

Gostaria de vos convidar a uma forma de abstinência muito concreta e frequentemente pouco apreciada, ou seja, a abstinência de palavras que atingem e ferem o nosso próximo. Começemos por desarmar a linguagem, renunciando às palavras mordazes, ao juízo temerário, ao falar mal de quem está ausente e não se pode defender, às calúnias.

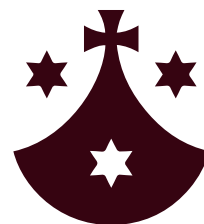
Papa Leão XIV, Mensagem para a Quaresma de 2026, 5 de fevereiro de 2026



# Boletim de Espiritualidade

1 MARÇO 2026  
Ano XIII Nº 141

141



## Agenda março 2026

- 1 **Seia** (Ig. Nova) – Catequese Quaresmal – D. José Miguel Pereira
- 3 **Porto** (CCC) – Conferência: *Cultura, ciência e educação integral* – Secretariado Diocesano da Pastoral Universitária do Porto
- 4 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina
- 4 **Ouvidoria da Praia** (Ig. S. Luzia) – Catequeses Quaresmais – Pedro Carvalho
- 6 **Braga** (Bib. Lúcio Craveiro) – Conferência: *Ética e Economia* – Manuel Caldeira Cabral
- 6 **Santa Maria da Feira** (Biblioteca) – Conferência: *A tradição quaresmal das almas*
- 6 a 8 **Ávila** – Encontro dos Grupos de Oração Teresiana.
- 6 a 8 **Ávila** (CITeS) – Mística de confiança – Anthony - Joseph Pinelli
- 6 a 8 **Avezzadas** – Retiro de Quaresma (Carmelo Secular).
- 6 a 8 **Fátima** (Santuário) – Retiro de Quaresma
- 7 **Avezzadas** – Tardes com Maria
- 7 **Faro** (Carmelitas) – Encontros no Silêncio
- 7 **Lisboa** (ISTA) – Conferência: *Os cristãos e a política* – José Manuel Pureza
- 8 **Fundão** (Ig. paroquial) – Catequese Quaresmal – D. José Miguel Pereira
- 9 **Viana do Castelo** (Carmo) – *Discurso Eclesiológico* – P. Marco Caldas
- 10 **Angra** (Escola bíblica) – Formação: *Leitura do Livro Atos dos Apóstolos*
- 11 **Ouvidoria da Praia** (Ig. Cabo da Praia) – Catequeses Quaresmais – Bruno Rodrigues
- 13 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina
- 13 a 15 **Ávila** (CITeS) – Cátedra Josefa Segovia: *Amar com paixão e compaixão*
- 14 **Funchal** (Carmo) – Retiro de Quaresma
- 14 **Lisboa** (ISTA) – Conferência: *Os cristãos no mundo empresarial* – Rafael Franco
- 15 **Sabugal** (Ig. paroquial) – Catequese Quaresmal – D. José Miguel Pereira
- 18 **Online** – De véspera com *S. José* – P. André Morais
- 18 **Viana do Castelo** (Carmo) – *Subida do Monte Carmelo* – Fr. Carlos Eduardo
- 18 **Ouvidoria da Praia** (Ig. Agualva) – Catequeses Quaresmais – Marco Gomes
- 19 **Faro** (Carmelitas) – Conferência: *São José, Esposo da Virgem Maria* – P. António Freitas
- 20 **Coimbra** (SDPC) – Passaporte Cultural e Espiritual: *A Vida Oculta de Jesus*
- 20 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina

- 20 a 22 **Fátima** (Domus Carmeli) – Retiro de Quaresma
- 20 a 22 **Ávila** (CITeS) – Cátedra Francisco Palau 2026
- 20 **Lisboa** (Externato da Luz) – *Ecologia franciscana*
- 21 **Braga** (Carmo) – Encontro Junto à Fonte
- 21 **Lisboa** (ISTA) – Conferência: *Os cristãos e comunicação social* – Pedro Gil
- 22 **Avezzadas** – Domingo das bênçãos
- 22 **Trancoso** (Ig. SS. Trindade) – Catequese Quaresmal – D. José Miguel Pereira
- 24 **Faro** (Carmelitas) – Conferência: *A Realeza de Maria Santíssima e o Triunfo do Coração Imaculado* – P. Carlos Cabecinhas
- 27 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina
- 27 a 29 **Fátima** (Domus Carmeli) – XXXIII Rumos
- 27 a 29 **Ávila** (CITeS) – Morri pela beleza: Poesia e transcendência em Emily Dickinson e São João da Cruz
- 28 **Funchal** (Carmo) – Encontro orante com S. João da Cruz: as dificuldades na oração
- 28 **Lisboa** (ISTA) – Conferência: *Respostas sociais*
- 29 **Covilhã** (Ig. SS. Trindade) – Catequese Quaresmal – D. José Miguel Pereira

## Agenda abril 2026

- 1 **Viana do Castelo** (Carmo) – *Cântico Espiritual* – P. Nuno Pereira
- 1 a 5 **Avezzadas** – Páscoa com o Carmelo
- 1 a 5 **Fátima** (Domus Carmeli) – Retiro de Quaresma
- 4 **Avezzadas** – Tardes com Maria
- 10 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina
- 10 a 12 **Fátima** (Domus Carmeli) – Encontro Nacional do Carmelo Secular
- 10 a 12 **Ávila** (CITeS) – Noite escura: Curso superior em São João da Cruz – Miguel Fermín de Haro
- 13 **Viana do Castelo** (Carmo) – *Ministério de Jesus em Jerusalém* – Fr. Carlos Eduardo
- 17 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina
- 17 a 19 **Fátima** (Domus Carmeli) – 4.º Módulo do Curso de Mariologia
- 17 a 19 **Ávila** (CITeS) – Mística e discernimento andam juntos. Teresa de Jesus e Inácio de Loyola sabiam disso muito bem
- 18 **Braga** (Carmo) – Encontro Junto à Fonte
- 18 **Funchal** (Carmo) – Encontro orante com S. João da Cruz: oração
- 24 **Fátima** (Santuário) – Lectio Divina
- 26 **Avezzadas** – Domingo das bênçãos



## Batismo e nova identidade

Armindo Vaz, OCD

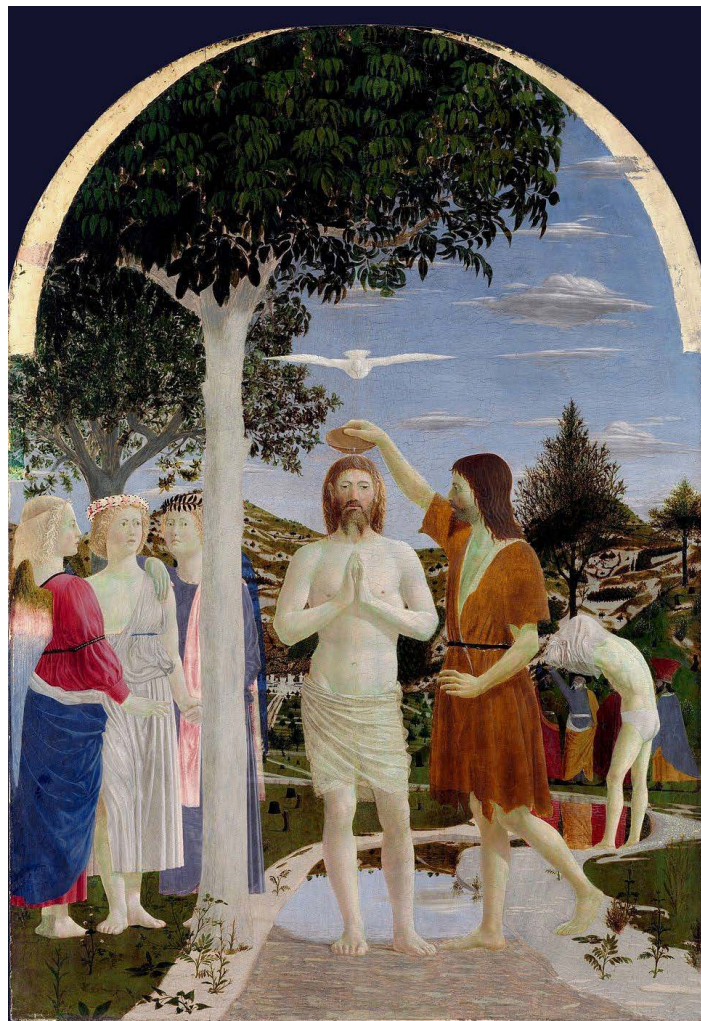
A Quaresma também tem uma dimensão baptismal. Convida os batizados a redescobrirem e a aprofundarem durante esse “tempo favorável” (2Cor 6,2) o essencial no caminho da fé cristã, morrendo para o mal e crescendo na “vida nova” em Cristo Jesus (Rm 6,4), de modo a participarem mais intensamente no mistério da sua morte e ressurreição, celebrado no final da Quaresma. Por isso, neste mês de Quaresma meditamos sobre o batismo.

