

O Jubileu é, para as pessoas e para a Terra, um novo início; é um tempo onde tudo tem de ser repensado dentro do sonho de Deus. E sabemos que a palavra “conversão” indica uma mudança de direção. Tudo se pode ver, finalmente, de uma outra perspetiva e, assim, também os nossos passos vão rumo a novas metas. Surge deste modo a esperança que nunca desilude.

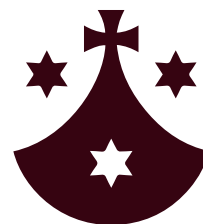
Papa Francisco, *Audiência jubilar*, 1 de fevereiro de 2025



# Boletim de Espiritualidade

1 MARÇO 2025  
Ano XII Nº 129

129



## Agenda março 2025

- 1 **Avessadas** – Tardes com Maria [🔗](#)
- 1 **Braga** (Casa da Torre) – Ermitério [🔗](#)
- 1 **Braga** (Casa da Torre) – Corações Resilientes [🔗](#)
- 1 **Braga** (Casa da Torre) – Retiro de Quaresma [🔗](#)
- 2 **Algarve** (S. Lourenço) – Amigos de S. Lourenço (voluntariado) [🔗](#)
- 2 **Algarve** (S. Lourenço) – Missão dos Avós: dia de formação, oração e convívio [🔗](#)
- 3 **Algarve** (S. Lourenço) – Dia de retiro e formação espiritual para professores católicos [🔗](#)
- 3 **Ávila** (CITeS) – Santa Teresa de Jesus, entre o cume do êxtase e os carismas menores [🔗](#)
- 5 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina [🔗](#)
- 7 a 9 **Fátima** (Domus Carmeli) – Retiro de Quaresma da Escola de Oração [🔗](#)
- 7 a 9 **Colares** (Casa exercícios SJ) – Eneagrama – Inici. [🔗](#)
- 7 a 10 **Algarve** (S. Lourenço) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 8 **Braga** (Carmo) – Jornadas com Deus na Quaresma [🔗](#)
- 10 **Lisboa** (Capela do Rato) – A ilustre casa de Ramires – Isabel Rocheta [🔗](#)
- 10 a 14 **Ávila** (CITeS) – Pensamento e doutrina sobre Cristo [🔗](#)
- 10 a 16 **Ávila** (CITeS) – Para uma espiritualidade litúrgica [🔗](#)
- 10 a 17 **Braga** (Casa da Torre) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 11 **Porto** (CCC) – Conferência: «Educar é sempre um ato de esperança» (Francisco): *Educação e humanização* – Carlos Meneses Moreira [🔗](#)
- 11 **Lisboa** (Ilg. Santa Joana) – Escola de Oração com os Santos do Carmelo [🔗](#)
- 12 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina [🔗](#)
- 13 a 16 **Braga** (Casa da Torre) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 14 a 16 **Avessadas** – Retiro de Quaresma [🔗](#)
- 14 a 16 **Braga** (Casa da Torre) – Rezar a Quaresma com Ety Ellisum [🔗](#)
- 14 a 16 **Ávila** (CITeS) – Edith Stein: Escritos e experiências pedagógicas [🔗](#)
- 15 **Braga** (Carmo) – Encontro Junto à Fonte [🔗](#)
- 15 **Colares** (Casa exercícios SJ) – Retiro de um dia [🔗](#)
- 15 **Porto** (Padres Carmelitas) – Guias para Deus [🔗](#)
- 17 **Lisboa** (Capela do Rato) – Amizade Espiritual – P. António Martins [🔗](#)
- 17 **Viana do Castelo** (Carmo) – Encontro Bíblico: “O Ministério de Jesus em Jerusalém” [🔗](#)
- 18 **Online** – De véspera com... S. José (21h30) [🔗](#)
- 19 **Viseu** (Seminário Maior) – Formação Cristã [🔗](#)
- 19 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina [🔗](#)

- 20 a 23 **Braga** (Casa da Torre) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 22 **Funchal** (Carmo) – A alegria de viver em esperança [🔗](#)
- 22 a 24 **Algarve** (S. Lourenço) – Retiro para casais [🔗](#)
- 22 e 23 **Viseu** (Vouzela) – Ateliers sobre espiritualidade: *Eu tenho medo, e tu?* – Raúl Figuera [🔗](#)
- 23 **Avessadas** – Domingo das bênçãos [🔗](#)
- 23 **Colares** (Casa exercícios SJ) – Retiro de Quaresma [🔗](#)
- 24 **Lisboa** (Capela do Rato) – Cartas 1925/1975 – Irene Borges Duarte [🔗](#)
- 26 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina [🔗](#)
- 27 a 30 **Braga** (Casa da Torre) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 28 a 30 **Fátima** (Domus Carmeli) – Curso de Marianismo Carmelita [🔗](#)
- 28 a 30 **Braga** (Casa da Torre) – Saúde Mental [🔗](#)
- 28 a 30 **Ourém** (Casa Velha) – Ao Ritmo da Terra – primavera [🔗](#)
- 31 **Lisboa** (Capela do Rato) – Ironia do destino – Luísa Leal de Faria [🔗](#)

## Agenda abril 2025

- 2 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina [🔗](#)
- 4 a 6 **Braga** (Casa da Torre) – Como ganhar a vida sem perder a alma [🔗](#)
- 4 a 6 **Colares** (Casa exercícios SJ) – NATES – Natureza e Espiritualidade [🔗](#)
- 5 **Avessadas** – Tardes com Maria [🔗](#)
- 5 a 7 **Algarve** (S. Lourenço) – Retiro para agrónomos, paisagistas e agricultores [🔗](#)
- 8 **Lisboa** (Ilg. Santa Joana) – Escola de Oração com os Santos do Carmelo [🔗](#)
- 9 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina [🔗](#)
- 9 **Viseu** (Seminário Maior) – Formação Cristã [🔗](#)
- 10 a 13 **Colares** (Casa exercícios SJ) – Exercícios Espirituais [🔗](#)
- 11 a 13 **Fátima** (Domus Carmeli) – Encontro de discernimento vocacional Rumos [🔗](#)
- 12 a 14 **Algarve** (S. Lourenço) – Eneagrama (fds de autoconhecimento) [🔗](#)
- 14 **Viana do Castelo** (Carmo) – Encontro Bíblico: “A paixão e morte de Jesus” [🔗](#)
- 16 a 20 **Fátima** (Domus Carmeli) e **Avessadas** – “Páscoa com o Carmelo” [🔗](#)
- 25 **Avessadas** – Jubileu dos Universitários [🔗](#)
- 26 **Funchal** (Carmo) – Família um sinal de esperança [🔗](#)
- 27 **Avessadas** – Domingo das bênçãos [🔗](#)
- 30 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina [🔗](#)



