradição dos homens. **7. QUARTA:** 1Rs 10,1-10 = A rainha de Sabá viu toda a sabedoria de Salomão. Sl 36(37). Mc 7,14-23 = O que torna impuro o homem é o que sai do seu interior. **8. QUINTA:** 1Rs 11,4-13 = A idolatria de Salomão causa divisão no reino. Sl 105(106). Mc 7,24-30 = Os cachorrinhos, debaixo da mesa, comem as migalhas que as crianças deixam cair. **9. SEXTA:** 1Rs 11,29-32; 12,19 = Israel rebelou-se contra a casa de Davi. Sl 80(81). Mc 7,31-37 = Aos surdos faz ouvir e aos mudos, falar. **10. SÁBADO. Santa Escolástica, v.:** 1Rs 12,26-32-33,33-34: Jeroboão fez dois bezerros de ouro. Sl 105 (106). Mc 8,1-10 = Comeram e ficaram satisfeitos.

Liturgia da Palavra

UM REINO SEM EXCLUÍDOS

6º Domingo do Tempo Comum – 11 de fevereiro

1ª LEITURA – LEVÍTICO 13,1-2.44-46

“O leproso deve ficar isolado e morar fora do acampamento.”

Meditamos no domingo passado sobre a cura de vários doentes, realizada por Jesus no início de seu trabalho de implantar entre nós o Reino de Deus. Ora, um dos atendimentos que Ele quis nos dar para indicar de início que o Reino de Deus anuncia a salvação aos pobres e aos abandonados foi o da cura de um leproso para reintegrá-lo à sociedade judaica. Esta primeira leitura tem por finalidade nos mostrar qual era o relacionamento dos judeus com os doentes de lepra. O medo do contágio era muito grande. Uma vez aparecida uma doença de pele, cabia aos sacerdotes decidirem se deviam se afastar do convívio dos outros e morar fora da cidade. Num eventual encontro com as pessoas da aldeia, deviam avisar em voz alta: “Sou impuro, sou impuro”. Naquela época, achava-se que contraíam essa doença as pessoas que tinham cometido graves pecados. Deviam passar ao largo com as cabeleiras despenteadas e cobertas de andrajos para que fossem logo reconhecidas, já a distância, pelas pessoas sadias. Tal era a situação que ainda havia no tempo de Jesus. Ele, curando leproso, mostrava como devemos tratar os doentes, aproximando-nos deles, quando possível, e levando-lhes a verdadeira caridade, que se manifesta no serviço e na atenção como se fosse ao próprio Cristo.

SALMO 31(32),1-2.5.11 (R. 7)

“Sois, Senhor, para mim, alegria e refúgio.”

2ª LEITURA - 1CORÍNTIOS 10,31-11,1

“Sede meus imitadores como também eu o sou de Cristo.”

São Paulo, dirigindo-se aos cristãos de Corinto, lembrou-lhes justamente os sentimentos necessários que devemos alimentar no coração quando prestamos um serviço a quem precisa: “Não busco[ar] os meus interesses próprios, mas os interesses dos outros, para que todos sejam salvos” (v. 33), principalmente dos mais fracos. É essa realidade em que estamos inse-

ridos: pertencermos ao corpo místico de Cristo, realidade magnífica que nos abre possibilidades inúmeras de oferecer sacrifícios espirituais a Deus Pai por meio de Jesus Cristo, sumo e eterno sacerdote. Atingimos, dessa maneira, irmãos nossos que nem conhecemos com nosso desprendimento de ajudar a quem precisa. As possibilidades se multiplicam durante o dia todo, mesmo e principalmente dentro de nossas casas. Quantas oportunidades de deixarmos o que estávamos fazendo para atender a um pedido de algum familiar! O apóstolo inicia a leitura de hoje se dirigindo aos cristãos de Corinto e também a nós, assim: “Portanto, quer comais quer bebais ou façais qualquer outra coisa, fazei tudo para a glória de Deus” (v. 31).

ACLAMAÇÃO AO EVANGELHO (LC 7,16)

Aleluia, Aleluia, Aleluia.

“Um grande profeta surgiu, surgiu e entre nós se mostrou; é Deus que seu povo visita seu povo, meu Deus visitou!”

EVANGELHO – MARCOS 1,40-45

“A lepra desapareceu e o homem ficou curado.”

Soubemos, na primeira leitura, como os judeus tratavam os doentes de pele, partindo da suposição de que aqueles que contraíam essas doenças era por conta de castigo de Deus por pecados cometidos por tal pessoa. Nesta página do santo Evangelho de hoje, Jesus mostra por atitudes concretas que não aprovava aquela doutrina dos judeus. Certa vez, Ele ensinou: “É do coração que provêm os maus pensamentos, os homicídios, os adultérios, as impurezas, os furtos, os falsos testemunhos, as calúnias. Eis o que mancha o homem. Comer, porém, sem ter lavado as mãos, isso não mancha o homem” (Mt 15,19-20). Portanto, as doenças de pele como a lepra não tornam os doentes impuros. Jesus se aproximou de um homem doente, o que não era permitido pelas leis das autoridades judaicas, e o leproso não gritou “Sou impuro”, mas fez um lindo ato de fé na divindade de

Jesus: “Se queres, podes limpar-me” (v. 40-41). Jesus, comovido com tal ato de fé, estendeu-lhe a mão, tocou-o e o homem que era leproso ficou curado. Por que nosso Salvador começou sua vida pública pelos mais abandonados? Ele quis mostrar que tinha vindo para salvar os que se tinham afastado de Deus. Às autoridades judaicas escandalizadas com seu procedimento, disse-lhes: “Os são não precisam de médico, mas os enfermos: não vim chamar os justos, mas os pecadores” (Mc 2,17).

SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Procuo ajudar a quem precisa, principalmente os doentes? Compreendo que devo estar atento para não pecar no coração com os maus pensamentos? Acolho sentimentos de gratidão ao Senhor que olha para mim, pecador?

LEITURAS PARA A 6ª SEMANA DO TEMPO COMUM

12. SEGUNDA: Tg 1,11 = A comprovação da fé produz em vós a perseverança, para que vos torneis perfeitos e íntegros. Sl 118(119). Mc 8,11-13 = Por que esta gente pede um sinal? **13. TERÇA:** Tg 1,12-18 = Deus não tenta ninguém. Sl 93(94). Mc 8,14-21 = Tomai cuidado com o fermento dos fariseus e com o fermento de Herodes. **14. QUARTA-FEIRA DE CINZAS – início da Quaresma:** Jl 2,12-18 = Rasgai o vosso coração e não as vossas vestes. Sl 50(51). 2Cor 5,20-6,2 = Reconciliai-vos com Deus. É agora o momento favorável. Mc 6,1-6.16-18 = E o teu Pai, que vê o que está escondido, dar-te-á a recompensa. **15. QUINTA-FEIRA DEPOIS DAS CINZAS:** Dt 30,15-20 = Hoje te proponho bênção e maldição. Sl 1. Lc 9,22-25 = Quem perder a sua vida por causa de mim, esse se salvará. **16. SEXTA-FEIRA DEPOIS DAS CINZAS:** Is 58,1-9a = Acaso é este o jejum que aprecio? Sl 50(51). Mt 9,14-15 = Dias virão em que o esposo lhes será tirado, e então jejuarão. **17. SÁBADO DEPOIS DAS CINZAS:** Is 58,9b-14 = Se acolheres de coração aberto o indigente, nascerá das trevas a tua luz. Sl 85(86). Is 5,27-32 = Eu não vim chamar os justos, mas os pecadores para a conversão.

Liturgia da Palavra

TENTAÇÕES DE JESUS

1º Domingo da Quaresma – 18 de fevereiro

1ª LEITURA - GÊNESIS 9,8-15

“Aliança de Deus com Noé, salvo das águas do dilúvio.”

Nesta primeira leitura, meditamos que, após o dilúvio, Deus fez uma aliança com Noé e seus descendentes: “Faço esta aliança conosco: nenhuma criatura será destruída pelas águas do dilúvio e não haverá mais dilúvio para devastar a Terra” (v. 11). É interessante meditarmos sobre essas palavras divinas, pois o Criador faz a aliança conosco sem pedir nada em troca. Seu amor é, portanto, completamente gratuito. Ele sabe que sempre nos encontrará, pecadores, pois o somos, mas nem por isso Ele faltará com sua Palavra. Como se reza no Salmo 64(65): “Todas as pessoas acorrem a vós por causa de seus pecados Oprime-nos o peso de nossas faltas e Vós as perdoais” (v. 3-4). Por fim, como para ratificar a aliança, Deus disse: “Ponho o meu arco nas nuvens para que ele seja o sinal da aliança sobre mim e a Terra” (v. 12). O Criador serve-se desse sinal para lembrar a aliança feita, antes, com os israelitas, mas então estendida a todas as pessoas, sem distinção. Por fim, somos convidados a nos alegrarmos porque, não obstante a maldade humana, ela não destruirá o amor de Deus!

SALMO 24(25), 4BC-5AB.6-7BC.8-9 (R. 10)

“Verdade e amor são caminhos do Senhor.”

2ª LEITURA - 1PEDRO 3,18-22

“O Batismo agora vos salva.”

São Pedro, em sua carta aos cristãos, compara o Batismo à arca de Noé. De fato, o Criador havia mandado esse patriarca construir uma arca para que, poupados pelas águas do dilúvio, ele, sua família e casais de animais fossem salvos e pudessem começar vidas novas. “Aquele água prefigurava o Batismo de agora, que vos salva também a nós, não da impureza pela

purificação das impurezas do corpo, mas pela que consiste em pedir a Deus uma consciência boa, pela Ressurreição de Jesus Cristo” (1Pd 3,21-22): sendo assim, a água do Batismo, derramada sobre nossas cabeças, salva-nos dos pecados para que recomeçemos vida nova espiritual. Isso deve ser, portanto, nosso empenho constante, uma vez que as tentações nos cercam de todos os lados, tanto em nosso interior como no exterior. Jesus já nos alertava para o perigo que vem do coração: “Aquilo que sai da boca provém do coração e isso é que mancha o homem. Porque é do coração que provêm os maus pensamentos, os homicídios, os adultérios, as impurezas, os furtos, os falsos testemunhos, as calúnias. Eis o que mancha o homem” (Mt 15,18-19).

ACLAMAÇÃO AO EVANGELHO (MT 4,4B)

Louvor e glória a ti, Senhor, Cristo, Palavra de Deus! “O homem não vive somente de pão, mas de toda palavra da boca de Deus.”

EVANGELHO – MARCOS 1,12-15

“Foi tentado por Satanás e os anjos o serviam.”

