

O Espírito Santo, que dá vida em Cristo, torna-nos livres e assegura-nos constantemente a nossa dignidade de filhos de Deus, libertando-nos do medo e guiando-nos para a meta última, aquela vida em plenitude para além da morte que Cristo nos prometeu: só n'Ele encontra verdadeira luz o mistério do homem, d'Ele recebemos luz sobre o enigma da dor e da morte, e com Ele caminhamos ao encontro da ressurreição.

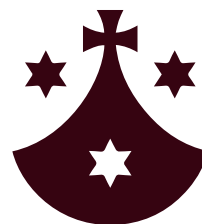
Papa Leão XIV, Audiência geral, 16 de setembro de 2026



Boletim de Espiritualidade

1 OUTUBRO 2026
Ano XIII Nº 148

148



Agenda outubro 2026

- 1 **Fátima** (Santuário) – Recoleção
- 2 e 3 **Fátima** (Cent. Paulo VI) – Simpósio sobre educação: *Traçar mapas educativos para uma Magnífica Humanização*
- 2 a 4 **Segóvia** (Carmelitas) – Curso de Espiritualidade: «A aprender juntos, guiados por Teresa de Lisieux e São João da Cruz»
- 2 a 4 **Ávila** (CITEs) – A Teologia do Espírito Santo na poesia de São João da Cruz: «Com uma chama que consome e não causa dor». – Fr. Gabriel Castro Martínez
- 9 **Fátima** (Santuário) – A contas com Fátima. Conversas para crescer na fé, na esperança e no amor – I
- 9 e 10 **Braga** (UCP) – Jornadas da Associação Bíblica Portuguesa: *Os Salmos: poesia e oração*
- 10 **Braga** (Casa da Torre) – A arte do encontro
- 10 **Guarda** (Seminário) – Jornadas Marianas: *Fátima depois de 1917*
- 10 **Bragança** (IDEP) – Conferência: *Unidade dos cristãos: tarefa e desafio*
- 16 **Fátima** (Santuário) – A contas com Fátima. Conversas para crescer na fé, na esperança e no amor – II
- 16 a 18 **Fátima** (Domus Carmeli) – XIV Congresso de Espiritualidade: *O mal, o sofrimento e a esperança*
- 17 e 18 **Fátima** (C. P. Paulo VI) – Jornadas nacionais de catequistas: *A inspiração catecumenal da catequese*
- 17 a 18 **Fátima** (Concepcionistas) – Simpósio Internacional dedicado a Santa Beatriz da Silva
- 19 a 23 **Armação de Pera** (S. Lourenço do Palmeiral) – Retiro do Clero
- 19 a 23 **Fátima** (Santuário) – Retiro
- 22 a 25 **Fátima** (Santuário) – Retiro de Doentes
- 23 e 24 **Santarém** (Teatro Sá da Bandeira) – Congresso: *Clastrum. Arte, Iconografia e Espiritualidade Medievais nos Conventos Franciscanos*
- 23 a 25 **Fátima** (Santuário) – Curso sobre a Mensagem de Fátima

- 23 a 25 **Armação de Pera** (S. Lourenço do Palmeiral) – Retiro Fiéis oblatos
- 23 a 25 **Ávila** (CITEs) – Gratidão. Interioridade, relação e transcendência
- 30a1nov **Armação de Pera** (S. Lourenço do Palmeiral) – Retiro de iniciação cristã
- 30a1nov **Ávila** (CITEs) – Curso: Aprender a meditar – P. Javier Sancho Fermín

Agenda novembro 2026

- 5 **Fátima** (Santuário) – Recoleção
- 6 **Fátima** (Santuário) – Itinerário de espiritualidade, Escola do Santuário: «*Todas as graças necessárias para a salvação*». Dos cinco primeiros sábados à totalidade da vida
- 6 a 8 **Ávila** (CITEs) – Pensar e sentir a vida
- 7 e 8 **Armação de Pera** (S. Lourenço do Palmeiral) – Cuidar de quem cuida
- 6 a 8 **Segóvia** (Carmelitas) – Curso de Espiritualidade: «Edith Stein na escola de São João da Cruz».
- 9 **Fátima** (Domus Carmeli e Carmelo S. José) – Encontro de Sacerdotes
- 9 a 13 **Fátima** (Santuário) – Retiro
- 12 a 14 **Fátima e Nazaré** – Congresso Internacional de Santuários Marianos
- 13 a 15 **Fátima** (Domus Carmeli) – 1.º módulo do Curso de Acompanhamento
- 14 **Braga** (S. Bento da Porta Aberta) – Fórum das Irmandades e Confrarias: *Para uma Espiritualidade Sinodal – Caminhos de Comunhão, Participação e Corresponsabilidade*
- 16 a 20 **Fátima** (Santuário) – Retiro
- 21 **Braga** (Congregados) – Catequeses sobre São Francisco de Assis : *Deus fez-se pequeno*
- 21 **Faro** (Carmelo) – Encontros no Silêncio para jovens
- 21 e 22 **Armação de Pera** (S. Lourenço do Palmeiral) – Para & Repara
- 26 a 29 **Armação de Pera** (S. Lourenço do Palmeiral) – Exercícios espirituais
- 27 a 29 **Fátima** (Domus Carmeli) – Retiro do Advento

Plano de Atividades 2026 - 2027





CARTA CIRCULAR DOS SUPERIORES GERAIS
P. Miguel Marquez Calle, O.C.D., e
P. Desiderio García Martínez, O.Carm,
por ocasião do oitavo centenário
da «Ut vivendi normam» de Honório III (1226-2026)

I. Façamos memória

Um centenário a recordar

1. Caríssimos irmãos e irmãs, passaram 800 anos desde que, a 30 de janeiro de 1226, o Papa Honório III entregou aos frades eremitas do Monte Carmelo a carta que começa com as palavras *Ut vivendi normam*. Com ela, pela primeira vez, a Santa Sé reconhecia a existência daquela comunidade de eremitas. Desejamos, portanto, recordar e refletir convosco sobre este aniversário.

2. Embora, nas encostas do Carmelo, se tivessem estabelecido grupos de eremitas e mosteiros pelo menos desde o século IV, sabemos que os eremitas latinos ali se instalaram no final do século XII, depois de Ricardo Coração de Leão ter, em 1191, reconquistado para os cristãos a cidade de São João de Acre, que se tornou o centro militar, polí-

tico e religioso do reino latino de Jerusalém. A certa altura, os eremitas do Carmelo solicitaram ao patriarca uma «norma de vida» (*formula vitae*), que não era uma Regra no sentido estrito, ou seja, destinada a disciplinar a vida de uma Ordem religiosa plenamente constituída, como as de Santo Agostinho, São Basílio ou São Bento, mas sim um texto mais simples, adequado a um grupo de eremitas, na sua maioria leigos, que viviam com grande austeridade, consagrados à oração e ao serviço dos peregrinos, e que solicitavam um reconhecimento jurídico no seio da Igreja Católica. Para ser mais preciso, receberam algo semelhante a um *typikon*, como se chamavam no Oriente este tipo de estatutos destinados a organizar a vida de um grupo de crentes reunidos num determinado local para se dedicarem à oração e à penitência. Entre 1206 e 1214, Santo Alberto entregou aos eremitas carmelitas um breve tratado sobre a vida espiritual, sob a forma de carta, no qual reunia o ideal que eles desejavam seguir e os meios

necessários para o concretizar¹. Desta forma, tornaram-se um grupo religioso reconhecido pela Igreja, com tudo o que isso implicava naquela época: a obrigação de usar um hábito, de emitir o voto de obediência ao prior, de recitar os salmos (para aqueles que sabiam ler) e outras orações (para aqueles que não sabiam ler), a isenção de alguns impostos, a possibilidade de recolher esmolas, de abrir a sua própria capela e o seu próprio cemitério, bem como a inviolabilidade do espaço por eles habitado.

3. Esta «norma de vida» resume o propositum dos eremitas carmelitas. O termo pode ser traduzido tanto por «propósito» como por «finalidade» e indica o seu propósito de «viver em obséquio de Jesus Cristo e servi-l'O fielmente com coração puro e reta consciência» (n.º 2). Santo Alberto especifica que este deve ser o motivo fundamental não só da vida dos carmelitas, mas também da vida de todos os consagrados e, em última análise, de cada cristão. A referência explícita a Jesus Cristo é muito significativa. Aqueles eremitas tinham-se retirado para a terra do Senhor para O servir «com coração puro e reta consciência». Desejavam viver junto aos lugares santificados pela Sua presença, contemplar o Seu mistério e seguir mais de perto as Suas pegadas. Segundo alguns comentários à Regra, o n.º 10 constitui um dos elementos fundamentais de toda a normativa: «Permaneça cada um na sua cela, ou perto dela, meditando dia e noite na lei do Senhor e vigiando em oração, a não ser que se deva dedicar a outros justificados afazeres». Não é por acaso que o que orienta a nossa vida não é um preceito disciplinar nem uma prática ascética, mas a escuta perseverante da Palavra de Deus na oração. Tudo o resto tem como objetivo tornar possível esta relação viva com o Senhor. Seguindo o exemplo do profeta Elias e da Virgem Maria, nós, carmelitas, somos chamados a empenhar-nos por viver sempre na presença de Deus, deixando que Ele preencha a nossa mente e o nosso coração, vivendo com Ele uma relação de amor na oração e deixando-nos guiar e instruir pela sua Palavra.

A carta do Papa Honório III

4. O IV Concílio de Latrão, celebrado em Roma em 1215, proibiu a criação de novas ordens religiosas e obrigou os grupos já existentes a adotar uma das Regras reconhecidas pela Igreja. Os dominicanos e os mercedários, por exemplo, adotaram a de Santo Agostinho. Alguns prelados pressionaram os carmelitas para que fizessem o mesmo. Estes, no entanto, já possuíam um documento que lhes servia de Regra: a norma de vida de Santo Alberto, redigida antes do Concílio. Os carmelitas procuraram o apoio do sucessor de Santo Alberto, mas este não soube como responder e aconselhou-os a dirigirem-se diretamente à

Santa Sé. É neste contexto que se insere a carta de Honório III, um simples mandatum, que também pode ser definido como uma carta executiva em sentido lato, ou seja, não um documento solene, uma bula com selo suspenso por um fio de seda púrpura e ouro, mas, ainda assim, um texto que, na sua simplicidade, oferecia aquele primeiro reconhecimento que o grupo desejava. Eis o teor da carta: «*Aos amados filhos, o Prior e os Frades Eremitas do Monte Carmelo, saudações e bênção apostólica. Ordenamos que vós e os vossos sucessores, na medida do possível com a ajuda de Deus, observem, para a remissão dos vossos pecados, a norma de vida regular redigida pelo Patriarca de Jerusalém, de boa memória, que dizeis ter recebido humildemente antes do Concílio Geral. Dado em Rieti, no décimo ano do nosso pontificado, dois dias antes das calendas de fevereiro (30 de janeiro de 1226)*».²

Hoje já não possuímos o texto original, que, aliás, nem sequer se encontra nos Registos das cartas de Honório III. A primeira vez que esta bula foi impressa foi no Speculum Carmelitanum, publicado em Veneza em 1507³, de onde, muito provavelmente, o editor do Bullarium Carmelitanum a copiou. Por outros testemunhos, sabemos que deviam existir cópias em Toulouse⁴ e em Londres⁵. Mas as referências à existência deste reconhecimento são contínuas: já nas primeiras Constituições que chegaram até nós – as de Londres de 1281⁶ – é mencionada a intervenção do Papa Honório III e, como já foi referido, Siberto de Beka e John Baconthorpe falam disso nos seus tratados.

O conteúdo da carta

5. Mas o que nos diz o texto? Tratou-se de uma aprovação da Regra, tal como por vezes se escreveu? Existem outras obrigações? Vejamos com atenção. A carta, tal como nos chegou, carece da chamada arenga, ou seja, do resumo do pedido dirigido ao papa com as motivações e o objeto do pedido. Portanto, não podemos saber efetivamente quem eram os requerentes nem o que tinham pedido. A partir do texto, podemos constatar que o papa reconhece a «fórmula de vida» albertina e obriga os frades a segui-la com fidelidade para obter a remissão dos pecados. Por outras palavras, a observância rigorosa da «fórmula de vida» constitui uma forma de penitência ou satisfação pelos pecados e o papa obriga (iniungimus) a essa observância. Podemos reconhecer que esta obrigação-concessão se inscrevia na continuidade do propositum original dos primeiros peregrinos-eremitas: viver a vida eremítica em penitência.