## Job, dor e oração

Armindo Vaz, OCD

Apesar de a Bíblia ser muito lida, o livro de Job ainda é pouco conhecido. Contudo, os leitores já fizeram experiências que moldaram o Job bíblico. Trazem-no dentro de si desde que perderam a inocência, isto é, desde que fizeram a experiência intensa da dor, porque, antes de sermos joguetes das paixões ou das estratégias de outros, somos seres de dor. O livro nasceu precisamente da experiência da dor extrema e quer iluminar a relação do ser humano com Deus, mesmo nessa situação-limite. Na formulação da tese, o sofredor, íntegro, é feito objecto de uma aposta com Deus sobre a sua fidelidade a Ele: «Será que Job ama Deus sem nenhum interesse?». A aposta, que só abrangia as propriedades e a casa, foi ganha por Deus: Job perdeu todos os bens mas manteve-se fiel a Deus. O apostador, porém, joga outra carta, mais arriscada para o ser humano, desafiando Deus: «Atinge-o nos ossos e na carne e verás se ele não deixa de bendizer-te na Tua presença» (1,9-11; 2,3-6). O apostador é o *opositor* ou *acusador*, *satan* em hebraico: aqui apresentado como *adversário* do homem, é uma figura que o pensamento bíblico explorará como personificação literária simbólica da oposição a Deus e do mal causado ao ser humano (o grego do Novo Testamento irá transliterá-lo como *satanás* ou traduzi-lo como *diábolos-diabo*). A segunda aposta, que implicará uma visão 'económica', contratual e mercantil da religião (*dou* fidelidade para que *dês* a salvação), é aceite por Deus e conduzida aos limites do tolerável: «O *opositor*... feriu Job com úlceras malignas» (2,7). «O ouro prova-se no fogo» (Sir 2,5). Tendo este homem muito rico (1,3) sido provado no *ter*, mais dura ia ser a prova no *ser*, ferido «desde a planta dos pés até ao alto da cabeça» (2,7-8). Job é o sofredor total.

A esta altura, o leitor já se revê na figura representativa que é Job, que sentiu cravada na carne a dor lancinante, sem saber o que dizer dela. Realmente, quando nos vemos ao espelho da sua história, não apetece filosofar, nem procurar soluções fáceis para a dor. Só o silêncio oferece algum conforto: «Três amigos de Job, ao ouvirem toda esta desgraça que tinha caído sobre ele..., choraram..., sentaram-se com ele por terra, sete dias e sete noites, e nenhum ousava dirigir-lhe a palavra, pois viram a atrocidade da sua dor» (1,22; 2,10-13). Se a palavra tem poder curativo, não menos o tem o silêncio, o silêncio cheio, o silêncio que suporta a ausência de estímulos e gera empatia e *sym-patia*, *sofrer com*. Aqui é o silêncio atónito diante da dor que assalta as entranhas, um silêncio que invadiu os séculos e o mundo até chegar a nós. Os «sete dias e sete noites sem dirigir-lhe a palavra», que simbolizam o período tradicional do luto, podem significar que o silêncio é uma mais-valia imperdível, também na incapacidade de explicar tanta dor. Quem assim guarda silêncio não teme virar-se para dentro de si e encontrar-se consigo próprio (procurando sentido para a dor). Job é "humano, demasiado humano" para passar sem sofrer. E, quando o corpo sofre para além do suportável, faz-se viva a alma, numa unidade indissociável com ele.

Aí, no fundo do poço das desgraças que pulverizaram a sua casa e a sua vida, o Job amadurecido pela dor na carne exprime-se em oração. Vira-se para Deus. Quando a dor



Jacob Jordaens (II), *Job* (1620),  
Instituto de Artes de Detroit - EUA  
Fotografia: commons.wikimedia.org

do corpo atinge a alma, desperta a consciência da ligação do humano ao divino: «O Senhor o deu, o Senhor o tirou. Bendito seja o nome do Senhor» (1,21). Vêm à memória as palavras da ópera *Parsifal* de Richard Wagner: «A ferida, só a pode fechar a lança que a abriu». Tamanha desgraça – pensava a sabedoria tradicional de Israel, como ainda pensa muita gente hoje – só pode provir de Deus; e só Deus a pode remediar. Job aprenderá, na escuta da palavra de Deus (38,1-42,6), que só Ele dá sentido último à dor humana, mas que ela não é causada por Ele. De qualquer forma, perante a noite escura do 'excesso da dor', Job, em nome da humanidade, precisava de a gritar a Deus; porque ela é surda, para não aparecer absurda só Deus a poderia escutar e transfigurar, até porque, se a calasse, ela agravar-se-ia. É num percurso de descoberta espiritual que Job afoga – ou afoga? – a sua ferida. E uma das trajetórias do livro é a da oração. Conta a sua própria história de sofrimento fazendo oração. Entrançando a oração com a dor, quer compreender-se a si próprio e faz-nos reconhecer a humanidade comum a que pertencemos e o drama que nos habita, no entrançado dos fios que nos ligam uns aos outros e na solidão que nos angustia ou nos salva em Deus. Com a sua oração, Job transporta consigo a humanidade e eleva-a para Deus.

Com Job aprende-se que a oração é atitude total, instância última da vida em qualquer circunstância. A sua finalidade não é tanto satisfazer pedidos a Deus ou evitar sofrimentos ou alcançar conquistas. Ela é a porta para um reino que se entreabre diante de nós pondo-nos diante do Mistério. O livro põe Job diante do sofrimento, porque este é o que nos põe em contacto radical com nós mesmos: leva-nos de uma vida à flor da pele, vivida automaticamente, para a consciência do que é viver. Ora, isso mesmo faz a oração: corta no vivo da nossa existência e inculca em nós a ideia de que, para aceitar a dor extrema, é preciso estar descalços, como diante do Mistério, pois ela descalça todas as nossas seguranças e desperta todas as defesas possíveis. «Então Job caiu por terra em adoração e disse: Nu saí do ventre da minha mãe e nu para lá voltarei; o Senhor o deu, o Senhor o tirou; bendito seja o nome do Senhor» (1,20-21).