Tradicionalmente é associado à doutrina dogmática do chamado “pecado original”; e a reflexão sobre ele foi, desde o séc. V, tributária dessa doutrina. O *Catecismo da Igreja Católica*, de 1992, diz, num enquadramento negativo, que ele “cancela o pecado original” (n.º 405). Mas, dissociando o batismo dessa doutrina, qual seria então a função dele? Deixaria de ter sentido? De modo nenhum. Continuará a ter o sentido positivo que lhe é próprio. Apareceria como o sacramento que introduz o ser humano na Igreja de Jesus, na comunidade dos seus discípulos, dos que são filhos de Deus pelo Filho de Deus.

Para a fé bíblica, o humano recém-nascido é *criatura de Deus criador*, “criado à Sua imagem e semelhança” (Gn 1,26); pelo batismo torna-se *filho de Deus Pai*, ao participar da graça do Seu Filho pelo Seu Espírito. Esse é o ‘valor acrescentado’ pelo batismo ao nascido que entra para a existência, não como concebido e manchado pelo pecado, mas em estado de estreita relação com Deus. O batismo é um renascimento para Jesus (Jo 3,5), uma reorientação decisiva da própria vida para ele, seu salvador. É a celebração do mistério da vida recebida. O nascimento pelo amor dos pais dá o *ser*. O batismo pelo amor de Jesus, como novo nascimento, dá o *pertencer* à comunidade dos salvados por ele. O batizando, que dos pais recebe a vida, pelo batismo recebe o sentido para a viver: o Espírito de Jesus ressuscitado. O batismo *mergulha* o batizado no círculo do amor de Deus manifestado para com ele em Jesus.

A graça do batismo, que é o dom do Espírito de Deus, regenera eficazmente o batizado: “O batismo salva-vos: não o facto de tirar uma sujidade corporal mas o compromisso para com Deus de uma consciência honrada, fundado na ressurreição de Jesus Cristo” (1Ped 3,21); “Deus salvou-nos... segundo a sua misericórdia por meio do banho de regeneração e de renovação do Espírito Santo” (Tit 3,5). Não é, pois, uma simples limpeza ritual. E se é ministrado a um adulto com pecados, são perdoados (Ef 5,26; Heb 10,22; 1Cor 6,11).

Mesmo assim, justifica-se ministrar o batismo às crianças, incorporando-as quanto antes na comunidade de salvação. O compromisso para com Deus, assumido pelos pais e padrinhos em representação da criança, será conscientemente cumprido por ela quando chegar ao uso da razão e da fé. Ao gozar desse dom, quando mais tarde cometer pecados, poderá ser perdoada por pertencer à Igreja dos redimidos: pelo sacramento é-lhe aplicado o amor gratuito de Deus em forma de perdão. Incorporando o batizado no âmbito de influência da salvação realizada “em Cristo”, o símbolo do batismo afasta-o da tendência espontânea para o “pecado do mundo”, que o recém-nascido já encontra. Nesse sentido, o batismo



O Batismo de Cristo  
Piero della Francesca (1445)  
National Gallery, Londres

é realmente um morrer ao pecado-realidade (no adulto) e ao pecado-possibilidade (na criança). A *imersão/mergulho* (sentido etimológico de *batismo*) no banho de água pura sepulta o pecador e o seu passado (mesmo a criança pertence a uma comunidade de pecadores!) na morte de Jesus, da qual sai pela ressurreição com ele para uma “vida nova” como “nova criatura”, como “homem novo”: “Quem está em Cristo é uma nova criação” (2Cor 5,17; Rm 6,4; Col 2,12; Ef 2,15). O batizado não está determinado pelo seu passado: abre-se por meio da fé à novidade que Deus realiza nele pela vida de Jesus. Ministrar o batismo sugere que a graça/vida é mais forte do que o pecado/morte.

Martinho Lutero tinha gravada na sua escrivadinha a inscrição «sou batizado». Ela inspirava o seu viver. Significava que Deus o tinha aceitado incondicionalmente, que o amava em Jesus e que a salvação vinha d'Ele e não do seu bom comportamento. Ser batizado é decidir-se por Jesus, vivendo na fé sob influência da sua vida e do seu evangelho. É assumir que a fé cristã confere qualidade à vida.

O apócrifo Evangelho de Filipe, gnóstico, do séc. II, traz este *dito* (49): “Se tu dizes ‘eu sou judeu’, ninguém se preocupará. Se tu dizes ‘eu sou romano’, ninguém se sentirá

abalado. Se tu dizes 'eu sou grego, bárbaro, escravo, livre', ninguém se perturbará. Se tu dizes 'eu sou cristão', todos se agitarão". Esta afirmação, situada no cristianismo primitivo, sublinha que a identidade do baptizado, enquanto ligado a Jesus Cristo, é nova e poderosa: supera a biologia, transcende as etiquetas sociais (de judeu, grego, escravo...) e suscita reacções fortes, por apelar a uma transformação radical e a critérios de vida exigentes: "Se o mundo vos odeia, ficai a saber que, primeiro que a vós, me odiou a

mim" (Jo 15,18-25). A identidade cristã provoca agitação, porque desafia a sociedade e a ordem social ao sugerir que ser baptizado não é uma pertença superficial terrena, mas supõe interioridade transformadora, como fermento na massa e pertença distintiva: "Nisto reconhecerão todos que sois meus discípulos: se tiverdes amor uns pelos outros" (Jo 13,35). Os baptizados que humildemente seguem Jesus são a consciência nova e a luz do mundo (Mt 5,13-16).

## Ano jubilar de S. João da Cruz

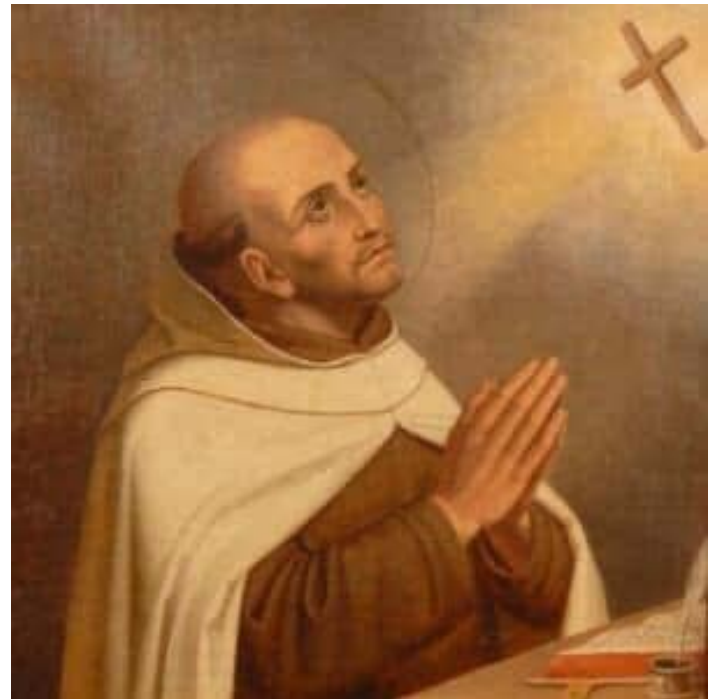
Armindo Vaz, OCD

### S. João da Cruz e a Bíblia

A aprovação oficial das primeiras edições das obras de Frei João da Cruz, emitida pela Faculdade de Teologia da Universidade de Alcalá de Henares (um dos centros mais activos do renascimento bíblico), fala da subtileza e da competência com que ele espraia os temas e as citações da Sagrada Escritura. De facto, inspira-se constantemente nela para ilustrar a própria experiência de Deus com exemplos escolhidos muito a propósito. A Escritura é o suporte em que assenta a sua espiritualidade. É a partir dela que, com modulações bíblicas, ele conta e canta, autobiograficamente, as vivências da alma enamorada.

Um sacerdote que o conhecia testemunha: «Nunca o vi ler outro livro fora da Bíblia (que sabia quase de cor) e do *Contra Haereses* de S. Agostinho e do *Flos Sanctorum*; e quando pregava alguma vez, que foram poucas, ou quando fazia palestras, que era frequentemente, nunca lia outro livro senão a Bíblia». Noutro depoimento dizia o mesmo sacerdote: «Embora sendo homem culto, não havia na sua cela mais livros do que uma Bíblia, onde dizia que encontrava o que era necessário; e, se precisava de ver algum outro livro, tomava-o da livraria comum e devolvia-o logo a ela». Tinha o dom de bem explicar o 'livro de Deus', tirando dele alimento para si e para os seus irmãos.

Quando em 1585 veio a Lisboa participar no Capítulo Provincial para eleição de novos superiores da Reforma, enquanto nas horas livres os padres capitulares aproveitavam para ir ver a célebre religiosa visionária, «a freira das chagas», Maria da Visitação – que suscitava a admiração de meia Europa com a sua fama milagreira e com os seus estigmas –, o P. João da Cruz ia sozinho com a Bíblia na mão para junto do mar.



