

Редакційне

Значення Сорокденного посту для християн

Час посту це особливий період у католицькому календарі, час дуже важний, який має на цілі приготування вірних до Пасхи.



Великодній сорокденний піст встановлений на те, щоб приготувати і розположити вірних до зустрічі найбільшого християнського Свята - Христового воскресіння.

Це особливіше приготування до Пасхи йде від понеділка першого тижня посту (тут в нас від середи карнавалу) аж до Страсного Тижня. Християни католики в той період позбуваються деяких звичаїв в їжі, постять зрікаючися споживання м'яса в п'ятниці і в перший день посту. Багато християн постять цілий Страсний Тиждень аж до Великої Суботи, а крім того, присвячують більше часу як звичайно на молитву, на різні богослуження, головню на відправу Хресної Дороги, де застановляються над терпіннями Христа, щоб так розположити себе з більшим приготуванням стрічати найбільше свято в християнському календарі - Христове Воскресіння. Щодо стримання від м'яса в вищезгадані дні, в тому часі не відбуваються великі торжественні святкування, ані бенкети ані гучні забави.

Вдумуючися над тим, що Христос перетерпів ціле життя, а головню коли був суджений і засуджений на смерть, християни роблять жертви з любові до Христа, щоб так показати Йому вдячність за діло відкуплення. В тому часі присвячується більше часу на молитву й застанову, на великодню сповідь, на практикування діл милосердя, головню супроти найбільше потребуючих, А саме стримання від м'яса та від більшого вживання напیتків, видавання гроша на бенкети також має на цілі зробити жертву з того, що було би видане на те, на діла милосердя.

Тих сорок днів мають пригадувати вірним сорок днів і сорок ночей коли Іус Христос перебував на пустині в пості і в тісній злуці зі своїм Небесним Отцем, щоб, так підкріплений Святим Духом, виступити до своєї прилюдної праці для спасіння людства.

О. Тарсикій Залуцький, ЧСВВ

Editorial

O significado da Quaresma para os católicos

O tempo da Quaresma é um período especial dentro do calendário católico, do ano eclesiástico muito importante como preparação para a Páscoa.

Este período vai do fim do Carnaval até a Semana Santa, conhecido na Igreja católica como Quaresma e significa um tempo especial de preparação espiritual para a Páscoa. Durante esses quarenta dias reflete-se com mais atenção sobre a paixão de Jesus e praticam-se alguns sacrifícios a mais.

Os católicos atuantes durante este tempo têm a rotina espiritual intensificada, tentando vivenciar a vida e o sofrimento de Cristo.

O período da Quaresma é uma preparação intensa para a Páscoa, quando Jesus Cristo ressuscitou depois de ter sido julgado injustamente, condenado, crucificado e morto.

Unindo-se com os sofrimentos que Cristo aceitou, o cristão faz alguns sacrifícios durante os 40 dias. O recomendado é não comer carne, principalmente nas sextas-feiras, na Sexta-feira santa e na Quarta-feira de Cinzas. Esta é considerada uma prática penitencial. O ato de comer carne está ligado à questão da festa, de grandes banquetes que durante a Quaresma devem ser evitados. Por isso, não comer carne e deixar de participar em grandes festas, lembra para nós uma simplicidade nos costumes de alimentação.

Mas o que é o mais importante é também um período com momentos de reflexão para que o exemplo de Cristo ajude os fiéis a passar por uma mudança interior. A Quaresma é esse tempo penitencial. Três práticas essenciais para esse período são: a oração, a caridade e o jejum. São 40 dias para que nós possamos refletir, crescer na conversão e na abertura para Deus. É tempo também de caridade, de partilha com o irmão, de conhecer mais a palavra de Deus e de ver melhor Cristo no irmão.



Намірення за Євангелізацію

За християнську відповідь на виклики біоетики.

Молімося, щоб ми, християни, стикаючись з новими викликами біоетики, завжди сприяли захисту життя через молитву та соціальні дії.

Напевно, кожен з нас, якщо не замислюватися, хоча б раз звертали увагу на те, що з розвитком усіх сфер сучасних технологій, таких як засобів масових інформації (ЗМІ), прискорена глобалізація згубно позначається на людині і цілому людстві, особливо щодо питань життя і смерті. І це не дивно адже багато разів особливо на телеекранах (художні фільми, різноманітні репортажі, новини, фільми) доводиться стикатися з цією проблемою, яка стає нашою день за днем. І незважаючи на все це, ми не усвідомлюємо, і найчастіше забуваємо що це є божественне питання. З цієї причини існує певна напруга між біоетикою та теологією, але вони дійсно можуть доповнювати один одного. Якби справжнє значення біоетики, тобто “етика життя”, використовувалося по-християнськи, цієї напруги могло б не існувати.