O evento é uma parceria entre a Ordem dos Carmelitas Descalços  
e a Universidade Católica Portuguesa

# IV Jornadas

## DESENVOLVIMENTO HUMANO INTEGRAL

# A Esperança ao longo da idade

**Domus Carmeli | Fátima**

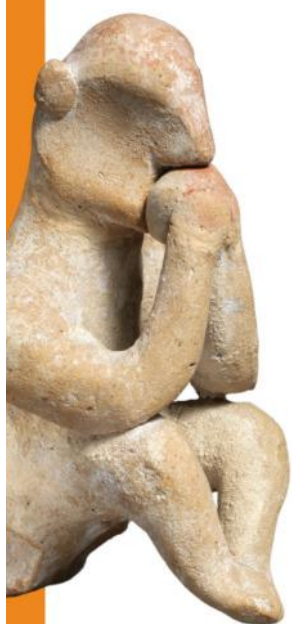
**30.05 - 1.06.2025**

**Contacto para inscrição:**  
pastoral@domuscarmeli.net  
tel. 249 530 650  
(chamada para rede fixa nacional)

Participação presencial.  
Valor da Inscrição: 30€

*DHI e Esperança no Envelhecimento* | Alexandra d'Araújo, UCP  
*Esperança em números: a última a morrer* | João Pereira, UCP  
*Esperança: a instância do Outro em nós* | Peter Hanenberg, UCP  
*A esperança não engana* | P. Renato Pereira, OCD  
*O papel da Esperança na demência* | Maria Vânia da Silva Nunes, UCP  
*A Esperança no cuidado* | Zaida Charape, UCP  
*A Esperança à luz da Economia de Francisco* | Filipe Coelho, UCP  
*Entre a memória e a esperança* | P. Joaquim Teixeira, OCD  
*Promover esperança: indicadores e práticas de comunicação* | Raquel Trindade, UCP  
*A Esperança a partir das Escrituras* | P. Armindo Vaz, OCD  
*A esperança e o desejo* | P. João Rego, OCD

**Domus Carmeli**  
**R. Imaculado Coração de Maria, 17**  
**2495-441 Fátima**



**CADOS**  
CATÓLICA DOCTORAL SCHOOL



**PORTICUS**





## Praça Central em Braga

Conferência Nacional das Associações do Apostolado dos Leigos, 15 março 2025

**P** PRAÇA CENTRAL 25

15 de março  
Braga



Realiza-se, no próximo dia 15 de março, em Braga a "Praça Central", um encontro promovido pela Conferência Nacional das Associações de Apostolado dos Leigos (CNAL) que reúne associações, movimentos eclesiais e novas comunidades de apostolado dos leigos da Igreja Católica. A organização pretende com esta jornada ajudar a enriquecer o debate, deveras urgente, sobre os desafios humanos face às novas tecnologias trazidas pela inteligência artificial (IA). A Praça Central é um encontro aberto a todos, cujo programa detalhado está divulgado em [www.cnal.pt](http://www.cnal.pt), onde pode desde já fazer a inscrição. 🔍

## Encontros no silêncio

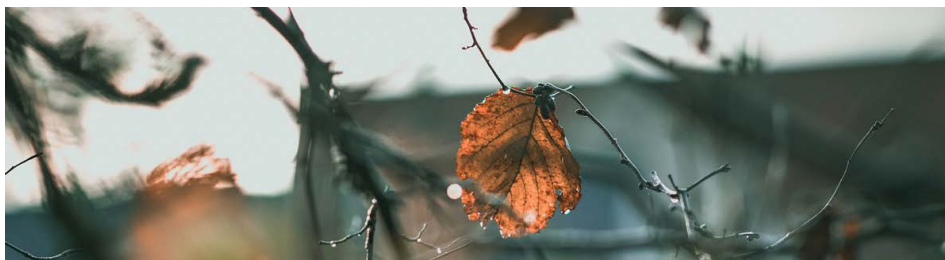
Carmelo de Faro, 1 de março de 2025



As irmãs Carmelitas Descalças de Faro (Patação) vão prosseguir os "Encontros no Silêncio". O próximo encontro está marcado para o dia 1 de março de 2025 com início às 09h para os inscritos na *Etapa 1* e às 15h30 para os que vão frequentar a *Etapa 2*. Os *Encontros no Silêncio* são destinados a «jovens a partir dos 16 anos e são um espaço orante para escutar Jesus e ajudar a discernir a vocação a que Ele os chama, seja na vida religiosa, sacerdotal ou no matrimónio». A equipa é formada por Leigos que vivem o matrimónio como estado de vida, Sacerdotes e Irmãs contemplativas, todos da Família Carmelita Descalça. A *Etapa 1*, destinada a quem vem pela primeira vez, terá como tema "Procurai, lendo" e a *Etapa 2* sob o tema "Encontrareis, meditando". 🔍

## Tarde com Deus: Juntos esperamos a salvação

Braga, 1 de março de 2025



A fim de, juntos, melhor nos prepararmos para a graça que os dias da Quaresma nos proporcionam, a Comunidade do Carmo de Braga oferece a possibilidade de viver uma tarde com Deus. Será no sábado dia 1 de março, a partir das 15h00. A Tarde com Deus da Quaresma começa com uma reflexão intitulada: Juntos esperamos a salvação, continua com um tempo de adoração e a Hora de Vésperas e conclui com um convívio. 🔍

## JESUS, O ORANTE E MESTRE DE ORAÇÃO

Armindo dos Santos Vaz

ARMINDO DOS SANTOS VAZ

### JESUS, O ORANTE E MESTRE DE ORAÇÃO



As Edições Carmelo publicaram a 2.ª edição da obra *Jesus, o orante e Mestre de oração*, profundamente revista e atualizada.

O livro, da autoria do Carmelita Descalço e professor Catedrático da UCP, Armindo dos Santos Vaz, dirige-se a todos os que se querem deixar tocar activamente pela oração de Jesus e pelo seu projecto para a vida humana, em vista do aprofundamento do mistério que ele era e de dar intensidade à própria vida.

Num abraço à memória do Jesus histórico, ele não aparece como um Jesus para crentes, como um Jesus para ateus ou como um Jesus para os bons. Quis ser para todos os humanos.