Jesus, pouco antes de ser preso no jardim das Oliveiras, tomou três apóstolos para que vigiassem com ele. Mais tarde, voltando para junto deles e os achando dormindo, dirigiu-se a Pedro: “Então não pudeste vigiar uma hora comigo?” (Mt 26,40). Em seguida, deu-lhes a receita para vencer as tentações: “Vigiai e orai para não cairdes em tentação. O espírito está pronto. Mas a carne é fraca” (Mt 26, 41). De fato, a primeira coisa que acontece com quem cai em tentação é ter deixado de rezar. Quando o demônio veio tentar Nosso Senhor, Ele reagiu citando textos da Sagrada Escritura: “Está escrito: ‘Não só de pão vive o homem, mas de toda a Palavra que sai da boca de Deus’” (Dt 8,3); calou, portanto o demônio com a medita-

ção da Palavra de Deus. A mesma coisa fez Jesus quando o demônio o tentou de novo: “Não tentarás o Senhor teu Deus”, citando de novo a Palavra e Deus, Deuteronômio 6,16. Por fim, após o demônio tê-lo tentado, dizendo-lhe: “‘Eu te darei todos os reinos do mundo, se prostrando-se diante de mim me adorares.’ Respondeu-lhe Jesus: ‘Para trás, Satanás, pois está escrito: Adorarás o Senhor teu Deus e só a ele servirás’ [Dt 6,13]” (Mt 4,9-10)

SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Sou fiel à aliança feita com Nosso Senhor? Estou atento para manter minha vida espiritual em dia? Rezo, por meio da meditação da Palavra de Deus, para poder vencer as tentações?

LEITURAS PARA A 1ª SEMANA DA QUARESMA

19. SEGUNDA: Lv 19,1-211-18 = Julga o teu próximo conforme a justiça. Sl 18 (19). Mt 25,31-46 = Todas as vezes que fizestes isso a um dos menores de meus irmãos foi a mim que o fizestes. **20. TERÇA:** Is 55,10-11 = A palavra que sair de minha boca realizará tudo que for de minha vontade. Sl 33(34). Mt 6,7-15 = Vós deveis rezar assim. **21. QUARTA:** Jn 3,1-10 = Os ninivitas se afastaram do mau caminho. Sl 50(51). Lc 11,29-32 = Nenhum sinal será dado a esta geração a não ser o sinal de Jonas. **22. QUINTA. Cátedra de São Pedro, ap.:** 1Pd 5,1-4 = Eu, presbítero como eles, testemunha dos sofrimentos de Cristo. Sl 22(23). Mt 16,13-19 = Tu és Pedro e eu te darei as chaves do Reino dos Céus. **23. SEXTA:** Ez 18,21-28 = Será que eu tenho prazer na morte do ímpio? Não desejo, antes que mude de conduta e viva? Sl 129(130). Mt 5,20-26 = Vai primeiro reconciliar-te com o teu irmão. **24. SÁBADO:** Dt 26,16-19 = Para que sejas o povo santo do Senhor teu Deus. Sl 118(119). Mt 5,43-48 = Sede perfeitos como o vosso Pai celeste é perfeito.

Liturgia da Palavra

A TRANSFIGURAÇÃO DE JESUS

2º Domingo da Quaresma – 25 de fevereiro

1ª LEITURA

GÊNESIS 22,1-2.9A.10-13.15-18

“O sacrifício de nosso pai Abraão.”

Neste segundo domingo de preparação para a Páscoa, a sagrada liturgia nos propõe o tema da fé em Deus. Muitas vezes, passamos por momentos tão difíceis na vida que pode nos parecer que Deus não está conosco ou até que nem existe. Nesta primeira leitura, é-nos apresentada, para meditação, a obediência heroica de Abraão à ordem de Deus de sacrificar o único filho, Isaac, como era costume há mais de 2 mil anos entre os povos pagãos sacrificar um filho para conseguir algum favor especial dos deuses. Ora, Deus havia prometido uma grande descendência a Abraão, como se pode ler na Sagrada Escritura: “O Senhor disse a Abrão: ‘Farei de ti uma grande nação, eu te abençoarei e exaltarei o teu nome.’” (Gn 12,3). Abraão deveria pensar como aquilo poderia acontecer com ele, um senhor já idoso casado com uma senhora estéril e lhe pedia o sacrifício de seu único filho? Não obstante essa tentação, Abraão continuou a subir a montanha e lá, tendo chegado, preparou o altar para o sacrifício. Isaac perguntou ao pai: “Onde está a ovelha para o sacrifício?” (Gn 22,7). Numa resposta dada com heroica fé em Deus, Abraão respondeu-lhe: “Deus providenciará, meu filho” (Gn 22,8).

SALMO 115(116B),10.15-19 (R. 114,9)

“Andarei na presença de Deus, junto a ele na terra dos vivos.”

2ª LEITURA - ROMANOS 8,31B-34

“Deus não poupou seu próprio Filho.”

O apóstolo São Paulo, dirigindo-se à comunidade dos cristãos de Roma, de saída lhes perguntou: “Se Deus é por nós, quem será contra nós?” (v. 31). A fé do apóstolo nos faz lembrar a de Abraão, que respondeu ao filho: “Deus providenciará, meu filho!” (Gn 22,8), sobre a qual acabamos de meditar na primeira leitura. Quem de nós já não

passou por situações aparentemente sem saída nas mais variadas oportunidades? O salmista escreveu, inspirado por Deus: “Depõe no Senhor os teus cuidados, porque Ele será teu sustentáculo!” (Sl 54(55),23). O próprio Jesus nos animou a ter fé nele e na sua Providência quando disse à multidão e a nós também: “Não se vendem dois passarinhos por um asse? No entanto, nenhum cai por terra sem a vontade de vosso Pai, até os cabelos de vossa cabeça estão todos contados. Não temais, pois! Bem mais que os pássaros vales vós” (Mt 10,31). A fé é um dom de Deus que devemos pedir a Ele constantemente. Ao mesmo tempo, quem o recebeu do Altíssimo deve rezar para que não o perca, principalmente nas horas de sofrimento e dor, como a perda de um parente ou a notícia de uma doença grave, nossa ou de alguma pessoa que muito estimamos.

ACLAMAÇÃO AO EVANGELHO (LC 9,35)

Louvor a vós, ó Cristo, rei da eterna glória! “Numa nuvem resplendente fez-se ouvir a voz do Pai: ‘Eis meu Filho muito amado, escutai-o, todos vós’.”

EVANGELHO – MARCOS 9,2-10 “Este é o meu Filho amado.”

Quando Abraão tinha muitas posses, rebanhos e, no campo, bastantes uvas e azeitonas, Deus lhe apareceu, pedindo que deixasse a casa de seus pais e fosse para a terra que lhe mostraria. Sem titubear ou pôr condições a Deus, imediatamente aceitou o convite do Senhor. O segredo de todos os santos é este: fé total em Deus, principalmente quando os ventos são contrários, porque a obra a que eles foram chamados não é deles, mas de Nosso Senhor. Infelizmente, os apóstolos, no início de sua caminhada com Jesus, e após terem aceitado seu convite para segui-lo, pensavam, como os demais judeus de sua

época, que o Reino de Deus que Ele tinha vindo implantar na Terra era terreno. Por isso, quando Jesus lhes revelou que subia para Jerusalém para sofrer e morrer, São Pedro chamou-o à parte e lhe disse, querendo dissuadi-lo da ideia: “Que Deus não permita isso, Senhor. Isso não te acontecerá”. Prontamente Jesus reagiu: “Afasta-te, Satanás! Tu és para mim um escândalo; teus pensamentos não são de Deus, mas dos homens” (Mt 16,21-23). Mais tarde, Jesus se transfigurou diante dele e de mais dois apóstolos para ouvirem o testemunho da paixão do Senhor da parte de Elias e Moisés.

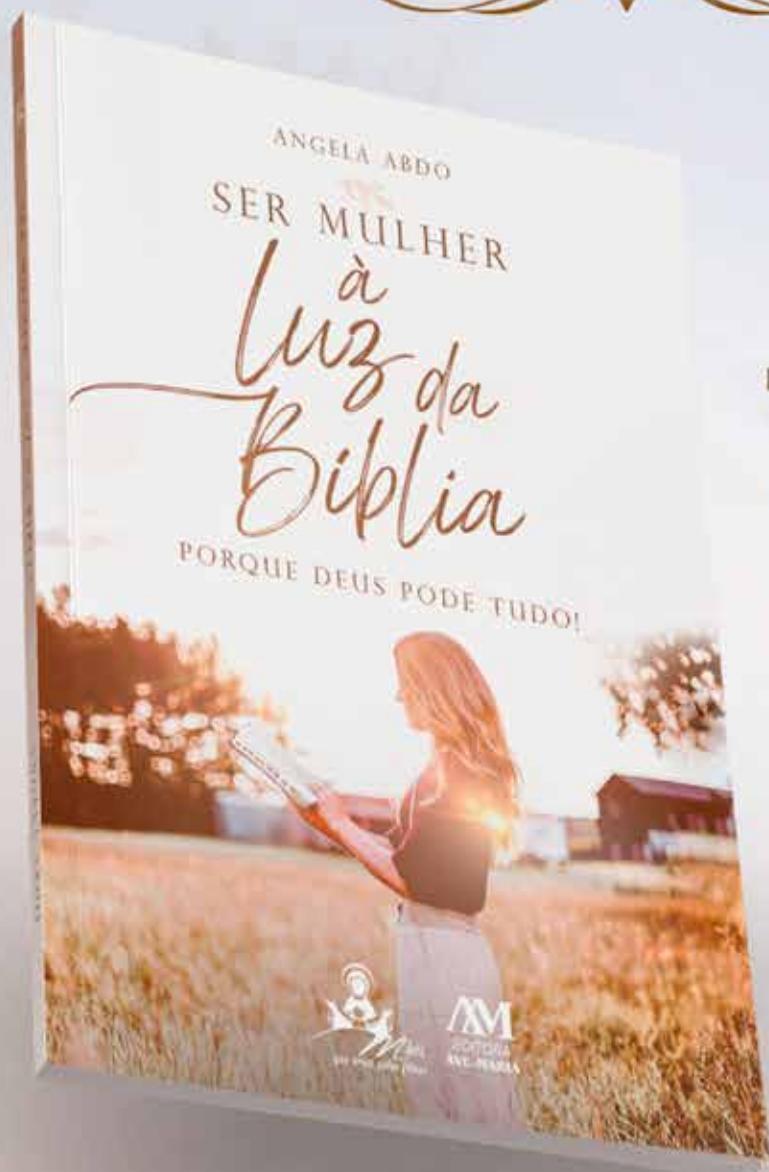
SUGESTÃO DE REFLEXÃO

Mantenho a fé em Deus nas horas de provações? Entrego meus problemas a Ele? Procuo desprender-me das coisas terrenas lembrando-me, pela fé em Deus, que não as levarei comigo para o outro mundo?

