

A nossa adoração eucarística encontra a sua verificação quando cuidamos do próximo, como faz Jesus: à nossa volta há fome de comida, mas também de companhia, há fome de consolação, de amizade, de bom ânimo, há fome de atenção, há fome de ser evangelizado. Encontramos isto no Pão eucarístico: a atenção de Cristo às nossas necessidades, e o convite a fazer o mesmo àqueles que nos rodeiam. É preciso comer e dar de comer.

Papa Francisco, *Angelus*, 19 de junho de 2022.



Boletim de Espiritualidade

1 JULHO 2022
Ano IX Nº 97

97



Agenda julho 2022

- 1 **Coimbra** (Fac. Farmácia) – Colóquio: *Um olhar ético sobre a dor* [🔗](#)
- 1 a 9 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 1 a 16 **Bragança** (Palaçoulo) – Verão vocacional [🔗](#)
- 2 **Maia** (Combonianos) – Missão Jovem 2022 [🔗](#)
- 4 **Fátima** (Santuário) – Recoleção: P. Luís Manuel Rodrigues Ferreira, SMM [🔗](#)
- 4 a 12 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 5 **Lisboa** (C. Rato) – Conferência e leitura sobre ética, ecologia e espiritualidade: J. M. Coetzee, As Vidas dos Animais [🔗](#)
- 6 a 8 **Fátima** (Santuário) – Curso de Verão: 7.ª edição “Jacinta Marto, vidente de Fátima” [🔗](#)
- 7 a 10 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 7 a 10 **Turim** (Itália) – Taizé: Encontro europeu [🔗](#)
- 8 a 10 **Alessadas** – Retiro mariano – Anabela Rodrigues, Inst Teresiana [🔗](#)
- 13 a 17 **Turim** (Itália) – Taizé: Encontro de amizade entre jovens muçulmanos e cristãos [🔗](#)
- 14 a 21 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 15 **Rio Maior** – Sessão do Ciclo de Conferências em Família [🔗](#)
- 15 De véspera com Nossa Senhora do Carmo (Online: 21h30) [🔗](#)
- 15 a 23 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 21 a 24 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 22 a 24 **Alessadas** – Retiro: *A beleza de caminhar juntos*; com concerto orante – CM e CMS, Clara Palma [🔗](#)
- 22 a 24 **Fátima** (Santuário) – Escola do Santuário: Retiro [🔗](#)
- 25 a 25 **Fátima** (SNL) – Encontro Nacional de Pastoral Litúrgica: *Celebrar com os jovens* [🔗](#)
- 29 a 4 Set **Ávila** (CITEs) – Congresso Mundial São Joanino [🔗](#)

Agenda agosto 2022

- 1 **Fátima** (Santuário) – Recoleção: Ir.ª Ângela de Fátima Coelho da Silva, ASM [🔗](#)
- 2 a 10 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 4 a 7 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)

- 5 a 7 **Alessadas** – Retiro, Orienta: P. Joaquim Teixeira [🔗](#)
- 8 a 14 **Bragança** (Palaçoulo) – Verão vocacional [🔗](#)
- 9 a 17 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 11 a 15 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 12 a 20 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 18 a 21 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 19 a 27 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 21 a 28 **Taizé** (França) – Semana de reflexão em Taizé, para jovens dos 18 aos 35 anos [🔗](#)
- 22 a 26 **Alessadas** – II Jornadas de Longevidade e Espiritualidade – Alexandra Araújo. [🔗](#)
- 23 a 28 **Braga** (Casa de Soutelo) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 26 a 28 **Alessadas** – Retiro: *Orar com o Evangelho de João* – P. Vasco Nuno. [🔗](#)



A palavra da violência

Armindo Vaz, OCD

A Bíblia é uma auto-estrada de sentido para a vida. Contém textos que, pelas circunstâncias que os ditaram, pelo tema que tratam ou pela significação que abrem para o presente, estão destinados a inspirar a vida de sempre. É o caso da bem conhecida história de Caim e Abel no capítulo 4 do Génesis.