Publicação: Edições Carmelo 🔍

## cloustrO

### Dilemas espirituais de um cientista católico.

Rui Guerra aborda os desafios enfrentados por um professor universitário e carmelita secular na conciliação entre a fé católica e a prática científica. O autor compartilha experiências pessoais de conflito entre a busca pela compreensão científica e os ensinamentos espirituais, especialmente a renúncia a si mesmo mencionada em Mateus 16, 24. 🔍

### A esperança na construção de um futuro com propósito.

Maria Alexandra d'Araújo explora a importância da esperança e do lazer significativo na promoção de um envelhecimento saudável e com propósito. A autora destaca que a esperança é fundamental para a resiliência emocional na velhice, permitindo enfrentar desafios com otimismo e perseverança. Enfatiza que manter a esperança requer práticas concretas que sustentem uma visão de futuro, como o "lazer sério" – atividades que envolvem compromisso, desafio e sentido de identidade, promovendo um sentido de continuidade e realização. 🔍

3º Congresso  
S. Teresinha do Menino Jesus  
6-8 junho 2025  
100 anos | Canonização

Desenho de infância de S. Teresinha

**Conferências**

**A santidade como fonte de esperança**  
P. RICARDO FIGUEIREDO,  
PATRIARCADO DE LISBOA

**Teresinha na escola do Carmelo**  
P. JOÃO REGO, ocd

**Jesus, o rosto misericordioso de Deus Pai**  
P. MANUEL REIS, ocd

**A compreensão da caridade fraterna**  
P. RENATO PEREIRA, ocd

**Uma vida feita missão**  
P. JOAQUIM TEIXEIRA, ocd

**Um caminho de fé e confiança: até à prova da noite**  
IR. ANTONELLA PICCIRILLI, omb

**Painel** *A que me desafia S. Teresinha do Menino Jesus?*  
uma jovem INÉS AMARAL  
uma família EUGÉNIO MANSO, ocds  
uma consagrada e missionária IR. GRACINDA ALBERTO, sjc

**Domus Carmeli**  
Rua Imaculado Coração de Maria, 17 | 2495-441 FÁTIMA  
congressos@domuscarmeli.net | www.domuscarmeli.net

OPÇÃO DE PARTICIPAÇÃO: Presencial | on-line

Tel. 249 530 650  
(chamada para a rede fixa nacional)

QR CODE

ORDEM DOS CARMELITAS DESCALÇOS

## III Congresso sobre Santa Teresinha

De 6 a 8 de julho de 2025 os Carmelitas Descalços organizam em Fátima (Domus Carmeli) o III Congresso sobre Santa Teresa do Menino Jesus, sob o lema: «Só a confiança e nada mais que a confiança tem de conduzir-nos ao amor» (Cta 197).

Esta é uma das convicções de Santa Teresinha do Menino Jesus que inspirou o Papa Francisco a publicar a Exortação Apostólica *C'est la confiance*, para assinalar os 150 anos do seu nascimento e o primeiro centenário da sua canonização.

Na vivência de mais um Ano Jubilar sob o lema *Peregrinos de Esperança*, a organização decidiu, na sequência dos dois congressos anteriores – «A Ciência do Amor» (2005) e «No Coração da Igreja» (2024) –, programar o III Congresso sobre Teresa de Lisieux – «Só a Confiança» (2025) –, a fim de se ressaltar a sua experiência de Deus, vertida para os seus escritos, alguns núcleos fundamentais da vida do cristão: a fé, a esperança, a caridade fraterna, a misericórdia, a missão... e a santidade, enraizada na fragilidade da experiência humana sobre a terra.

Teresinha enraizou de tal forma a sua vida na frescura do Evangelho que encontrou na fragilidade um caminho para a santidade, pois a sua confiança em Deus misericordioso era sem limites.

Os dois congressos anteriores ajudaram a recuperar a confiança e a abrir novos horizontes de esperança àqueles que neles participaram.

### Programa

- I. Conferência:** A santidade como fonte de esperança  
*P. Ricardo Figueiredo*
- II. Conferência:** Teresinha na escola do Carmelo  
*P. João Rego*
- III. Conferência:** Jesus, o rosto misericordioso de Deus Pai  
*P. Manuel Reis*
- Painel:** A que me desafia Santa Teresinha do Menino Jesus?  
– Inês Amaral,  
– A família Eugénio Manso,  
– Ir. Gracinda de S. José de Cluny
- IV. Conferência:** A compreensão da caridade fraterna  
*P. Renato Pereira*
- V. Conferência:** Uma vida feita missão  
*P. Joaquim Teixeira*
- VI Conferência:** Um caminho de fé e confiança:  
até à prova da noite  
*Ir. Antonella Piccirilli*





## Jubileu e esperança

Armindo Vaz, OCD



Fotografia: commons.wikimedia.org

Meditar com a Bíblia é invocar e convocar a memória da *história sagrada* que, contando a história humana desde o princípio ao fim do mundo e da humanidade, põe um povo inteiro a caminhar para a descoberta definitiva do amor de Deus na pessoa de Jesus! Ensina a ler a História e a reorientá-la pela **esperança**. Faz tocar campainhas na memória do leitor a alertarem: 'Presta bem atenção à história humana! É possível dar sentido a cada história pessoal porque um dia isso foi possível'. Ao mesmo tempo abre janelas ao *vento* (a Bíblia usa a

mesma palavra para dizer *espírito*) que põe as pessoas a pensar e a oxigenar as suas vidas. Esse princípio de fé faz da leitura cultural ou orante da Bíblia um acto de funda verdade em quem procura transcender-se no divino. E dá conteúdo à esperança. É difícil viver numa família ou sociedade em que se tenha acabado a esperança. Esta, porém, é tão necessária como o sal: não alimenta, mas dá o imprescindível sabor ao alimento. A leitura da Bíblia não enche o estômago. Mas abre o apetite à vida e o humano ao divino.