6. Há duas expressões interessantes de Honório III. A primeira é o termo regulariter, que remete para a regularidade da vida segundo uma norma. O termo antecipa, de certa forma, a ideia de que a observância da «fórmula

¹ Encontramos esta notícia em Siberto de Beka, Considerationes super regulam ordinis Carmelitarum, in Speculum Ordinis Fratrum Carmelitarum noviter impressum (de agora em diante Spec. Carm. 1507), Iohannes Baptista de Cathaneis (ed.), Veneza 1507, f. 31; Speculum Carmelitanum (de agora em diante Spec. Carm. 1680), Daniel a Virgine Maria (ed.), vol. I/1, Antuérpia 1680, 83 n.º 39.

² Bullarium Carmelitanum (da ora Bull. Carm., I), Eliseus Monsignano (ed.), vol. I, Romae 1715, 1. Honorius Episcopus, Servus Servorum Dei, dilectis Filiis Priori et Fratribus Eremitis de Monte Carmelo salutem et apostolicam benedictionem. Ut vivendi normam regulariter, a bonae memoriae Hierosolymitano Patriarcha editam, quam ante Generale Concilium, vos dicitis humiliter suscepisse, in posterum vos et successores vestri, quantum cum Dei adiutorio poteritis, observetis in remissionem vobis iniungimus peccatorum. Datum Reate, 3 Kalendas Februarii, Pontificatus nostri anno decimo.

³ Spec. Carm. 1507, ff. 29v-30r.

⁴ Assim consta em Spec. Carm. 1507, 29v.

⁵ Cf. John Baconthorpe, Compendium historiarum et iurium in Medieval Carmelite Heritage (de agora em diante MCH), Adrianus Staring (ed.), Roma 1989, 206.

⁶ Cf. Rubrica prima (1281), in MCH, 41.

de vida» se abre à vida religiosa, ou precisamente regular, estabelecida por uma Regra. Isto aconteceria com a aprovação do texto alterado por Inocêncio IV em 1247, para adaptar à realidade europeia a vida dos eremitas que tinham emigrado do Monte Carmelo⁷. A outra frase interessante diz respeito ao próprio texto da «fórmula de vida», sobre a qual se diz: «que dizeis ter recebido humildemente antes do Concílio Geral». Nesta afirmação há dois aspectos: o primeiro diz respeito ao testemunho dos frades que relatam ter recebido a «fórmula» de Alberto, mas a Santa Sé não tem qualquer outra informação sobre o assunto. O segundo espeto diz respeito à altura em que Alberto escreveu aos frades: antes do Concílio Geral de Latrão, o quarto, realizado em 1215. Isto é certamente verdade, uma vez que o santo patriarca morrera esfaqueado a 14 de setembro de 1214, antes de poder partir para Roma e participar no Concílio. Além disso, o facto de terem recebido o texto de Alberto antes da celebração do Concílio protegia os carmelitas de contestações decorrentes da proibição de novas fundações estabelecida pelo 13.º cânone do próprio Concílio de Latrão IV. No entanto, nem mesmo Honório III obrigou os eremitas a adotar una ex regulis approbatis, como ordenava o cânone conciliar.

O que concede o papa?

7. Assim, o papa reconhece a comunidade dos frades eremitas do Carmelo, considera autoritária a «fórmula de vida» e devolve-lha com a ordem – iniungimus, diz ele – de a observar, para que possam usufruir da remissão dos pecados. Este último ponto é importante, porque, além de recordar a origem penitencial do grupo, reconhece-o precisamente como uma das muitas comunidades de eremitas penitentes que floresceram nas últimas décadas. Não se trata de uma «aprovação da Regra», como por vezes foi afirmado precipitadamente, mas de um primeiro reconhecimento da comunidade e da sua «norma de vida».

8. De facto, o Bullarium faz seguir à bula de Honório o texto da «fórmula de vida», tal como também é reproduzido no oitavo livro dos Dez livros sobre a instituição dos primeiros monges, a coleção redigida por Felip Ribot por volta de 1380⁸. Evidentemente, algum texto da antiga fórmula albertina tinha sobrevivido à ordem de Inocêncio IV de destruir as suas cópias, quando aprovou a Regra, conferindo-lhe o valor de Regula bullata. É, no entanto, interessante que no texto publicado no Bullarium conste a data de 1171 e não a data em que mais precisamente foi concedida por Alberto (entre 1206 e 1214). Talvez se trate de uma reminiscência das lendas ligadas à fundação da Ordem, que tendem a antecipar os seus inícios. Historicamente, é difícil imaginar que estes tenham ocorrido antes da batalha de Hattin (1187), ou seja, ter-se-ão dado, pelo menos, a partir de 1192 ou 1193, quando a situação na Terra Santa se acalmou na sequência da reconquista de São João de Acre e de uma estreita faixa costeira.

9. A questão das datas e a tradição dos relatos de fundação podem ajudar-nos a explicar também por que razão,

por vezes, se falou de «Regra primitiva», confundindo, na realidade, o texto de Inocêncio IV com o de Alberto. A Regra, formalmente falando, é apenas aquele texto aprovado e selado em bula por Inocêncio IV em 1247. Esta Regra introduziu, entre outras coisas, a possibilidade de os carmelitas abrirem casas em qualquer local que lhes fosse oferecido, e não apenas em locais desertos e afastados dos centros habitados; estabeleceu que professassem os três votos, já obrigatórios para todos os religiosos; determinou que recitassem em conjunto as horas do Ofício Divino, enquanto anteriormente cada um recitava os salmos ou outras orações na sua própria cela; e prescreveu que comessem juntos, algo que até então faziam apenas em ocasiões especiais. A cópia mais antiga da Regra de que temos conhecimento é a conservada nos Arquivos do Vaticano, anexada a esta bula. Por isso, todas as reconstruções do texto anterior (a «fórmula de Vida» de Santo Alberto) são necessariamente hipotéticas. Quando o beato João Soreth e santa Teresa de Jesus falam da «Regra primitiva» referem-se ao texto de 1247. Na realidade, tratava-se de uma adaptação do documento de Santo Alberto, que não voltou a ser alterado. As «mitigações» subsequentes foram acrescentadas sob a forma de notas ou concessões, mas sem alterar o texto, de forma análoga às emendas que são acrescentadas a uma constituição sem alterar o seu corpo fundamental.

O primeiro passo de um longo caminho

10. É ainda de referir que esta primeira intervenção de Honório III foi apenas a primeira peça de um mosaico de intervenções pontifícias que se sucederam ao longo de todo o século XIII e ainda nas primeiras décadas do século XIV. Para além da aprovação fundamental de Inocêncio IV, vale a pena recordar outra bula de João XXII, concedida a 21 de novembro de 1326 – portanto, há 700 anos –, através da qual o pontífice concedeu aos carmelitas todos os privilégios já possuídos pelos dominicanos e pelos franciscanos⁹. Este documento marcou a integração plena e definitiva da Ordem no grupo dos frades mendicantes. Foi necessário superar o momento crítico provocado pelo Segundo Concílio Geral de Lyon (1274), quando se decidiu suprimir todas as religiones novae, ou seja, as ordens fundadas após o Concílio de Latrão IV, com exceção dos dominicanos e dos franciscanos, cuja utilitas para a Igreja já estava bem estabelecida. Os eremitas de Santo Agostinho e os carmelitas ficaram numa situação de incerteza, até que a Santa Sé tomasse uma decisão. Esse decreto conciliar provocou nessas Ordens um processo de renovação e crescimento, com vista a ver reconhecida a sua utilitas. Foram tomadas diversas medidas no que diz respeito ao apostolado, como uma maior integração nas universidades, com a possibilidade de obter títulos académicos e, conseqüentemente, a possibilidade de ensinar, pregar e confessar; além disso, foram assumidas algumas paróquias. Para os carmelitas, surgiu também a questão da mudança das capas, de listadas para brancas, decidida com a autorização do Papa Honório IV no Capítulo de Montpellier, em 1287; era uma forma de serem mais

⁷ Inocêncio IV, Quae honorem Conditoris (1 de outubro de 1247), in Arquivo Apostólico Vaticano, Registrum Vaticanum 21, ff. 465v-466r.

⁸ Cf. Felip Ribot, Libri decem de institutione primorum monachorum, lib. VIII, Epistula Cyrilli, in Paris, Bibliothèque de l'Arsenal, Ms. 778, ff. 57v-59r.

⁹ João XXII, Inter coeteros (21 de novembro de 1326), em Bull. Carm., I. 66-67, com a qual extendia aos carmelitas a bula Super cathedram concedida aos dominicanos e aos franciscanos.



facilmente acolhidos nas dioceses, nas universidades e nas cidades.

II. Reflitamos sobre o presente

Por que razão recordar a carta?

11. Chegados a este ponto, podemos perguntar-nos: que sentido faz recordar este documento hoje? Qual é, então, a mensagem da intervenção de Honório III para nós, mulheres e homens do século XXI? Qual é o impacto para os membros da grande e multiforme Família Carmelita? Certamente não se trata de fazer arqueologia ou de uma celebração puramente historicista. A carta de Honório III, por si só, para nós, após oitocentos anos de história com todos os acontecimentos que ocorreram, poderia não constituir um motivo de interesse. No entanto, olhando bem, ela oferece-nos vários pontos de reflexão para a atualidade. Tentemos de refletir juntos e façamo-lo como se se tratasse de uma lectio divina. Releiamos com atenção o texto da carta:

12. «Ordenamos que vós e os vossos sucessores, na medida do possível com a ajuda de Deus...». Em primeiro lugar, devemos notar que estamos envolvidos em primeira pessoa: Honório III fala dos «vossos sucessores»: somos precisamente nós. Portanto, o que se segue diz-nos diretamente respeito. Somos convidados a observar «de forma regular» o que o patriarca Alberto nos escreveu, a «fórmula de vida» que se tornou, entretanto, a nossa Regra. Não se trata de um compromisso esporádico, quando nos apetece e nos convém, mas da prática de uma decisão contínua, regular e regulada, precisamente de acordo com a Regra. Devemos fazê-lo «na medida do possível, com a ajuda de Deus»; nesta expressão está todo o compromisso pessoal que assumimos com a profissão religiosa ou com as promessas na Ordem Terceira (OCarm) ou na Ordem Secular dos Carmelitas Descalços (OCDs). Certamente, sempre com a ajuda de Deus, pois «sem mim nada podeis fazer» (Jo 15,5), adverte-nos Jesus. Esta flexibilidade é necessária para viver de forma concreta a vida carmelita: fiéis ao essencial, os membros da Ordem são chamados a confrontar-se com a realidade circundante num diálogo contínuo com as culturas, as mentalidades e os costumes das irmãs e dos irmãos com quem caminhamos e trabalhamos. Uma vida espiritual madura expressa-se também na capacidade de adaptação.

13. «... observem, para a remissão dos vossos pecados, a norma de viver de forma regular...». O papa prossegue com uma fórmula comum nos documentos da época, afirmando que tal observância é «para a remissão dos pecados», ou seja, é um compromisso com a santidade e com a consecução da plenitude da vida, da plena comunhão com Deus. Em resumo, está aí tudo o que, nos oito séculos seguintes, as carmelitas e os carmelitas de várias partes do mundo experimentaram e ensinaram a respeito da vida espiritual, do caminho de purificação e da união mística com Deus. O carisma do Carmelo é, de certa forma, reconhecido, embora de modo embrionário, já por Honório III. Neste sentido, a exortação a seguir o que está escrito na «fórmula de vida» – que para nós hoje é a Regra – constitui um convite claro a prosseguir a santa peregrinação rumo à

Terra Santa, rumo à Jerusalém celestial. Somos chamados a percorrer um caminho de transformação interior estruturado no carisma da nossa Ordem: a dimensão contemplativa fundamental, alimentada pela oração e pelo serviço na comunidade, permite-nos acolher o dom do Espírito e deixar-nos, em conjunto, purificar e iluminar para poder-mos «ver a Deus» e deixar-nos unir a Ele pelo Espírito, reconhecendo a Sua presença em nós, nos irmãos, na natureza e na história.