LEITURAS PARA A 2ª SEMANA DA QUARESMA

26. SEGUNDA: Dn 9,4b-10 = Pecamos, temos praticado a injustiça e a impiedade. Sl 78(79). Lc 6,36-38 = Perdoai e sereis perdoados. **27. TERÇA:** Is 1,10.16-20 = Aprende a fazer o bem. Procurai o direito. Sl 49(50). Mt 23,1-12 = Eles falam e não praticam. **28. QUARTA:** Jr 18,18-20 = Vinde, ataquemo-lo. Sl 30(31). Mt 20,17-28 = Eles o condenarão à morte. **29. QUINTA:** Jr 17,5-10 = Maldito o homem que confia no homem. Bendito o homem que põe sua confiança no Senhor. Sl 1. Lc 16,19-31 = Recebestes teus bens durante a vida e Lázaro, os males. Agora ele encontra, aqui, consolo e tu és atormentado. **1º de março. SEXTA:** Gn 37,3-4.12-13a.17b-28 = Ai vem o sonhador! Vamos matá-lo! Sl 104(105). Mt 21,33-43.45-46 = Este é o herdeiro. Vinde, vamos matá-lo. **2. SÁBADO:** Mq 7,14-15.18-20 = Lançará ao fundo do mar todos os nossos pecados. Sl 102(103). Lc 15,1-3.11-32 = Teu irmão estava morto e tornou a viver.

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

    @editoraavemaria

Acesse nosso site

avemaria.com.br

AM
EDITORA
AVE-MARIA

ANO NOVO

“Ano novo. Eu vou recomeçar
Como se hoje fosse O primeiro dia do mundo.
Não me machucar, Nem perder a hora
De saber o que será.”
(Flavia Wenceslau)

◆ Pe. Diego Lelis, cmf ◆

A uma jornada que se desenha como uma constante sucessão de recomeços, muitas vezes nos vemos imersos em novos capítulos sem plena consciência do poder transformador que eles carregam. Apressamo-nos por segundas-feiras desafiadoras, pelos primeiros dias do mês com seus inúmeros boletos sem perceber que a cada momento, iniciamos pequenos ciclos repletos de novas alegrias e demandas.

Existem, contudo, recomeços que se destacam, ecoando profundamente em nossos corações. O início de um relacionamento, um novo emprego, a conquista de uma promoção, a retomada de uma amizade in-

terrompida e, especialmente, o advento de um novo ano. O ano novo carrega consigo muitas possibilidades, fecundas por novos olhares, sonhos, projetos e desafios. Esse recomeçar representa uma tela em branco diante de nós, pronta para ser preenchida com nossas experiências e aprendizados, tudo isso sem negar o que foi vivido. É um exercício de gratidão e esperança.

Ao contemplarmos o ano que se inicia somos convocados a olhar para trás não com saudosismo, mas como uma oportunidade de aprendizado. Cada momento passado nos convida a refletirmos sobre como investimos nosso tempo. Se distribuimos mais amor do

que desafetos, se fomos bondosos com aqueles que compartilharam conosco o caminho da vida, se fomos verdadeiramente a presença do amor encarnado por Jesus de Nazaré.

O ano novo se apresenta como uma oportunidade de abraçar a promessa proclamada no Apocalipse: “Eis que faço novas todas as coisas” (Ap 21,5). Jesus, o enviado de Deus Pai, assegura-nos que, com sua presença e amor, todas as coisas podem ser renovadas. É necessário estarmos atentos a essa fonte inesgotável de esperança e amor, abertos à Palavra da-quele que tem o poder de conferir novo significado à nossa existência, auxiliando-nos em cada recomeço, sonho e proje-

to. Ao iniciar este novo ano, comprometemo-nos a abandonar o que não merece espaço em nosso presente. Recordemos que as primeiras coisas já aconteceram e agora nos são anunciadas coisas novas (cf. Is 42,9). Aquele que é o autor da vida tem reservado para nós algo novo e bom, mesmo diante das dificuldades.

Caminhemos confiantes, pois Ele está ao nosso lado renovando-nos, restaurando nossa esperança e ensinando-nos a amar. Recomeçar com o coração cheio de fé e esperança é o desafio que aceitamos sabendo que, com Ele ao nosso lado, todas as coisas podem ser feitas novas. Amém. ●

Imagem: Proxima Studio / Adobe Stock





Imagem: Madona Sistine - Rafael Sanzio / Wikipedia



POR
MARIA
NOS VEIO “A PAZ”

◆ Nayá Fernandes ◆

A Solenidade de Santa Maria, Mãe de Deus, realizada no dia 1º de janeiro, é a primeira celebração litúrgica mariana da Igreja Ocidental. A festa surgiu em Roma, por volta do século VI, provavelmente junto à dedicação do templo de Santa Maria Antiga. Pinturas de Maria, Mãe de Deus, ou *Theotókos*, em grego, foram encontradas nas catacumbas romanas onde os primeiros cristãos reuniam-se para celebrar e fugir das perseguições.

A solenidade lembra Maria como mãe de Deus feito homem em Jesus, mas também como figura de paz e amor, pois a celebração acontece no Dia Mundial da Paz. A data foi criada pela Igreja Católica quando, em 1967, o então Papa Paulo VI escreveu uma mensagem com o objetivo de promover o sentimento da paz pelo mundo, então marcado pela Guerra Fria.

Em 2024, foi escolhido o seguinte tema para o Dia Mundial da Paz: “Inteligências artificiais e paz”. O Papa Francisco pede que se faça “um diálogo aberto sobre o significado dessas novas tecnologias” e se trabalhe, de “forma responsável”, para que esses dispositivos estejam “a serviço da humanidade e da proteção da casa comum”.

MATERNIDADE E DIGNIDADE FEMININA

A figura de Maria é essencial para que os cristãos possam compreender a existência do ser humano. “Como mãe do Filho de Deus, ela concebe em seu seio virginal, pela ação do Espírito divino e sem a colaboração de homem, o Filho de Deus segundo a natureza humana; gerou-o, deu-o à luz, alimentou-o, guardou-o e



Padre Vítor Galdino Feller.

educou-o. O dogma da maternidade divina de Maria quer ressaltar a humanidade de Jesus que, sendo filho eterno de Deus Pai, encarnou-se em nossa humanidade ao receber de Maria sua natureza humana”, recordou Padre Vítor Galdino Feller, doutor em Teologia pela Pontifícia Universidade Gregoriana de Roma, Itália.

Também doutora em Teologia Dogmática pela Pontifícia Universidade Gregoriana, Irmã Maria Freire da Silva, da Congregação das Irmãs do Imaculado Coração de Maria, observa que a mãe de Deus é também verdadeiramente filha e verdadeiramente irmã. A religiosa salienta que reconhecer Maria como nossa irmã, a filha de Sião, requer o entendimento antropológico como essencial na encarnação do Verbo Divino: o corpo humano a serviço do projeto de Deus e dá carne ao Filho de Deus encarnado.

O que significa a expressão “filha de Sião”? Dom Aloísio Roque Oppermann explica, em um texto publicado no site da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB), que se refere a uma parte da cidade de Jerusalém onde moravam os pobres.

“Maria foi a herdeira e representante do povo eleito. Se os filhos de Abraão não percebem a presença do Messias para nele crer, Maria se torna o lugar da residência divina. Ela deixa de ser apenas uma pessoa isolada para tornar-se coletiva. Ela porta, em sua pessoa concreta, o destino do povo eleito. A mãe do Messias não é uma simples componente da Igreja. Todo o mistério do povo de Deus se encontra nela e tem nela a sua expressão. Por meio de Maria, Sião deu à luz um povo novo. ‘Faça-se em mim segundo a tua palavra’ [Lc 1,38] é a maternidade perpétua”, escreveu Dom Aloísio.

Outro artigo, escrito pela Academia Marial e publicado no site A12, recorda que “A partir da dignidade teológica de Maria de Nazaré, encontra-se a singularidade da mulher contemporânea, a sua essência. Mulher contemporânea humana, casada, que tem filhos ou não, que trabalha em casa e/ou fora; mulher que sofre, que é feliz, que é marginalizada socialmente e economicamente (por ser mulher, ser estrangeira, por prostituição ou vícios), que encontra em



Dom Aloísio Roque Oppermann, SCJ.

Maria de Nazaré um exemplo de vida. Por Maria de Nazaré ser uma mulher do povo de Deus.”

UMA ENTRE TANTAS MARIAS

Segundo o censo realizado no país, em 2010, “Maria”, com 11.734.129 batismos, é o nome mais comum no Brasil. Uma delas é Maria da Paz de Souza Abreu, que tem 70 anos e mora na cidade de Fortaleza, no Ceará. À reportagem, ela disse que seu nome foi escolhido pela mãe, que ouviu pelas ondas do rádio de uma casa em que ela trabalhava uma oração enquanto ainda estava grávida. “Minha família morava no Crato e lá as primeiras ondas de Rádio chegaram por volta dos anos 1950. Ela sempre me contou que, quando escutou aquela oração, enquanto trabalhava, comigo dentro do seu ventre, não teve dúvidas de que aquele seria o meu nome, caso tivesse uma menina. E assim foi”, disse.