## Lectio Divina 2025

Santuário de Fátima

**Lectio Divina**  
preparatória da Celebração do Domingo / aberta a toda a comunidade

«Ignorar as Escrituras é ignorar a Cristo»

2024  
DEZEMBRO / 4, 11, 18

2025  
JANEIRO / 10, 17, 24  
FEVEREIRO / 12, 21, 28  
MARÇO / 5, 12, 19, 26  
ABRIL / 2, 9, 30  
MAIO / 7, 14, 28  
JUNHO / 6, 13, 25

SANTUÁRIO DE FÁTIMA  
SHRINE OF FATIMA

O Departamento de Liturgia do Santuário de Fátima oferece encontros de *Lectio Divina* de preparação para as celebrações dominicais até junho de 2025. A iniciativa é aberta a toda a comunidade e visa aprofundar a escuta orante da Palavra de Deus e promover uma participação mais ativa e consciente na Liturgia. Esta ação é de participação livre, não carece de inscrição prévia e pode ser frequentada por quem deseje aprofundar a sua relação com a Palavra de Deus. Recomenda-se que os participantes levem consigo um missal popular ou a Bíblia, para poderem acompanhar as reflexões propostas. A *Lectio Divina* é uma prática espiritual cristã de leitura orante das Escrituras, que convida à meditação, oração e contemplação da Palavra de Deus, numa metodologia que promove um encontro mais profundo com a Palavra. O tema escolhido para esta iniciativa, "Ignorar as Escrituras é ignorar Cristo", é uma frase do prólogo ao comentário de São Jerónimo sobre o Livro do Profeta Isaias que destaca a centralidade da Palavra de Deus na vida cristã. Num ano jubilar da Igreja, dedicado ao tema "Peregrinos da Esperança", estes encontros de *Lectio Divina* são uma oportunidade concreta de esperança e comunhão com Deus através da escuta da Palavra. 🔗

**Retiro de Quaresma**  
14 a 16 de março de 2025  
Casa de Retiros de Nossa Senhora do Carmo

**A experiência do Êxodo como caminho de esperança**

SANTUÁRIO DE FÁTIMA  
SHRINE OF FATIMA

ESCOLA DO SANTUÁRIO 2024-2025  
Espiritualidade • Formação • Pastoral

PEREGRINOS DE ESPERANÇA  
ANO PASTORAL 2024-2025  
WWW.ECCLIA.PORTELASANTUARIODEFATIMA.PT

O Santuário de Fátima propõe para o fim de semana de 14 a 16 de março um retiro quaresmal que vai desafiar a "rezar a vida como caminho pascal em direção ao horizonte da esperança". "A experiência do Êxodo como caminho de esperança" é o título do encontro, que se inspira na experiência de saída do povo de Israel da terra da escravidão e na caminhada de Jesus no deserto, enfatizando a oração, o jejum e a esmola como meios que marcam o "tempo de êxodo espiritual da Quaresma". Terá a orientação do padre Ronaldo Araújo, capelão do Santuário de Fátima. 🔗



# Viver em esperança com os Santos do Carmelo



**22 março 2025** | 16h30  
3.º encontro  
**A alegria de viver em esperança**  
*Fr. Daniel, OCD*

**26 abril 2025** | 16h30  
4.º encontro  
**Família um sinal de esperança**  
*Fr. José Arun, OCD*

**24 maio 2025** | 16h30  
5.º encontro  
**Viver em esperança na companhia da Virgem do Carmo**  
*Fr. David, OCD*

**Padres Carmelitas Descalços**  
Igreja do Carmo  
Rua do Carmo, 1  
9050-019 FUNCHAL  
☎ +351 291 223 935 (chamada para rede fixa nacional)  
✉ funchal@carmelitas.pt

## Retiro de Quaresma 2025

Avesadas, 14 a 16 de março de 2025

**Quaresma | Retiro de Silêncio** **14 a 16 março 2025**

**ORDEM DOS CARMELITAS DESCALÇOS SECULARES**

**"Uma Quaresma com as Teresas Doutoradas"**

Orienta: Pe. José Arun, OCD

Convento de Avesadas | Marco de Canaveses

carmelosecular@carmelitas.pt | 255538150

[www.seculares.carmelitas.pt](http://www.seculares.carmelitas.pt) | [www.facebook.com/ocdsportugal](https://www.facebook.com/ocdsportugal)

A Ordem dos Carmelitas Descalços Seculares em Portugal vai promover, no fim-de-semana de 14 a 16 de março, a realização de um retiro de Quaresma no convento de Avesadas, Marco de Canaveses, e destina-se a todos quantos desejam preparar-se, com momentos de silêncio e de oração mais intensa, para a celebração da Paixão e Ressurreição do Senhor. Sob orientação do Padre José Arun (ocd), num ambiente de recolhimento que intercalará breves meditações e propostas de reflexão, o retiro terá como tema "Uma Quaresma com as Teresas Doutoradas", inspirando-se em Santa Teresa de Jesus e em Santa Teresinha do Menino Jesus. 🔍

**PÁSCOA  
DO CARMELO**

**DOMUS  
CARMELI**

**DE 16 A 20  
DE ABRIL  
DE 2025**





# Três perguntas e... mais uma

Reedição do livro *Jesus, o orante e Mestre de oração*

## 1. Deus responde sempre à nossa oração?

O Deus de Jesus, que é o Deus-amor, não pode deixar de responder à oração dos que Ele ama. Quem reza ao Deus de Jesus tem de sentir-se amado, sabe que é amado. E isso já significa que sentiu a resposta à sua oração (de lamentação, de louvor, de acção de graças...). Mesmo que, no caso da oração de petição, o seu pedido não tenha sido materialmente satisfeito (não se curou a doença para a qual pediu a cura, por ex.), deve pensar que a oração foi atendida: Deus quis a cura e só precisa de mediadores competentes que tornem realidade essa sua vontade. A eficácia da oração está sobretudo na transformação interior do orante, de modo a querer o que Deus quer (e Deus só quer o bem para as pessoas). O orante em linha com Jesus vê as coisas boas da vida como queridas e provindas de Deus e sabe que as coisas más dependem das radicais limitações da condição humana (mal físico) ou da maldade dos humanos (mal moral). E sabe que o verdadeiro Deus não é um deus intervencionista que deveria fazer desaparecer os males por um golpe de ilusionismo. Claro que é onipotente; mas é no amor e na ordem do espírito (que é a sua). Não esqueça: Deus é transcendente (ao material, ao físico, ao molecular). Ler páginas 95-102.