Fazemos parte da Igreja e vivemos na história

14. «... escrita pelo Patriarca de Jerusalém, de boa memória, que dizeis ter recebido humildemente antes do Concílio Geral». Mas há outra nota que podemos reconhecer nas breves palavras do papa: a dimensão eclesial presente, pelo menos, em três aspetos. Em primeiro lugar, precisamente no facto de nos encontrarmos perante um documento papal; portanto, a máxima autoridade da Igreja oferece-nos um documento da máxima autoridade, onde se expressa o reconhecimento da nossa existência como carmelitas. O ato do Papa Honório III foi um ato de discernimento, através do qual reconhecia a bondade e a verdade de uma experiência destinada a desenvolver um carisma original. Em segundo lugar, são mencionados tanto o patriarca Alberto, autor da «norma de vida», como o IV Concílio Geral de Latrão (1215), que tinha dado indicações precisas para a constituição de novas comunidades regulares. Estes elementos são importantes, porque nos situam, como é justo, no seio da estrutura eclesial, o que nos leva ao terceiro elemento de reflexão: somos membros da comunidade dos crentes em Jesus, o Senhor; somos pedras vivas para a construção do templo (cf. 1 Pe 2, 5). Podemos contribuir com a nossa vida penitente e de oração, com o empenho apostólico e missionário, com a comunhão fraterna, para oferecer um «sacrifício vivo, santo e agradável a Deus» (Rm 12,1). Somos carmelitas com, na e para a Igreja; não podemos fechar-nos nem retrainos sobre nós mesmos, mas abrir-nos a um serviço humilde e simples ao povo de Deus. Neste caminho, estamos em relação com todos os membros da comunidade cristã, com os quais aprendemos, dialogamos e partilhamos a nossa experiência.

15. «Dado em Rieti, no décimo ano do nosso pontificado, dois dias antes das calendas de fevereiro (30 de janeiro de 1226)». Podemos fazer uma última reflexão a partir da data. O período em que os eremitas do Carmelo receberam a carta foi rico em acontecimentos significativos. Nesse mesmo ano, a 3 de outubro, faleceu São Francisco de Assis, e o Papa Honório apenas sobreviveu pouco mais de um ano, pois faleceu a 18 de março de 1227. No trono imperial reinava Frederico II, conhecido como stupor mundi et immutatur mirabilium (espanto do mundo e inovador de coisas maravilhosas), que muito em breve entraria em conflito com o novo pontífice, Hugolino, dos condes de Segni, elevado ao trono papal com o nome de Gregório IX (1227-1241). Este último viria a conceder aos carmelitas outras cartas importantes, entre as quais aquela que impunha a pobreza, salvo a possibilidade de possuir criações de animais de carga e de aves, que mais tarde foi incorporada no texto da Regra. Estes tempos não foram fáceis: conflitos generalizados e contínuos entre o papa e o imperador, entre cidades e senhores feudais, entre movimen-



tos heréticos e a Igreja, entre muçulmanos e cristãos na Terra Santa. Aquela época não foi melhor do que muitas outras, nem mesmo do que a nossa. Os nossos padres tinham-se retirado para o deserto do Carmelo para aí viver em santa penitência, numa atitude de confronto profético com a sociedade da época, propondo um caminho de vida de regresso ao essencial, num estilo simples, pacífico e fraterno, autenticamente humano porque evangélico.

Chamados à profecia evangélica

16. Para o nosso tempo, atravessado por muitos desafios, a obediência à Regra pode ser um testemunho humilde e forte de adesão a Cristo e ao seu Evangelho. Todos, irmãos e irmãs das nossas Ordens O.Carm - OCD, assim como as mais diversas formas de vida carmelita, estamos chamados à escuta silenciosa da Palavra, ao desapego do mundo e da sua mentalidade, à oração pessoal e comunitária, ao trabalho silencioso para o nosso sustento e para o bem do povo de Deus, à fraternidade acolhedora e disponível, ao combate espiritual e ao discernimento comunitário. Tudo isto nos é transmitido pela Regra e pela tradição que dela brotou. O convite do Papa Honório III para viver regular... in remissionem peccatorum continua a ser válido para nós: encaminha-nos para o caminho da transformação interior, para o qual somos chamados seguindo o exemplo da Virgem Maria e do profeta Elias.

17. Vivemos num clima de conflito generalizado e permanente, a «guerra mundial em pedaços», como a definiu o Papa Francisco¹⁰. Neste contexto, interpelam-nos as dramáticas alterações climáticas, as diversas situações de pobreza e exploração de populações indefesas, vítimas da opressão de multinacionais e potências políticas, mais preocupadas com a acumulação de riqueza do que com a defesa da paz e do bem-estar das pessoas. Perante tudo isto, podemos opor uma escolha de vida simples, fundamentada no Evangelho, na obediência, na pobreza, no respeito e no amor fraterno, na generosidade no serviço. Diante deste cenário, podemos propor a estas situações de conflito a possibilidade do diálogo e da reconciliação; assim como, perante as seduições da inteligência artificial, podemos manter viva a consciência da nossa magnífica humanitas, capaz de agir em liberdade e responsabilidade¹¹. Apenas a oração contínua e a união com Deus nos podem permitir uma vida semelhante, como homens e mulheres capazes de reconhecer o absoluto de Deus e, ao mesmo tempo, a nossa própria dignidade e a relatividade de todas as outras criaturas.

Juntos, a caminho do futuro

18. Muitas pessoas sentem-se hoje chamadas a viver segundo a Regra carmelita: todas assumem o compromisso de conhecer, apreciar e reinterpretar a tradição antiga do Carmelo. Aos mais velhos cabe a tarefa de testemunhar e contar o que receberam, para que as pessoas chamadas, de longe ou de perto, possam realmente entrar em contacto com as origens da Ordem e apaixonar-se por ela. Jesus continua a chamar: tornemo-nos altifalantes da sua voz.

19. A esperança, que desde sempre alimentou a espiritualidade do Carmelo, fundada na experiência do sepulcro vazio e do encontro com Cristo, crucificado e ressuscitado, sustenta-nos e orienta-nos no caminho rumo à consumação da História. Maria, nossa Mãe e Irmã, acompanha-nos e precede-nos em direção à meta. A devoção à Mãe de Deus e nossa Mãe não é uma realidade sentimental e emotiva, mas nasce da consciência de que não estamos sozinhos no caminho e, sobretudo, de que a criação e cada pessoa não estão destinadas à perdição e à aniquilação, mas à plenitude da vida (cf. Rm 8,18-25).

20. Queridas irmãs e queridos irmãos, que este centenário seja uma ocasião de renovação e de novo impulso. Que cada um de nós possa redescobrir a beleza da vocação carmelita e prosseguir o seu caminho num espírito de verdadeira conversão e compromisso com a vida fraterna e o serviço nas suas mais diversas formas. Mas avancemos, sobretudo, como nos ensinam os nossos santos, alimentado pela oração, que conduz à união perfeita com Deus. Encorajados pela sua experiência e pelo seu magistério, vivamos no mundo sem lhe pertencermos (cf. Jo 17,14-19), mas oferecendo-lhe o testemunho desinteressado da vida cristã segundo o estilo carmelita.

21. Queremos concluir a nossa reflexão com um texto de santa Teresa de Jesus, que nos convida a não nos limitarmos apenas à recordação de um passado glorioso, mas a atualizá-lo no presente, para construir o futuro. Pode ser uma boa conclusão de tudo o que vimos:

«Por vezes ouço dizer, a propósito das origens das Ordens religiosas, que o Senhor concedia graças maiores àqueles santos nossos antepassados porque eram os alicerces. E é verdade; mas deveríamos ter sempre em conta que eles são os alicerces daqueles que estão para vir. De facto, se os que vivemos agora, não tivéssemos descaído em relação aos antepassados, e se os que viessem depois de nós fizessem o mesmo, o edifício estaria sempre firme. Que me aproveita a mim que os Santos antepassados tenham sido tais, se, depois, eu sou tão ruim e deixo estragar o edifício com os maus costumes? É evidente que aqueles que chegam não se lembram tanto dos que viveram há muitos anos como dos que estão presentes. É muito mau que eu me lamente em não ter sido das primeiras e não repare na diferença que há entre a minha vida e virtudes e a daqueles a quem Deus concedia graças tão grandes.» (F 4,6).

22. Que Maria, Mater et Decor Carmeli, volte o seu olhar para cada um de nós que guardamos a Regra do Carmelo como projeto de vida: a Ela confiamos toda a Família Carmelita, para que possa «viver em obséquio de Jesus Cristo, servindo-O fielmente com coração puro e boa consciência». Dado em Roma, a 17 de setembro de 2026.

Festa de Santo Alberto de Jerusalém, bispo e legislador da nossa Ordem.

Miguel Márquez Calle, O.C.D.

Prepósito Geral

Desiderio García Martínez, O.Carm.

Prior Geral

¹⁰ O Papa Francisco proferiu esta frase pela primeira vez a 18 de agosto de 2014, durante a conversa com os jornalistas no voo de regresso da viagem apostólica a Seul, na Coreia do Sul; a expressão foi repetida várias vezes durante o seu pontificado.

¹¹ Cf. Leão XIV, Encíclica Magnífica humanitas sobre a proteção da pessoa humana na era da inteligência artificial (15 de maio de 2026), Cidade do Vaticano 2026.



Encontro para sacerdotes

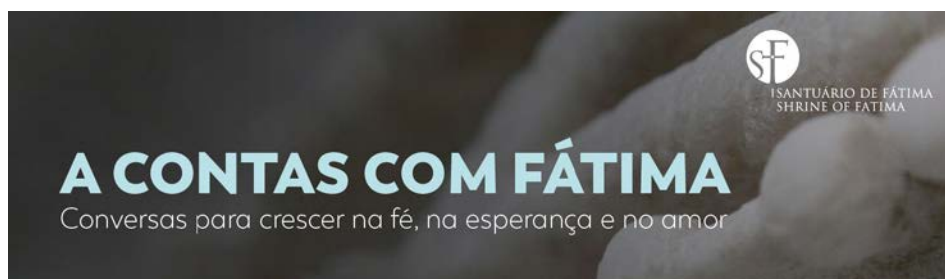
Fátima, 9 de novembro de 2026



A Domus Carmeli, em Fátima, promove, no próximo dia 9 de novembro, um encontro destinado a sacerdotes, proporcionando um dia de oração, reflexão e convívio fraterno. A iniciativa terá início às 9h45 e decorrerá ao longo do dia, incluindo momentos de oração e de reflexão. O programa prevê ainda um tempo de adoração eucarística e a celebração da Oração de Vésperas, concluindo-se pelas 19h00. O encontro pretende proporcionar aos sacerdotes um tempo de pausa no ritmo habitual do ministério, favorecendo o silêncio, a oração e o aprofundamento da vida espiritual, à luz da espiritualidade do Carmelo. [🔗](#)

A contas com Fátima

Conversas para crescer na fé, na esperança e no amor – 9 e 16 de outubro



O Santuário de Fátima promove, no dia 9 de outubro, a primeira sessão de «A contas com Fátima. Conversas para crescer na fé, na esperança e no amor», uma iniciativa que propõe um espaço de diálogo e partilha a partir da mensagem de Fátima e da experiência cristã. A iniciativa integra duas sessões, estando a segunda marcada para o dia 16 de outubro. O ciclo pretende favorecer uma reflexão sobre a vivência da fé, da esperança e do amor, colocando em diálogo a mensagem de Fátima com as questões e desafios da vida cristã no tempo presente. «A contas com Fátima» insere-se na programação de cultura e formação do Santuário de Fátima e procura proporcionar momentos de encontro, reflexão e aprofundamento da experiência de fé.. [🔗](#)

Curso de introdução à meditação

Ávila, 30 de outubro a 1 de novembro de 2026



O Centro Internacional de Estudos Teresianos promove o curso «Aprender a meditar», uma proposta teórico-prática de introdução à meditação teresiana. A iniciativa pretende proporcionar aos participantes um primeiro contacto com a oração mental segundo a tradição de santa Teresa de Jesus, conjugando a apresentação dos seus fundamentos com a prática da meditação. O curso procura oferecer instrumentos para aprofundar a vida de oração e favorecer uma experiência pessoal de encontro com Deus, a partir do ensinamento e da experiência espiritual da santa de Ávila. [🔗](#)

O ROSÁRIO COM SÃO JOÃO DA CRUZ

Textos escolhidos e apresentados por P. Manuel Reis, OCD



Uma proposta de oração do Rosário à luz da espiritualidade de São João da Cruz. Os mistérios da infância de Jesus, da sua Paixão e da sua glória são acompanhados por textos do Doutor Místico, que ajudam a contemplar, em cada mistério, o caminho de fé, de entrega, de purificação e de união com Deus. Uma seleção de textos de São João da Cruz que une a oração do Rosário à riqueza da sua experiência e doutrina espiritual.