A pequena Maria da Paz demorou a entender o significado do próprio nome e só adulta conseguiu compreender toda a força que o nome

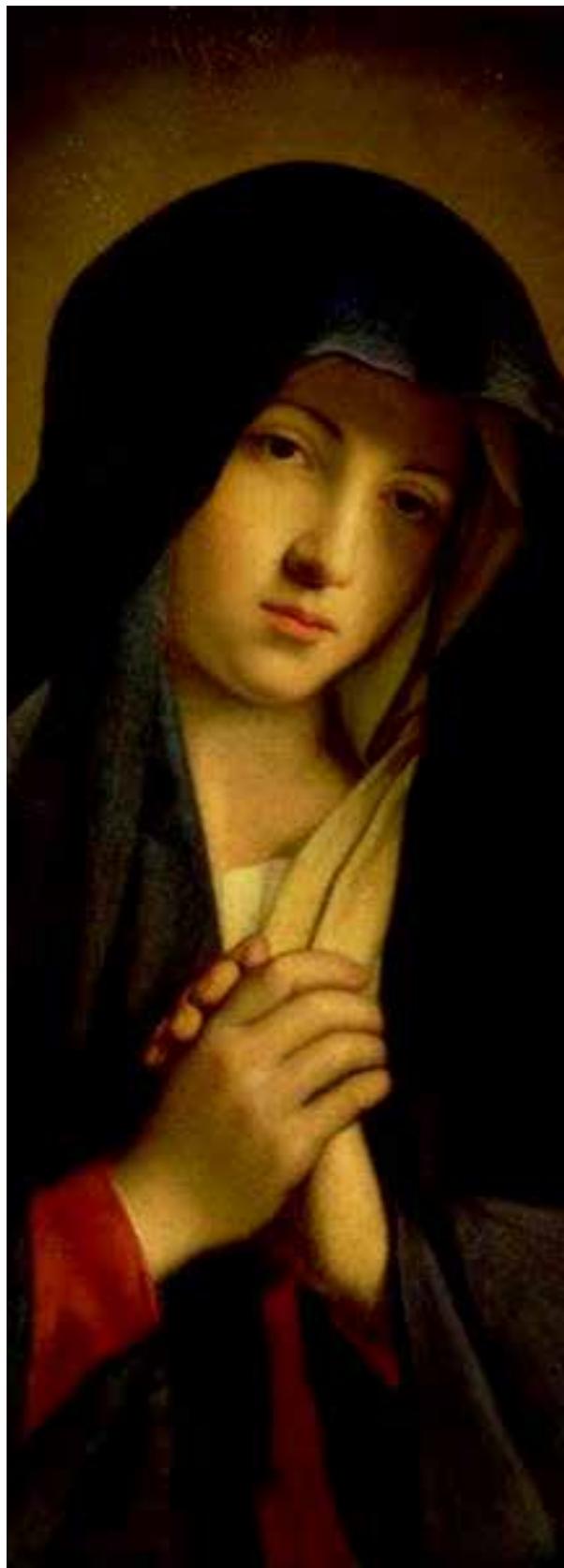


Imagem: Nossa Senhora das Dores por Giovanni Battista Salvi da Sassoferrato, século 17 / Wikipedia

carrega: “Sou muito orgulhosa e grata pela escolha de minha mãe. Crescemos com muitas dificuldades e com o tempo fui entendendo que também eu devia ser uma pessoa de paz”.

Maria da Paz tem duas filhas, às quais sempre ensinou o valor essencial do perdão e da gentileza. “Vivemos num mundo tão cheio de violência, dores, fome. Sempre que pudermos tratar as pessoas com respeito e gentileza, temos a obrigação de pelo menos tentar. Às vezes, a guerra começa por causa de uma palavra dita na hora errada. Por isso, ensinei às minhas filhas o que fui aprendendo ‘sob duras penas’. Hoje elas também são mães e conseguem distinguir quais são os caminhos do bem. O que sinto, aos 70 anos, é que minha mãe me deu muito mais do que um nome. Ela me deu uma missão”, concluiu.

EM TEMPOS DE GUERRA

“As guerras são sempre uma derrota”, disse o Papa Francisco no dia 15 de outubro de 2023. Mesmo com tantos avanços científicos e tecnológicos, o mundo vive conflitos e guerras que parecem não ter fim. O conflito entre Rússia e Ucrânia e entre Israel e Palestina e tantos outros que continuam acontecendo pelo mundo são exemplos de situações que provocam a morte de crianças, jovens, mulheres e homens, privados do direito de viver em paz dentro de suas próprias casas. Por isso, mais do que rezar e pedir pela paz, a Igreja Católica busca promover uma cultura de paz. Paulo VI, já em 1968, afirmou que “as disputas internacionais podem ser resolvidas por meio da razão e de negociações baseadas no direito, na justiça e na equidade, sem a necessidade de recorrer às armas ou à destruição”.

Em 1963, durante a Guerra Fria, o Papa João XXIII escreveu a Carta Encíclica *Pacem in Terris* ou, em português, Paz na Terra. Na encíclica, o Pontífice recordou que a cultura da paz começa com o respeito aos direitos do ser humano: “o ser humano tem direito à existência, à integridade física, aos recursos correspondentes a um digno padrão de vida:



Imagem: sidcasom.com

Papa João XXIII.

tais são especialmente o alimento, o vestuário, a moradia, o repouso, a assistência sanitária, os serviços sociais indispensáveis. Segue-se daí que a pessoa tem também o direito de ser amparada em caso de doença, de invalidez, de viuvez, de velhice, de desemprego forçado e em qualquer outro caso de privação dos meios de sustento por circunstâncias independentes de sua vontade”. No texto, o Papa enfatiza, ainda, que “às mulheres, seja-lhes facultado trabalhar em condições adequadas às suas necessidades e deveres de esposas e mães”.

Por Maria, Deus começou a fazer parte de um povo. Ela é o ponto de união entre o Céu e a Terra. O Papa Paulo VI assinala a amplidão do serviço de Maria com estas palavras: “ela é a mulher forte que conheceu a pobreza e o sofrimento, a fuga e o exílio, situações essas que não podem escapar à atenção de quem quiser dar apoio, com espírito evangélico, às energias libertadoras do homem e da sociedade. Apresentar-se-á Maria como a mulher que com a sua ação favoreceu a fé da comunidade

apostólica em Cristo e cuja função materna se dilatou, vindo a assumir, no Calvário, dimensões universais”.

*Dá-nos, Senhor, aquela
paz inquieta
Que denuncia a paz
dos cemitérios
E a paz dos lucros fartos.
Dá-nos a paz que luta pela paz
A paz que nos sacode com
a urgência do Reino,
A paz que nos invade
com o vento do Espírito,
a rotina e o medo.
O sossego das praias e
a oração de refúgio,
Paz das armas rotas na
derrota das armas
A paz do pão, da
fome de justiça,
A paz da liberdade conquistada
A paz que se faz nossa sem
cercas, nem fronteiras.
Que tanto é shalom,
como salaam, perdão,
retorno, abraço.
Dá-nos a tua paz!
Essa paz marginal que
soletra em Belém
E agoniza na cruz
E triunfa na Páscoa.
Dá-nos, Senhor, aquela
paz inquieta que não
nos deixa em paz!*

(Dom Pedro Casaldáliga, Dá-nos a paz!)



imagem: pinterest.com

SANTUÁRIO DE SÃO JOÃO BOSCO, A CASA DA JUVENTUDE EM BRASÍLIA



Imagem: arqbrasil.com.br

◆ Assessoria do Santuário ◆

O Santuário Dom Bosco, um dos marcos mais emblemáticos de Brasília (DF) e frequente destaque em cartões-postais da cidade, situa-se de forma proeminente na Quadra 702 Sul, no coração do Plano Piloto.

Esse santuário, dedicado a São João Belchior Bosco, padroeiro de Brasília, impressiona com suas oitenta colunas de dezesseis metros de altura, ornamentadas por vitrais em variados tons de azul.

No seu interior, destaca-se um magnífico lustre de três metros e meio de altura, composto por 7.400 peças de vidro murano, representando Jesus, a luz do mundo. As portas de ferro e bronze, adornadas com baixos-relevos, retratam episódios da vida de Dom Bosco.

A ideia de construir o santuário partiu da Congregação Salesiana, inspirada pelo sonho de Dom Bosco sobre Brasília. Em homenagem ao “Santo dos Jovens” foi construída uma pequena ermida, ou capela, às margens do lago Paranoá.

Em 2008, o santuário foi reconhecido como uma das sete maravilhas de Brasília pelo Bureau Internacional de Capitais Culturais (IBOCC), sediado em Barcelona, Espanha, o que levou o governo do Distrito Federal a incluí-lo nas rotas turísticas da cidade.

Embora tenha sido conhecido como Santuário Dom Bosco desde sua fundação, a oficialização de seu nome como paróquia São João Bosco ocorreu somente em 16 de agosto de 2017, por meio de um decreto oficial. ●

Rogai por nós,
Santa Mãe
de Deus!

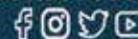


320 págs. • 168 págs.

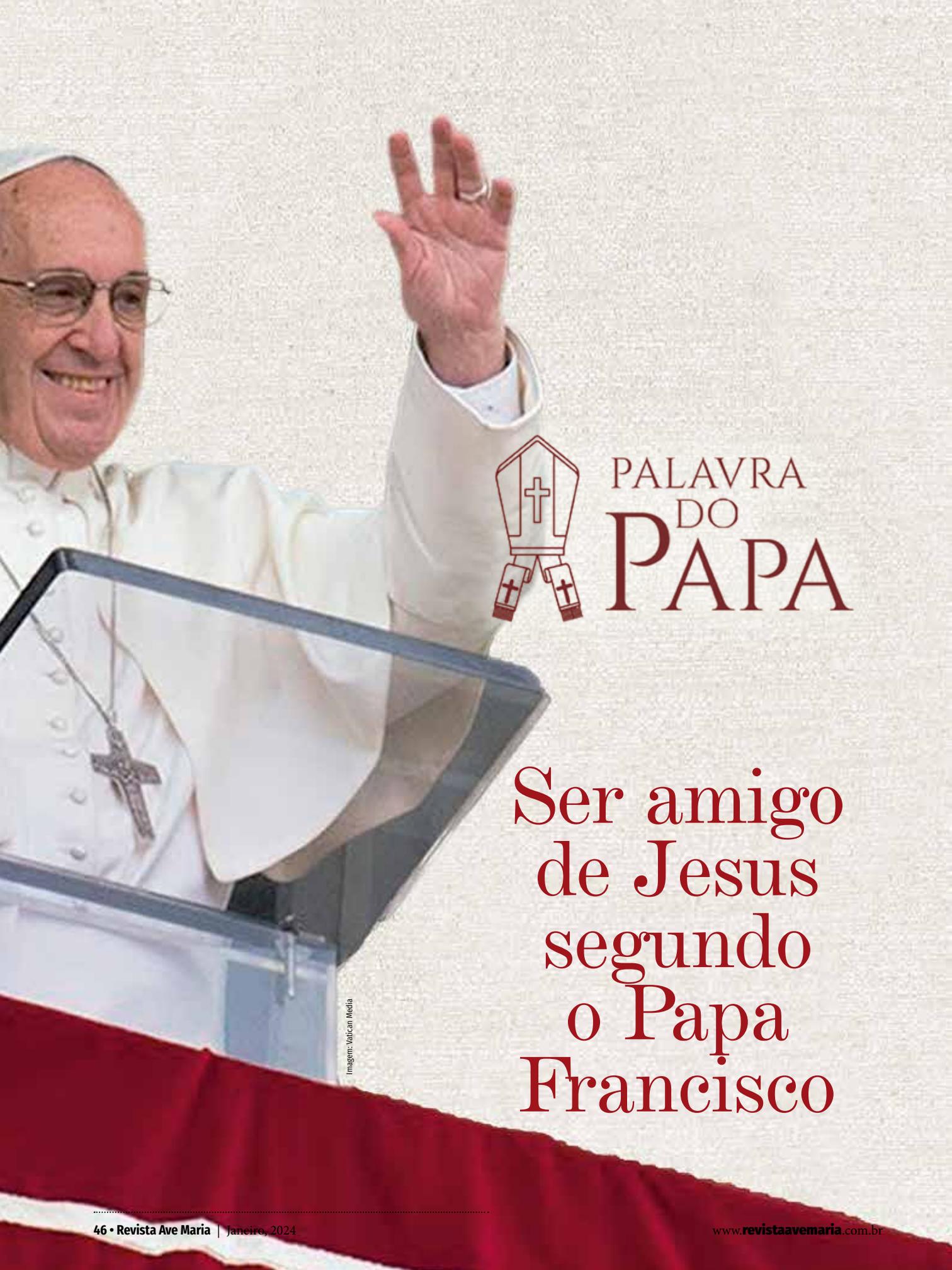
Este livro traz uma coleção de salmos escritos especialmente em louvor à Santíssima Virgem Mãe de Jesus e nossa. Através das palavras de São Boaventura, teólogo e Doutor da Igreja, cada um dos 150 salmos dessa obra, levam o leitor a ter um profundo amor e confiança em Nossa Senhora, e com ela, caminhar ao encontro com o Senhor.