Unia o seu ser místico sem precedentes aos antecedentes que encontrava na palavra de Deus. Chegou a uma fase da vida em que os livros com que tinha vivido estorvavam a comunicação da sua profundidade humana e espiritual. Encontrou na Bíblia o contexto e o horizonte em que podia exprimir a sua visão do ser humano e do mistério de Deus.

# TIERRA DE PROMISIÓN

## Juan de la Cruz Santo y Doctor de la Iglesia

Congreso internacional  
22 al 26 junio



## Encontros no silêncio

Carmelo de Faro, 7 de março de 2026



O Carmelo de Nossa Senhora Rainha do Mundo, em Faro (Patação), promove no próximo dia 7 de março de 2026 mais uma edição dos *Encontros no Silêncio*, iniciativa voltada para jovens entre os 16 e os 35 anos. Os encontros são um espaço de oração e escuta interior destinado a apoiar o discernimento vocacional, ajudando os participantes a refletirem sobre a sua vocação cristã – seja na vida religiosa, sacerdotal ou no matrimónio – em contacto pessoal com Jesus, sob a orientação da Palavra de Deus e de membros da Família Carmelita Descalça. No dia 7 de março, estarão disponíveis várias etapas do encontro: Etapa 1: Procurai, lendo; Etapa 2: Encontrareis, meditando ; Etapa 3: Chamai, orando e Etapa 4: Abrir-se-vos-á, contemplando. [🔗](#)

## Retiro Online

Quaresma 2026, com São João da Cruz



A Ordem dos Carmelitas Descalços está a promover um retiro espiritual *online* para a Quaresma de 2026, centrado na figura de São João da Cruz, por ocasião do ano jubilar que celebra os 300 anos do seu nascimento e 100 anos da sua declaração como Doutor da Igreja. Intitulado “*Com São João da Cruz, encontrar Cristo no fundo do nosso coração*”, o retiro decorre de 18 de fevereiro a 4 de abril de 2026 e foi concebido para acompanhar os participantes ao longo do tempo quaresmal, ajudando-os a viver este período litúrgico com maior profundidade espiritual. A proposta segue um percurso de seis etapas que acompanha cada domingo da Quaresma e a Semana Santa, culminando na alegria pascal. [🔗](#)

## Retiro de Quaresma do Santuário de Fátima

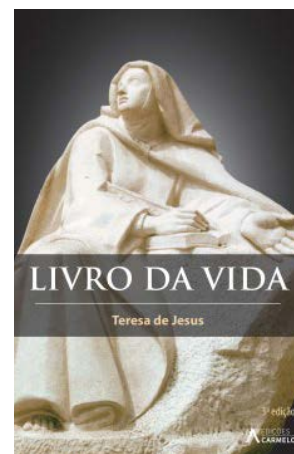
6 a 8 de março de 2026



A Escola do Santuário de Fátima propõe para o fim de semana de 6 a 8 de março, na Casa de Retiros de Nossa Senhora do Carmo, o Retiro de Quaresma, para meditar a morte e ressurreição de Jesus a partir do Coração de Maria. O encontro de três dias, que será orientado pelo padre Ronaldo Araújo, capelão do Santuário de Fátima e terá como tema “Coração de Maria, coração ferido e glorificado”, oferecerá aos participantes uma oportunidade para se colocarem diante do Coração de Maria e o contemplarem como ícone do horizonte quaresmal-pascal da vida cristã. [🔗](#)

## LIVRO DA VIDA

Teresa de Jesus



Foi lançada a terceira edição do clássico espiritual *Livro da Vida*, a autobiografia de Santa Teresa de Jesus, publicada pelas Edições Carmelo. Considerada uma das obras-chave da literatura mística católica – em que Teresa de Ávila narra a sua experiência de fé, oração e busca de união com Deus – esta edição atualiza a apresentação da obra, facilitando o acesso ao texto que tem inspirado gerações de leitores e discípulos espirituais. O *Livro da Vida* é frequentemente visto não apenas como relato biográfico, mas como um guia de vida interior para quem procura aprofundar a sua relação com Deus.

Publicação: Edições Carmelo [🔗](#)

## cloustrô

**E se...eu conseguisse ver o envelhecimento como um ato de amor?** O artigo, escrito por Maria Alexandra d'Araújo, propõe uma reflexão profunda sobre o envelhecer como expressão de amor, inspirada na espiritualidade de São João da Cruz. Em vez de encarar o envelhecimento apenas como declínio físico ou perda, sugere-se que ele seja visto como um processo de despojamento amoroso que elimina o superficial e revela o essencial da vida. [🔗](#)

**Do imaginário, esse manancial de memória.** Alexandra Lisboa reflete sobre a importância do imaginário e da memória na experiência estética e espiritual. A autora argumenta que tanto para criar como para interpretar uma obra de arte é necessário um rico “banco de imagens” acumulado na memória – composto por experiências sensoriais, conhecimentos culturais e referências espirituais – que alimenta a imaginação e torna possível uma leitura mais profunda das imagens. [🔗](#)

**Oração como caminho interior.** A reflexão sublinha que orar implica recolhimento, silêncio e disponibilidade interior, afastando-se das distrações exteriores para viver um diálogo sincero com Deus – não como quem cumpre um ritual, mas como quem cultiva uma relação de amizade profunda com o Senhor. [🔗](#)



# Três perguntas e... mais uma

Sobre o livro "A ousadia da santidade"

## 1. Como entender hoje que a «ousadia» é uma chave essencial para compreender a santidade de Santa Teresa de Jesus?

**P. Manuel Reis:** O livro *A Ousadia da Santidade* destina-se aos que querem aprender a arte da santidade na escola de Santa Teresa, que diz: tu «podes, se quiseres, com a graça de Deus; mãos à obra». A coragem da santidade (a «determinada determinação») é a chave essencial da santidade teresiana que consiste «não em pensar muito, mas em amar muito». E porque todos são capazes de amar, todos são chamados à oração, ao «trato de amizade» com Jesus.

A santidade é um processo em que a graça de Deus e o querer humano se irmanam; foi também esse o maior legado que Santa Teresa deixou à Igreja. Aliás, diz o Papa Francisco: «Teresa é extraordinária, sobretudo, porque é santa». E é santa como nós devemos procurar sê-lo «na fidelidade diária às nossas responsabilidades e obrigações» (como diz o nosso Padre Geral).

Em vida ela queixava-se de que «dizem que me queria fazer santa e que inventava novidades»; mas não, ela não queria passar por santa, nem enganar o mundo. Antes procurou uma santidade atraente: «quanto mais santas, mais conversáveis com as suas irmãs, para que os outros não se amedrontem da virtude»; procurou uma santidade como fidelidade criativa à tradição dos nossos Santos Padres e com a originalidade e a criatividade atual dos novos santos carmelitas «inflamados no desejo da verdadeira santidade»: «Agora começamos, procuremos ir começando sempre, de bem em melhor», concluía ela.

Enfim, não deixemos que nos roubem a ousadia de rezar!

## 2. Como pode a oração de Santa Teresa iluminar o homem e a mulher de hoje?

**P. Manuel Reis:** Quem quiser aprender a «arte da oração» na escola de Santa Teresa encontra nesta «Mestra de oração» a sua doutrina, pedagogia e mistagogia como «trato de amizade», como «o amor recíproco» de Jesus a Teresa e de Teresa a Jesus. Lembremo-nos que a nossa «vocalização é o Amor», a sermos amados por Jesus, o verdadeiro Amigo, e a amar Jesus e os irmãos no Coração da Igreja. Teresa defendeu o caminho da Sagrada Humanidade do Senhor para chegar à mais alta contemplação: «olhando a sua vida [temos] o



A OUSADIA DA SANTIDADE

(Edições Carmelo)

PVP 10,00€



Autor:

Manuel Reis, OCD

melhor modelo e o melhor amigo». Ela indica-nos o «bom caminho» do «bom Jesus», o Mestre que ensina a orar o Pai-nosso e o amigo presente com quem dialogamos em verdadeira amizade.

A oração é amizade e orar é amar, é tratar amigavelmente com o Senhor. A consciência de ser amado pelo Senhor suscita e mantém vivo o amor no coração. Atualizemos na consciência que Deus nos está amando e que o nosso amor é resposta ao Seu amor por nós: «À Sua chamada viemos aqui...».

## 3. Que aspetos da espiritualidade de Santa Teresa considera mais relevantes para os desafios da Igreja?

**P. Manuel Reis:** O desafio maior do nosso tempo é o sentido de se ser

Igreja, o «ser-se filha [ou filho] da Igreja». «Ser filha da Igreja é o maior privilégio e título de glória... [É] eco da voz de Teresa e o programa da nossa vida». Enfim, «como é grande, como é única, como é humana, como é atraente esta figura a Mater spirituum» (Paulo VI)!