## 2. Como podem os discípulos do séc. XXI fazer hoje a oração de Jesus?

O sentido de realismo diz-nos, por um lado, que não é possível recuperar o modo de rezar de Jesus, porque ninguém entrou na sua intimidade quando ele rezava. Mas, por outro lado, temos nos evangelhos testemunhos sobre a oração que ele fez e ensinou a fazer. A oração não se faz com régua e esquadro. Para rezarmos como ele ensinou não é preciso verbalizar as suas palavras e os seus sentimentos; basta assumir o espírito da sua oração e procurar fazer uma experiência do seu Deus, o mais próxima possível da



**JESUS, O ORANTE  
E MESTRE DE ORAÇÃO**  
(Edições Carmelo. PVP 5,00€)



**Autor: Armindo dos Santos Vaz, OCD**

dele. Seja como for, a oração que alinha com a de Jesus produz bom efeito. Não se sai da oração como se entrou para ela. Prova real da sua autenticidade é que ela se derrame em vida dada. Ler páginas 112-115.

## 3. Se não é possível recuperar a profundidade da experiência e da intimidade orante de Jesus, então por que reeditar este livro quarenta anos depois?

Quando os responsáveis de Edições Carmelo manifestaram o desejo de reeditar o livro de 1987, prestei-me logo a revê-lo, porque não tenho da oração de Jesus a mesma percepção que tinha há quarenta anos. Eu próprio

**A oração não se faz com régua e esquadro. Para rezarmos como ele ensinou não é preciso verbalizar as suas palavras e os seus sentimentos...**

não rezo como então, nem ponho na oração os mesmos conteúdos. O capítulo I foi retocado, e quase totalmente no que ficou como o ponto 2.5. Mas os capítulos II e III foram refeitos, de acordo com a minha sensibilidade face ao Novo Testamento e com os conteúdos que hoje meto na oração. Saiu um livro novo.

## 4. Ainda sabemos ensinar a rezar ao jeito de Jesus?

A escola mais autêntica do ensino de uma oração ao estilo da de Jesus é a que se deixa impregnar do espírito dos relatos dos evangelhos que referem a oração de Jesus e dos ecos que ela deixou nos escritos apostólicos. Mesmo assim, tal ensino não conseguirá evitar as limitações humanas na captação da profundidade da comunhão de Jesus com o Pai. Uma boa base para esse ensino é a oração que Jesus ensinou aos apóstolos quando eles lhe pediram: «Senhor, ensina-nos a orar» (sabemo-la de cor); a oração ao Pai segundo João 17 é outro ponto alto do magistério de Jesus sobre a oração. Nelas, ele está, dá-se e revela-se inteiro, como Filho de Deus-Pai e como irmão dos humanos. Ambas abrem a razão e o coração para além dos limites humanos, à procura do essencial na vida; essa abertura faz-nos 'ser' mais, nós que mal sabemos o que ainda poderemos chegar a ser. A oração de coração é, juntamente com a razão, um motor de busca da verdade que cada um de nós precisa de conquistar a partir de dentro e a partir do Alto, para dar sentido ao mundo de mistério em que vive. É lugar privilegiado do encontro com a nossa solidão, a pátria dos pensadores, que nos devolve o sentido do silêncio que as máquinas urbanas mataram. E, como a nadar se aprende nadando, a orar aprende-se orando.



# Retiro de Quaresma

Fátima, 7 a 9 de março de 2025



Nos dias 7 a 9 de março de 2025 realiza-se na Domus Carmeli, em Fátima, o retiro da Escola de Oração.

Este retiro destina-se sobretudo aos alunos da Escola de Oração e Escola de Maria mas também está aberto a todos aqueles que queiram viver o seu retiro quaresmal durante este fim de semana.

Será orientado pelos padres Joaquim Teixeira e Renato Pereira. A temática do retiro versará sobre a Venerável Irmã Lúcia de Jesus, cujo 20.º aniversário da sua morte se recorda. A vida e espiritualidade desta carmelita descalça, bem como dos seus primos, os santos Francisco e Jacinta Marto serão um marco de reflexão.

## PROGRAMA:

### Sexta-feira, dia 07 de março

19h30 – Oração de Vésperas  
20h00 – Jantar  
21h15 – Introdução ao retiro e Oração da Noite  
22h00 – Descanso

### Sábado, dia 08 de março

08h00 – Oração de Laudes  
09h00 – Pequeno almoço  
09h45 – Meditação  
10h30 – Silêncio com pistas para a meditação pessoal  
12h00 – Eucaristia

13h00 – Almoço  
15h00 – Meditação  
15h45 – Silêncio com pistas para a meditação pessoal  
16h30 – Lanche  
17h00 – Lectio divina e atendimentos pessoais  
18h15 – Vésperas e Adoração eucarística  
20h00 – Jantar  
21h30 – Terço

### Domingo, dia 09 de março

08h00 – Oração de Laudes  
09h00 – Pequeno almoço  
09h45 – Meditação  
10h30 – Silêncio com pistas para a meditação pessoal  
12h00 – Eucaristia  
13h00 – Almoço

As inscrições podem ser feitas através do seguinte Formulário de Inscrição: [https://docs.google.com/forms/d/1Ki2gQyZmF9lCwZxy2c1W7q35\\_F50WU-RuX3\\_gl5tdHs/preview](https://docs.google.com/forms/d/1Ki2gQyZmF9lCwZxy2c1W7q35_F50WU-RuX3_gl5tdHs/preview)

Para mais informações contactar:  
Email: [pastoral@domuscarmeli.net](mailto:pastoral@domuscarmeli.net)  
Tel: (+351) 249 530 650 (custo de chamada para rede fixa nacional)  
WhatsApp: (+351) 922 298 665 (apenas mensagens escritas)

# De onde se nos achegam as bem-aventuranças?

Frei João Costa, OCD



Frantisek\_Krejci – Fonte: pixabay

**1.** Tendo-nos Jesus bem diante do olhar, frontalmente nos confronta com o relato das bem-aventuranças. Como discípulos bem sabemos que aquelas palavras são o centro e coração do seu Evangelho e límpido espelho onde devemos mirar-nos, e voltar a mirar-nos, se necessário cada manhã, para avaliar a nossa peregrinação, aprofundarmos a norma da vida cristã a que obedecemos e a missão a que não podemos renunciar. Se bem as recordamos haveremos de reconhecer – e não será necessário desdobrá-lo aqui – que não são um texto fácil de aceitar, pelo tanto que contradizem, quer as nossas aspirações de grandeza, quer o modo confortável de vivermos!