AM
EDITORA
AVE-MARIA

Siga-nos nas redes sociais:



Na livraria católica mais próxima
de você
ou em: www.avemaria.com.br



PALAVRA
DO
PAPA

Ser amigo
de Jesus
segundo
o Papa
Francisco

Imagem: Vatican Media

O Papa Francisco nos lembra de uma verdade fundamental: “O Verbo se fez carne e habitou entre nós” (Jo 1,14). Por meio da encarnação, Deus veio viver entre os homens, aproximando-se de todas as realidades humanas.

As palavras “Verbo” e “carne” representam um paradoxo. “Verbo” simboliza Jesus como a Palavra eterna do Pai, existindo antes de tudo que foi criado. “Carne” reflete nossa realidade mortal e limitada. Essa contradição revela o modo de Deus agir.

“Diante de nossa fragilidade, o Senhor se aproxima. Ele não se limita à sua eternidade ou luz infinita, mas se faz carne, desce às nossas trevas e habita em terras desconhecidas... Isso demonstra a ação de Deus: vir e viver entre nós”, afirmou Francisco.

O Papa observou que frequentemente as pessoas se afastam de Deus, sentindo-se indignas ou por outros motivos, mas o nascimento de Cristo nos convida a ver as coisas pela perspectiva de Deus: “Deus quer encarnar-se em nossas vidas. Se seu coração parece corrompido ou desordenado, não se feche, não tenha medo! Pense no estábulo de Belém. Jesus nasceu naquela simplicidade para mostrar que Ele deseja visitar seu coração, viver em sua vida desordenada. ‘Habitar’ é o verbo escolhido, representando uma

partilha total, uma profunda intimidade. É assim que Deus quer ser nosso amigo”.

ACOLHENDO JESUS NO NOSSO INTERIOR, POR VEZES FECHADO

Francisco nos convida a pensar se estamos realmente abrindo espaço para Deus em nossas vidas, além das palavras, de maneira concreta. Podemos ter áreas em nossas vidas que mantemos fechadas, onde o Evangelho ainda não entrou. É propício convidar o Senhor para esses lugares. Uma forma de fazer isso, sugerida pelo Papa, é parar diante do presépio. Ele simboliza Jesus vindo para viver em nossa realidade, esperando que apresentemos a Ele nossas experiências.

FALEMOS COM JESUS SOBRE NOSSAS SITUAÇÕES REAIS

“Falemos com Jesus sobre nossas situações reais. Convidemo-lo para entrar em nossa vida, especialmente nas partes mais sombrias, nosso interior. Sem medo, compartilhemos também os problemas sociais e eclesiais de nosso tempo, pois Deus ama viver entre nós. Que a mãe de Deus, na qual o Verbo se fez carne, ajude-nos a desenvolver uma amizade mais profunda com o Senhor”, é o que disse o Papa.

Sermos amigos de Jesus é abrir nossos corações e vidas para sua presença amorosa, viva e sempre próxima de nós! ●

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

Pelo dom da diversidade na Igreja

Rezemos para que o Espírito ajude a reconhecer o dom dos diferentes carismas nas comunidades cristãs e a descobrir a riqueza das diferentes tradições rituais no seio da Igreja Católica.

CATEQUESE É UM ENCONTRO COM JESUS

♦ Pe. Paulo Gil ♦

Todos os encontros de Jesus, narrados nos evangelhos, falam da aproximação entre pessoas, entre vidas e entre esperanças. A cada encontro, Ele revelava que Deus Pai não havia perdido a esperança na humanidade. Cada gesto, cada palavra e cada passo revelavam o seu compromisso com as pessoas e com a sua missão de anunciar o valor da vida. Jesus percorria longas estradas para levar sua luz aos corações.

Na catequese, acolhemos crianças, jovens e adultos que chegam sedentos dessa luz e, aos poucos, vão acolhendo a verdade de que Jesus é a nossa esperança. Cristo é a esperança viva, a esperança da salvação cristã.

COMO LEVAR NOSSOS CATEQUIZANDOS PARA MAIS PERTO DE JESUS?

O que podemos fazer é facilitar a compreensão de que Ele está presente no meio de nós, presente para

ser encontrado e para ser reconhecido como fonte de vida, de amor, de alegria e de luz. Podemos favorecer, ou seja, acompanhar os que são iniciados à vida cristã no caminho da escuta orante da voz de nosso Deus.

O encontro de catequese é, dentre muitas ações catequéticas, uma atividade que merece toda a nossa atenção. É um encontro entre pessoas e delas com Jesus Cristo. A cada ano, milhares de crianças, de adolescentes, de jovens e de adultos são acolhidos nas paróquias e comunidades do Brasil inteiro para conhecer aquele que revela a vontade do Pai; nós falamos



de Jesus e Ele nos fala do Pai. Ele mesmo reconhece que, cumprindo a sua missão, vai unindo as pessoas na comunhão do seu amor. Certa vez, em oração, disse ao Pai: “Manifestei o teu nome aos homens que do mundo me deste. Eram teus e os deste a mim e guardaram a tua palavra. Agora eles reconheceram que todas as coisas que me deste procedem de ti. Porque eu lhes transmiti as palavras que tu me confiaste e eles as receberam e reconheceram verdadeiramente que saí de ti, e creram que tu me enviaste” (Jo 17,6-8).

Todos os envolvidos na catequese vão realizando, progressivamente, a unidade querida por nosso Deus em Cristo. Cada pessoa, consciente de seu lugar e com os olhos fixos em Cristo, vai crescendo na fé. Queridos catequistas, a nossa missão é muito especial e requer alguns cuidados. Precisamos, no dia a dia, manter nossa comunhão com Jesus Cristo e alimentar a nossa espiritualidade. Somos responsáveis por tudo o que fazemos, por isso, não deixemos de cuidar da nossa fé cristã. Fica a dica!

Para crescer na espiritualidade e no ministério de catequistas:

- ▶ Busquem cuidar de sua vida espiritual e sacramental;
- ▶ Cultivem o diálogo com Deus na escuta e na leitura orante da Palavra;
- ▶ Tenham uma vida de oração ativa e disponível para a missão;
- ▶ Invistam no aprofundamento das verdades da fé por meio da Sagrada Escritura e da doutrina da Igreja;
- ▶ Trilhem o caminho da santidade e perseverem na prática do perdão e da caridade;

▶ Mantenham o coração aberto para as virtudes teológicas e na disposição de fazer o bem;

▶ Fixem o olhar em Cristo ressuscitado para crescer na intimidade com Ele.

O QUE NÃO PODE FALTAR NA CATEQUESE PARA QUE TODOS POSSAM FAZER A PARTILHA DAS PEQUENAS EXPERIÊNCIAS VIVIDAS NA FÉ EM DEUS

Mais do que falar sobre Jesus, precisamos falar com Ele. O encontro de catequese é espaço aberto para a apresentação: de quem somos, do que esperamos e do que buscamos, quando escutamos a sua voz e quando aprendemos com Ele o caminho a trilhar. Trata-se de uma roda de conversa, na qual o convidado especial é o próprio Mestre e Senhor.

Com Ele podemos realizar, na catequese, um processo de educação da fé, aprimorando:

- ▶ A escuta;
- ▶ A acolhida;
- ▶ A vivência;
- ▶ A oração;
- ▶ A reflexão;
- ▶ A convivência.

Em espírito de fraternidade, vamos realizando momentos de partilha sobre a alegria de não caminharmos sozinhos. Contamos com a presença de Jesus, que estende suas mãos e caminha com sua comunidade: Ele e nós! Dele, que não caminhou sozinho, aprendemos que as amizades sinceras fortalecem relações verdadeiras e sadias. As verdadeiras amizades fortalecem a caminhada cristã. Quando caminharmos para o

fortalecimento da esperança nas comunidades, promovendo a evangelização das crianças, dos adolescentes e dos jovens, daremos passos consistentes em direção da revitalização da vida eclesial e percorreremos um caminho aberto para novos caminhos. Levaremos, com coragem e criatividade, os nossos catequizandos para uma ação sociotransformadora. O futuro das comunidades depende de pessoas convertidas e comprometidas com a alegria do Evangelho; depende de fiéis conscientes de sua filiação divina como fruto do coração de Deus, Pai de bondade.

Corajosos catequistas, a comunidade tem um papel fundamental para a transmissão da fé cristã. É na comunidade e com ela que vamos acolher e integrar as famílias no processo de educação da fé, por isso, o encontro de catequese precisa ser o momento para destacar a importância do relacionamento familiar e da participação de todos na vida da comunidade. Nunca devemos nos esquecer de que, na catequese, o encontro acontece entre pessoas que não podem ficar paradas num mesmo lugar, mas que precisam avançar, seguir em frente, de mãos dadas com a fé.