Намірення за Євангелізацію



Вчення Церкви про святість, про створення людини на “образ і подобу Божу”(Бут 1,26), про шлюб і народження дітей дозволяє морально оцінити біотичні проблеми, які збігаються з волею Божою. І саме в християнстві біомедична етика розглядається в рамках моральної теології як один із способів захисту божественної гідності та індивідуальної свободи. Тому християнство у своїй богословській традиції відповідає на питання розуміння особистості кожної людини та її духовного призначення. Ми живемо поза цим фізичним світом, тому всі повинні ходити згідно з Божою волею.

Біоетика, яка з'явилася як реакція на технологічні досягнення в медицині, з самого початку зосереджувала увагу на філософські біологічних та медичних проблемах, щоб запропонувати висвітлення та рішення, які є більш адекватними та глибокими, все добре! Нам потрібно лише сьогодні прагнути свідчити про Божу волю щодо світу, який гине від моральної байдужості та неосвіченого егоцентризму, щоб присвятити себе служінню нести Богові через суперечливі проблеми та моральні дилеми біоетики щодо людей, які живуть у цьому середовищі. Необхідно, щоб кожна наша думка і рішення з цих спірних питань збігалися з Божим Промислом і служили на вічну славу.

О. Стефан Вонсік, ЧСВВ

Intenção pela Evangelização

Pela resposta cristã aos desafios da bioética.

Rezemos para que nós, cristãos, diante dos novos desafios da bioética, promovamos sempre a defesa da vida com a oração e a ação social.

Provavelmente, cada um de nós, se não pensamos nisso, pelo menos uma vez prestamos atenção ao fato de que com o desenvolvimento em todas as esferas da tecnologia moderna, como os meios de comunicação de massa, globalização acelerada vem tendo um efeito prejudicial sobre o homem e a humanidade como um todo, principalmente no que condiz questões acerca da vida e da morte. E isso não é surpreendente, porque muitas vezes de várias formas, principalmente nas telas de televisão (longas-metragens, reportagens diversas, notícias, filmes) temos que enfrentar essa questão, que está se tornando nossa rotina. E, apesar de tudo isso, não percebemos, e na maioria das vezes nos esquecemos que essa é uma questão divina. Por esse motivo há certa tensão entre bioética e teologia, mas elas podem sim ser complementares. Se o verdadeiro sentido da bioética que é a “ética da vida” fosse utilizada da maneira cristã, essa tensão talvez não existiria.

O ensinamento da Igreja sobre a santidade, sobre a criação do homem "à imagem e semelhança de Deus" (Gn 1,26), sobre o casamento e o nascimento dos filhos, permite fazer uma avaliação moral dos problemas bioéticos que coincidam com a vontade de Deus. E é no cristianismo que a ética biomédica é considerada dentro da estrutura da teologia moral como uma das formas de proteção da dignidade divina e da liberdade individual. O cristianismo na sua tradição teológica portanto, responde à questão de compreender o indivíduo e seu propósito espiritual. Vivemos para além desse mundo físico, e temos que caminhar conforme a vontade de Deus.

A bioética, que surgiu como uma reação aos avanços tecnológicos da medicina, desde o início centrou-se nos problemas biológicos e médicos de sonoridade filosófica com o intuito de oferecer uma cobertura e uma solução ao mesmo tempo mais adequadas e profundas, até aqui tudo bem! Só precisamos nos esforçar hoje para dar testemunho da vontade de Deus para um mundo que perece de indiferença moral e egocentrismo ignorante, para nos dedicarmos ao serviço de levar Deus nos problemas contraditórios e dilemas morais da bioética com para com as pessoas que vivem neste ambiente. É necessário que cada uma de nossas opiniões e decisões sobre essas questões controversas coincidam com a Providência de Deus e sirvam para a glória eterna.

Pe. Estefano Wonsik, OSBM

Apostolado da Oração

Ser cristão é ser apóstolo

E mais ainda, ser membro do Apostolado da Oração é praticar o apostolado com todos os meios acessíveis e possíveis para cada um.