Repare: Teresa propõe uma santidade «útil» para os outros e para «salvar almas»; um «coração missionário», disponível para «ganhar uma alma para o serviço do Senhor»; um denodo pela unidade da Igreja, em sinodalidade ao serviço da missão, porque orar é amar em caridade ao próximo.

## e... 4. Que contributo específico quis oferecer ao vasto conjunto de estudos teresianos?

**P. Manuel Reis:** Este livro é apenas uma revisitação da Santa a partir da do V Centenário do seu nascimento (2015) e do IV Centenário da sua canonização (2022). De facto, o magistério pontifício e o magistério oficial da nossa Ordem realçam a atualidade da sua santidade e do seu caminho de santidade para todos nós. Ela foi Doutora da Igreja Universal, mesmo se, como dizia, «não há virtude de mulher que não tenham por suspeitosa».

«A chama que Jesus acendeu em Teresa continua a brilhar no nosso mundo... Tê-la como amiga, companheira e guia na nossa peregrinação terrena confere segurança e sossego na alma». Aliás, isto permitiu a «conversão da ideia de santidade» como meta inacessível à santidade «na vida quotidiana», de modo que a estrada da santidade é ver Jesus nos outros... Já não fixando-se em alguns gestos heroicos, mas praticando muito amor diário» (Papa Francisco).

Devemos sublinhar que «a santidade da nossa madre Teresa nos orienta no caminho sinodal que a Igreja nos propõe, fazendo andar juntas Marta e Maria» (P. Miguel Márquez, 2022). Trata-se duma «santidade da alegria» fundamentada no ser – «bons amigos» do Senhor – e não no fazer, que é sempre pouquito o que está na minha mão» fazer.

É também uma «santidade da amizade», pelo que a missão do Carmelo Teresiano na Igreja é viver e dar testemunho da relação de amizade com Deus. E é, enfim, uma santidade de missão: a oração é a fonte da missão eclesial, num «mundo que está a arder».

Desejo boas leituras a todos.

## «Fazei tudo o que Ele vos disser»

Irmã Sofia da Cruz, Carmelo de Aveiro



Fotografia: pixabay.com

Vou apenas partilhar consigo algo do que penso acerca dos 2 adjectivos que usou para qualificar aquela que deve ser a atitude fundamental da nossa vida: “Fazei tudo o que Ele vos disser”, “**muito difícil e custa muito quando não coincide com a nossa vontade**”.

Seria muita ingenuidade da minha parte discordar de si, mas também seria, da minha parte, um grave sintoma de imaturidade na fé e como tal de muita superficialidade não passar da categoria do accidental para a do essencial. Assim, concordando consigo, mas ao mesmo tempo discordando vou tentar mostrar-lhe o que, para mim, esta subjacente a estes adjectivos.

“Fazei tudo o que Ele vos disser” – muito difícil. Se o vimos desde nós mesmos, se o tentamos fazer pelas nossas próprias forças, se o assumimos como algo exterior a nós, como algo que estamos obrigados a fazer, se situamos este “mandamento” no contexto da antiga lei que era necessário observar, damos-lhe o cunho de prescrição obrigatória. Tornando-o para nós um peso insuportável porque entra em conflito com a fragilidade do nosso ser natural. É como se quiséssemos chegar ao céu sem subir o monte. Claro que, sem subir o monte nunca lá chegaremos... Contudo se o transferirmos da ordem da lei para a ordem da Graça ou, se preferir, se o transferirmos da ordem do fazer para a ordem do ser a dificuldade fica anulada em si mesma, porque o fazer tudo o que Ele nos disser, passa a ser, como que naturalmente, a atitude fundamental da nossa existência, enquanto meio mais perfeito e total de realizarmos a nossa vocação última.

Transferida para a ordem da Graça esta prescrição situa-nos no contexto da Nova Aliança, o que significa que não nos é pedido que cumpramos um mandamento como cumprimos uma lei, mas antes que acolhamos o mandamento e o observemos através da Graça. Aqui reside o **segredo de fazer a vontade de Deus, na mediação da**

**própria graça.** Repare que o que Maria diz ao Anjo aquando da Anunciação não é Faço, mas é **Faça-se** segundo a tua Palavra. Algo idêntico temos de dizer, quando o Mestre nos pede alguma coisa ou nos manda fazer alguma coisa: “Faça-se”, Faz em mim... Isto implica primeiro o reconhecimento da nossa debilidade na realização da vontade de Deus, aqui todos chegamos, mas depois implica o tirarmos-nos do centro e dar lugar a Deus, isto é, reconhecermos que a Deus nada é impossível e que Ele pode realizar a vontade Dele em nós como quiser, quando quiser e do modo que quiser, desde que livremente o consintamos. Se existe dificuldade é aqui. Porque enquanto não reconhecemos a Deus como o Senhor da nossa vida, o Outro diferente de nós, Aquele por quem vivemos, estamos numa continua batalha, uma batalha connosco, entre a vontade de Deus e as nossas debilidades que a tornam inacessível para nós, e uma batalha com o próprio Deus que se quer dar de todo a nós e que nós inconscientemente recusamos, truncando a dádiva...

Santo Agostinho sintetiza muito bem a realidade da graça ao afirmar: “Senhor dá-me tudo o que me pedes e pede-me tudo o que me dás”. Aqui está patente não só o pedido da vontade de Deus, mas também o pedido do auxílio divino para a realizar, mas ele vai mais longe entrando, analogicamente, na dinâmica da vida intratrinitária querendo como o Filho receber-se inteiramente do Pai e oferecer tudo ao Pai e por isso continua rezando: pede-me tudo o que me dás. Mas o essencial, para nós, neste momento, está em situarmo-nos no contexto da Nova Aliança. Muitas vezes acontece que a vontade de Deus se torna difícil, porque nos esquecemos de que não somos nós que a vamos realizar, quero dizer, somos na medida em que livremente damos o nosso consentimento para que ela se realize em nós e através de nós, mas o “acto em si mesmo” é realizado n’Eles, por Eles e com Eles, porque

é n'Eles que "somos, nos movemos e existimos". Quando somos conscientes disto não podemos afirmar que fazer o que Ele nos disser seja difícil porque é o meio de nos relacionarmos e vivermos já, ainda que muito imperfeitamente, aquilo que é a vida de comunhão com a Trindade, à qual todos estamos chamados.

No Salmo 2 é feita uma afirmação que nos pode ajudar a compreender esta passagem da ordem da lei para a ordem da Graça, que é a seguinte: "Tu és meu Filho, eu hoje te gerei." Nesta frase são feitas duas afirmações. A primeira concernente à revelação da nossa identidade e a segunda concernente ao modo como a vamos adquirindo. Assim, podemos dizer que somos filhos em virtude do "eterno hoje da criação" a que estamos sujeitos. Este "eterno hoje da criação" está em perfeita sintonia com o "fazei tudo o que Ele vos disser", ambos se referem ao tipo de relação que Deus mantém com as suas criaturas, ou seja, connosco. Ele está constantemente a amar-nos e como amar é a essência e a acção de Deus, ao amar-nos Ele está a "recriar-nos", a criar-nos de novo. O que significa que para sermos o que estamos chamados a ser temos de situar-nos no "eterno hoje" de Deus e daí abrir-nos à Sua acção amorosa, que de nós espera correspondência. Para compreendermos melhor o "eterno hoje de Deus" podemos recorrer à imagem do Oleiro, apresentada no capítulo 18 de Jeremias: «Palavra que foi dirigida pelo *Senhor* a Jeremias: <sup>2</sup> "Levanta-te e desce à casa do oleiro, lá te farei ouvir minhas palavras". <sup>3</sup> Desci à casa do oleiro e eis que ele trabalhava no torno. <sup>4</sup> Quando se estragava o vaso que estava fazendo, com a argila na sua mão, o oleiro fazia novamente um outro vaso, como lhe parecia melhor. (...) Como a argila na mão do oleiro, assim sois vós na minha mão...»

Situarmo-nos no "eterno hoje de Deus" exige de nós a liberdade de nós mesmos. Aqui radica um outro ponto de conflito, que cai por terra diante do argumento do Amor. Com frequência criamos uma situação de incompatibilidade entre liberdade e obediência, entre o fazer o que eu quero e o "fazer o que Ele me disser". Situação fictícia, sem consistência real que revela apenas que não temos bem definida a nossa identidade de Filhos de Deus. Digo-o, não em relação à verdade que acreditamos, mas em relação à verdade que vivemos. Sim, somos Filhos de Deus, mas cada um de nós ao seu jeito, negando muitas vezes, sem nos darmos conta, os fundamentos em que radica a nossa identidade de filhos no Filho. S. Paulo ao dirigir-se a Deus, na sua oração, é muito claro pedindo-Lhe aquilo que podemos considerar como o essencial dum filho de Deus.