Publicação: Edições Carmelo [🔗](#)

claustrO

O caminho na noite. O Claustro publicou o artigo «O caminho na noite», de Júlio Pereira, Carmelita Secular, que aproxima a *Noite Escura* de São João da Cruz da canção «Long Dark Night», de Nick Cave. No contexto do Ano Jubilar de São João da Cruz, o texto reflete sobre a noite como lugar de procura, fé, esperança e encontro com Deus. [🔗](#)

A beleza das pequenas coisas.

No artigo «A beleza das pequenas coisas», Nuno Henriques parte de uma experiência quotidiana para refletir sobre a capacidade de reconhecer o valor do que habitualmente damos por adquirido. Em diálogo com São João da Cruz e Santa Teresinha do Menino Jesus, o autor sublinha a importância dos pequenos gestos, momentos e encontros na construção de uma vida verdadeiramente significativa. [🔗](#)

Jesus e o petróleo. No artigo «Jesus e o petróleo», Filipe Baio, teólogo e professor de Educação Especial, aborda a distinção entre o Jesus histórico e o Cristo da fé, relacionando-a com a experiência cristã de encontro com Jesus. A partir de testemunhos de São João da Cruz, Santa Teresa de Ávila e Santa Teresa de Lisieux, o autor sublinha a centralidade de Cristo na vida cristã e na espiritualidade carmelita. [🔗](#)



Bíblia e atenção aos anciãos

Armindo Vaz, OCD



O Profeta Baruc
Terenty Fomin, 1645

Fonte: <https://www.meisterdrucke.pt/impressoes-artisticas-sofisticadas/Terenty-Fomin/741943/O-Profeta-Baruque,-1645.html>

A fé bíblica solicita com vigor o respeito para com o ancião, também por ele ser frágil: “Levanta-te diante dos cabelos brancos e honra o rosto do ancião; teme o teu Deus” (Lv 19,32). Honrar os anciãos era abrir o futuro aos jovens. O sábio Ben Sira recomenda-o: “Não desprezes um ancião, porque também nós envelhecemos” (8,6). É como se dissesse: «filho és, pai serás; como fizeres assim acharás», mais cedo ou mais tarde. A razão para esse respeito e para honrar o ancião está no facto de ele ser depositário e reserva de sabedoria da comunidade: “Não desprezes os ensinamentos dos anciãos, pois eles aprenderam-nos dos seus pais” (Sir 8,9). Vêm de trás, são um precioso relicário e uma biblioteca de experiência, como diria Sancho Panza em *Dom Quixote de la Mancha*: “É bom viver muito para ver muito, embora também digam que quem longa vida alcança muito mal viu e mais espera” (M. de CERVANTES, *Don Quijote de la Mancha* (Castalia; Madrid 1997) II, 32). Tornados assim mestres de fé, os anciãos traziam um tesouro dentro de si, marcavam a cultura e representavam a riqueza de um povo. O seu testemunho unia as idades da vida e até as dimensões do tempo. Conversar com um ancião era abrir-se à experiência e ao enriquecimento acumulados por inteligências do passado, porque ele tinha muito a dizer:

via e mostrava a vida de outros pontos de vista. A razão de respeito para com os anciãos era maior no caso dos pais, pois deles os filhos tinham recebido tudo, especialmente a vida: “Não desprezes a tua mãe quando é idosa” (Pr 23,22); “filho, ampara o teu pai na velhice” (Sir 3,12).

A atitude de desprezo dos anciãos como um peso social e económico é vista como sinal de grave degeneração e da barbárie da sociedade bíblica. O profeta Baruc, referindo-se aos babilónios, entre os quais sobreviviam os israelitas no exílio devastador, fala de um povo estranho, povo cruel, de linguagem bárbara, sem respeito pelo ancião” (Ba 4,15). Descartar os anciãos era despudor próprio dos ímpios que proclamavam com factos e palavras: “não respeitemos os cabelos brancos do ancião” (Sab 2,10). Ponto assente do tratamento dos anciãos era não serem excluídos da comunidade bíblica dos mais jovens nem serem periferia abandonada numa espécie de ‘cidade dos velhos’. Ao contrário, a vida de uns fazia mais sentido enquanto integrada na dos outros, pois apareciam uns ao serviço complementar dos outros, os idosos como fundamento do saber dos vindouros e como primeiros arautos da fé. Os anciãos não eram inúteis para a sociedade e um fardo para os novos: tinham a função nobre de ser iluminação

da vida deles, já que os golpes da vida os fizeram crescer com mimosos toques na alma; a bagagem adquirida com a experiência era preciosa chave de leitura para o *hoje* dos jovens. Os sulcos e as rugas da alma que vincavam a sua testa denunciavam o assombro diante da beleza da vida, punham a nu a força dos pensamentos profundos e das decisões difíceis que tinham tomado. Em cada ruga dos outros cantos do rosto encerrava-se um pedaço da

história de Israel. As marcas que o tempo foi imprimindo na sua pele eram cicatrizes de batalhas ganhas, troféus de conquistas feitas ao longo de uma vida de experiências e de crescimento. Por isso Paulo ensina que o “conforme à sã doutrina” é que “os anciãos sejam sóbrios, dignos, prudentes, firmes na fé, no amor e na paciência...; que as anciãs sejam mestras de virtude, a fim de ensinarem as adolescentes” (Tito 2,1-4).

Ano Jubilar de São João da Cruz

Armindo Vaz, OCD

São João da Cruz: poesia e mística

Quem desposa a espiritualidade de S. João da Cruz, de modo pessoal e não só por pertencer à Ordem religiosa fundada por ele em colaboração com Teresa de Ávila, terão de compreender um dia que ele é padroeiro inflexível da purificação do espírito humano, com interrogações ao universo, aguçando as suas respostas na forja da meditação e da oração. Mas de seguida terá de aceitar que ele fez isso recorrendo à poesia.

Dos espanhóis que o estudaram, só no séc. XX adiantado descobriram que a sua poesia é soberana. E então até sentiram algum incómodo, por pensarem que ela é carnal (alguns qualificavam-na como «erótica»). Para o incómodo contribuía o facto de não conseguirem explicar bem a sua genialidade poética, falando de ‘inocência poética’ – entendiam incompetência técnica – e do carácter angélico da sua poesia; com surpresa e admiração perante a sua obra, viam-na como «um milagre». Até diziam que a sua poesia é como o ar: apertando-o entre as mãos, escapa-se. Justificavam essa suposta incompetência dizendo que a quem está cheio de Deus não resta espaço para a arte. Mas logo a seguir arrependiam-se confessando que a poesia de S. João da Cruz não deveria ser comparada com a de nenhum poeta, dada a alta alegria dela.

Hoje reconhecem que também em João da Cruz a poesia é poesia e não outra coisa. Isso não significa que o ‘dizer’ místico seja poesia sem mais. A escrita mística é poesia quando o místico é ao mesmo tempo um poeta e decide exprimir-se em poesia, transformando até a própria técnica poética e alcançando um resultado artístico mais alto. João da Cruz consegue-o por ser um brilhante poeta do amor humano – reconhecem agora, sem se incomodarem com a ‘carnalidade’ dos versos do santo carmelita:

[Querido,] que manso e amoroso
Acordas no meu seio,
Onde, em segredo, sozinho moras!
E em teu aspirar saboroso,
De bem e glória cheio,
Quão delicadamente me enamoras! (*Chama de amor viva*, 4).

Nele, a alma enamorada exulta por ter entrado em comunhão com o amado, numa ardente atmosfera de deslumbramento:

Ó noite que guiaste,
Ó noite amável mais do que a alvorada!
Ó noite que juntaste
Amado com amada,
Amada no Amado transformada!



Em meu peito florido
Que todo só p’ra ele se guardava,
Quedou-se adormecido
E eu o acariciava
E dos cedros o leque o refrescava (*Noite escura*, 5-6).

Quem são estes amantes inominados? Quem é o *tu* e o *ele* do querido, do amado? – Não é preciso explicitar o que está claro no implícito, na escrita mística, que não é um discurso lógico, racional, conceptual. A expressão lírica e a beleza da poesia sugerem, conotam. E tornam impossível pensar no *tu* e no *ele* do amado como se fosse um ser humano. O Amado, a amada, vivem no poema, por entre os símbolos e as metáforas, no jardim florido das palavras e das insinuações rezadas: não podem ser senão Jesus ressuscitado e o contemplativo, procurador procurado, tanto um como o outro. Nessa experiência corpórea, bem sentida, do Amor mais sublime, que é a mais profunda e significativa das experiências humanas, procura-se e revela-se Deus como Amor, num conhecimento que é concedido pelo Deus que é. Essa união amorosa viva, mística (que não amores platónicos), João da Cruz encontrava-a na Bíblia, no Cântico dos Cânticos. Amor explícito, não alegórico, era em si revelação de um Amor superior: vislumbra que deve haver um gozo e um Amor que estão mais além, que se podem chamar divinos; na poesia mística não se opõe amor divino e amor carnal. E nem é necessário dizer que essa experiência poética e mística supera as carícias puramente humanas, eróticas, embora se exprima na linguagem delas, porque o ser humano não pode amar de outro modo que não seja no corpo e com o corpo. Nem é preciso redimir esse amor, pois não tem nada que possa ser redimido. O poeta João da Cruz faz deslizar o amor e o seu espírito por entre os sentimentos da sua poesia que é de graça, “sem porquê”, um presente para a humanidade.

Curso ACOMPANHAMENTO

I PARTE . FUNDAMENTOS DO ACOMPANHAMENTO

1º Módulo

A dinâmica do acompanhamento espiritual 13-15 nov.2026

2º Módulo

Acompanhamento e psicologia 15-17 jan.2027

3º Módulo

Acompanhamento espiritual na vida eclesial 19-21 fev.2027

II PARTE . ACOMPANHAMENTO AO LONGO DA VIDA

4º Módulo

Ao longo das idades
16-18 abr.2027

5º Módulo

Acompanhamento
segundo as vocações
e estados de vida
21-23 mai.2027

PARTICIPAÇÃO

Presencial | on-line

INSCRIÇÃO Domus Carmeli

R. Imaculado Coração de Maria, 17

2495-441 FÁTIMA

Tel. 249 530 650 [chamada para a rede fixa nacional]

WhatsApp: 922 298 665 - apenas mensagens escritas
[chamada para a rede móvel nacional]

centromariano@domuscarmeli.net

www.domuscarmeli.net



Domus Carmeli

Ordem dos Carmelitas Descalços, Fátima

A caminho de Emaús
ivankademchuk.com



E vós quem dizeis que Eu sou?

Irmã Sofia da Cruz, Carmelo de Aveiro



Fotografia: GiselaFotografie, pixabay.com

Caríssimo Senhor,

A sua carta fez-me recordar o diálogo entre Jesus e Pedro, que se encontra no Evangelho de S. Mateus: «Jesus pergunta aos discípulos: Quem dizem os homens que Eu sou? E vós quem dizeis que Eu sou?» (Mt 16, 15-16).

Compreendo perfeitamente a sua indignação. Não me surpreende que se tenha sentido ofendido com a pergunta, ainda que não encontre razão para tal. Digo que o compreendo porque me fizeram a mesma pergunta: Quem é Deus para ti? E a minha atitude interior foi de indignação. Como era possível que se perguntasse, tal coisa, a uma pessoa comprometida no seguimento de Cristo? Também eu, como o senhor, me escondi atrás do “fast food” do Evangelho e respondi: “Deus é Amor”. Mas, para ser sincera, eu não sabia o que estava a dizer, não conhecia Deus.

O primeiro a acontecer foi o cair na conta de que não conhecia Deus, o Deus a quem servia e por quem fazia muitas coisas... mas não “falava como ele como um homem fala com o seu amigo”, como se diz de Moisés.

Era necessário pôr-me a caminho, entrar “mais adentro na espessura” para chegar ao conhecimento de Deus. Foi um tempo de grande procura. Um tempo feito de silêncio, de oração, de abandono confiante e esperança contra toda a esperança. Um tempo propício para crescer em humildade. Até que um dia Ele irrompeu na minha história como Deus Vivo e Verdadeiro. Deixei de O conhecer de ouvido para O conhecer com os olhos do coração iluminados pela fé. Deus estava a agir na minha vida, a sustentar-me com o Seu Amor e a configurar-me com Cristo e a minha vida estava a converter-se num reflexo da de Cristo.

No meu caminho, o conhecimento do Deus Vivo e Verdadeiro, enquanto Deus Criador e Pai, está unido ao conhecimento do Crucificado. Foi conhecendo a medida de Amor que Deus escolheu para me amar, a Cruz, que

conheci que Deus é Pai, meu Pai. Deus escolheu o caminho da Cruz para me unir a Cristo e num primeiro momento a Cruz tem o “sabor” de morte. Ver-me “morta”, isto é, num processo de escuridão total, que correspondia a uma profunda purificação, não foi fácil, mas Ele estava comigo e na minha fraqueza Ele era forte, na minha duvida fazia-me avançar com firmeza e nas minhas trevas havia uma luz “que me guiava mais certa que a luz do meio-dia”.