O narrador hebraico tinha experiência de histórias humanas escritas com sangue. Quando os seus actores eram irmãos de sangue, essas histórias reflectiam o crime tenebroso. Como entender o fratricídio? Para responder ao ódio mortal entre irmãos biológicos, o autor elevou ao nível do divino as relações estruturantes entre irmãos. Fê-las remontar ao próprio Deus, dizendo que foi Ele que as criou nas origens de tudo, como princípio e fundamento da ideal convivência social e familiar. A fraternidade biológica aparece aí instituída por Deus (visto como criador em todos os relatos até Génesis 11,9). E os dois protagonistas Caim e Abel, pelo contexto – das origens da vida humana –, pela estrutura do relato e pela sua linguagem simbólica, não são históricos. Com a acção invasiva e o silêncio simbólicos querem iluminar aspectos custosos da vida humana. Põem a nu a radical contradição que pode tomar posse do coração humano, tornando o *homem lobo para o homem*. De facto, a imaginada personagem Caim não respeita o irmão, por estar humana e geograficamente muito perto, contíguo, fazendo-lhe sombra na casa comum. A proximidade de Abel tornava-o inimigo e levou Caim à invasão fratricida do espaço do irmão. O muito que tinha não lhe bastava. Sentia-se constrangido, incomodado na sua vida autocentrada.

Realmente, a fraternidade é-lhe dada por Abel. Antes de ele nascer, Caim nem tinha irmão. Abel é que faz dele irmão. Ao sê-lo, Caim *era para* o irmão, assim determinado e definido por Deus, que lhe diz: “Por que estás zangado e de rosto abatido? Se procederes bem [tratando o irmão como irmão], poderás voltar a erguê-lo...” Mas Caim perde de vista o *bem*, cego para a fraternidade. Não tem olhos para o irmão. Perde o sentido do irmão e da ordenação divina dos laços humanos. Não quer ter irmão, nem como vizinho: “Não sei dele; sou porventura o guardião do meu irmão?” Com esta resposta irónica, denota cinismo e indiferença para com o alcance da relação fraterna. Não sente o rosto do irmão a dizer-lhe que o seu *eu* não é tudo o que existe no mundo e que se deve medir com as exigências do *tu* do irmão.

É de notar que, segundo a lógica narrativa, Caim não tem nada contra a presença de Deus. Até lhe faz ofertas culturais. O que não suporta é a existência e a presença daquele que o relato figurativo lhe aponta como *irmão*. Não investiu no irmão. As suas ofertas a Deus foram religião vaporosa que investiu na radical aniquilação da pessoa, ao perverter a sua essência própria, a sua estrutural relação fraterna. Investindo contra o irmão e matando-o, matou o outro de si próprio, tornando-se o deserto de si próprio: ficou só, com o seu remorso. É esse o significado da sua “expulsão da terra” por parte de Deus.

O relato figurativo deixa ver a fraternidade biológica como decisão divina que compromete todas as decisões existen-



A morte de Abel (depois de 1539)
COXCIE, Michiel – Museu do Prado, Madrid

ciais que os humanos tomam e com as quais se aceitam ou se recusam mutuamente no aglomerado familiar. Pondo Deus a pedir contas a Caim do irmão Abel (“onde está o teu irmão?”), este relato de criação sugere que a guarda do irmão pelo irmão é querida por Deus.

Para esta guerra contra o irmão de sangue não aparece outra razão que não seja a prepotência. O texto hebraico só diz que “Caim disse a Abel, seu irmão [as traduções antigas acrescentam: vamos para o descampado]. E aconteceu que, quando estavam no descampado, Caim se lançou sobre Abel, seu irmão, e o matou”. É uma agressão especial e extrema que simboliza o pior do ser humano enquanto aniquilador de humanidade; simboliza a sua potência maléfica, destruidora até do irmão. É a linha vermelha aonde o verdadeiro humanismo nunca deveria chegar e para além da qual não se pode dizer mais nada. O ódio de Caim pelo seu irmão, porque é seu irmão, é o excesso do ódio: é o que não deveria existir, porque o ódio infecta a alma e destrói a pessoa. Também ‘diz’ o total “falhanço/fracasso” (*ḥatta’t*) da vocação do ser humano, que se diz criado para ser irmão, profissionalmente integrado (Caim agricultor – Abel pastor), mas se torna “fugitivo” de si próprio e da consciência de «não realizado» humanamente. Pondo Caim a confessar a Deus “o meu crime é demasiado grave para o poder suportar”, o narrador sublinha o desespero dramático do fratricida: o ser humano não é capaz de aguentar e gerir a monstruosidade de matar o irmão, sangue do seu sangue; essa maldade radical abruma o fratricida com uma carga insuportável, excessiva em consequências: “Tenho de esconder-me da Tua presença” (os tradutores gregos e a *Vulgata* latina entenderam o verbo *naśa’-suportar* com o possível sentido de *perdoar*: “a minha culpa é demasiado grave para ser perdoada”). Porque perde a humanidade, o fratricida não consegue suportar o olhar de Deus omnipresente: prova permanentemente o fel vertido pela consciência, como o livro dos Provérbios dita clamorosamente (28,1): “O malvado foge sem que o persigam”, mesmo parado.