«Dobro os joelhos em presença do Pai, <sup>15</sup> de quem toda a família no céu e na terra recebe o nome, <sup>16</sup> para que vos conceda, segundo seu glorioso tesouro, que sejais poderosamente robustecidos por seu Espírito, com vistas ao crescimento de vosso homem interior. <sup>17</sup> Que Cristo habite pela fé em vossos corações, e que sejais arraigados e consolidados no amor, <sup>18</sup> a fim de que possais com todos os santos compreender a largura, o comprimento, a altura e a profundidade, <sup>19</sup> e conhecer a caridade de Cristo, que supera todo conhecimento, para que sejais cheios de toda a plenitude de Deus.» (Ef 3,14-19)

Confirmados pelo Espírito no homem interior, Configurados com Cristo que habita pela fé nos nossos corações

e, por último, Fundamentados e arreigados no amor, eis as condições necessárias para fazer com que a vontade de Deus se vá tornando natural em nós. Em nenhum momento estas características entram em contradição com "Fazei o que Ele vos disser" pelo contrário pressuõem-no e exigem-no eliminando a dificuldade. A estas condições todos temos acesso pelo dom da Paternidade Divina.

Assim como, o Pai gera o Verbo desde toda a eternidade e num influxo de amor o "faz sair de Si mesmo", colocando-O diante de Si como Sua imagem, e este, sendo de igual condição do Pai, assume para com Ele uma relação filial, recebendo e recebendo-se do Pai, fazendo com que o Pai exerça a Sua missão divina da Paternidade, assim nós analogamente, temos de nos situar diante do Pai, temos de nos voltar para o Seio do Pai, recebendo e recebendo-nos Dele. Só quando nos situamos diante do Pai, quando reconhecemos que Dele vimos, não no momento pontual do nosso nascimento, mas no quotidiano da vida da fé, é que "fazemos memória da filiação divina", realizando a nossa própria filiação, e permitindo a Deus Pai que exerça a Sua missão divina da Paternidade. A Paternidade Divina é tanto mais exercida quanto melhor é vivida a filiação. Isto é, quanto mais somos filhos mais Deus é Pai. Não que Ele não seja sempre Pai, Ele é o sempre de igual forma, nós é que O podemos permitir ser mais ou menos nosso Pai, conforme o tipo de relação que estabelecemos com Ele. Desta forma quanto mais nos manifestarmos a Ele como filhos mais ele se manifestará a nós na plenitude da sua Paternidade. Aqui, reside uma das belezas, que me encanta contemplar, das Três Pessoas Divinas, a de se realizarem umas nas outras, na medida em que cada uma vivendo em plena perfeição a relação a que está chamada com a outra permite que a outra o viva em igual grau de suma perfeição, porque mais livre está de si mesma para receber-se da outra e para projectar-se na outra.

Do receber-se do Pai e do projectar-se no Pai, de Jesus, e do dar-se do Pai a Jesus, numa contínua geração, procede o Espírito Santo, vínculo de Amor entre o Pai e o Filho. No receber e recebermo-nos do Pai e no dar e darmos-nos ao Pai "fazemos memória" do vínculo do amor divino, criado pelo Espírito de Amor que habita em nós. Da mesma forma que do Amor do Pai e do Filho procede o Espírito, do amor de Deus por nós, isto é, do deixarmo-nos amar e do amarmos surge acção santificadora do Espírito Divino em nós. Digamos que o espírito Divino se torna presente em nós em "acto", sendo para nós manifestação do amor de Deus ao mesmo tempo que é manifestação da vontade de Deus, uma vez que Deus é amor e que a sua vontade não é senão amar-nos. O Espírito Divino, enquanto abraço amoroso entre o Pai e o Filho, leva a plena realização as relações de Paternidade e de Filiação. No plano intratritinário vemo-lo "vazio de si mesmo", em total liberdade, "como encontro de realização plena" do Pai e do Filho. Ad extra, em nós, Ele completa a sua missão "de encontro, de comunhão, com o Pai e o Filho" e como tal de perfeita realização da Paternidade e da Filiação, levando-nos à vivência perfeita daquela que é a nossa verdadeira identidade: a de filhos no Filho.

«Vede que Amor o Pai nos consagrou ao podermos chamar-nos de filhos de Deus e somo-lo de facto». Pode-

mos considerar este amor, de que fala João, como o próprio Espírito de Amor que em nós leva à perfeição o amor, na medida em que Ele é o Amor do Pai e do Filho. Configurando-nos com o Filho, Ele oferece-nos, no Filho ao Pai, para que o Pai nos reconhecendo como irmãos do Seu Bem-Amado nos assuma como filhos.

É neste vínculo de Amor, que se estabelece entre nós e Deus, que nos é manifestada a Sua vontade. Desta forma, o “faizei tudo o que Ele vos disser” ao mesmo tempo que se torna uma manifestação do amor de Deus por nós, torna-se um convite a deixar-se amar, a despojar-se de si mesmo e a situar-se diante de Deus, Pai, Filho e Espírito Santo, livremente, permitindo-lhes que Eles se recriem plenamente em nós, quero dizer, que se manifestem plenamente em nós enquanto Divindade Criadora, Redentora e Santificadora.

Aqui está o mais puro Amor e o sentido mais profundo da expressão de João: «Amamos porque Ele nos amou primeiro» Sim, amamos, porque ao Amar-nos Eles passam a amar em nós, porque descendo até nós eles elevam-nos até eles, porque esvaziando-nos enchem-nos de Si mesmos, fazendo-nos participar da Sua vida divina.

Em síntese: “Faizei tudo o que Ele vos disser” consiste, apenas, em deixar-se amar para chegar a amar com o mesmo Amor com que se é amado.

2 – “Faizei o que Ele vos disser” custa muito quando não coincide com a nossa vontade. Completou-se há dias aquela que pode ser considerada a 3ª década da minha existência. Que por sinal, quanto a mim, é a mais bonita.

Não estaria demais falarmos da sua beleza a partir do 4 Canto do Servo de Isaías:

«<sup>2</sup>Ele vegetava na sua presença como um rebento, como raiz em terra seca: Não tinha beleza nem formosura que atraísse os nossos olhares, não tinha apresentação para que desejássemos vê-lo. (...) Mas, se Ele oferece a sua vida como sacrifício pelo pecado, certamente verá uma descendência, prolongará os seus dias, e por meio dele o desígnio de Deus há-de triunfar. (Is 53,2.10)»

É esta a beleza de que falo. A beleza nascida da Cruz. A Cruz foi o sinal que deu autenticidade a toda esta década. Daí que nela se encontrem profundos sulcos de dor que “à força do Amor”, isto é, “à força de me deixar amar” converteram-se nos mais puros e luminosos raios de luz, espargindo por todo o lado a Glória de Deus. A beleza da Cruz está precisamente no facto da dor se ter tornado um sacramento visível do Deus invisível, uma manifestação da Glória do próprio Deus.

Quando estava prestes o tempo de se completar esta década, Deus concedeu-me a graça de a rezar comigo, no Espírito, e de me sentir inundada por uma profunda alegria, a de participar “já na Glória de Deus”. Era uma alegria que “me fazia sair de mim mesma e me transferia para Cristo”. Parecia ser demasiado grande para alguém tão pequeno como eu, ser “manifestação da Glória de Deus”.

Esta alegria estava fundada naquelas palavras de S. Paulo: «Tenho para mim que os sofrimentos da vida presente não têm comparação alguma com a glória futura que se manifestará em nós.» (Rom8,18) Que bem as entendia! Que “doces” me sabiam! Que esperança celeste me davam! Se já aqui Deus se pode manifestar tão claramente e com tanto gozo, na fé, não deixando de recompensar com a participação na Sua Glória os nossos pequenos esforços, quanto não será quando cair o véu e virmos o quanto estamos envolvidos pela Glória da Sua graça, com a qual Ele nos amou em Seu Amado Filho, e o quanto Ele a terá enaltecido em nós...

Quando conhecemos o verdadeiro sentido das palavras do Apóstolo, não podemos dizer que a vontade de Deus custa, porque ela é o único meio que temos de participar na Glória de Deus, é o meio mais puro e sublime que Deus tem de se nos revelar, de entrar em diálogo connosco, de nos fazer participar da Sua vida, manifestando em nós a sua Glória.

Não imagina como me sinto feliz de poder dizer com todo o meu ser, todo o meu coração e toda a minha alma: “Que toda a minha glória está na Cruz de Nosso Senhor Jesus Cristo”, e quanto me sinto privilegiada de ser ela o sinal mais claro da terceira década da minha existência... Não me resta outra coisa senão dar graças a Deus pela Sua infinita misericórdia...e continuar a deixar que seja ela o meu caminho para a união com Deus.

Termino dizendo-lhe que o amor lança fora o temor e tudo o que com ele se relaciona (as dificuldades e os “custos”). Já nada se mede porque o “Faizei tudo o que Ele vos disser” converte-se no meio, ao nosso alcance, mais perfeito, para realizarmos as palavras de João Baptista: «É preciso que ele cresça e eu diminua”

Sabe, amo a Deus mas quereria consumir toda a minha vida só em amá-LO. A Ele nada é impossível e a mim faz-me bem deseja-LO, porque olhando para a minha pequenez e para a minha miséria corro a procurar refúgio na Sua vontade e no Seu Amor. Confio n’Eles e sei que levarão a bom termo a obra que em mim começaram...