Foi aqui que as palavras de S. Paulo aos Gálatas se tornaram minhas: «A vida do tempo presente vivo-a animada na fé do Filho de Deus que me amou e se entregou por mim.» (Gl 2,20) Agora, o “me amou e Se entregou por mim” dava-me a posse do Mistério, o conhecimento do Mistério, a vida do Mistério. Este era o “meu Mistério”: Cristo e Cristo Crucificado, porque Deus mo tinha dado, não como quem dá um presente exterior, mas como quem dá a própria vida, como quem me tinha enxertado em Cristo e agora o que corria nas minhas veias era a graça de Cristo. Era um enxerto tão profundo e íntimo que no meu interior só existia Cristo. Deus tinha-me dado Cristo, porque o tinha gravado dentro de mim e O tinha convertido na minha verdadeira identidade.

Estou certa de que todos estamos chamados a fazer a mesma experiência de Pedro: a deixar que o Pai nos revele a nossa identidade em Cristo, para conhecermos, verdadeiramente, que é Jesus Cristo e quem somos nós.

Peço-lhe que me acompanhe numa leitura guiada deste evangelho:

1. O Ruído do Mundo vs. A Voz do Coração

Jesus começa por perguntar o que “os homens” dizem Dele. No plano espiritual, isto representa o **ruído exterior**: as opiniões da sociedade, as modas espirituais, as expectativas dos outros ou a religiosidade superficial. Para

escutar Jesus, precisamos de nos desapegar do que “toda a gente diz”. A verdadeira espiritualidade nasce quando deixamos de viver da fé dos outros e passamos a procurar uma experiência própria e direta com o Divino.

2. O Confronto com a Verdade Pessoal

Ao perguntar “E vós, quem dizeis que eu sou?”, Jesus faz uma pergunta que cada um de nós deve responder no silêncio do seu coração. Jesus não quer saber se conhecemos a Bíblia de cor ou se sabemos teologia. Ele pergunta: “Quem sou Eu na tua vida prática?”. Sou apenas um curador para as tuas aflições? Sou um seguro contra o medo? Ou sou o centro e o Senhor da tua vida? A nossa resposta a esta pergunta define a profundidade da nossa caminhada.

3. A Fé como Dom e Revelação, não Intelecto

Jesus explica que Pedro não chegou àquela conclusão por inteligência humana (“carne e sangue”), mas porque o Pai lho revelou.

A verdadeira fé e a intimidade com Deus não são alcançadas por esforço mental ou debates intelectuais. A fé é um **dom que se recebe na humildade**. Precisamos de silenciar a mente e abrir o espírito para que Deus se revele a nós. É uma iluminação interior, não um estudo académico.

4. O Contraste com os “Ídolos Mortos”

O cenário de Cesareia de Filipe, cheio de estátuas de deuses falsos, dá uma lição sobre prioridades. Pedro chama a Jesus “Filho do **Deus vivo**”. O nosso coração tende a criar “ídolos mortos” — o apego ao dinheiro, ao sucesso, à aprovação dos outros, ao controlo. O texto convida-nos a olhar para aquilo que pomos no centro da nossa vida e a escolher o “Deus vivo”, o único que pode realmente preencher o vazio da alma e dar vida verdadeira.

5. A Identidade Espiritual e o Nosso Propósito

Um detalhe espiritual belíssimo: assim que Pedro reconhece a identidade de Jesus (“*Tu és o Cristo*”), Jesus revela a nova identidade de Pedro (“*Tu és Pedro, e sobre esta pedra...*”).

Nós só descobrimos quem realmente somos e qual é o nosso propósito de vida quando descobrimos quem Jesus é. A nossa verdadeira identidade (o nosso nome espiritual, a nossa missão) está escondida em Deus. Quando nos entregamos a Ele, Ele reconstrói-nos e diz-nos quem nascemos para ser.

Todos nós somos chamados a fazer o caminho de Pedro: silenciar o mundo, escutar a pergunta interior, receber a iluminação do Pai e ser transformados na nossa essência mais profunda.

Pedro, ao responder a Jesus, não está a fazer um discurso teológico orgulhoso; ele está a manifestar o estado de uma alma que foi tocada e conquistada pelo Amor Divino. Uma alma enamorada, que como diz S. João da Cruz é mansa, humilde e delicada.

6. A Mansidão: O Silêncio perante o Ruído do Mundo

São João da Cruz ensina que a alma enamorada é **mansa** porque acalmou as suas tempestades internas, as suas ambições e a agitação das paixões terrenas.

Quando Jesus pergunta o que a multidão diz, Ele expõe a agitação, o debate e a ansiedade do mundo (“*uns dizem João Batista, outros Elias...*”). A alma mansa, representada ali pelo silêncio perceptível que antecede a resposta de Pedro, não se deixa contagiar por esse turbilhão. A mansidão permite à alma escutar a pergunta de Jesus sem tentar impor as suas próprias ideias. Ela não argumenta; ela espera. Pedro responde com uma serenidade cortante, que não nasce do fanatismo, mas da paz interior de quem encontrou o seu centro de gravidade no Amado.

7. A Humildade:

O Esvaziamento para Receber a Revelação

Para São João da Cruz, a **humildade** é a verdade: reconhecer que o ser humano, por si só, nada é e nada sabe. É a *Noite Escura* do intelecto, onde a razão humana cede lugar à sabedoria divina.

Jesus desmascara qualquer orgulho intelectual ao dizer: “*Não foi a carne nem o sangue que te revelaram, mas o meu Pai*”. Pedro não chegou àquela verdade porque era o mais inteligente ou o mais estudioso dos discípulos. Ele chegou lá porque foi humilde o suficiente para se esvaziar de si mesmo e deixar que Deus falasse através dele. A alma humilde sabe que não possui a Verdade; é a Verdade que a possui. Ao declarar “*Tu és o Cristo*”, Pedro abdica do controlo da sua própria vida e curva-se perante a soberania do Divino. É o esvaziamento do ego (*Kénosis*) necessário para que a luz do Pai possa brilhar no interior do homem.

8. A Delicadeza: A Percepção Aguçada do Invisível

A alma **delicada**, na linguagem joanina, é aquela que se tornou tão purificada e sensível que consegue captar os sussurros mais subtis do Espírito Santo. Ela reage ao mais leve toque do Amor de Deus.

”

A fé é um dom que se recebe na humildade. Precisamos de silenciar a mente e abrir o espírito para que Deus se revele a nós. É uma iluminação interior, não um estudo académico.

No meio de templos pagãos colossais, de estátuas de pedra e do ruído político de Cesareia de Filipe, era preciso uma enorme delicadeza espiritual para reconhecer a divindade num carpinteiro da Galileia. O mundo via apenas um homem; a delicadeza da alma de Pedro viu o “Filho do Deus vivo”. A delicadeza é a fina sintonia do coração com o invisível. Pedro captou uma revelação que estava oculta aos olhos dos sábios e orgulhosos da época. Ele sentiu a vibração da eternidade na presença física de Jesus.

9. O Culminar: A Transformação pelo Amor

São João da Cruz afirma que o fim da jornada mística é a **transformação total da alma no Amado**, onde as vontades se fundem.

No texto bíblico, vemos o resultado prático disso: Jesus olha para aquela alma enamorada (que acabou de se manifestar mansa, humilde e delicada) e diz: *“Tu és Pedro, e sobre esta pedra edificarei a minha igreja”*. A alma que se esvazia de si mesma e se sintoniza com Deus recebe uma solidez divina. Ela deixa de ser areia inconstante e passa a ser rocha, participando da própria natureza de Cristo.

Hoje, proponho-lhe que rezemos juntos esta oração:

Senhor Jesus,

Leva-me hoje contigo, em espírito, até ao deserto de Cesareia de Filipe.

Afasta-me, por uns momentos, do barulho do mundo, da azáfama dos meus dias e do ruído das opiniões alheias.

Silencia dentro de mim o que “os homens dizem”, as modas que passam e as imagens falsas que criei de Ti e de mim mesmo.

No recolhimento do meu coração, escuto a Tua voz suave e firme a perguntar-me:

“E tu, quem dizes que Eu sou?”

Senhor, que eu não responda apenas com a memória ou com teorias que estudei.

Dá-me a graça de te responder com a vida.

Sossega a minha mente, faz calar a minha “carne e sangue”,

para que o Teu Pai Celeste possa sussurrar a Verdade no meu interior.

Que a minha fé não seja um esforço da razão, mas um relâmpago da Tua Graça.

Faz do meu coração essa **alma enamorada** de que falava São João da Cruz:

- Faz-me **manso(a)**, para acolher a Tua vontade sem pressa, sem revolta e sem os debates orgulhosos do meu ego.
- Faz-me **humilde**, para me esvaziar de certezas humanas, reconhecendo que nada sou sem Ti, abrindo espaço para que a Tua Luz me preencha.
- Faz-me **delicado(a)**, purificando os meus sentidos espirituais, para que eu saiba reconhecer a Tua presença viva nas coisas mais subtis, nos momentos mais simples e no rosto dos meus irmãos.

Diante de todos os ídolos caídos deste mundo, eu proclamo com o mais profundo do meu ser:

Tu és o Cristo, o Filho do Deus vivo!

Tu és a Fonte da Vida que pulsa no meu presente.

E ao reconhecer quem Tu és, deixa-me ouvir quem eu sou aos Teus olhos.

Transforma a minha fragilidade inconstante na solidez da Tua rocha.

Une a minha alma a Ti, num abraço místico de amor e fidelidade,

para que já não seja eu a viver, mas Tu a viveres em mim.

Ámen.



Três perguntas e... mais uma

Sobre o livro "São João da Cruz: Cantor da glória de Deus e da dignidade do homem"

1. São João da Cruz é assim tão atual que o possamos dizer nosso companheiro de peregrinação?

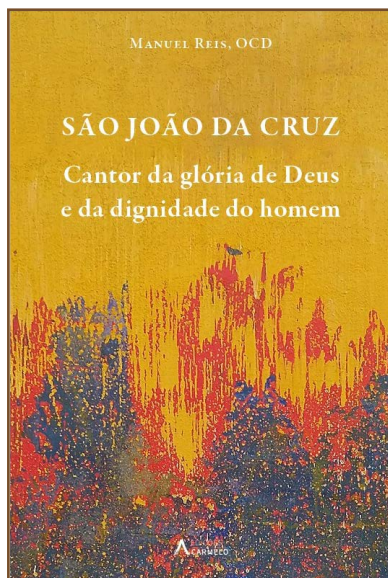
É verdade. São João da Cruz (1542-1591), apesar da distância temporal, é de uma atualidade gritante na vida do Carmelo, da Igreja e do mundo, pois, como disse São João Paulo II, estudioso e discípulo do «*Mestre na fé*», «*os santos nunca envelhecem*». O essencial da sua experiência, doutrina e mensagem, é-nos mais necessária ainda hoje do que aos cristãos e religiosos da Espanha do século XVI. Constitui um dos antídotos mais eficazes contra os perigos de uma civilização voltada para a exterioridade e, pela via da interioridade orante, pode preservar o nosso cristianismo da anemia espiritual. A pessoa humana é digna, não pelo que faz ou produz, mas porque é infinitamente amada por Deus.

Ele consagrou toda a sua vida a cantar e amar a glória de Deus e a honrar e servir o homem e a sua dignidade. A união com Deus é o sentido primeiro e último da vocação e missão do homem sobre a terra. O que há de mais provocante em São João da Cruz, é que, a um mundo que toma cada vez mais consciência de seus próprios valores, não cessa de lhe atirar à cara o antigo adágio: «*Só Deus basta*», e isto com uma exclusividade que reserva a poucos a realização do «*homem em verdade*». Neste sentido, ele é um verdadeiro mestre, pedagogo, mistagogo e companheiro de viagem espiritual desde a graça do batismo até à glória eterna.

É «*o grande mestre da verdade viva sobre Deus e o homem e dos caminhos que conduzem à união com Deus*». «*Só Deus pode libertar o homem*». «*A dignidade e liberdade do homem é a comunhão com Deus*».