A Igreja, fiel à palavra do Senhor Jesus, não deixa de ensinar que a vocação cristã, por sua própria natureza, é também vocação ao apostolado, à evangelização.

Esta afirmação nos apresenta duas considerações.

A primeira é a de que o apostolado não é algo acidental à vida cristã, mas faz parte da sua própria natureza.

A segunda: se o apostolado é uma vocação, quer dizer, um chamado, significa por um lado que Deus me pede isso e, se o faz, é porque conta comigo e, se conta comigo, é porque tenho capacidade de responder, pois Deus nunca me pediria algo que eu não pudesse fazer. Hoje vamos nos deter na primeira afirmação para retornar mais adiante à segunda.

Ser cristão: é ser apóstolo. Ser apóstolo equivale a ser cristão. O crente que não se vê a si mesmo como apóstolo, mutila sua própria identidade como discípulo de Jesus. Fazer apostolado não pode ser algo acessório do qual eu possa prescindir sem que isso implique romper minha vida cristã, afetar sua própria essência. São Paulo expressa essa verdade fundamental de maneira apaixonada e eloquente quando diz: “Ai de mim, se eu não anunciar o Evangelho”!

A partir desta consideração não é difícil deduzir a íntima relação entre santidade e apostolado. Ambas, de certo modo, constituem a missão da Igreja no mundo: “A missão da Igreja tem como fim a salvação dos homens, a alcançar pela fé em Cristo e pela sua graça. Por este motivo, o apostolado da Igreja e de todos os seus membros ordena-se, antes de mais, a manifestar ao mundo, por palavras e obras, a mensagem de Cristo, e a comunicar a sua graça”.

Todo cristão é chamado a fazer apostolado e, ao fazê-lo, contribui com Deus na santificação de si mesmo e na santificação de outros. O apostolado é meio e ao mesmo tempo fim de minha santificação. Com efeito, é meio enquanto o próprio fato de fazer apostolado me santifica. É fim enquanto faz parte da própria natureza da vida cristã e esta é plena união com Deus mediante a vida em Cristo.



Апостольство Молитви

Бути християнином це бути апостолом

А тим більше, бути членом Апостольства Молитви це апостолувати різними середниками.

Церква, вірна для Божого слова, не перестає усвідомлювати християн, що їхнє покликання, зі своєї природи, це покликання до апостольства, до місії.

Це навчання нас провадить до двох призадум: Перша, це, що апостолять це не щось другорядне в християнському житті, але становить саму природу цього життя.

Друге, апостолять це покликання, означає запрошення, яке походить від Бога, а якщо Бог мене запрошує, це знак, що Він числить на мене, а коли числить на мене, це знак, що маю потрібні сили й потрібну можливість дати відповідь, бо Бог ніколи не буде просити в будь-кого щось неможливе. Розважмо над першою думкою, щоб при нагоді застановитися над другою.

Бути християнином це бути апостолом. Бути апостолом Євангелії означає бути вірним християнином, який свідомий свого покликання до апостольства і розуміє свою ідентичність як Хистового учня. Апостолувати це не щось другорядне, що можу залишити на боці без того, щоб таке поступування не топтало мого християнства, відкидало його есенцію. Святий Павло висказує цю фундаментальну правду коли пише: “Горе мені, якщо не буду проповідувати Євангелію!”

З цього виходить, що існує тісна злука між святістю і апостолятом. Обидві ці справи становлять місію Церкви у світі: “Місія Церкви має за завдання спасіння людини, досягнути це через віру в Христа та за Його ласкою. Тому апостолять Церкви та всіх її членів вимагає найперше виявляти світові ділами й словами Христову Євангелію та передавати Його ласку всім. Кожний християнин покликаний виконувати апостолять і тим він буде співпрацювати з Богом в освячуванні себе та інших. Апостолять це середник і zarazом ціль освячування себе та інших. Отже, це середник відколи сам факт практикувати апостолять мене освячує. Це ціль, бо становить природу християнського життя, яке лежить у тому, щоб жити в повній злуці з Богом через життя злучене з Христом.