**EXPOSIÇÃO TEMPORÁRIA**

**REGISTOS FOTOGRÁFICOS**  
1948-2005

**A Irmã Lúcia**  
**entre Nós**

*Sister Lucia among us*

**13.02.26 a 16.07.26**

FEVEREIRO/JUNHO	JULHO
10H00 – 12H00	10H00 – 12H00
14H30 – 17H30	15H30 – 18H30

Registos fotográficos na intimidade da vida carmelita.  
Photographic glimpses into the intimate life of the Carmelitas

# Peregrinação Mariana a Lourdes e Ávila

17 a 21 de abril de 2026



**17 A 21 DE ABRIL, 2026**

Visita ao Santuário Mariano de N. Sr.ª de Lourdes, Convento de São João da Cruz, Convento de Santa Teresa, Catedral de Santa Maria Maior e Aqueduto de Segóvia

**ACOMPANHAMENTO ESPIRITUAL:**  
REV. PE. CARLOS VIEIRA

**PARA INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES**  
carla.ferreira@protravel.pt  
919 915 326



Entre os dias 17 e 21 de abril de 2026, realiza-se a Peregrinação Mariana a Lourdes, Ávila e Segóvia, propondo um itinerário espiritual que une a forte dimensão mariana de Lourdes à riqueza da espiritualidade carmelita de santa Teresa de Jesus e de São João da Cruz.

A peregrinação inicia-se em Lourdes, com visita ao Santuário Mariano de Nossa Senhora de Lourdes, um dos mais importantes centros de peregrinação do mundo. Neste local, marcado pelas aparições da Virgem Maria a santa Bernadette Soubirous em 1858, os participantes terão oportunidade de viver momentos intensos de oração, participar nas celebrações eucarísticas, na procissão de velas e visitar a Gruta de Massabielle, espaço de profundo recolhimento e renovação espiritual.

O percurso prossegue em Espanha, com passagem por Ávila, cidade natal de santa Teresa de Jesus e lugar central da reforma do Carmelo. O programa inclui visita ao Convento de santa Teresa, ao Convento de São João da Cruz e à Catedral de Santa Maria Maior, permitindo um contacto direto com os espaços que marcaram decisivamente a história da espiritualidade carmelita e da Igreja.

A peregrinação inclui ainda passagem por Segóvia, cidade intimamente ligada a São João da Cruz, onde o santo viveu, escreveu e exerceu o seu ministério. Esta etapa assume particular significado pela evocação dos centenários de São João da Cruz, constituindo ocasião privilegiada para

aprofundar o legado espiritual do místico carmelita, Doutor da Igreja, cuja obra continua a marcar a tradição cristã. Em Segóvia será igualmente visitado o emblemático Aqueduto, um dos mais notáveis monumentos da engenharia romana na Península Ibérica. A peregrinação contará com acompanhamento espiritual do Pe. Carlos Vieira, OCD, assegurando orientação pastoral, celebrações e momentos de partilha ao longo de todo o percurso. A organização está a cargo da Protravel – Viagens e Turismo. Para informações e inscrições, os interessados poderão contactar [carla.ferreira@protravel.pt] ou pelo telemóvel 919 915 326. [📞](#)

## De vésperas com... São José

18 de março de 2026



No dia 19 de março celebra-se a Solenidade de São José, Esposo da Virgem Santa Maria e padroeiro da Igreja universal, uma das figuras mais discretas e, ao mesmo tempo, mais decisivas da história da salvação. Homem justo, fiel e silencioso, São José é modelo de confiança em Deus, de obediência pronta à Sua vontade e de dedicação à Sagrada Família. Na véspera da sua Solenidade, dia 18 de março, às 21h30, decorrerá um encontro *online* dedicado à sua figura e missão. Sob o tema "De véspera com... S. José", o P. André Morais apresentará os principais traços da vida de São José, a sua importância no plano salvífico e a atualidade do seu teste-

munho para os cristãos de hoje. Ao longo do ano pastoral de 2025-2026, continuará esta iniciativa nas vésperas de outras celebrações significativas, proporcionando momentos de formação e aprofundamento espiritual. [📞](#)



## Oração do ano jubilar de São João da Cruz

São João da Cruz,  
chama ardente de amor divino  
e guia luminoso no caminho da contemplação,  
a tua vida, marcada pela busca incansável da união com Deus  
e pela profundidade da noite espiritual,  
inspira-nos e guia-nos no nosso caminho espiritual.

São João da Cruz,  
que abraçaste a cruz com profundo amor,  
escolhendo o caminho do ascetismo  
e da purificação interior para te aproximares de Deus.

Ajuda-nos a compreender o valor da cruz  
nas nossas vidas,  
a acolher as provações com fé  
e a ver nelas o caminho da transformação espiritual.

Tu que exploraste os mistérios da noite espiritual  
e da união divina,  
intercede por nós nos nossos momentos  
de dúvida e de escuridão interior.

Guia-nos através das sombras  
das nossas limitações  
e ajuda-nos a avançar no caminho da união com Deus.

São João da Cruz, mestre da contemplação,  
ensina-nos a rezar com profundidade e simplicidade,  
a habitar no silêncio interior  
onde podemos ouvir a suave voz de Deus.

Que a nossa oração seja uma elevação da alma para Deus,  
uma busca sincera da presença de Deus  
em cada momento da nossa vida.

Confiamos-te as nossas aspirações espirituais,  
as nossas lutas interiores  
e os nossos desejos de viver  
uma vida de acordo com a vontade de Deus.

Que, como tu, também nós encontremos força  
para perseverar na fé, na esperança e no amor.  
E para sabermos colocar amor onde não há amor  
para encontrarmos amor,  
e assim, no meio das dificuldades da vida,  
possamos alcançar a plenitude do amor.  
Ámen.



# LA CUEVA DE SAN JUAN DE LA † A cátedra dos animais

Frei João Costa, OCD



Fotografia: <http://www.redjaen.es/francis/?m=c&o=70311&letra=&ord=&id=169961>

**1.** Chamem-me louco ou acusem-me a Deus, que eu não levo a mal, mas esta tenho de a dizer já e na primeira linha: ninguém chega a santo se não gostar de animais. Pode-se gostar menos ou gostar mais, mas tem de se gostar. Não digo que tem de gostar-se tanto deles como tanto deles gosta o Criador que os criou. Digo que tem de se gostar, simplesmente. Basta apenas gostar. Não tem de se gostar como São Francisco, ou como São João da Cruz, já agora – tem de se gostar. Apenas gostar.

Tenho ainda outra, e bem arriscada: quem não gostar de animais como pode gostar de Deus? Como pode querer ir para o céu? Enfim, como podemos não gostar do que Deus criou, viu, e gostou do que viu? Se eu até acho que o Tom e o Jerry andam à bulha um com o outro, em correrias pelas moradas eternas, como poderemos nós não gostar aqui de animais? Não digo que os animais sejam o nosso tudo e mais que tudo que, óbvio é, a primazia não lhes cabe, aliás, nem o primeiro, o segundo, terceiro e quarto lugares. Digo simplesmente que não podemos não gostar deles.

Enfim, o mundo não seria o mesmo sem animais. Digo-o depois de ter pensado bem: uma casa com eles por perto ou por dentro está bem mais perto de ser céu! Vivo, como creio que sabem, num convento. Sem quase espaço para nós, impossível ter bichos grandes, logo aqui não existem, não. Nem mesmo um bichano – bem, minto, existem, dois agapornis – o Juanico e a Benedita – que não sei como suportam o duro frio de Braga. Mas lá se aguentam.

**2.** Nos conventos primícios da nossa Descalcez não consta a presença de bichos, pelo menos como mascote. Mas também não admira, visto que a comunhão com aqueles irmãos era bem mais facilmente próxima há um século ou séculos atrás que agora. Agora que estabelecemos a cidade em ruptura com a natureza, agora precisamos, naturalmente, de os trazer para dentro de casa – precisamos nós, não eles! –, sendo que antes, eles conviviam connosco pelo menos até à soleira da porta da cozinha. Para quê, portanto, ao tempo de São João da Cruz, falar ou cronicar do gostar ou não gostar de bichos se eles estavam sempre por ali, num terreiro, num galinheiro, numa coelheira, numa pomba arrulhadora que se aproxima, num gato tão independente quão sonolento a meia tarde? Estavam, estavam; estavam, sim.

Sim, a meu pobre ver, um santo tem de gostar de bichos – é como se a relação com os bichos completasse a humanidade que nos singulariza. Enfim, não me parece que um santo por ser santo tenha de andar com eles ao colo, isso não, mas não pode andar de costas voltadas para eles. Aliás, não manda o Evangelho que contemplemos as avezinhas do céu, que não semeiam nem colhem, não têm armazéns nem celeiros; contudo, Deus jamais as desampara, delas cuida e as alimenta? Ora se o cuidado de Deus se prolonga e alonga bem para além de nós, se as maravilhas de Deus também se exprimem nesse cuidado e nesse gosto em sustentar os animais, como poderíamos nós ignorá-los ou desprezá-los?