2. São João da Cruz não nos saiu ousado quando afirma que o ser humano é «Deus por participação»?

O Santo é de uma ousadia bíblica e patrística ao afirmar que o ser humano é «*Deus por participação*». Como afirmava Santo Ireneu, a pessoa humana é a manifestação da glória de Deus na dignidade da sua vida. João da Cruz, à luz da glória de Cristo e da glória da Igreja, cantou da glória de



**SÃO JOÃO DA CRUZ:
CANTOR DA GLÓRIA DE DEUS
E DA DIGNIDADE DO HOMEM**
(Edições Carmelo)



Autor: P. Manuel Reis

Deus e serviu a dignidade do homem, com a santidade da sua vida e o seu magistério sobre os mistérios da fé cristã. O Doutor místico é uma testemunha singular e excecional do rosto humano de Deus e do rosto divino do homem, à luz de Cristo, na vida atual da Igreja. «*Jesus Cristo é o rosto humano de Deus e o rosto divino do homem*». Para o Santo, Cristo, a única Palavra do Pai (2 S 22, 3) – «*em Cristo habita corporalmente toda a plenitude da divindade* (Cl 2, 9)» –, contém e revela toda a riqueza do mistério de Deus e do mistério do homem: «*O mistério do homem só no mistério do*

Verbo encarnado se esclarece verdadeiramente (GS 22)».

A união de amor com Deus é o princípio que unifica o sistema sanjoanino. Deus e o homem «*buscam-se*» reciprocamente (CH 3, 28), e «*desejam*», a união (CB 21, 1). Deus pretende igualar consigo o homem (CB 28, 1). O homem «*nunca descansa*» (CB 22, 6), nem «*pode estar satisfeito*» até chegar a ser «*Deus por participação*» (CB 38, 3). A união é «*uma vida por união de amor*» (CB 12, 8), são «*duas naturezas num espírito e amor*» (CB 22, 3), é ser um com Deus «*por unidade e transformação de amor*» (CB 39, 5). O amor produz «*tal semelhança*» que «*se pode dizer que cada um é o outro e que ambos são um só*» (CB 12, 7). A alma está «*feita divina e Deus por participação, quanto se pode nesta vida*» (CB 22, 3).

A união é o grande milagre do amor que une os amantes:

«*Oh noite que guiastes!*

Oh noite amável mais que a alvorada!

Oh noite que juntaste

Amado com amada,

Amada no Amado transformada»

(Noite 5).

Nesta metamorfose amorosa «*a alma mais parece Deus que alma, e ainda é Deus por participação*» (2 S 5, 7).

Estou convencido de que São João da Cruz, que trabalhou generosamente pela glória de Deus ao serviço da dignidade do homem, subscreveria de bom grado a mensagem atual do Papa Leão XIV sobre a necessidade de salvaguardar o primado da pessoa humana à luz do Verbo encarnado.

«*Em Jesus Cristo, esta magnífica humanidade torna-se o Caminho, a Verdade e a Vida, abrindo a cada um de nós a via para crescermos até à plenitude*» (n. 1). «*O ser humano, chamado à comunhão com Deus... não está confinado aos limites da própria natureza, mas é chamado a transcender-se a si mesmo*» (nn. 48.127). «*A verdade que não devemos perder é aquela sobre Deus e sobre o ser humano, tal como Cristo nos revelou*» (n. 237). «*Temos o dever urgente de permanecer profundamente humanos, salvaguardando com amor essa magnífica humanidade, que nos foi plenamente dada e mani-*

Três perguntas e... mais uma

Sobre o livro "Vozeirinhos"

festada em Cristo» (n. 231). «O centro da história continua a ser um rosto humano que pede para ser olhado. Este rosto humano é a plenitude para a qual caminha a história» (n. 233).

«O que salva o ser humano não é a autossuficiência aperfeiçoada, mas uma relação que liberta, uma comunidade que transforma» (n. 128). «O Deus vivo desce à nossa história e transforma-a num lugar de salvação... «Ó maravilha [...] o homem é Deus e este Deus-Homem passa por todos esses graus, suporta todos esses estados e os enobrece, santifica e deifica em si mesmo!. O que salva o homem é o amor divino que desce ao ponto mais vulnerável da sua história e a regenera profundamente» (nn. 231-232).

3. Deus é glorioso porque é Deus. Mas se o homem não fosse glorificado não seria a mesma coisa, pois não?

Não, não seria a mesma, morreria escravo do seu pecado e não viveria para Deus. na liberdade de filho de Deus.

«A Magnífica Humanidade criada por Deus encontra-se hoje perante uma escolha decisiva: erguer uma nova torre de Babel ou construir a cidade onde Deus e a humanidade habitam juntos» (n. 1).

Uma coisa é uma humanidade habitada por Deus – «e Deus habita no coração dos ser humano para fazer dele um construtor da civilização do amor» – e outra seria uma humanidade sem Deus e sem humanismo transcendente que certamente se tornaria uma sociedade fria e até anti-humana. Há eclipse solar total – escuridão e resfriamento – quando o sol, a lua e a terra estão perfeitamente alinhados. Quando Deus e o homem estão perfeitamente alinhados em Cristo e na Igreja tornam-se cooperadores na construção da cidade da convivência e da paz.

O Santo subscrive ainda o recente desejo do atual Papa: «Que a humanidade nunca perca a própria beleza e o

mundo possa reconhecer mais uma vez, no coração do ser humano, o lugar onde Deus deseja habitar» (n. 16). «Também a era da IA pode tornar-se uma etapa em que o Espírito faz amadurecer a civilização do amor na nossa vida... de modo que possamos testemunhar a beleza duma magnífica humanidade habitada por Deus» (n. 245).

O místico-poeta afirma bíblicamente que «Deus seria homem e o homem seria Deus». O sonho de Deus realizou-se: «Ficou o Verbo encarnado / no ventre de Maria». Cumpriu-se o sonho do homem: «E no homem a alegria», porque «dentro de Deus absorto, Vida de Deus viveria». Eis, como o homem é «Deus por participação».

O Deus da glória não só «nos predestinou, em Cristo, mas também n'Ele nos glorificou» (Rm 8, 30). Deste modo, Deus revelou ao homem o Seu rosto humano: «Deus com esse seu rosto cheio de graça, diz ao homem na sua união, não sem grande júbilo da sua parte: Eu sou teu e para ti; gosto de ser como sou por ser teu e para Me entregar a ti» (CH 3, 6). E manifestou ao homem o seu rosto divino, a sua dignidade de filho de Deus: «Olhando, com sua só figura vestidos os deixou de formosura e dignidade» (CB 5, 4).

e... 4. O processo de glorificação aproxima-nos de Deus, a ponto de nos enchamearmos Nele; podemos dizer, por isso, ao revés, que longe Dele enregelamos?

Deus, enamorado da bondade e beleza da sua criação, engrandeceu o homem chamando-o à união de amor com Ele, para contemplar e adorar com amor a obra de glorificação de Deus na sua vida.

Com o presente livro – São João da Cruz. Cantor da glória de Deus e da dignidade do homem – o Carmelo Teresiano e as Edições Carmelo querem oferecer à Igreja em Portugal, neste Ano Jubilar sanjoanino, um «valioso serviço» de «difusão da sua mensagem» sobre Deus e o homem,

à luz de Cristo e da Igreja; de «facilitação da compreensão da sua doutrina», de «iniciação à leitura das suas obras», que nos interpelam e desafiam no «caminho seguro para chegar à santidade – o estado de perfeição ao qual Deus nos chama a todos».

A 24 de agosto de 2026 celebraremos os 100 anos da proclamação de São João da Cruz como Doutor da Igreja, o qual, nos ensina a «gloriar-nos da nossa glória», da nossa grande dignidade, o grande dom do amor do Pai, na fonte da Eucaristia, na qual

«Cristo é nosso e todo para nós»:

*«Esta viva fonte que desejo
Neste pão de vida eu a vejo
Ainda que é de noite».*

*«Uma esposa que te ame,
Meu Filho, dar-te queria,
Que por teu amor mereça
Ter a nossa companhia.
E comer pão numa mesa,
Do mesmo pão que Eu comia,
Para que conheça os bens
Que em tal Filho Eu possuía.
E comigo lhe compraza
Tua graça e louçania» (Rom 3).*

É na mesa eucarística do Pai e do Filho que o homem é «Deus por participação», companheiro e comensal do pão sacramental e espiritual do amor de Deus.

*«Meus são os céus e minha é a terra;
minhas são as gentes, os justos são meus,
e meus os pecadores; os anjos são meus,
e a Mãe de Deus e todas as coisas são minhas,
e o mesmo Deus é meu e para mim,
porque Cristo é meu e todo para mim.
Pois que pedes e buscas, alma minha?
Tudo isto é teu e tudo é para ti.
Não te ponhas em menos, nem repares
em migalhas
que caem da mesa de teu pai.
Sai fora e gloria-te em tua glória.
Esconde-te nela e goza, e alcançarás
as petições do teu coração» (Dito de Luz e Amor, 26).*

APRENDER A CALAR: sabedoria *sem ruído* de palavras

Frei Marco Caldas, OCD



Fotografia: Joe, pixabay.com

Nota de abertura

Num mundo saturado de ruído exterior e interior, o silêncio torna-se resistência espiritual, fidelidade ao essencial, pedagogia da atenção e caminho de purificação. A nossa interioridade entra no silêncio não para fugir do mundo, mas para regressar ao Centro, lugar onde Deus habita. O silêncio é uma das realidades mais discretas e, ao mesmo tempo, mais transformadoras da vida espiritual. Não é ausência nem vazio estéril, é lugar de revelação, morada do Mistério, espaço onde o nosso ser interior aprende a escutar Deus.

Aprender a calar é aprender a estar diante de Deus com verdade, simplicidade e despojamento. Cessam as palavras, repousam também as imagens, os desejos e as ideias sobre Deus. No fundo, o nosso ser interior aprende a escutar a brisa leve, a notícia de Deus. Não é conceito nem pensamento, é presença que dilata o coração.

A nossa dimensão intelectual cai em silêncio profundo e o coração interior descobre uma paz que não depende de esforço, que é condição para o encontro com o Senhor. Quem se aproxima d'Ele agitado não escuta as Suas Palavras, que são sussurro e brisa suave. O nosso ser interior dispõe-se, como Samuel: «Eis-me aqui, Senhor.» (1 Samuel 3,4-10). É a sabedoria sem ruído de palavras.

I. O silêncio: morada interior

O místico, João da Cruz descreve-nos o recolhimento interior como um movimento de libertação das coisas transi-

tórias, das distrações e dos apoios espirituais que antes ajudavam, mas agora estorvam. O silêncio está presente nesta dinâmica de transformação. Para ele o silêncio não é apenas método, é sim, sinal de maturidade espiritual. Para o nosso místico os «sinais do recolhimento interior são três: primeiro, se a alma não gostar das coisas transitórias; segundo, se gostar da solidão e do silêncio e se sentir impelida para o mais perfeito; terceiro, se as coisas que antes a costumavam ajudar, por exemplo reflexões, meditações e atos, agora a estorvam, não encontrando outro apoio na oração senão a fé, a esperança e a caridade.» (Ditos de luz e amor, 118).

A contemplação busca o silêncio interior, pois é uma forma de oração, já não apoiada em imagens, raciocínios ou sentimentos, mas sustentada apenas pelas três virtudes teológicas, isto é, fé, esperança e caridade. É o momento em que o coração interior começa a «voar sobre todo o entendimento». Entre as imagens mais belas da tradição carmelita está a do pássaro solitário, que o nosso místico São João da Cruz utiliza para descrever a interioridade que entrou na via contemplativa. Para ele, as «propriedades do pássaro solitário são cinco. Primeira, voa para a parte mais alta; segunda, não tolera nenhuma companhia, nem mesmo da sua natureza; terceira, vira o bico para o ar; quarta, não tem cor determinada; quinta, canta suavemente. Estas mesmas qualidades há-de ter a alma contemplativa: colocar-se acima das coisas passageiras, fazendo tanto caso delas como se não existissem; ser muito amiga da solidão e do silêncio, de modo a não tole-

rar companhia de outra criatura; voltar o bico para a brisa do Espírito Santo, correspondendo às suas inspirações, a fim de se tornar mais digna da Sua companhia; não ter cor determinada, ou seja, não ter tomado nenhuma outra determinação a não ser naquilo que é vontade de Deus; cantar suavemente na contemplação e no amor do seu Esposo.» (Ditos de luz e amor, 120).