PAJUV - Pastoral da Juventude e Vocação

Fratelli Tutti - Fraternidade e Amizade Social

Continuamos, neste mês de março, nos familiarizando com a Carta Encíclica Fratelli Tutti, do Papa Francisco. Com a intensão de procurar uma luz, o Papa trouxe como inspiração uma parábola narrada por Jesus há dois mil anos: a



do Bom Samaritano. Ele nos convidando a olharmos para as escolhas que fazemos diariamente, quando temos a opção de sermos bons samaritanos ou viajantes indiferentes que passam pelo outro lado da estrada; de focarmos no aspecto ferido da nossa história, como jovens que sofreram ataques, ou de sermos saqueadores que deixam os outros caídos e feridos. O objetivo desta reflexão, é nos deixarmos inspirar pelo bom samaritano, praticando a solidariedade e a caridade, fazendo-se próximo daqueles que precisam de nossa ajuda. E este tempo litúrgico que estamos vivendo, a quaresma, é propício para isso.

Uma pergunta pra refletirmos hoje: Quais ações de solidariedade e caridade você jovem tem praticado ou promovido? Seja criativo! Use seus talentos para o bem comum! Tantos exemplos lindos de ações dos jovens na sociedade: campanhas de arrecadação, distribuição de alimentos, atendimentos espirituais e psicológicos via telefone, campanhas de incentivo à doação de sangue, presença e assistência a asilos; cuidados com pessoas em situação de rua; reforço escolar. Existem drive-thrus de doações em prol de hospitais, famílias carentes... são inúmeros os exemplos. Independentemente do resultado, hoje crescem gestos de amor, de solidariedade. Muitos grupos de jovens percebem a realidade ao seu redor e lá fazem a diferença, lá cuidam das feridas, levam esperança, consolo e alegria, demonstrando a caridade que Jesus tanto pediu. Desde os menores gestos, os jovens devem mostrar-se capazes de sair de si mesmos, se fazer próximo e doar-se. Isto é lindo!

PAJUV - Pastoral da Juventude e Vocação

A interpretação do significado do diálogo é apresentada na encíclica também pelo ato da escuta. Isso quer dizer, aproximar-se, conhecer, olhar, ouvir e procurar entender. Nossa sociedade hoje é movida pela alta performance, exibição demasiada muitas vezes com a expressão de opiniões, dentro e fora das redes sociais. Como você, jovem, pode evitar essas atitudes, sem estar excluído do mundo? É necessário cultivar um espírito crítico que nos ajude a ultrapassar as bolhas virtuais. A internet é pensada para filtrar seus interesses e desinteresses de forma que, navegando, você encontra informações que cada vez mais confirmam suas opiniões. Isso é terrível! Empobrece, limita a capacidade de reflexão. A criticidade nos ajuda a avaliar os prós e contras de cada opinião, sem desprezar nenhum argumento, mas refletindo sobre estes. Isso nos ajuda a aprender e fazer sínteses. É necessário também o discernimento que além da reflexão, coloca Deus na jogada. Além de nossas opiniões e reflexões, cabe dar espaço para acolher o que “este sinal dos tempos” nos mostra da vontade de Deus para nós.

Outra dica é exercitar-se na prudência e se colocar como mediador. O Papa ensina aos líderes religiosos como serem mediadores. Este é um ensinamento para cada cristão. Sobretudo nas redes sociais, todos podemos assumir a postura de mediadores e refletir: esta minha opinião, publicação, comentário beneficia a quem? Leva a que reflexão neste ambiente? Isso ajuda a refletir antes de cometer enganos ou promover discussões que levam a lugar nenhum e geram divisão. Devemos evitar publicar o que não faz bem. Se a busca na rede é aparecer, vamos dar menos atenção ao que divide e promover o que nos torna mais humanos, mais fraternos.

O Papa Francisco também aborda temas como a Política e o Ecumenismo Religioso em favor da paz, temas que são evitados por muitas pessoas, pois segundo o ditado “religião e política, não se discutem.” Porém, vemos uma juventude cada vez mais engajada em causas sociais pensando no bem comum, assim como dialogando e se engajando em causas independente do credo. O Santo Padre fala de inquietude que abre caminho à ousadia, do inconformismo que caracteriza a juventude, da sensibilidade para o outro e do desejo de viver “num bom lugar” em que todos compartilham da mesma alegria, da bondade e da beleza. O jovem está sempre aberto a mudar o mundo, pois olha sempre além. É verdade que se corre o risco de ficar “no sofá”, por isso é importante que os que se deixam inquietar possam instigar

PAJUV - Pastoral da Juventude e Vocação

a outros a também buscarem algo além, a fazer a diferença. Os grupos organizados são formas de despertar os jovens para descobrirem seu potencial. São oportunidades de crescimento para os jovens e de mudança concreta dos contextos onde estão e da sociedade como um todo.