**2.** Meditá-las é, pois, ainda hoje, nada mais, nada menos, que proceder à inteira descrição da ternura do coração de Jesus, pois quem as sabe e, sobretudo, quem as pratica, conhece de verdade tal coração. Olhá-las é, enfim, contemplar o coração mais belo de todos, o amor mais terno, mais puro e santo, mais generoso e dadivoso.

**3.** Lembrar ainda dois pormenores: *i)* dos quatro Evangelistas, só Lucas e Mateus no-las legaram, e que entre os textos ambos não existe total simetria; *ii)* e em ambos os Evangelhos elas aparecem enunciadas bem ao início dos referidos textos, como a recordar-nos que são elas e não outras palavras, as fundamentais para a missão e a peregrinação dos discípulos.

Eia, pois.

**4.** Ponderemos, então, o que me ocupa, e é isto: como chegaram as bem-aventuranças à boca de Jesus? De onde

arrancou Ele este texto tão fundamental para o caminhar da comunidade cristã de todos os tempos? Serão absolutamente novas ou existirão precedentes no Antigo Testamento?

**5.** Sim, creio que, sem medo, se pode dizer que as bem-aventuranças pronunciadas para iluminarem fulgurantemente o caminho do discipulado não são inteiramente novas. Em boa verdade, devemos assumir o Antigo Testamento como um longo caminho de quase vinte séculos até à boca de Cristo – conhecer aquele percurso, desde os Patriarcas, passando pelos Juizes, Reis e Profetas, ajuda-nos a perceber as palavras que Ele nos deixou como mapa, guia e luz para os nossos passos e prantos, mãos, olhos, mente e coração. Foram quase dois mil anos de longa e bem-aventurada depuração – tal é o que sempre deveríamos ter presente. E não erramos jamais se dissermos que o longo caminho do Antigo Testamento pode resumir-se da seguinte maneira: *i)* tudo o que existe vem de Deus, pois Deus, por amor, tudo chamou à existência (menos o mal); *ii)* toda a criação encontra-se sujeita à pressão do pecado que visa destruí-la, destruindo, assim, o plano amoroso de Deus para conosco e a criação; *iii)* Deus elegeu um homem (Abraão) e um povo (Israel) com os quais estabeleceu uma aliança; o proveito da Aliança é todo nosso, entenda-se...

Assumamos, pois, desde já, que a Aliança proposta por Deus é a sua mais que generosa e bela resposta ao pecado da Humanidade – se, pois, o pecado, significa o rasgar da amizade entre a Humanidade e Deus, a Aliança é a unilateral oferta de restauração dessa amizade, como se jamais



Deus se lembrasse de que ela fora (e é constantemente) rasgada e por nós violada e vilipendiada!

Desde a origem, sempre Deus anseia por um permanente vínculo de amor que demostre, substantivamente, a amizade que dizemos ter-lhe e que, inegavelmente, por iniciativa sua Ele nos devota. Porque tal como existe um laço entre a mãe que amamenta, e o filho que dela depende, assim jamais Deus nos esquece mesmo quando lhe fugimos e Dele nos escondemos – como se ousáramos sonhar que Dele nos poderíamos esconder no fundo do mar ou para lá da cortina do pó das estrelas! Afinal, essa é a verdade, depois de tanta e tão repetidas alianças, estabelecidas connosco por Deus-Pai-e-Mãe nosso, o Antigo Testamento não conseguiu jamais manter firme essa união, não conseguiu ser inteiro amigo de Deus.

Sim, calcorrear a pé os velhos barrancos do Antigo Testamento é como percorrer uma história de amor infiel entre Israel (o eleito entre todos os povos, para ser o povo amado) de Deus. Não raras vezes, aliás, Deus compara o seu amado povo a uma esposa que o não é em verdade, por ser, repetidamente, infiel a seu marido; pelo que chora Deus, como um pastorinho tão desditado quão por nós apaixonado, por se ver desamado e malquerido, enjeitado e trocado por mirrados desamores infiéis.

Sim, ao longo de tão longa história marcada pela escolha de Deus e pela Aliança que nos oferece, Israel foi quase sempre um povo ingrato, casmurro e rebelde, porque contra todas as juras de amor, jamais amou a Aliança; jamais confiou e se deixou cair nos braços de Deus. Enfim, o Antigo Testamento é essa história de frequente resseso não e da permanência do nim de mau gosto, mui raramente de um firme e claro sim a Deus; e quando sim, sempre este foi tão duradouro como o matutino orvalho de verão!

6. Depois de quase vinte alquebrados séculos, isto é, de repetidos e consabidos não e de negros ultrajes à Aliança (a que se sucediam as duras repreensões e castigos de Deus), surgiu, por fim, do seio doce dum *restinho pequenino* e santo, uma gentil menina capaz de amar a Deus por cima de tudo, e de corresponder sim com sim, ao Seu amor irrenunciável – sim, era menina e o seu rosto sorria, como sorri um raio de sol em negros dias penumbrosos. Chamava-se Maria. Era menina terna e gentil como as maçãs e as pombas brancas, e a sua vida só queria corresponder aos laços da amorosa Aliança do enamorado Deus. Enfim, o que jamais haviam conseguido homens prudentes, de braço valente e valoroso como o dos Patriarcas e Juízes, dos Reis e Profetas – quer dizer, o que jamais inteiramente havia alcançado algum dos sucessivos valentes representantes que Deus dera a seu povo amado para o guiar pela Aliança – conseguiu-o, sim, por fim, uma desconhecida donzela de Deus eleita. Escolhida ou eleita ela foi, como antes outros muitos o haviam sido. Sim, Deus reparara na humilde e jovenzíssima donzela, pertencente

aquele perseverante *restinho humilde e sem voz* – e, sim, se ela quisesse, finalmente, Deus seria inteiramente amado por coração humano; e sê-lo-ia, não por valente guerreiro ou samurai, mas por donzela sem sobrenome nem títulos, sem pergaminhos nem *curriculum vitae!*

7. Eis que depois duma longa história de grandezas e humilhações, de inenarráveis desobediências e desafios a Deus, restava, enfim, esse *restinho* pobre e humilde, humilhado e sem voz, mas capacitado para entender a linguagem de Deus. Não tinha voz capaz de congregar um povo, é certo; não era da casta dos sacerdotes nem da dos generais, mas possuía aquela voz interior, aquele puro fiozinho de mel dourado a que se chama consciência limpa que, diante dos infernos ou dos poderosos tronos, sempre afirma um punhado de certezas: *i)* não se pode jamais idolatrar a criação; *ii)* não se pode jamais virar as costas ao Criador; *iii)* ninguém pode jamais sustentar-se nem vangloriar-se nas suas riquezas; *iv)* não se pode jamais viver tão agarrado ao presente e de costas ao futuro e ao juízo sobre tal andar!