Ah, e também reparo: aquando do dilúvio, não mandou a Noé guardar, proteger e defender os animais? Claro que sim – a criação é para defender e cuidar; e defender e cuidar é já amar.

**3.** O Vaticano é o país mais pequenino do mundo. Ora isso faz-me suspeitar que cada palmo de terra seja ali valiosíssimo! Mas se eu disser que quase metade desse estado são jardins, que pensará o meu querido leitor? Que, pois, pensar dum estado tão pequenino que dá tanto espaço aos humanos como o que dá aos animais e às plantas? E que mais dirá se eu acrescentar que esse espaço assaz extraordinário, e que povoa o imaginário de muitos, abriga tantos animais, incluindo aves de várias espécies, além de sapos e esquilos; e se mais acrescentar que os jardins guardam também, livremente, gamos, gazelas e corços?

Pois, das duas uma: ou que, o nosso justo lugar é estar dentro da Arca de Noé – o que quer dizer que, ou nos salvamos juntos, ou toda a criação junta perecerá conosco –, ou que, a teremos de trazer até nós, pois não fomos criados para sozinhos habitar a terra. E sim, se o mais pequeno país do planeta – para mais rodeado numa cidade! – concede metade do seu espaço para que as plantas e os bichos tenham ali cidadania, este é, em definitivo, um grande país! E eu quero-me daí, obviamente.

**4.** Os bichos habitam a nave de São João da Cruz, tal como habitam a sua poesia. Percorrendo, por exemplo, os versos do seu *Cântico Espiritual*, o seu poema mais extenso, encontramos ali bichos vários: cervos, feras, leões, raposas, manadas de gado, aves, pombas, rouxinol, cavalos. E nos dias da sua vida, o mesmo é dizer no seu ensinamento oral, encontramos outros muitos. Falarei aqui das rãs, dos peixinhos e duma lebre.

Antes, porém, recordar-te algo, leitor, leitora, sobre um pombo e os burros. Como de si o Santo pouco ou nada falou, ouçamos o que dele outros nos disseram.

Quando as fontes falam da construção do convento de Segóvia – sob o risco, orientação e a humilde laboração do próprio Santo – dizem-nos que para si o seu primeiro Prior escolheu a cela mais próxima ao coro da igreja, e descrevem-na como a mais acanhada, dispensada de adornos e de conforto: não tinha estante nem livros, e que uma tábua presa à parede fazia de mesa (e haveria por ali um banquinho, claro!); por decoração, apenas uma tosca cruz de madeira e uma estampa de Nossa Senhora. E um pombo!

A estória do pombo tem que se lhe diga, visto que ele não apareceu apenas em Segóvia, visto que anteriormente também já fora visto no Carmo de Granada, ao tempo que o Santo ali vivera. Os frades sabem disso e comentam-no entre si. E a razão é simples: o pombo é belíssimo, extraordinário até; repousa calado e silencioso sobre a cabeceira da porta da cela do Prior, nunca dali se retira nem para comer nem para buscar companhia de iguais. Ah, e o que é mais singular: aparece quando o padre João se ausenta da comunidade, pelo que os bons frades de Segóvia comentam que isso é sinal da sua santidade, e que se o pombo mais se faz presente na ausência do Prior é porque Deus lho envia para lhes fazer companhia! Não sei que imagi-

narás, tu, leitor, leitora, mas a isso o Santo virava costas, enquanto lhes respondia:

– «*Deixem-se dessas coisas!*».

Não deixaram; felizmente, inteiramente não deixaram.

Sobre os burros não leio, intuo, pelo tanto que vi na minha terra, que não é nem foi terra de burros, mas de bois. Eu ainda vi aquelas leiras e campos serem trabalhados em *modo laboira*, isto é, à força de músculos, sejam de humanos sejam de bois. E tinha a coisa mais ciência do que possa parecer. Mocito eu era e vi homens e alimárias trabalharem até à exaustão; e apreciei que os donos das juntas eram mais rápidos em cuidar e a dar descanso às parelhas que a si mesmos. Eu vi e apreciei que no toque e no trato dos bichos havia, por vezes, mais humanidade que a concedida aos filhos – é um exagero, conceda-se, mas fica assim para que se esclareça o que quero dizer: amor igual se repartia pelos filhos e pelos animais. Mas a estes, com especial nobreza pelo tanto que deles a família dependia.

Quero crer que, no mínimo, igual trato e cuidado dava frei João da Cruz às mulas que o transportaram em tantas viagens. E não era para menos. Aliás, nem sei imaginar o quanto, naquela época, uma viagem de quatrocentos quilómetros dependesse da sua força e docilidade; mas pelo respeito e carinho com que na minha terra vi dar dos bichos, tenho por certo que naqueloutra não seria menor; sobretudo, pelas mãos desse homem manso que foi o padre João da Cruz. O que de todo em todo a mim me impressiona, e só tenho pena de melhor não conseguir fazer-me entender (e provar), é que entre o pai dos carmelitas descalços e os burros haveria uma gentileza assaz única, assaz delicada. De santo, lá está.

**5.** As rãs.

Tinha o Carmelo de Beas de Segura, na província de Jaén, um logradouro ou quintal, e no quintal uma represa. Tanto na represa como nas cercanias – quem se admirará? – viviam muitas rãs, ora mergulhando, ora apreciando o sol, ora deliciando-se com os mosquitos, o seu andaluz prato preferido. Como por aqui também, aliás.

No biénio de 1579-1580, quando o padre frei João foi ali confessor, a cozinheira do Carmelo era a irmã Catarina da Cruz, que tinha tanto de boa cozinheira como de ingénua. Ora, em precisando a bendita Irmã dum ramo de salsa, duma folha de louro ou dum olho de couve para os seus cozinhados, lá saía ela da cozinha, entrava na horta, cruzava a represa e ia colher o que precisasse. Bem, no trajecto uma coisa sobremaneira desconsolava a pacífica carmelita: em passando pelo espelho d'água, as rãs percebiam os seus calados passos miudinhos e, zás!, mergulhando, escapuliam-se para o fundo da pôça! Ora, se a boa da irmã Catarina não percebia de rãs, tinha ela o padre João por bom sabedor das coisas de Deus e dos bichos da terra, que eles, como atrás dissemos, povoam os seus poemas e ensinamentos. E, a seu tempo, tratou de entrevistar-se com ele:

– *Padre, por qual razão, quando, cautelosa, passo pela represa, as rãs de um salto se escondem no fundo dela?*

(Ora, aprecie e delicie-se, o apurado leitor, os problemas existenciais com que os confessores de contemplativas se desunham!)

– Oh, filha! Pela simples razão de que esse é o lugar e o centro onde encontram segurança – logo lhe responde frei João.

– Pois com certeza, responde a monja. E é que vossa reverência tem inteira razão! – anuía a cozinheira.

Mas o padre confessor não se fica por aqui, e como nunca perde a ocasião de dizer palavra útil e de bom proveito, acrescenta:

– E assim há-de fazer você, Irmã Catarina: fuja das criaturas que a podem distrair e prejudicar. Por isso, mergulhe sempre no seu mais profundo centro, que é Deus! Esconda-se e proteja-se sempre Nele!

Dizer-te, leitor, leitora, que pouco depois frei João da Cruz houve de deixar de ser confessor daquelas freiras andaluzas e regressou a terras de Castela. Anos além, como nunca as esqueceu, escreveu-lhes uma carta. Numa breve linha da mesma deixou escrito o seguinte: «e à nossa Irmã Catarina digo que se esconda e mergulhe sempre no fundo».

Estou certo que, mesmo sem passar de humilde cozinheira, a Irmã Catarina foi uma santa, de *per si*, e também porque nos dois Santos Padres teve bons mestres e guias espirituais. É que no livro das *Fundações* (5,8) Santa Teresa recomenda às suas irmãs que, quando tiveram de se ocupar em tarefas exteriores, como por exemplo na cozinha, recordem sempre «que também entre as panelas anda o Senhor!»; e que isso as há-de ajudar a viver no seu interior. E depois, não é de crer que em pós a partida de frei João, as rãs tenham ido com ele, pelo que, sempre que passasse pela represa, a Irmã Catarina haveria de recordar a lição de seu pai espiritual: *faça como as rãs, e mergulhe, porque é no profundo centro da sua alma, onde só Deus mora, que a irmã encontra o seu descanso e a sua segurança.*

Aliás, o Santo firma esta doutrina quando comenta o verso terceiro da primeira canção da *Chama de Amor Viva*: «de mi alma en el más profundo centro». Ali, de facto, não falará de rãs, mas da pedra que «quando está na terra, mesmo que não esteja no ponto mais profundo, está de alguma maneira no seu centro, porque está dentro da esfera do seu centro, acção e movimento»<sup>1</sup>.