O carisma franciscano é lindo e tem muito a contribuir com a Igreja e a sociedade. Potencialize dentro de vocês o que você tem de melhor, iluminado pela experiência de Deus. O fundamento de toda a ação e toda a mensagem de São Francisco de Assis está na experiência do amor infinito de Deus que abraça todas as criaturas. Permitam-se fazer esta mesma experiência, neste tempo, na sua própria história, com suas capacidades e limites. Permitam que Cristo toque suas feridas para aprender d'Ele a tocar as feridas dos seus irmãos e irmãs. E sejam sempre generosos. Fomos criados para algo mais, por isso não se contentem com uma vida sem sentido. Podemos fazer grandes as coisas pequenas do nosso cotidiano. Deixem-se inspirar pela amizade de São Francisco com Cristo.

Oração: Senhor e Pai da humanidade, que criastes todos os seres humanos com a mesma dignidade, infundi nos nossos corações um espírito fraterno. Inspirai-nos o sonho de um novo encontro, de diálogo, de justiça e de paz. Estimulai-nos a criar sociedades mais sadias e um mundo mais digno, sem fome, sem pobreza, sem violência, sem guerras. Que o nosso coração se abra a todos os povos e nações da terra, para reconhecer o bem e a beleza que semeastes em cada um deles, para estabelecer laços de unidade, de projetos comuns, de esperanças compartilhadas. Amém.

Texto Bíblico: Lucas 10,25-37

Para refletir: Com qual personagem desta parábola eu me identifico mais: com o homem ferido, com os assaltantes/saqueadores, com aqueles que passaram pelo outro lado da estrada para não se incomodarem, ou com o bom samaritano?

Compromisso para este mês:

- 1) Fazer-se presente para quem precisa de ajuda, independentemente se esta pessoa faz parte ou não do nosso círculo de pertença.
- 2) Participar do Sacramento da Confissão.

MEJ - Movimento Eucarístico Jovem

1. Tema:

**ESPECIAL QUARESMA:
TEMPO DE RECOLHIMENTO, ORAÇÃO E CONVERSÃO**



2. **Texto Bíblico:** Mt 4, 1-10

3. **Objetivo:**

Levar os mejistas a contemplar o tempo quaresmal como preparação para a maior festa cristã, que dá sentido para a nossa existência a: “Páscoa”, data em que celebramos a ressurreição de Jesus Cristo. Dentro dessa preparação, é importante explicar para os adolescentes o sentido da prática do recolhimento, oração e conversão. Esses quarenta dias de preparação é uma oportunidade única, visto que nossa vida é um brevíssimo segundo (como dizia Santa Teresinha) e não sabemos se haverá mais oportunidade para mudar a sua vida diária e ficar tão mais perto de Deus quanto possível. Por que não conscientizar nossos adolescentes também sobre esse importante período? Explicar estes conceitos para eles, no entanto, pode ser um desafio, mas vamos lá, refletir juntos esse tempo tão bonito e importante para nós cristãos.

Vamos refletir o tema:

Caros mejistas, estamos vivendo o tempo de grande Quaresma. Este é o tempo de nos esvaziarmos de nós, das coisas do mundo, das preocupações, do consumo exagerado de tantas coisas que nos fazem mal e, nos afasta de Deus. Convido a cada um de vocês a deixar tudo isso de lado, e nos abastecermos de Deus. Este é o plano completo do Senhor: que humil-

MEJ - Movimento Eucarístico Jovem

des, sejamos cheios do Espírito Santo. Esse é o único jeito de não sermos os operários maus. É preciso nos esvaziarmos e pedirmos nesse tempo ao Senhor: “Senhor, esvazia-me! Retira de mim toda auto-suficiência, o confiar só em mim mesmo, toda presunção, todo o sentimento de que “sou o maior”, o poderoso, “eu que realizo”, “eu que faço”, “sou o melhor”, “o mais eficiente”, “aquele que sempre dá um jeito para tudo e que se não estiver presente a coisa não caminha”. Retira tudo isso de mim, Senhor! Eu quero ser realmente humilde. Esvazia-me de mim mesmo!” É um tempo de conversão, propício para fortificarmos a nossa espiritualidade e nos purificarmos, observando e vivendo todos os momentos da vida de Cristo, e mais, nesses dias devemos mais do que nunca buscar as coisas do alto. A Quaresma nos direcionará à única verdade que dá sentido à toda existência cristã: a Páscoa do Senhor.