O ano de 2024 está começando e o nosso compromisso com a catequese nos indica que a renovação das atividades catequéticas, para que os catequizandos sejam iniciados à vida cristã, requer comprometimento de todos os envolvidos no processo. Não nos esqueçamos de que a perseverança de nossos catequizandos está relacionada aos objetivos e à inspiração que compartilhamos nos encontros preparados com amor.

Caminhemos juntos na missão! ●

QUAL A IMPORTÂNCIA DOS PADRINHOS NA VIDA CRISTÃ?

♦ Valdeci Toledo ♦

Os padrinhos desempenham uma grande missão na vida cristã, pois são apoio necessário aos pais e aos afilhados. A tarefa dos padrinhos é uma verdadeira função ligada à Igreja; desse modo, o convite a eles não deve fundamentar-se tão somente nos conceitos de amizade, *status* ou relacionamento social. Não se pode perder de vista que o padrinho e a madrinha devem colaborar com os pais na educação e formação cristã de seus afilhados. Assim, conhecimento e prática cristã são elementos indispensáveis na escolha daquele e daquela que assumirão, diante de Deus e da Igreja, a preciosa missão de acompanhar o afilhado e/ou a afilhada do Batismo ou da Confirmação.

No caso do Batismo, para que a graça batismal possa se desenvolver é importante a ajuda dos pais, pela vida de oração e testemunho de vida cristã. A missão dos padrinhos é acompanhar o batizando adulto na iniciação cristã e, junto com os pais, apresentar ao Batis-

mo o batizando quando ainda é criança. Assim, o padrinho ou a madrinha – que devem ser cristãos firmes, capazes e prontos a ajudar o novo batizado, criança ou adulto – colaboram na vida cristã de seus afilhados.

Para o Sacramento da Confirmação, cabe à madrinha ou ao padrinho acompanhar e incentivar, com sua própria vida, o confirmando ou a confirmanda, para que se configure verdadeira testemunha de Cristo. Assim, aos padrinhos e às madrinhas compete a grande missão de ajudar espiritualmente seus afilhados a cumprir com fidelidade as obrigações inerentes aos sacramentos que receberem.

Podemos verificar que é grande o empenho que os padrinhos e madrinhas devem ter em relação aos seus afilhados. Não basta apenas participar das celebrações do Batismo ou da Confirmação, mas é necessário dedicar a própria vida, seja em seu aspecto espiritual – na intercessão pelos afilhados, por exemplo –, seja em seu aspecto didático, quando também se deve

instruí-los de acordo com os ensinamentos cristãos.

Algumas condições para que alguém seja admitido como padrinho ou madrinha:

- Seja escolhido(a) pelo próprio batizando (quando adulto), por seus pais ou por quem lhes faz as vezes ou, na falta deles, pelo próprio pároco ou ministro, e que tenha aptidão e intenção de cumprir esse encargo;
- Tenha completado 16 anos de idade, a não ser que outra idade tenha sido determinada pelo bispo diocesano ou pareça ao pároco ou ministro que se deva admitir uma exceção por justa causa;
- Seja católico(a), confirmado(a), já tenha recebido o santíssimo Sacramento da Eucaristia e leve uma vida de acordo com a fé e o encargo que vai assumir;
- Não esteja impedido(a) por nenhuma pena canônica;
- Não seja pai ou mãe do(a) batizando(a). ●





A REVOLUÇÃO DE Amor

◆ Pe. José Alem, cmf ◆



Sejam unidos! Você existe porque um dia seus pais o geraram por amor e você nasceu como fruto desse amor. Entretanto, mesmo antes de seus pais Deus já amava você.

Ele o criou através de seus pais e o fez parecido com Ele mesmo, sua imagem e semelhança. Deus é amor e nos fez capazes de amar. Esse é o desejo mais profundo do coração de todas as pessoas.

É preciso aprender a amar. Você, eu e todas as pessoas nascemos com capacidade para amar, mas é preciso desenvolvê-la. É como uma semente. Toda semente traz em si o projeto de uma árvore com todas as suas raízes, folhas, flores, frutos, mas é preciso desenvolver a semente, senão ela nunca se tornará uma árvore. Assim também acontece conosco: a semente do amor precisa ser cultivada para desabrochar e produzir muitos atos de amor. Foi para isso que Jesus, Filho de Deus, veio ao mundo, para nos ensinar a amar como Deus ama.

A catequese é uma experiência de aprendizado da arte de amar. Todos nós, independentemente da idade, estamos num processo permanente de educação na arte de crer e de amar. A Igreja é a escola do amor. Ser Igreja é aprender a conhecer Jesus e aprender com Ele como Ele nos ama e quer que nos amemos.

Sendo assim, dedique tempo, atenção, interesse para aprender a coisa mais importante da vida, que lhe dará para toda a vida ensinamentos para viver feliz mesmo quando tiver dificuldades.

Quando aprendemos a amar, vamos construindo novos relacionamentos com as pessoas: pais, irmãos, avós, tios, primos, tios, colegas, vizinhos e com todas que encontramos na vida. Se amamos, ficamos unidos, felizes e vivemos em paz. Muitas vezes, as pessoas não conseguem

viver unidas porque têm muitos problemas e não sabem como resolvê-los. Vivendo desunidos perdemos a razão de viver e isso afeta também a paz entre nós e a verdadeira alegria.

Podemos aprender a viver com todas as pessoas de qualquer raça, cultura, tradição e com isso enriquecer nossas vidas com experiências novas e muito positivas que os diferentes indivíduos nos podem trazer.



**Se aprendermos a amar,
não achamos esquisito
conviver com pessoas
ricas ou pobres, de cores
diferentes das nossas e que
tiveram educação diferente.
Tudo isso pode nos ensinar
muito a arte de amar**



Muitas pessoas contribuem para o mundo ficar desunido, mas, se somos todos irmãos, filhos de Deus, temos que amar a todos e construir cada dia uma grande família. Essa é a missão que Deus pede a todos e também a mim, a você.

Viver o amor é a maior revolução que podemos fazer no mundo. Uma revolução sem armas, sem violência, sem agressões. Devemos, com humildade, coragem e paciência, ir aprendendo a viver unidos.

O mundo amanhã estará sob a responsabilidade dos jovens de hoje. Eles serão os adultos de amanhã, por isso é preciso ir crescendo em idade, sabedoria e graça para desenvolver permanentemente a capacidade de ajudar o mundo a ser sempre melhor. Dessa forma, aos poucos, o mundo fica cada vez mais unido. É a melhor coisa que se pode fazer na vida. ●



SER IGREJA, ESCUTAR A IGREJA

Imagem: Medfocx / Adobe Stock

◆ Pe. Rafael Beck Ferreira* ◆

No início de suas *Confissões*, Santo Agostinho faz uma oração: “Senhor, faz com que eu saiba e compreenda se devo invocar-te primeiro ou louvar-te, se primeiro devo conhecer-te ou invocar-te”. Pedro, em sua primeira epístola, exorta os cristãos a saberem dar as razões de sua fé a quem os solicitar (cf. 1Pd 3,15). Por fim, vale a pena ressaltar a famosa frase de Santo Anselmo: “*Fides quaerens intellectum*” (“A fé busca seu entendimento”).

Desde os primeiros séculos, os cristãos buscaram entender em que acreditavam (*fides quae* – qual o objeto da nossa crença), enquanto, concomitantemente, a Igreja sistematizava progressivamente seu entendimento, iluminada pelo Espírito Santo, positivando-o por meio dos concílios, do símbolo apostólico e de seus pronunciamentos oficiais. Costumamos falar da “riqueza” de ser católico porque, de fato, cada fiel recebe um tesouro, que é o *depositum fidei* (depósito da fé) proclamado, organizado e clarificado ao longo da história da Igreja.

Por isso, não basta a fé subjetiva (*fides qua*), que é o ato pessoal de afirmar “Eu creio!”. É necessário saber em que cremos, escutar a santa mãe Igreja como filhos obedientes, por isso o cristão precisa ser discípulo: colocar-se aos pés do Mestre e haurir de sua sabedoria, conhecer as Sagradas Escrituras, o Catecismo da Igreja Católica, que é uma

síntese do ensinamento da Igreja, os documentos do magistério, as fontes patrísticas, as vidas dos santos e seus escritos, as obras teológicas, estudar a liturgia... Ficar nos “achismos” ou seguindo “gurus da moda” é caminho que conduz ao afastamento da unidade da Igreja, a um criticismo ácido que rouba a alegria de ser católico.



Conhecer a nossa fé é percurso apaixonante e sem volta e cada vez mais os leigos estão se empenhando, estudando, desenvolvendo com mais consciência e amor seu apostolado



Assim, contra as ondas do relativismo, a barca da Igreja navega proclamando corajosamente a verdade.

“Quando a fé esmorece, há o risco de esmorecerem também os fundamentos do viver.” (Francisco, Carta Encíclica *Lumen Fidei*, 55. ●)

***Padre Rafael Beck Ferreira** é mestre em Ciências da Religião pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas) e professor no curso de Filosofia no Centro Universitário Salesiano de São Paulo (UNISAL). Atualmente é pároco da Paróquia Nossa Senhora Aparecida em Cachoeira Paulista, Diocese de Lorena (SP).

◆ Pe. Luiz Antônio Guimarães ◆



**ANO
NOVO,
NOVOS
SONHOS
NOVAS
REALIZ**

Imagem: javitindy / Adobe Stock



Chegou janeiro e, com ele, um novo ano, com novos sonhos e expectativas de um novo tempo! É sempre bom lembrar que para todo início de ano é preciso sonhar e no ato de sonhar já está a concretização de novos horizontes e, consequentemente, de novas realizações!

Há um adágio que diz que quem perdeu a capacidade de sonhar, perdeu a capacidade de viver. Viver é uma aventura de sonhos e sonhar é renovar o hábito de vida. Pensando assim, se quer ter uma vida tranquila e viver bem os dias do novo ano é urgente sonhar, isto é, acreditar que tudo neste ano será melhor. Por exemplo, se no ano passado algo não foi tão bom e você não conseguiu

realizar o que queria, não deixe de acreditar que este ano é uma nova oportunidade de olhar para o futuro e lançar metas para conquistá-las. Isso é uma das formas de sempre acreditar que aquilo que vem é algo real, visto que, para quem sonha grande, a vida se torna uma grande e surpreendente aventura que lhe trará a felicidade.

No entanto, não pode sonhar e viver bem quem não tem fé. O jovem, pelo seu próprio estado de vida, é um sonhador. Sonha em passar no vestibular, em acreditar no amor e ter alguém do seu lado, em ter saúde plena, em se lançar em novas aventuras, porém, muitas vezes se frustra porque não sonhou conforme a vontade de Deus, ou seja, não colocou a fé como o norte de seus sonhos. Ter fé é se perguntar “Rezo e pergunto a Deus se estes meus sonhos estão alinhados à vontade Dele? Estou disposto a renunciar a minhas vontades para abraçar a vontade do Senhor?”.