## 6. Os peixinhos.

No Carmo e no Carmelo a água é, naturalmente, muito apreciada e está ao serviço da doutrina dos nossos mestres, para que nos ensinem a ser espirituais. Creio, aliás, que até o católico mais pequenino está informado sobre como Santa Teresa dela se serviu para nos ensinar a rezar! São João da Cruz, por sua vez, não foi tão contundente, porém, no livro *Subida ao Monte Carmelo* (1:8:3), lembra e adverte-nos que os pescadores se servem das trevas para, com a luz do candil, *encadilar* os desprecauidos peixes e assim os caçarem em suas redes.

Sabemos, isso sim, e bem, que frei João gostava de rezar embrenhado na solidão dos campos e da natureza, e que jamais se dispensava de contemplar a água dum regato a correr, porque isso o ajudava a rezar e lhe recordava o mistério de Deus – *essa fonte que mana e corre!*

E não gostava de gostar ele só, mas que também os frades das suas comunidades gostassem do mesmo. Por isso, quando nos anos de 1582-1588 foi prior do convento

de Los Mártires, em Granada, para os aliviar das durezas da vida claustral, costumava ele levar os seus frades para uma quinta junto a um rio. E enquanto eles se divertiam, o padre João descia até à margem do rio e contemplava, demorado e entusiasmado, os peixinhos cruzando e recruzando as águas. E não é que se cansasse de rezar e de contemplar tão pequeninas criaturas, mas para que seus frades o advertissem e aprendessem, chamava-os e dizia-lhes:

– «Venham cá, irmãos, e hão-de ver como estes pequeninos peixinhos e criaturas de Deus O estão louvando! Levantemos, pois, o nosso espírito, que tanto o fazem estes animaizinhos sem razão nem entendimento! E se eles o fazem, por maioria de razão o deveríamos fazer nós!».

E enquanto a prelecção se alongava, o Santo Prior mais se extasiava; e para não o perturbarem em seu êxtase e elevações místicas, os bons frades dali se retiravam silenciosamente, deixando-o divinamente *encandilado* na contemplação dos peixinhos...

Ah, e se ainda hoje uns dizem que os peixes são mudos, outros reclamam que nós é que somos surdos; santos há, porém – os da talha de São João da Cruz –, cujo ouvido finíssimo sintoniza fraterna e delicadamente, até mesmo com as mais pequeninas criaturas de Deus e, partindo delas, elevam-se até à amorosa contemplação e louvor do Criador, e assim nos ensinam que tudo à nossa volta nos deve impelir a louvar o Senhor.

Existe na nossa tradição carmelitana um refrão que diz:

*Vivo sem viver em mim  
e de tal maneira espero  
que morro porque não morro.*

Santa Teresa comentou-o em verso e São João da Cruz também. Fiquemo-nos por uma estrofe do Santo, pois ela recorre à metáfora do peixe (e nós que a lemos, logo ali imaginamos o Santo com saudades do céu, estando sentado na margem dum rio, contemplando peixinhos!):

*Fora de água o peixe é tal  
que de alívio não carece,  
pois na morte que padece  
no fim a morte lhe vale.  
Que mote haverá igual  
ao viver em desespero,  
pois se mais vivo mais morro?*

## 7. A lebre

No primeiro dia do mês de junho de 1591, sábado e vésperas do Pentecostes, reuniu-se em Madrid o capítulo dos Descalços – o último em que tomou parte frei João da Cruz. Participa, aliás, como terceiro conselheiro e Prior de Segóvia. Cerca do fim daquela assembleia magna, frei João oferece-se como missionário rumo ao México. O Capítulo ratifica-lhe o pedido, deixando-o sem conventualidade e com licença para percorrer a província da Andaluzia, juntar onze companheiros e partir.

Muito não se demorou ele, nem em despedidas, nem a acabar obras, nem a fechar dossiês, pelo que depois de percorrer as setenta léguas entre Segóvia e La Peñuela, no dia 10 de agosto de 1591, já naquela jocosa solidão sonora ele se encontra, restaurando-se e recompondo-se. Foi

<sup>1</sup> Cfr Chama B 1:9-14.

naquele entrementes, talvez em finais de agosto, ou quem sabe, nos inícios de setembro, que se declarou um grande incêndio nos baldios do convento. Tudo ali, além das altas temperaturas, está seco e mais que resseco, por isso o incêndio não lava, devora e precipita-se pavorosamente! O que naquela situação de crise ficou de notável para o futuro foi o génio do padre João da Cruz: ele não sendo o Prior do convento, parecia sim um verdadeiro líder, um experiente chefe de brigada de bombeiros! Ajuntou a sua gente o mais rápido que pode e colocou uns a rezar na igreja diante do Santíssimo – quero crer que os mais trôpegos – e outros, entre frades e lavradores, a combater as chamas. Quanto a ele, foi postar-se, sem medo, de joelhos e braços em cruz, entre as chamas e o convento, precisamente naquele ponto da cerca em que as ervas eram mais altas e secas, e mais lenha havia! E vindo o fogo sobre o convento e a vinha, o Santo dali não se retirou jamais, a ponto das altas chamas o cobrirem e passarem por cima. Isso viram os bons frades e os lavradores que mais combate não podiam oferecer-lhes, em razão do qual o incêndio se precipitou sobre o convento e lhe lambeu as paredes, mas logo, inexplicavelmente, houveram as chamas de recuar tão repentina e inexplicavelmente como se haviam sobre ele precipitado. Ao retirar-se aquelas, todos viram que o Santo estava vivo e permanecia de joelhos, e nem o hábito nem os cabelos se havia chamuscado!

Escusado será dizer que todos logo ali falam, comentam e propalam o milagre! Quanto ao Santo, nada relevando, logo mandou abrir as portas da igreja para espantar o fumo. E ao abri-las certo frade, pode aquele ver que uma lebre que por ali se escondera, saiu precipitada para fora,

correndo em direcção ao padre João da Cruz e se refugiou sob a túnica do seu hábito! Depois dum facto maravilhoso, juntava-se-lhe, agora, um segundo. Mas o mais relevante é que o Santo nem se intimidou, nem a assarapantou. Antes, porém, foram os demais que a recolheram, por duas vezes, e pelas duas a agarraram pelas orelhas e a puseram fora da cerca; e das duas vezes ela lhes fugiu, regressando a correr para a segurança da sombra de frei João, repouso, serena e calma, a seus pés.

8. Porque à data a saúde já não era muita, e porque numa perna se lhe declararam umas «calenturillas» que não se remiam, antes do fim do mês, convalescente, frei João saiu de La Peñuela rumo a Úbeda, onde morrerá no dia 14 de dezembro de 1591. O que não morreu foi a estória da lebre que, a meu ver, casa bem com aquela outra dos dois cães que, em certa viagem, se precipitaram sobre ele e seu companheiro. Como noutra lugar se lê, o Santo jamais se intimidou, antes sereno se quedou, até que foi por eles alcançado e cheirado, em pós o que a cólera dos mastins se serenou. Em boa verdade, não sei que tinha o santo frei João das Cruz. Sei que se diz que alguns humanos têm seis sentidos, e os cães parecem possuir mais, pois o seu faro *percebe* a santidade onde ela existe. E se ela existia e persistia em frei João da Cruz! Existia, sim, em tão alto grado que algo me diz que, se necessário fora, até entre a sua sombra se aconchegariam, como amigos e comparsas, um lebréu e uma lebre!

9. Ah, queridos inimigos, querido irmão lebréu, querida irmã lebre!



# Um caminho de experiência

**I congresso S. JOÃO DA CRUZ** **Fátima**  
**19-21 junho 2026**

participação: presencial | on-line

- 1 Que lugares para a experiência de Deus embora seja noite?**  
D. Alexandre Palma, Bispo Auxiliar de Lisboa
- 2 Aventuras de um místico**  
P. Agostinho Leal, OCD
- 3 O Deus que procura o homem**  
P. André Morais, OCD
- 4 O homem que procura a Deus**  
P. Noé Martins, OCD
- 5 Livres para um amor maior**  
P. João Carlos Vieira, OCD
- 6 O encontro: caminho e meta**  
P. João Rego, OCD

**PAINEL** Textos seletos do poeta do amor  
Dra. Carlota Pimenta e P. André Morais, OCD

 **Domus Carmeli**  
Ordem dos Carmelitas Descalços, Fátima

2026 | Centenários de S. João da Cruz  
300 anos de Canonização (1726-2026)  
100 anos de Doutoramento (1926-2026)

Rua do Imaculado Coração de Maria, 17 · 2495-441 FÁTIMA · congressos@domuscarmeli.net · [www.domuscarmeli.net](http://www.domuscarmeli.net)  
Telf. (+351) 249 530 650 (chamada p/ a rede fixa nacional) WhatsApp: (+351) 922 298 665 - apenas mensagens escritas (chamada p/ a rede móvel nacional)