8. Era, de facto, um *resto bem pequenino*, que ninguém lobrigava nem via, e se via, não valorizava; mas era um *restinho* que sabia ouvir a voz de Deus por entre os ruídos que o sucesso produz, e sabia co-responder-Lhe, como a seu tempo disse a Menina: – Aqui estou, porque para mais não estou. Que só existo porque existes Tu e para o que Tu precisares de mim!

9. «*Faça-se em mim...*» é, pois, uma frase verdadeira, típica de gente atenta e não distraída; disponível, franca e capaz de responder nada mais que a Deus. Não de quem se habituou a fugir, para de seu divino rosto se esconder; mas de quem aguente diante Dele, para Lhe agradecer, porque nele confia, amando-O acima de tudo.

Foi nesse recanto de ternura, oração, desvelo e respeito por Deus, onde mais a Mãe brilhava e esplendia, que cresceu e aprendeu Jesus. Foi nesse austero ali, remendado e aquecido pelas chamas duma lareira pequenina, que Ele medrou, sentado num mocho e de malga de caldo ou leite meio vazia nas mãos. Cresceu tisonado ao sol e a cirandar entre a cozinha de terra batida e as fitas esvoaçantes pelo chão da oficina de José.

Quantas vezes não viu Ele a mãe descalça e aflita, de avental passageado, sem ter no bolso do lado direito uma côdea de pão negro para Lhe dar! Quantas vezes não viu Ele as magras mãos da Mãe limpando as escadas dos ricos e depois ser despedida com a paga de más palavras. Sim, Ele sabia pertencer à margem onde restam os pobres que medram à fome, que não têm direitos, nem trabalho, nem salário, nem férias, nem reforma – e que ainda assim, sabem que o nome de Deus é Pai, e não apenas dos pobres. Sim, Ele cresceu vendo a casta sacerdotal dizer-se abençoada e só abençoando a lauta mesa dos ricos – e como haveriam eles deabençoar a sempre vazia dos

Cresceu tisonado ao sol e a cirandar entre a cozinha de terra batida e as fitas esvoaçantes pelo chão da oficina de José.

”

pobres? Sim, Ele conhecia como ninguém a dor das mães sem direito às migalhas das mesas fartas.

Jesus sabia pertencer à franja fiel desses pobres, cuja fé se sustentava na esperança que tudo vê, e tudo recompensa, tanto a maldade dos muitos maus, como a bondade dos poucos bons. E sabia bem o valor do pão duro repartido por mãos sôfregas, e que Deus lhes era fiel, como o sol ao caminho. Sabia que os pobres não se podiam fiar dos ricos, e que os ricos apenas se fiavam de si, sem precisarem de mais alguém, nem de Deus. E em quem, pois, haveriam de esperar os pobres, senão em Deus? Em quem se fiariam?

E Maria esperava em Deus, só em Deus esperava Maria, a filha do *restinho de Israel*. E José esperava em Deus, só em Deus esperava José, o filho do *restinho de Israel*. E com os filhos pobres do *restinho de Israel* aprendeu Jesus a esperar em Deus, e só em Deus esperava Jesus, o pobre.

O que me pergunto é: a quem mais senão aos pobres, aos perseguidos e injustiçados, e aos que choram a barriga vazia, pode Jesus proclamar felizes e bem-aventurados? Aos ricos fraudulentos, e aos refastelados nos canapés do poder não, certamente. Afinal tudo passa, o ouro e o brilho do poder, e só Deus em sua fidelidade é que não muda.

Como, pois, poderia Jesus bem-aventurar os ricos, sem que a língua se lhe colasse para sempre ao paladar?

Sim, as bem-aventuranças resumem um lança de amor que lentamente se aninhou no coração dos pobres, e no de Maria, e dele verteu para Jesus e o coração pobre dos irmãos de Jesus, para que dissessem ao mundo que a felicidade é reconhecer que só Deus é o primeiro em tudo, e por inteiro se dá a quem, vazio, está disponível para O receber!

## Webretiro Quaresma 2025

5 de março a 27 de abril de 2025



Quaresma 2025

# TERESA DE LISIEUX E O MISTÉRIO PASCAL

«Morrer de Amor, eis a minha esperança»  
POESIA 17

5 março a 27 abril 2025

 [www.carmelitas.pt](http://www.carmelitas.pt)

Os Carmelitas Descalços apresentam mais uma vez um retiro *online* para que todos os que desejarem o possam aproveitar para melhor viver a sua caminhada quaresmal.

Neste ano jubilar e no I centenário da canonização de Santa Teresinha do Menino Jesus e da Santa Face, os Carmelitas vão apresentar o retiro inspirado na expressão teresiana da sua poesia 17: "*Morrer de Amor, eis a minha esperança*".

A Organização prevê as seguintes etapas:

- \* 1.º domingo: «Bem-aventurado aquele que foi achado digno de sofrer tentação!»
- \* 2.º domingo: «Ó Rosto mais belo que os lírios e as rosas da primavera!»
- \* 3.º domingo: «Senti um grande desejo de trabalhar pela conversão dos pecadores»
- \* 4.º domingo: «Mesmo que eu tivesse na consciência todos os pecados...»

- \* 5.º domingo: «Uma pobre pecadora como eu»
- \* Semana Santa: «Olha para a face de Jesus... Aí verás como Ele nos ama»
- \* Páscoa: «Eis o meu Céu... Eis o meu destino: viver de Amor!!!»

Assim, quem já está inscrito ou se queira inscrever receberá gratuitamente cada sexta-feira uma mensagem de correio eletrónico com:

- Uma meditação a partir do evangelho de cada domingo e dos textos de Santa Teresinha
- Um calendário da quaresma que vos ajudarão a viver cada dia

O retiro decorre de 5 de março a 27 de abril de 2025.

Mais informações no site:  
[www.esercizi-online.karmel.at](http://www.esercizi-online.karmel.at)