Como já dissemos, o Tempo Quaresmal é o tempo por excelência no qual o Senhor purifica o seu povo, a sua Igreja. Jesus, mediante a Igreja, oferece a todos a graça de se converterem de renovarem o seu relacionamento, seja a nível pessoal, comunitário ou com Deus. E nesse caminho, os fiéis não são abandonados ao destino, mas são orientados segundo a tradição, esta que perdurou durante séculos com experiências vividas por pessoas de diversas culturas, tempo e situações, que se santificaram, e hoje são testemunhas de uma conversão direcionada por estes meios, mostrando que é algo possível. E o seu valor salvífico-purificados, por muitos julgados como ultrapassado, é atual, como o foi em todos os tempos. E tudo isso que nos foi transmitido deve permanecer vivo, pois é somente desse modo que conseguiremos ser purificados e próximos de Cristo. Talvez seja muito difícil, e de fato o é, mas não estamos desamparados nessa caminhada, pois o Espírito de Deus está conosco.

Por ser uma vivência baseada em experiências milenares, o mundo de hoje não pode negá-la, nem tirar de nós tamanha riqueza. Talvez o que mais pesa nessa descrença atual é o não conhecimento da realidade no seu profundo sentido. Só vai entender quem está realmente confiante na conversão. E ninguém ama, valoriza, aquilo que não conhece. Então, visando um melhor conhecimento daquelas práticas que constituem a espiritualidade quaresmal, vamos ver algumas características que nos ajuda a viver plenamente essa espiritualidade. O primeiro fundamento da Grande Quaresma é:

MEJ - Movimento Eucarístico Jovem

O jejum

No caminho da conversão quaresmal, o jejum é visto como o principal instrumento de purificação. A sua importância é tamanha a ponto de ser considerado como sinônimo da Grande Quaresma. É a prática que dá vida, estilo e sentido para todos os esforços quaresmais. Podemos afirmar então que essa prática quaresmal não pode ser vista somente como costume ou obrigação, mas deve estar estreitamente ligada ao mistério próprio da vida e da morte, da salvação e da perdição. E nisso vemos o seu verdadeiro sentido: nos conduz a um refazer a própria caminhada, a uma mudança de vida. São João Crisóstomo nos diz que o jejum possui um fim em si mesmo, que é o de estimular um crescimento espiritual, de distanciar os inimigos da alma e fazer brotar as virtudes divinas e verdades espirituais. A abstinência deverá auxiliar-nos na renúncia às ocupações quotidianas para melhor dedicar-se às coisas de Deus. Assim, o jejum terá um outro conceito, não negativo proibitivo, que nos priva daquilo que é bom, prazeroso, para tornar-se uma conscientização frente a vida, e aos seus valores. E neste caminho em direção a Páscoa, o jejum, a oração e toda a celebração quaresmal, são expressões do aspecto exterior e comunitário de nossa caminhada. Neles reflete-se o nosso esforço espiritual correspondente, a fim de que a Quaresma possa ser frutuosa. Junto com o jejum a oração é ação por excelência de todo o cristão nesse período tão profundamente espiritual. Vejamos, como é possível através do jejum e da oração caminharmos juntos com Cristo e entendermos todo esse sofrimento por amor a seguir.

Oração

A oração é um dos fundamentos da Grande Quaresma. Pode ser caracterizada como uma maneira própria do jejum. O mesmo esforço requerido na mortificação, na abstenção, igualmente é indispensável à vida de oração. Desta maneira, a oração quaresmal sai do quotidiano, para transformar-se em algo próprio de um tempo próprio: uma Oração Quaresmal, com objetivos bem precisos a alcançar, percorrendo caminhos diversos. E como tal, passa a fazer parte deste movimento quaresmal próprio, tornando-se uma expressão do próprio jejum.