II Jornadas sobre Longevidade e Espiritualidade

Avessadas, 22 a 26 de agosto



O Centro de Espiritualidade, em Avessadas, Marco de Canaveses, irá realizar de 22 a 26 de agosto de 2022 as II Jornadas dedicadas ao tema da Longevidade e Espiritualidade, desta vez abordando diferentes perspetivas sobre a arte de valorizar ao longo da idade. Estas jornadas pretendem ajudar a refletir em torno de contributos científicos relevantes que ajudem a perceber o que importa valorizar para que a vida seja plenamente vivida, partindo do princípio de que o envelhecimento pode ser positivo, isto é, quando os indivíduos conseguem manter uma vida significativa e com propósito. [🔍](#)

A beleza de caminhar juntos

Retiro: Avessadas, 22 a 24 de julho



As Irmãs Carmelitas Missionárias, irão promover, no fim de semana de 22 a 24 de julho, um retiro com uma dinâmica especial, dando destaque à música e ao canto como privilegiados para a relação com Deus. A atividade, que se realiza no Centro de Espiritualidade, em Avessadas, Marco de Canaveses, conta com a intervenção de Clara Palma, leiga associada à congregação das Carmelitas Missionárias. [🔍](#)

Introdução à leitura da Bíblia

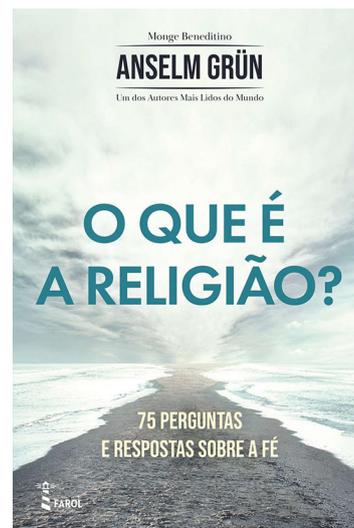
Com a orientação de Armindo Vaz



Com o objetivo de aumentar e aprofundar os conhecimentos bíblicos, os Carmelitas Seculares programaram um curso bíblico *online* que será orientado pelo biblista padre Armindo Vaz, ocd. Consta de 15 encontros, com cerca de 90 minutos cada um; o último, o 15.º encontro será presencial, na *Domus Carmeli*, em Fátima. As aulas terão início às 18:30h e prolongam-se até às 20h. O curso percorrerá os temas básicos de leitura e interpretação da Sagrada Escritura, para que os participantes possam aprofundar e encontrar na Palavra a fonte da vida espiritual e pastoral. O estudo terá também como propósito contribuir para uma melhor vivência das celebrações litúrgicas, preparar uma sessão de catequese ou outra formação, um momento orante ou simplesmente poder tomar um tema bíblico como ponto de partida para um diálogo em família ou com os amigos. O manual de base será o livro de Armindo Vaz, intitulado: *Palavra viva, Escritura poderosa*, editado pela Universidade Católica. [🔍](#)

O que é a religião?

Anselm Grün



Numa linguagem direta, simples e, acima de tudo, esclarecedora do seu pensamento, Anselm Grün traz-nos as suas respostas a 75 perguntas que todos fazemos quando falamos da nossa relação com Deus. Serão a fé e a religião a mesma coisa? Existem provas da existência de Deus? Será possível entender a Bíblia hoje em dia? Jesus é uma personagem histórica? É verdade que tenho uma alma? Há uma vida antes do nascimento? Como funciona a oração? Por que razão existem tantas Igrejas?

Publicação: Farol [🔍](#)

cl@ustro

A coreografia de Frei João d'Ascensão.

«As nossas vidas são marcadas por ritmos. Esses ritmos são pautados por diversos fatores: a idade, os estados anímicos e espirituais, os distintos acontecimentos que preenchem o quadro da nossa vida, a fé que cada um professa ou os valores em que acredita. A meu ver, os ritmos que vibram nas nossas vidas sugerem-nos coreografias. A dança pode ser uma metáfora interessante para situar os passos da nossa vida», assim começa o artigo de Frei Francisco Braguês para nos falar do *Fradinho do Carmo*, que terá dançado, mais não fosse na contemplação dos mistérios da redenção; a coreografia de fé, esperança e caridade. [🔍](#)

Não pequemos contra a esperança.