Ora, todo sonho requer renúncias e para renunciar a alguma coisa em vista de algo maior isso só é possível com a fé



Se viver bem e pensar na realização de seus sonhos só é possível pela fé, eles passam também pela experiência comunitária. Já dizia o poeta inglês John Donne: “Nenhum homem é uma ilha!”. Ninguém consegue algo sozinho. O outro é corresponsável pela realização de seus sonhos, seja esse outro alguém da família ou amigo. O sonho, mesmo que seja pessoal, está par a par com os outros. Veja: se um jovem almeja passar no vestibular, ele conta com apoio irrestrito de seus pais, que querem ver a realização de seu filho; conta com o apoio dos amigos, que entendem quando ele renuncia a vários momentos de lazer em vista da realização desse sonho. Quando se concretiza um sonho, a comemoração é sempre uma experiência comunitária, dos “outros” que cooperaram direta ou indiretamente na realização dele. Isso reforça a ideia da frase de Raul Seixas: “Sonho que se sonha só é só um sonho que se sonha só, mas sonho que se sonha junto é realidade”.

Que tal neste novo ano você, jovem, traçar novos sonhos e empreender esforços norteado pela fé e apoiado nas experiências comunitárias e, assim, acreditar, de fato, que um ano novo é um princípio ativo de novos sonhos e novas realizações. Assim sendo, avante nessa feliz aventura! ●

OS,

AÇÕES!

Imagem: Freepik



JANEIRO BRANCO:

**COLOQUE A SAÚDE
MENTAL COMO
PRIORIDADE EM 2024**

◆ Da Redação ◆

Quando um novo ano começa é o momento ideal para refletir sobre a importância da saúde mental e emocional. Embora campanhas de conscientização ocorram em certos períodos é vital reconhecer que os cuidados com a saúde mental devem ser uma prática contínua.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), no Brasil 86% da população sofre de algum transtorno mental, incluindo depressão, ansiedade, fobias e transtornos de personalidade, por isso é essencial aprender e aplicar estratégias eficazes para cuidar da saúde mental, especialmente no começo de um novo ciclo.

O QUE É SAÚDE MENTAL?

Saúde mental é um termo psicológico que descreve o equilíbrio entre habilidades, emoções, objetivos e outros aspectos da vida. A forma como gerenciamos esses elementos determina a nossa saúde mental, podendo levar à reações saudáveis ou prejudiciais.

Entender como cuidar da saúde mental é crucial para enfrentar diversas situações e emoções que surgem no dia a dia. Uma boa saúde mental permite bem-estar pessoal e interações sociais positivas, além de prevenir doenças físicas.

A seguir, algumas dicas para manter a saúde mental e emocional ao longo do ano.



Priorize a saúde física: a atividade física melhora cognição, energia e autoestima, liberando endorfinas que promovem bem-estar. Inclua na rotina uma alimentação balanceada, exercícios, hidratação e meditação;



Cultive relacionamentos positivos: mantenha-se próximo a pessoas que lhe fazem bem. Relacionamentos saudáveis são fundamentais para uma vida prazerosa e significativa;



Valorize o lazer: engaje-se em atividades que trazem alegria, seja com amigos, familiares, animais de estimação ou sozinho. O lazer é essencial para o equilíbrio emocional;



Reduza o tempo on-line: diminua o uso de redes sociais e tecnologia, focando em atividades reais que tragam prazer e satisfação pessoal;



Estabeleça metas e objetivos: viva com propósito e defina metas claras para se motivar diariamente. A realização de pequenos objetivos contribui para a saúde mental;



Durma bem: priorize um sono de qualidade, dormindo de sete a oito horas por noite, isso ajuda a manter a mente relaxada e eficiente;



Busque ajuda profissional: não hesite em procurar apoio profissional ao enfrentar dificuldades emocionais ou mentais.

Entender e aplicar essas estratégias é fundamental para garantir melhor qualidade de vida, bem-estar e longevidade. À medida que avançamos no ano novo, lembre-se de cuidar da sua saúde mental e emocional. ●

A MISSÃO DE RECOMEÇAR

EXIGE DE NÓS UM EXAME DE CONSCIÊNCIA E NÃO UM BALANÇO, JÁ QUE NÃO SOMOS NÚMEROS E SIM FILHOS AMADOS DE DEUS



♦ Pe. Rodolfo Faria ♦

Estimado(a) leitor(a) da *Revista Ave Maria*, começo nossa reflexão mensal de janeiro propondo a meditação da esperança e do recomeço como expressões de sucesso e benção.

2024 chega cheio de possibilidades para ser um ano de sucesso e com muitas bênçãos para nossas famílias. Janeiro é tempo de recomeçar, de construir e de planejar... Para alguns é momento de um “balanço”, todavia, para nós, cristãos, católicos filhos amados de Deus, é tempo olhar por dentro de nós mesmos. Uma das formas de nos prepararmos para esse novo tempo é realizar um bom exame de consciência para um recomeço de maneira transparente.

O exame de consciência é quando você se encontra consigo mesmo embaixo da luz de Deus. O pecado causa uma ruptura em nosso relacionamento com Deus, mas o Sacramento da Confissão nos ajuda a restabelecer essa relação, assim como o Sacramento da Eucaristia. Para que a confissão seja consistente, precisamos apresentar ao padre – ministro do Sacramento – nossos pecados e, verdadeiramente arrependidos e prontos para mudarmos de vida, reconciliarmo-nos com Deus e começarmos um capítulo novo de nossas histórias. Para que você possa começar este ano de 2024 de maneira nova é preciso fazer um bom exame de consciência.

Para que algo seja pecado, portanto, matéria do Sacramento da Penitência, são requeridas três condições ao mesmo tempo: ser uma matéria grave (ir contra os damentos), ser cometido em plena consciência e ser cometido deliberadamente (cf. *Catecismo da Igreja Católica*, 1857). É preciso olharmos

Imagem: Pixel-Shot / Adobe Stock

para nossas vidas com zelo e analisarmos se fizemos alguma coisa contra as leis de Deus, com pleno conhecimento de que era errado e por vontade própria.

Para realizarmos um bom exame de consciência, primeiramente devemos orar e pedir ao Espírito Santo que ilumine nossa inteligência para lembrarmos de tudo que fizemos e que tenha ofendido a Deus. É importante anotarmos, em um papel, todos os pecados cometidos para serem lidos na confissão e, assim, diminuirmos a chance de esquecermos alguma coisa.

Existem vários modelos de exame de consciência disponíveis na internet. Eles costumam ser baseados em perguntas para que possamos responder e analisar se cometemos pecados mortais com nossas ações e pensamentos. Neste artigo, apresentaremos alguns passos necessários para recomeçar sua relação com Deus, bem como começar seu ano com a certeza de estar no caminho certo.

Todas as provocações acima servem de autoanálise para avaliar a ruptura que o pecado mortal causa no nosso relacionamento com Deus, com nós mesmos, com os irmãos e a criação. É importante destacar que não se trata somente de enumerar pecados, mas de nos arrependermos com dor por eles e, principalmente, fazendo o firme propósito de não voltar a cometê-los. Um bom exame de consciência é uma cura profunda, um recomeço assertivo.

Vamos nos preparar para que 2024 seja um ano de comunhão com Deus e com os irmãos! ●

A seguir algumas perguntas e propostas a observar neste ano novo por você e pela sua família

- ▶ Amo a Deus com todo meu coração ou vivo mais apegado às coisas materiais?
- ▶ Preocupei-me em renovar minha fé cristã por meio da participação ativa e atenta na Missa dominical e da leitura da Palavra de Deus?
- ▶ Estou indo à Missa todo domingo e nos dias de solenidades?
- ▶ Confessei-me pelo menos uma vez neste ano, principalmente para a Páscoa?
- ▶ Tenho uma relação de amizade e confiança com Deus ou cumpro somente os ritos?
- ▶ Professei minha fé sem temor? Dei testemunho de Deus em casa, na escola, no trabalho ou tenho vergonha de fazê-lo?
- ▶ Tenho reverência com o nome de Deus ou o ofendo com blasfêmias, falsos juramentos ou usando-o em vão?
- ▶ Sou soberbo ou vaidoso, considerando-me superior aos outros?
- ▶ Procuro aparentar algo que não sou para ser valorizado pelos outros? Aceito a mim mesmo ou vivo na mentira e no engano?
- ▶ Sou escravo das minhas feridas e complexos?
- ▶ Que uso tenho feito dos talentos que Deus me deu?
- ▶ Esforço-me para superar meus vícios e más inclinações como a preguiça, a gula, a avareza, a bebida ou a droga?
- ▶ Caí na luxúria e na promiscuidade com palavras, pensamentos, desejos e ações impuras? Assisti ou li pornografia, realizei masturbação ou fornicação, cometi adultério? Recorri a métodos artificiais de controle de natalidade contrários ao magistério da Igreja?
- ▶ Eu amo o meu próximo de todo coração? Em minha família, colaborei em criar um clima de reconciliação com paciência e espírito de serviço, dando testemunho de comunhão, ou sou causa de divisão?
- ▶ Sou um filho obediente aos meus pais, prestando-lhes ajuda e respeito em todo momento?
- ▶ Eu me preocupo, como pai ou mãe, em educar meus filhos na vida cristã?
- ▶ Insultei o meu próximo ou o escandalizei com palavras e ações?
- ▶ Se me ofenderam, soube perdoar ou guardei desejo de vingança?
- ▶ Compartilho meus bens e meu tempo com os pobres ou sou egoísta e indiferente à dor dos outros?
- ▶ Participo das obras de evangelização na Igreja?
- ▶ Cumpri meus deveres cívicos, paguei meus impostos, declarei o imposto de renda corretamente?
- ▶ Realizei fofoca, calúnia, enganei, menti, causei dano físico, violei segredos, induzi alguém ao aborto, provoquei brigas?
- ▶ Fui honesto em meu trabalho? Sou justo com meus funcionários?
- ▶ Cometi fraude ou estelionato?
- ▶ Recebi dinheiro ilícito?