Ao vermos a oração quaresmal nesse sentido, podemos afirmar, que ela é uma forma autêntica de mortificação, é a primeira e a mais importante

MEJ - Movimento Eucarístico Jovem

mortificação; as outras penitencias não possuem valor sem ela: todo sacrifício deve ser acompanhado de uma oferta anterior, de uma súplica que envolva todo o nosso ser. Por isso, o tempo quaresmal exige a oração quaresmal. Fazer jejum sem oração não tem sentido algum. A quaresma só é completa quando existe a intimidade com Deus e, a intimidade com Deus só é possível pela oração. Devemos ter consciência de que estamos diante de Deus e Ele nos vê. É um momento único. Por isso, toda quaresma só é verdadeira e bem vivida quando há oração. Pois, se ao jejuarmos não fizermos o esforço correspondente em alimentarmo-nos de realidades divinas, rezando, estando em contato com Deus, o jejum físico não nos levará a lugar algum, não teremos contato com Deus, o sentido de toda nossa vida.

Santo Agostinho nos diz que a “quaresma é o tempo que principalmente enriquece a oração e a purifica, porque lhe oferece “O alimento” do qual ela tem necessidade para elevar-se...” Na Grande Quaresma a oração torna-se mais intensa, mais íntima, tornando-se para nós o auxílio divino que necessitamos nessa caminhada. A nossa caridade, a humildade, o jejum, a esmola, a abstinência e o perdão, alimentarão a nossa oração e ela tornar-se-á para nós o Alimento Divino que nos sustentará nesse empenho quaresmal. E nisto está a importância da Oração nesse tempo de conversão. No início da primeira semana da quaresma a liturgia canta: “...Aceitai a nossa oração como um agradável incenso, e libertai-nos, pedimos, de toda corrupção corpórea e do terrível sofrimento, porque unicamente a Ti podemos suplicar”. A oração é uma poderosa arma; como aquela que fechará as portas para a maldade; como um instrumento com o qual chegaremos a triunfar sobre as nossas paixões; como aquela que purificará os nossos corações e iluminará nossas almas. Convido a todos a buscarem uma vida de oração mais intensa nesse tempo quaresmal. Que tal você ajudar seu amigo a também viver? Seja um promovedor dessa total entrega com você e com seus amigos.

Terminando nosso encontro vamos ver alguns passos importantes para melhor fixarmos nosso conhecimento sobre a Grande Quaresma. Lembremos sempre que devemos entender o tempo e a aceitação sobre os assuntos. Por isso, temos algumas dicas para os coordenadores nessa importante e bonita missão. Dicas:

MEJ - Movimento Eucarístico Jovem

1º- Fale sobre Jesus sempre

É importante falar sobre Jesus regularmente e não só durante os feriados. Também é importante explicar o que Ele nos ensinou, os motivos d'Ele ser tão especial, como Ele gostaria que vivêssemos. Lembre-se: é importante falar desse assunto com muito amor.

2º- Adapte as explicações de acordo com a oportunidade

Por exemplo, você não precisa falar sobre os detalhes da crucificação, que podem assustar as crianças, mas você deve apresentar a morte de Jesus. Mostre as razões do sacrifício de Jesus e mostre que ele deu a vida terrena para que as pessoas pudessem ter a salvação eterna. Procure explicar as passagens bíblicas com situações análogas do cotidiano da criança.

3º- Foque nos significados

Conte para muitos dos adolescentes o porquê a Páscoa é o mais importante feriado cristão, enfatizando o retorno de Jesus Cristo dentre os mortos. Os conceitos de vida após a morte e ressurreição são fundamentais para a fé cristã, então apresente-os de forma adequada. Enfatize sempre que o significado da Páscoa é infinitamente maior do que apenas ovos de chocolate.

4º- Enfatize a importância de ter um relacionamento com Deus

Deus espera que sejamos bons para nós mesmos e para os outros. É fácil esquecer isso, mas a Quaresma serve como um lembrete. Sugira que as crianças pensem sobre a Quaresma como uma forma de se aproximar de Deus. Oração é uma importante forma de melhorar o relacionamento para com Deus.

5º- Tire dúvidas

Crianças tem muitas dúvidas. Não cale essas dúvidas. Responda todas. Lembre-se que você tem como esclarecê-las: além da Bíblia, você pode tirar dúvidas com amigos, com o sacerdote de sua paróquia ou mesmo com o nosso catecismo “Cristo Nossa Páscoa”. Não dê respostas vagas. Se não souber, explique para a criança que não sabe, mas vá procurar respostas.