O silêncio torna-se então não apenas uma prática, mas um modo de estar diante de Deus: a sós com Deus, sem cor e sem distração. Aqui é voo, é altura e é liberdade. A interioridade desprende-se das cores que a definem, das companhias que a prendem e das distrações que a dispersam. Aprende a cantar suavemente, não com palavras, mas com amor. A transformação interior acontece no silêncio, não é obra humana, mas divina. Cessam os modos antigos de pensar, de querer e de recordar. Deus introduz a pessoa, num novo modo de conhecer e amar, espaço de transfiguração: «Abandonado o velho modo de entender humano, Deus dá-lhe um novo modo de conhecer Deus em Deus.» (1 Livro da Subida do Monte Carmelo 5,7)

Aqui, o silêncio já não é apenas caminho, é morada. A pessoa permanece em Deus não por esforço, mas por graça e Deus permanece nela. Aprender a calar é entrar numa sabedoria que não se explica, não se demonstra, não se discute. É uma sabedoria silenciosa recebida, que ilumina sem fazer ruído. É o saber dos enamorados, o saber dos que escutam, o saber dos que se deixam transformar. O silêncio torna-se morada, espaço onde Deus age sem ruído, lugar de encontro e lugar de purificação. É a sabedoria sem ruído de palavras, aquela que só se aprende calando.

II. Quando o entendimento se cala

Há um momento na vida espiritual em que o entendimento, tão habituado a construir caminhos, se descobre «sem escada» para ir ao Encontro. Procura subir, procura compreender e procura agarrar Deus com conceitos, imagens, raciocínios, mas tudo lhe escapa. É então que começa a verdadeira «Subida».

O Poeta do ser interior, São João da Cruz diz-nos que: «não existe uma escada pela qual o entendimento possa chegar até este grande Senhor.» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo 8,7). Mas o entendimento é ponte para o Mistério. E é no silêncio, não num silêncio vazio, mas num silêncio que renuncia às escadas humanas, que abandona o desejo de compreender Deus com ferramentas de criatura e que aceita a noite como lugar de passagem. Despojado das suas seguranças, o entendimento, aprende a não subir, e, é nesse não subir que Deus o eleva. O ser interior abandona as escadas do entendimento entra numa forma nova de conhecer, não por provas, mas por presença, não por esforço, mas por graça, não por conceitos, mas por comunhão. Então a nossa interioridade torna-se o espaço onde Deus faz tudo, ilumina sem ruído, conduz sem mapa e transforma sem aviso. Subimos não porque compreendemos, mas porque amamos. E o amor quando é puro, não precisa de escadas, apenas precisa de Deus.

Há imagens na Sagrada Escritura, que só compreendemos quando entramos na noite de Deus. Nuvens, trevas, véus e águas turvas, são símbolos de uma presença que

se oculta para ser acolhida. Deus vela-se porque a Sua luz é demasiado assombrosa para o olhar humano. O Profeta do Silêncio, João da Cruz interpreta as imagens bíblicas como linguagem da fé, essa escuridão luminosa onde Deus habita escondido: «que pôs as nuvens debaixo dos Seus pés, que das trevas fez o Seu véu.» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo 9,2).

A fé é a tenda onde Deus se recolhe, é o véu que protege o coração e a nuvem que impede o entendimento de se perder em luz demasiado forte, é o modo como Deus se deixa ver sem ferir. Só o próprio Deus pode descer, velado, escondido, silencioso, para se dar àquele que O espera na noite da fé. Pois sobre todas as coisas «está o ser de Deus, ao qual ninguém pode chegar só por si.» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo 9,2).

O Cantor do Amado, São João da Cruz com a delicadeza dos contemplativos recorda-nos que a fé é noite, mas é noite habitada. É escuridão, mas é escuridão luminosa. É véu, mas é véu que protege o coração para que possa amar sem se perder. Ao aceitamos noite aprendemos a caminhar sem escada, a amar sem compreender, a permanecer sem ver. E é então que o véu se torna luz, não luz que se vê, mas luz que se sente, que transforma, porque «para a alma excede todas as palavras.» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo 26,1).

A nossa interioridade entra no silêncio onde Deus habita sem ruído de palavras, que preparam o coração para O acolher sem «palavras sucessivas» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo 32,4). Há um ponto na nossa peregrinação espiritual em que o nosso coração humano deixa de procurar Deus com pensamentos, imagens ou raciocínios, porque percebe que já não o conduzem a Cristo.

O Mestre da Subida do Monte Carmelo, São João da Cruz descreve este estado com precisão e ternura: «se a alma gostar de estar a sós, com atenção amorosa em Deus e sem meditar nada em concreto, em paz interior, em quietude e repouso, sem actos e exercícios das potências — memória, entendimento e vontade —, excepto os da imaginação que saltam de um lado para outro. Fica apenas numa atenção e notícia geral amorosa.» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo 13,4).

A nossa vida interior entra então numa solidão habitada. Não pensa, não discorre, não medita: ama. E esse amor é apenas presença. Uma atenção suave, uma notícia geral, um saber sem compreender. Neste estado, as potências — memória, entendimento, vontade — repousam. É o repouso onde Deus sussurra. Não se anulam, mas descansam.

A imaginação, essa inquieta viajante, continua a saltar de um lado para o outro, mas já não perturba. É como ruído distante, como vento que passa sem tocar o Centro. O essencial permanece: uma paz sem forma, um repouso que não é vazio, uma presença que não se explica.

III. O toque que não se sente, mas transforma

O Doutor Místico, João da Cruz fala-nos do saber dos enamorados: um saber que não se analisa, que não se descreve, que não se traduz em conceitos, ao que chama a este estado «notícia amorosa». É uma expressão delicada e quase musical. A nossa pessoa interior sabe — mas não

sabe o quê. Ama — mas não sabe como. É o saber que nasce do silêncio. Quando o nosso eu profundo se cala, Deus age. O silêncio torna-se espaço de transformação, a quietude torna-se morada e a atenção amorosa torna-se união. Deus começa a ensinar no silêncio. A novidade espiritual chega como brisa leve, um toque sem forma, uma paz sem nome, uma presença que não se deixa agarrar. E, no entanto, é já Deus a aproximar-se.

O Companheiro da Noite descreve este começo com a delicadeza de quem conhece bem os caminhos da alma: «esta notícia amorosa costuma ser muito subtil, ténue e quase insensível; [...] estando a alma habituada ao exercício da meditação, que é totalmente sensível, não é capaz de ver e quase sentir esta novidade insensível, que é puramente espiritual.» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo 13,7).

O coração humano, habituado ao que é sensível, procura o que conhece: meditações, imagens, raciocínios e consolações. E, ao procurar o que é mais sensível, perde o que é mais profundo. A paz amorosa que Deus lhe oferece passa despercebida, como água que corre silenciosa por entre pedras. A «notícia amorosa» é subtil porque é espiritual. Não se apoia nos sentidos, nem nas potências, nem na imaginação. É como luz que não ilumina os olhos, mas o coração. Como perfume que não se cheira, mas se reconhece. Como presença que não se vê, mas se sabe. A alma, ainda inexperiente, não entende esta forma nova de Deus se comunicar. E, por não a entender, não permanece nela. Procura o que é mais sensível — e perde o essencial. Mas Deus não se apressa. A paz interior permanece, mesmo quando não é percebida.

A notícia amorosa continua a tocar, mesmo quando não é acolhida. O sossego é quando o coração humano aprende a estar. O Mestre da Subida diz que tudo muda quando a interioridade começa a acostumar-se ao sossego, deixa de procurar sensações, abandona a necessidade de sentir e aceita simplesmente estar, pois, «quanto mais a alma se for acostumando a ficar em sossego, tanto mais irá crescendo e sentindo-se nela a geral e amorosa notícia de Deus.» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo, 13,7).

A «amorosa notícia» cresce. A presença torna-se mais suave e a pessoa interior começa a perceber que Deus estava ali desde o início. A nossa interioridade aprende a permanecer e descobre que esta «notícia amorosa» é mais doce do que tudo o que antes a consolava. «Desfruta mais dela do que de todas as coisas, porque, sem nenhum

trabalho, recebe paz, descanso, prazer e bem-estar.» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo 13,7). É Deus a ensinar a nossa interioridade a amar no silêncio, pois «toda a palavra substancial é formal, mas nem toda a palavra formal é substancial. Substancial é só aquela que, como antes dizíamos, imprime substancialmente na alma aquilo que significa. Por exemplo, se nosso Senhor dissesse formalmente à alma: «Sê boa», imediatamente seria substancialmente boa. Ou se lhe dissesse: «Ama-Me», imediatamente teria e sentiria em si a substância do amor de Deus. Ou se, tendo muito medo, lhe dissesse: «Não temas», sentiria logo grande coragem e tranquilidade.» (2 Livro da Subida do Monte Carmelo 31,1).

Notas finais

Aprender a calar é entrar num silêncio que não é ausência, mas morada. Não é vazio, mas espaço de transfiguração. Não é pausa, mas linguagem. É o lugar onde Deus se comunica de modo discreto, onde a nosso eu interior aprende a amar sem compreender, e onde o entendimento se recolhe para que o agir divino se torne possível.

A nossa peregrinação aprofunda-se quando nos desprendemos das distrações e dos apoios sensíveis que antes nos davam segurança. O que é transitório perde sabor, a solidão e o recolhimento tornam-se naturais, o que antes ajudava passa a dispersar. O silêncio revela-se como o espaço interior onde tudo se simplifica e onde o essencial se acende.

O ser interior torna-se semelhante a um pássaro que busca a altura: sobe ao mais alto, liberta-se das formas que o definem, não se prende a cores nem a imagens, e canta suavemente no íntimo. Este canto interior nasce da liberdade, da quietude e da capacidade de permanecer só com Deus. Quando cessam os modos antigos de pensar, querer e recordar, a alma recebe um modo novo de conhecer e amar. Já não procura escadas criadas para chegar ao Criador, porque compreende que nenhuma criatura pode conduzir ao Infinito. A fé torna-se o véu luminoso que envolve e protege quem se deixa conduzir.

A oração transforma-se numa atenção amorosa, vivida em paz interior, quietude e repouso. O toque é breve, aprender a calar é descobrir que o silêncio é o lugar onde Deus transforma o ser interior, elevando-o da meditação sensível à união, onde tudo o que é figura cai e só permanece o Amor.

Fátima · 16 a 18 outubro 2026

O mal, o sofrimento e a esperança

Domus Carmeli

PARTICIPAÇÃO: presencial | on-line

Organização **Institutos de inspiração carmelita e teresiana**

Curso de Acompanhamento

Início a 13 de novembro de 2026



A Igreja Católica, fiel ao seu compromisso de ser uma “comunidade de acompanhamento”, acolhe em Fátima uma nova proposta formativa de relevo. Os Carmelitas Descalços apresentam o Curso *Acompanhamento* para o ano pastoral 2026-2027, uma iniciativa a realizar-se na casa Domus Carmeli, que visa sensibilizar e capacitar os cristãos para a missão de caminhar com o outro na escuta, no discernimento e na proximidade.

Assente na convicção de que Deus é o primeiro acompanhante da humanidade, que em Jesus Cristo e no Espírito Santo se faz próximo de cada pessoa, o curso propõe-se qualificar o serviço de homens e mulheres disponíveis para acompanhar vidas com humildade, maturidade humana e generosidade.

Com uma abordagem multidisciplinar que integra as dimensões teológico-espiritual, psicológica, pedagógica e pastoral, a formação dirige-se a diretores espirituais, formadores de seminários, pais, catequistas, professores e animadores de grupos eclesiais. O programa organiza-se em cinco módulos presenciais, entre novembro de 2026 e maio de 2027, inspirando-se no ícone bíblico dos discípulos de Emaús como imagem do caminho feito a dois.

A primeira fase, composta pelos três módulos iniciais, aprofunda os fundamentos bíblicos e antropológicos do acompanhamento, a sua relação com o Magistério da Igreja e o diálogo com a psicologia, sublinhando também a importância do discernimento sobre o encaminhamento para técnicos especializados. Será ainda dado destaque ao contributo de grandes mestres da espiritualidade, como Santa Teresa de Jesus, São João da Cruz e Santa Teresinha do Menino Jesus.

Na segunda fase, a formação centra-se em dimensões práticas, acompanhando as etapas da vida humana: da infância ao discernimento vocacional na juventude, até ao acompanhamento no envelhecimento. O curso encerra com uma reflexão sobre os diversos estados de vida, abrangendo casais, leigos celibatários, sacerdotes e consagrados, reforçando a ideia de que ninguém deve caminhar sozinho.

Entre aulas, dinâmicas de grupo e momentos de oração no Carmelo de São José, os participantes serão preparados para serem servidores da esperança, contribuindo para uma Igreja mais fraterna e verdadeiramente sinodal.



DIÁRIO SEM VOO

Que é que eu faço aqui?