A jovem Raquel Serdoura alerta-nos para a dificuldade que é manter a esperança, diz-nos que a «esperança não é necessariamente o facto de que as coisas irão ser melhores»; ao contrário, «a esperança apresenta uma possibilidade de mudança». [🔍](#)

A mais bela devoção

Frei João Costa, OCD

1. Na segunda sexta-feira após o Corpo de Deus, nós, católicos, celebramos a solenidade do Sagrado Coração de Jesus. No perfume desta solenidade nos encontramos, pois, bem imersos também nos dias do mês do mais terno Coração.

2. Dizer devoção é o mesmo que dizer beleza de relação e conhecimento, dedicação e entrega a...; no caso, ao Coração de Jesus.

O melhor uso de palavra tão densa e tão intensa só o aceitamos referir a Deus, por antonomásia, dizemos. Afinal, só Deus merece de nós uma relação que se apelide de devoção, porque só Deus é digno de receber o que é apropriado dizer-se que só Dele é.

Que uma pessoa tenha devoção ao Coração de Jesus quer, pois, dizer, simplesmente, que se dedica a co-responder amorosamente a Jesus — pois é isso que o coração significa: a sede e a fonte do amor! Sim, um coração pede um coração, uma amor sonha com outro que se lhe corresponda, tal como um abismo sempre convoca um outro. Assim, dizer «Coração de Jesus» é o mesmo que dizer Jesus, Jesus autêntico, o Jesus histórico, do Evangelho. Logo, portanto, dizer: «*Coração de Jesus, eu tenho confiança em vós!*», é dizer, com doce firmeza e terna determinação, que é em Jesus que confiamos, só em Jesus confiamos, tudo Lhe confiamos! É dizer-lhe em bom português: por que te amo, em ti espero e em ti confio, Coração do meu coração!

3. A raiz primeira da devoção ao Coração de Jesus tem, pois, a ver com a Santa Encarnação, mormente com o que a confissão de fé da Igreja considera ser o intenso amor do Filho que, incarnado, primeiro, nos amou, bem antes de nós Lhe co-respondermos; desde sempre tanto nos amou que nasceu para nos amar, para nos beijar, e se se revestiu de carne da nossa carne foi para que não nos assustássemos quando nos dissesse que nos amava. E ama-nos (e amou-nos) sempre primeiro, sempre antes de sermos capazes de balbuciar uma resposta à altura de tão imenso, tão original e tão puro amor.

Quem poderia imaginar ou prever que Deus (nos) amasse até à loucura, dando-nos, gratuito, um amor de entrega total, de braços sempre abertos, de valente coração rasgado? Quem poderia imaginar um tal martírio de amor? Um amor que ama cada um e cada uma de nós – correspondamos-Lhe ou não –, sem lamentar o corpo retalhado, o peito sem fôlego, o coração ferido?

Em boa verdade, nós acreditamos que Jesus era e amava verdadeiramente como homem, verdadeiramente como Deus; e que só podendo dispor de Si, como, inteiro, só Deus e mais ninguém o pode fazer, e sendo e sentindo, inteiramente e ao mesmo tempo, como humano, e como divino, só assim nos pôde amar para nos salvar. Amado-nos, ficou com o corpo desfeado, irreconhecível e rasgado? Ficou; porque tal é o custo de amar as rebeldes e mordazes formiguinhas que somos!

E, pois, Jesus Cristo tinha coração; o mais gentil, o mais terno e mais nobre de todos e que, como todos, batia, amava, sentia, se alegrava, rejubilava e sofria, como



humano que era. E como Deus que era; que se Deus não tem coração, que amar devíamos, uma pedra? Pode um seixo despertar a amar?

4. De todos os discípulos o que mais atento e mais próximo esteve do coração do Mestre foi João, o adolescente, depois Apóstolo e Evangelista. João e Jesus eram, de facto, muito amigos, amigos íntimos mesmo. Aliás, a amizade de Jesus por João ia bem além da típica de um mestre — era a de um amigo maior. Sabemos que, durante a Última Ceia, na Hora, a mais álgida da nossa fé — é o próprio João quem o conta —, o discípulo, que era pouco mais que menino, adormilou-se e tombou a cabeça no peito de Jesus e... E naquele confiado sono ouviu maravilhas e confidências únicas do coração do Amigo! O que ali ele ouviu, ele o sabe; o certo, porém, é que jamais alguém, como João, sondou o coração divino de Jesus, nem jamais alguém aprendeu mais ou melhor do que o discípulo ali bebeu!