VIVA MELHOR

*SETE DICAS PARA
MELHORAR A*

SAÚDE BUCAI

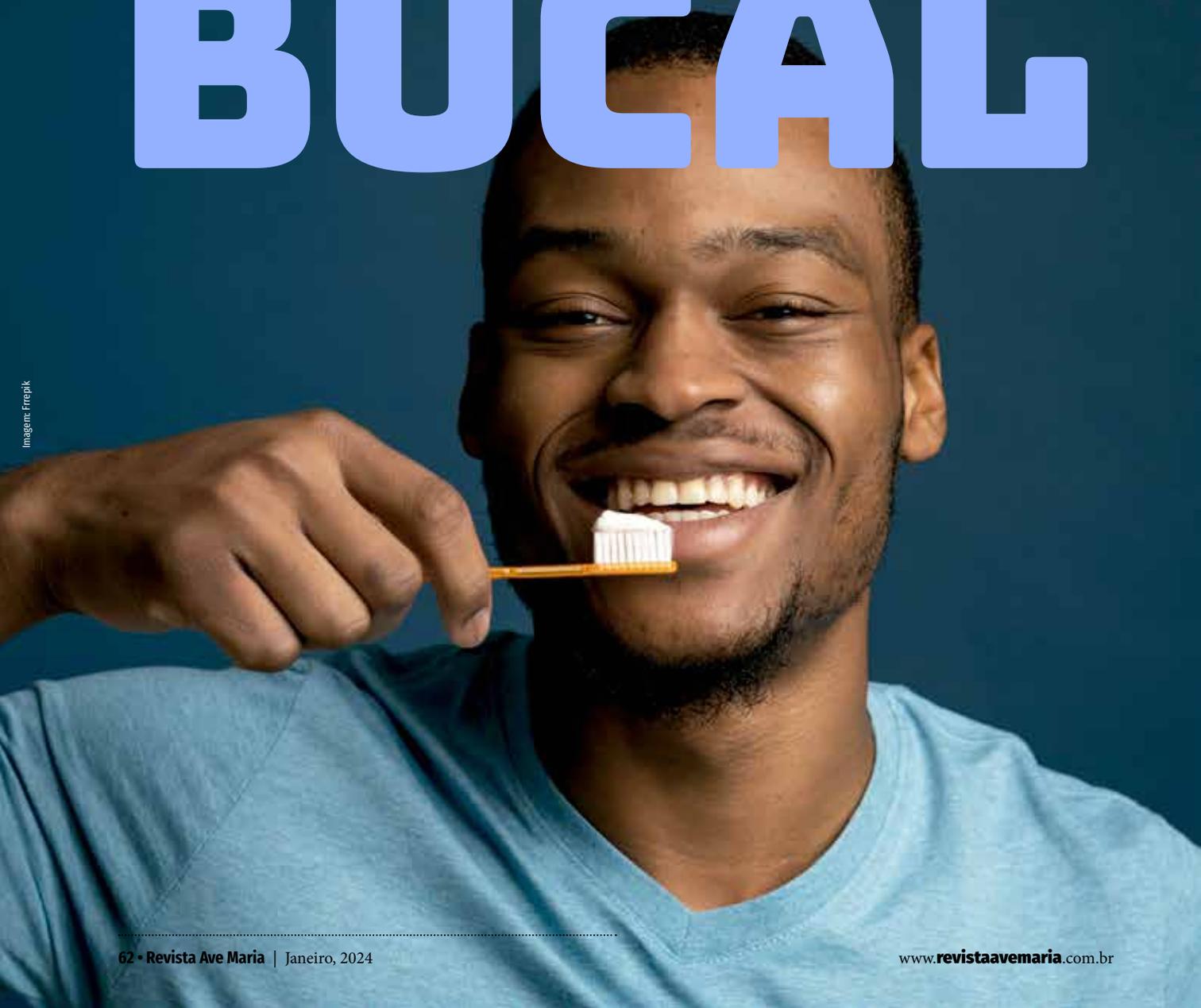


Imagem: Freepik

◆ SNG Odontologia* ◆

Manter uma boa saúde bucal é fundamental e envolve mais do que apenas escovar os dentes depois de comer. Para exibir um sorriso bonito e saudável é necessário adotar uma rotina de cuidados diários.

Para aprimorar seus hábitos e promover um sorriso ainda mais radiante, apresentamos sete estratégias de cuidados bucais. Continue lendo para descobri-las!

COMO MANTER A SAÚDE BUCAL?

Quer saber como manter um sorriso bonito e dentes saudáveis? Não se preocupe, a rotina de cuidados é mais simples do que você imagina e não exigirá muito do seu tempo. Confira a seguir sete estratégias para cuidar da saúde bucal.

- Escovação caprichada antes de dormir: como a salivação

diminui durante o sono, aumentando a proliferação bacteriana na boca, uma boa escovação noturna é crucial, especialmente se você usa aparelho ortodôntico;

- Bochecho antes de escovar os dentes: realizar um bochecho antes de escovar ajuda a remover restos de comida, evitando sua transferência para a escova e assegurando uma limpeza dental mais completa;

- Não ignore a língua: ela é uma parte importante da boca e não deve ser negligenciada na escovação. Use um limpador de língua para prevenir o acúmulo de sujeira e bactérias;

- Adote uma dieta saudável: sua dieta impacta diretamente a saúde bucal. Reduza o consumo de doces e inclua mais frutas, legumes e verduras na sua alimentação;

- Use fio dental regularmente: o fio dental é essencial para a saúde bucal, removendo os restos de alimentos entre os dentes que podem causar mau hálito;

- Cuidados com as gengivas: muitos esquecem de cuidar das gengivas, mas a negligência pode levar a problemas como gengivite. Faça limpezas regulares com o dentista e fique atento a sinais como sangramento ao escovar;

- Consultas dentárias periódicas: visitar o dentista regularmente é vital para manter a saúde bucal, seja para check-ups, limpezas ou tratamentos específicos. A recomendação é ir ao dentista a cada seis meses.

Siga essas dicas e veja como é fácil cuidar da sua saúde bucal! ●

***A SNG Odontologia** tem o grande objetivo de trazer uma melhor qualidade de vida por meio de uma boa saúde bucal.



Imagem: Vatican Media

NAS PEGADAS DE FRANCISCO,

EVANGELIZAR
COM ESPÍRITO

◆ Pe. Thales Maciel Pereira* ◆

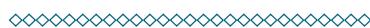
Com este artigo, encerramos a série de meditações a respeito da Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium*. Descortina-se para nós o seu último capítulo, “Evangelizadores com espírito”. Nele, o Papa Francisco quer convidar-nos a uma abertura sem medo à ação do Espírito Santo (cf. Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium*, 259).

Pentecostes, evento paradigmático, manifesta com clareza que a evangelização brota da ação do Espírito Santo, promotor de toda novidade e ousadia (parresia). Só o Espírito nos ensina e convence que a autêntica evangelização “(...) é muito diferente de um conjunto de tarefas vividas como uma obrigação pesada, que quase não se tolera ou se suporta” (Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium*, 261).

Com o fim de renovar o espírito missionário de todos os fiéis, Francisco é bastante direto: “Evangelizadores com espírito quer dizer evangelizadores que rezam e trabalham” (Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium*, 262). Aliar ao trabalho pasto-

ral efetivo a espiritualidade é de todo necessário para uma evangelização eficaz: a relação íntima e pessoal com o Senhor do anúncio qualifica e testemunha a fidelidade evangelizadora.

Para evangelizar com espírito, isto é, com a integridade do nosso ser em suas relações constitutivas com Deus, com os outros e com o mundo é preciso redescobrir o regozijo espiritual de ser povo de Deus. Segundo o nosso Papa, “Para ser evangelizadores com espírito é preciso também desenvolver o prazer espiritual de estar próximo da vida das pessoas, até chegar a descobrir que isso se torna fonte de uma alegria superior” (Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium*, 268).



O evangelizador está próximo do Senhor glorioso assim como do Senhor chagado



Não se trata de dois senhores, mas do único e mesmo:

aquele que é nosso salvador, Jesus Cristo. É preciso coragem e, sobretudo, fé para realizar uma evangelização com proximidade pastoral. Ser próximo das pessoas é o caminho mais efetivo para o anúncio do Evangelho de Cristo.

O coroamento da Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium* não poderia ser outro senão o papel singular de Maria, a mãe da evangelização. A mãe de Jesus – e nossa – sempre esteve unida aos discípulos do Senhor para invocar o Espírito Santo, dinamizador de toda a evangelização. Maria é o dom de Jesus para nós, seu povo; ela é a estrela da evangelização, cheia de ternura e afeto. Em sua intercessão confiamos. Não malograremos em nosso esforço de transmitir a todos a alegria que contagia o nosso coração, a alegria do Evangelho! ●

***Pe. Thales Maciel Pereira** é doutorando em Teologia Sistemático-pastoral pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-RJ) e mestre em Teologia pela mesma universidade. Cursa especialização em Filosofia Antiga. É professor de Teologia nas faculdades Dehoniana, em São Paulo (SP), e Canção Nova, em Cachoeira Paulista (SP).



Imagem: Reprodução/WEB



BACALHAU COM BATATA E QUEIJO GRATINADO

INGREDIENTES

Massa

- 1 kg de batatas
- 1 vidro de leite de coco
- 1 lata de creme de leite sem soro
- Margarina

Recheio

- 1 kg de bacalhau
- 1 lata de palmitos
- 3 tomates sem sementes
- Azeitonas
- Cheiro-verde
- Alho
- Cebola
- Azeite
- Muçarela a gosto

MODO DE PREPARO

Massa

Coloque as batatas para cozinhar e faça um purê. Coloque na batedeira as batatas espremidas, a margarina, o leite de coco e o creme de leite e bata bem.

Recheio

Deixe o bacalhau dessalgar da noite para o dia. Cozinhe-o e desfie-o, tirando seus espinhos. Em uma panela, coloque o azeite, a cebola e o alho e refogue o bacalhau. Junte o restante dos ingredientes e refogue, tomando cuidado com o sal. Em um refratário grande, coloque uma camada do purê, outra do bacalhau e uma do queijo muçarela. Finalize com o restante do purê e mussarela por cima. Coloque no forno por mais ou menos 25 minutos ou até o queijo derreter.

Valor calórico: 179 kcal

PIPOCA DOCE VERDADEIRA

INGREDIENTES (1 PORÇÃO)

- 5 colheres (sopa) de óleo
- 5 colheres (sopa) de milho para pipoca
- 5 colheres (sopa) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de água
- 1 colher (sopa) de chocolate em pó

MODO DE PREPARO

Em uma panela, adicione todos os ingredientes e misture-os delicadamente até o milho começar a estourar. Desligue o fogo quando o intervalo de tempo entre os estouros da pipoca diminuir. Está pronta para comer.

Valor calórico: 196 kcal.



Imagem: Reprodução/WEB

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

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