Frei João Costa, OCD



Fotografia: Capa do livro *Exame Final* (Edições Carmelo)

◇ Cheguei a Avessadas na véspera de Santo António. Nunca gostei muito de mudar; nunca tanto me custou mudar. Vim por obediência, sem a tomar por virtude. A secas. E é que neste estroncar de raízes ainda não vejo virtude alguma.

◇ Eu não voo, não tenho alucinações, não tenho histerismos, não tenho arroubamentos. E até estou, julgo eu, mais do lado do barro pesado que do leve vitral.

Junho 13, 2026

◇ Festa de Santo António. Intrépido. Como ele, só um; ele mesmo.

◇ Certo dia, quase fortuitamente, fui a um concerto do Sérgio Godinho. Gosto. Gostei. Tinha ele uma garrafa de vinho tinto, donde ao longo do concerto foi bebendo, libando e saudando a vida. Não me recordo quanto bebei; mas sei que nós, sacerdotes, no altar, também vertemos vinho tinto num cálice.

Recordo-me que depois da primeira canção, ele abriu a camisa e contou que saíra vivo e salvo duma operação de *barriga aberta*. Concordei que valia bem a pena celebrar a vida com vinho tinto. Do nosso.

Mas o que mais me ficou daquele curto concerto na foz do Lima foi um trecho da segunda canção que ele cantou:

Dói-me o joelho. Dói-me parte do antebraço.

Dói-me a parte interna. De uma perna.

E parte amiga. Da barriga.

Que fadiga. O que é que eu faço?

Não sei que mais me doi, se a parte amiga se a desamiga.

Julho 5, 2026

◇ No domingo dia 5 de julho cheguei, manhãzinha, cheio de sono ao Funchal. Os dois frades desdobram-se para me aconchegar e para que, em sua ajuda, celebrasse missa. Por fim, ajustamos que fosse às 18:00. Foi e ainda bem.

Regressei no dia vinte, num voo quási nocturno. Na mala trazia mais de trinta canetas (todas oferecidas). Tenho de perceber porquê. Pelo meio preguei a novena de Nossa Senhora do Carmo, na Missa das novo e na das dezoito. Intenso. Para surpresa de não poucos, em ambos os momentos a igreja do Carmo esteve crescentemente cheia. E por fim, opulenta.

No dia 16 sepultámos a Nina. De facto, não foi surpresa não tê-la nem na assembleia, nem no zeloso cuidado dos altares. Porém, inesperadamente, participei nas suas exéquias; mas só no fim me disseram que ela tinha pedido ao Senhor para morrer: ou no dia 12 de junho, ou no dia 15 de julho, ou no dia 7 de dezembro. O leitor perceberá a intenção. Morreu a 15 de julho e Deus e a Mãe sabem porquê. Levou o Escapulário sobre o peito. E outro, igualmente grande, sobre o caixão.

A terra do cemitério é muito vermelha. E o modo de ali abrir as covas é muito diferente do continente, pelo menos a norte. Nunca esquecerei.

Durante a novena – ali dizem *novenas* – cantaram-se cânticos lindíssimos a Nossa Senhora do Carmo, alguns dos quais eu nunca ouvira. Alguém deveria recolhê-los e passá-los ao futuro.

◊ O pessoal do Funchal é especial. Vim com a alma cheia de versos!

Agosto 1, 2026

Exceptuando a última semana, passei quase todo o agosto em Avessadas. Não existe nisso nenhuma espécie de heroísmo, mas foi assim. Aqui e ali, a terra ao longe ardia, o que não é sossego algum. Colunas de fumo ataçavam o ar. E o ar ardia e queimava à volta da pele. Queimou. Claro que compreendo os que, podendo, fogem para sul e, durante uns dias, veem renascer-lhes as guelras.

Agosto 21, 2026

Passada a rija canícula do início da tarde de hoje, dois irmãos subiram o escadório do Santuário para confessar-se. O segundo, Abel de nome, também se confessou. Carcomido por um cancro, disse-me que já não se confessava há 35 anos, não por nada, mas porque a vida tinha sido para o trabalho, o trabalho, o trabalho, o trabalho... O trabalho. Estava a morrer e sabia-o. Dei-lhe a absolvição e depois amparei-o num abraço longo, durante o qual enchi uma pipa de lágrimas. Deixando-me com tudo o que tinha, lavou-me a branca túnica.

Agosto 28, 2026

Pelas nove da noite, em Santa Marta de Portuzelo, Viana do Castelo, eu, a Verónica Parente e o Professor Manuel Vitorino apresentámos o livro *Exame Final*. Nenhum de nós três tem mais que um exemplar, pelo quem quiser lê-lo que o peça àquela Junta de Freguesia.

Na realidade trata-se dum livrinho, mas tenho para mim que os livros não se medem aos palmos. A verdade é que no dia 14 de dezembro de 2025, e depois em todos os dias 14 de 2026, comecei a publicar na Claustro (www.carmelitas/claustro) uma pequena obra de arte em torno à figura do Santo de Hontiveros, frei João da Cruz. Tenho por ele especial ternura, e como uma imagem vale por mil palavras...

Rui Pinto, pintor vianense de 80 anos, aceitou colaborar connosco. A mão treme-lhe, o coração não. Foi generoso, atendeu-nos uma mancha de vezes, aprendeu tanto de São João da Cruz que, a nosso parco ver, em algo – ao menos no despojamento –, se parece ao Santo. Mas como essa é a fazenda de Deus, é Ele quem bem sabe.

No livrinho escrevemos os nossos encontros com ele, e umas palavras pequeninas sobre o Santo da nossa eleição. A esse conjunto de palavras minúsculas chamámo-

-lhe *Exame Final*. O título é simples de descodificar: a mão treme-lhe e a candeia do olhar já não o alumia muito, é certo, mas ainda assim, ele permanece generoso, disponível para ouvir, gracioso no falar e generoso no repartir.

No entardecer da vida seremos examinados no amor – diz São João da Cruz. O Rui também; e diante de nós, ele passou no exame com *suma cum laude*. Estamos-lhe muito gratos.

Na apresentação do livro, diante dos circunstantes, referi que o papel do artista é alumbrar-nos os olhos e a alma. E não retiro o que disse. Pelo menos, eu sinto-me amorosa e verdadeiramente alumbrado e deslumbrado pelo traço tremelicado do Rui. Esta tarde fui ver algumas fotos que lhe tirámos ao longo de curto punhado de meses: Nas primeiras aparece derreado, nas do meio, semi-erguido; nas últimas, alevantado e erecto.

Ah, meu Deus...

Setembro 6, 2026

◊ O Pároco de Alpendurada e Matos, e de mais três paróquias, entrou na roda da mudança de Párocos, aqui na região. Como a outros, nós, os do *Cumbênto de Bessadas* fomos em socorro das comunidades – temos de ser uns para os outros, dizia-se na minha terra.

Até ao dia vinte de setembro, data da tomada de posse do novo pároco, celebrei missas e funerais em Eja, Torrão e Alpendurada. Quem me conhece desde o lado de dentro, sabe que não tenho grande apreço por celebrar fora da minha igreja conventual. Não tenho não, mas também não sou de deixar sem a caridade da prece e da oração uma família, uma comunidade ou um defunto. E lá fui, como apóstolo ruim.

No dia vinte volvi lá para celebrar o baptismo do Rodrigo que se apresentou muito vivaço e reguilita; e os que faziam a passeadeira para a entrada do novo pároco, atiraram-me: – *Ó, Senhor Padre, Bocê não nos larga! Até parece que gosta de nós!...*

Soubessem eles!

A verdade é que num punhado de dias celebrei mais vezes fora da minha igreja que nos últimos cem anos da minha vida!

◊ E lá voltei a lembrar-me da canção do Godinho: *O que é que eu faço aqui?*

Setembro 7, 2026

Rente ao Douro que agora corre amansado – ou será entrevado? – por um rosário de barragens, celebrei na Paróquia do Torrão as exéquias de um homem, de quem já não recordo o nome. Embora afastado, o cemitério é ainda mais junto às águas do lado direito do rio, o que me deixou certa inveja, por me parecer um prémio muito singular poder aguardar pela eternidade junto da mansa corrente das águas. Mas não é isso que agora aqui quero

A mão treme-lhe, o coração não. Foi generoso, atendeu-nos uma mancha de vezes, aprendeu tanto de São João da Cruz que, a nosso parco ver, em algo – ao menos no despojamento –, se parece ao Santo. Mas como essa é a fazenda de Deus, é Ele quem bem sabe.

”

destacar: Se não lembro o nome do homem, lembro o apelido – Espírito Santo! Naquela tarde senti um certo incómodo por enterrar o Espírito Santo.

Sem palavras...

Setembro 18, 2026

Às 18:30, serenamente, celebrei a Missa de Séptimo dia de Abel. Encarregado que fora dos funerais daquela banda, não o celebrara eu o seu, mas o Padre Noé Martins, por nesse dia me encontrar em Aveiro, no IV Encontro do Carmo Jovem +.

Cheguei à Igreja Paroquial de Santa Clara do Torrão para celebrar missa sem mais sal ou menos sal. – Facilmente poderia tê-lo advertido; mas nem de me lembrou que deveria celebrá-la como se celebra a primeira e a última; sim, pesaroso, me confesso, nem me lembrei de tal. – O certo é que a missa decorreu bem, serena, sem canto nem pressas. – À minha proposta, respondiam todos, ou quase. Havia muito povo, comungou quase todo ele. A verdade é que por estes lados os cristãos só comungam aos domingos ou nos funerais, que são raros – dizem; ou nas Missas de Séptimo Dia que são... aos domingos. Mas claramente esta não o era.

Tal pouquidão é estranha para mim, mas vou-me habituando.

No regresso à sacristia, em lágrimas, apesar de tudo, serenas, o povo trancou-me as portas. Perguntaram-me o nome, e coincidia: fora eu que confessara o Abel! E sim, fora, concluí, por fim, também eu. E logo me disseram que ao chegar a casa – a sua *ekklesia*! – logo convocara os seus, dizendo-lhes: *Confessei-me em Bessadas e o Padre mandou-me dar um abraço a cada um de vós!* Por ser verdade, confirmei. Aliás, quando numa sexta-feira de agosto o abraçara depois da confissão, senti-o reconciliado com a terra e o céu; e sereno, e leve, e esvoaçante, em *fiat*. E confiante.

Mas, caramba, um Padre tem que ter cuidado com o que diz – cada vez penso mais nisso. Depois da confissão,

o Abel fora para casa e chamara ou mandara chamar todos os familiares, incluindo os que estavam na diáspora. A todos deu um abraço tão doce que ninguém bem o sabe explicar (nem agradecer!). E depois de abraçar o derradeiro, morreu.

E ali estava eu a rezar com ele e por ele a Missa de Séptimo Dia!

Setembro 19, 2026

♦ Ao fim da tarde, desci de novo ao mosteiro de Alpendurada para rezar Missa de Séptimo Dia por Manuel, solteiro e pobre de profissão, cujas exéquias celebrara eu. Cheguei à sacristia e o Senhor Élio, sacristão, tinha apontado mais dez ou doze intenções de Missa. Ralhei como quem ri. Respondeu-me sério: – *Senhor Frei, as pessoas ouviram-no na homilia do funeral e souberam que vinha. E então, pediram que rezasse pelos defuntos deles. E a não ser assim, só teríamos aqui seis pessoas. Além disso, as pessoas gostam de comungar e aqui comungam poucas vezes!*

♦ O rio é alimentado por pequenos riachos.

Setembro 23, 2026

Ferrado por um cancro, um homem achou-se a morrer. Foi-se detendo, lutando, mas um dia lá mandou chamar urgentemente um padre católico. Durante quase noventa anos militantemente militara ele contra a Igreja Católica. E o Padre que do leito de morte se afochegara, sabia-o. Queria confessar-se e o Padre iniciou o Sacramento. Mas o homem permaneceu mudo pela eternidade de cinco minutos. O Padre não sabia que fazer, mas não se retirou. Por fim, com voz segura, o homem falou assim:

– *Acha justo, Senhor Padre, que uma pessoa que viveu toda a vida contra Deus, agora Lhe peça para ir para o céu?*

Ainda que surpreso, o Sacerdote respondeu:

– *Não, não acho. Não é nada justo, não. Mas, felizmente, Deus não é justo. É misericordioso, e há muito que aceitou ser continuamente roubado!*



EXPERTO EN

SANTA ISABEL DE LA TRINIDAD

VIDA • OBRA • PENSAMIENTO • ESPIRITUALIDAD

Octubre 2026 – Junio 2027
Presencial y online

MATRÍCULAS ABIERTAS