5. Celebrar a festa do Coração de Jesus é, pois, celebrar a Sua vida e ternura por nós, por cada um e cada uma de nós, seus (ingratos) amigos! Amigos sim, mas bem distantes da dedicação e confiança de João...

Se os primeiros mil anos da nossa fé estiveram bem longe de se encantar com a devoção ao Coração de Jesus, já, porém, em finais do século XIII, São Boaventura (+1274) exclamava: «*Quem existe que não amaria aquele coração ferido? Quem não amaria em troca Dele, que tanto ama?*». Este movimento, por ser quase só individual, está, porém, muito longe da devoção multitudinária que brotará por todos os poros das sociedades do séc. XVIII.

6. Nas últimas centúrias, a divulgação desta devoção — apesar de tudo, algo antiga... — muito deve a duas religiosas, uma das quais dedicou a sua vida e apostolado à cidade do Porto.

Durante dezassete anos e até ao dia da sua morte, na e depois da festa de São João Evangelista de 1673, Jesus apareceu diversas vezes a Santa Margarida Maria Alacoque, religiosa visitandina de Paray-le-Monial, França. Tinha ela, à data, 26 anos e acabara de entrar como monja, na Visitação, quando, durante a exposição do Santíssimo Sacramento, Jesus lhe expôs pela primeira vez o seu Coração Dilacerado. Numa das aparições seguintes disse-lhe: *«Eis o coração que tanto amou a humanidade. E em vez de gratidão, recebo da maior parte da humanidade apenas ingratidão!»*. Foi este o rastilho para que, por todo o mundo, se viesse a impor a devoção ao Sagrado Coração de Jesus alavancada num maior amor e devoção à Eucaristia.

A segunda apóstola da devoção foi a Irmã Maria do Divino Coração, Maria Droste zu Vischering, originária da mais elevada nobreza alemã, e que foi superiora no Convento do Bom Pastor, no Porto. Escrevendo sobre a sua vocação, disse: *«Esperei nesse dia [o da Primeira Comunhão] a graça da vocação religiosa, mas em vão...»*; tal sucederia quando aos 15 anos escutou uma pregação sobre a passagem bíblica que diz: *«Amarás o Senhor teu Deus com todo o teu coração e com toda a tua alma»*. Atraída desde a infância pelo Sagrado Coração de Jesus, Maria Droste sempre uniu a devoção ao Coração de Jesus com a devoção ao Santíssimo Sacramento, conforme ela própria declarou: *«Nunca pude separar a devoção ao Coração de Jesus da devoção ao Santíssimo Sacramento; e nunca serei capaz de explicar como e quanto o Sagrado Coração de Jesus se dignou favorecer-me no Santíssimo Sacramento da Eucaristia»*. Depois de outras diligências, no dia 6 de Janeiro de 1899, ela enviou uma carta ao Papa pedindo-lhe que o mundo fosse consagrado ao Coração de Jesus – tal como

Jesus lhe sugerira – e se observassem as primeiras sextas-feiras do mês em sua homenagem e agradecimento.

A Irmã Maria do Divino Coração morreu, por fim, quando a Igreja entoava as primeiras vésperas do Sagrado Coração de Jesus, a 8 de Junho de 1899. No dia seguinte, o Papa Leão XIII consagrou o mundo ao Coração de Jesus!

7. Em 2018 o Papa Francisco declarou ser esta devoção *«não é um santinho para os devotos, mas o coração da revelação [cristã], o coração da nossa fé porque Cristo se fez pequeno, escolhendo humilhar-se a si próprio e aniquilar-se até à morte na cruz»*. O Papa Leão XIII, por sua vez, resumira já a devoção ao Coração de Jesus em dois actos ou movimentos devidos à nossa vontade: consagração e reparação.

O acto de consagração brota do reconhecimento de Jesus como o Senhor que nos outorga toda a ternura do seu amor e nos pede que só nele confiemos, fazendo tudo por amor a Ele e rejeitando tudo que Lhe entristece e magoa.

Por sua vez, o acto de reparação é o reconhecimento de que aquele Coração que tanto nos ama e que, em paga do seu amor por nós, ainda hoje recebe repetidas ingratidões, indiferenças e ultrajes, mormente dos seus maiores amigos, deve suscitar-nos um redobrado amor e dedicada ternura expressos na proximidade e amizade a Jesus, na participação da Eucaristia, na intensificação da oração e na visita a Jesus Solitário no sacrário. Assim seja.

8. Eis, pois, a mais bela devoção entre as devoções, porque Jesus, o mais belo dos amigos, faz do amor por nós o seu mais belo atributo e sinal.