MEJ - Movimento Eucarístico Jovem

6º- Incentive o arrependimento

Ensine as crianças que arrepender-se dos pecados dele ou dela vai levar a um relacionamento mais próximo com Deus. As crianças não são propositalmente pecadoras por natureza e podem não entender no começo. No entanto, incentivando a criança a admitir e pedir desculpas por suas travessuras (brigar com outra criança, dizer palavrões, roubar doces), você pode ajudar seu filho a se transformar em uma pessoa mais madura.

7º- Celebrem juntos:

Rezem juntos, participem da Divina Liturgia, participem das procissões, leiam o Evangelho, preparem-se juntos para a Páscoa. Vivam cada momento. Tenham sim reflexões pessoais, mas tenham reflexões e momentos também em família. Isso é extremamente importante!

8º- Programe atividades que incentivem a caridade:

A caridade é um dos pilares da Quaresma e, mais do que isso, deve ser um dos pilares de nossa vida, se quisermos ser cristãos autênticos. Combine um dia e explique para as crianças sobre a importância da doação, peça para que doem brinquedos e roupas. Mostre que nem todas as crianças tem acesso a esses bens e que devemos ajudá-las. Leve as crianças para passar um tempo com idosos em um asilo, explique que somos caridosos também quando doamos nosso tempo. Lembre-se: mostrar a caridade na prática é muito mais válido do que mostrar na teoria.

9º- Ensine pelo exemplo:

Fale sobre o recolhimento, a conversão e a oração, mas muito mais do que isso, viva esses 3 pilares. Fale sobre as reflexões, mas reflita. Fale sobre a obediência, mas seja também obediente. Eles são nossos reflexos. Tenha consciência de sua responsabilidade e seja exemplo.

O objetivo desses passos é o de explicar a Quaresma para as crianças e ensiná-las a pensar com e como Jesus. Lembramos que sempre é melhor contar a história de forma legal e atraente do que apenas ficar lendo as passagens. Assim, leia antes a passagem, explique que a passagem se encontra na Bíblia e prepare-se para esse momento especial!

Uma boa caminhada quaresmal a todos!

Покровитель на місяць березень

Св. Софроній, патріарх Єрусалимський
11/03

Святитель Софроній, патріарх Єрусалимський, народився в Дамаску. З юних років він вирізнявся благочестям і любов'ю до наук.

З часом юнак прибув в Єрусалим, в обитель святого Теодосія, і там зблизився з ієромонахом Іоанном Мосхом. Праведники разом подорожували по монастирях, записували життя і повчання всіх, хто там працював. З цих записів пізніше склалася їх знаменита книга «Лимонарій» або «Луг духовний».

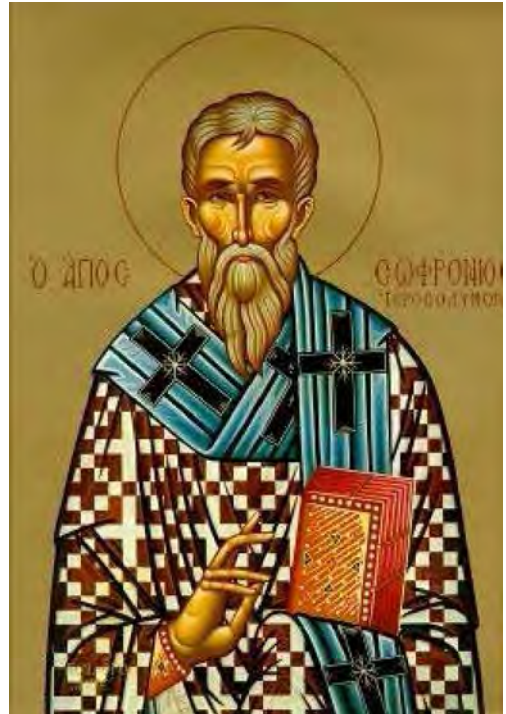
Рятуючись від спустошливих набігів персів, святі Іоанн і Софроній залишили

Палестину і зникли в Антіохії, а потім перебралися до Єгипту. В Єгипті святий Софроній тяжко захворів. У той час він і вирішив стати ченцем і прийняв постриг від преподобного Іоанна Мосха.

Після одужання святого Софронія вони обидва вирішили залишитися в Олександрії. Там їх з любов'ю прийняв святий патріарх Іоанн Милостивий.

В Олександрії у святого Софронія захворіли очі, і він звернувся з молитвою до святих безсрібників Кира та Іоанна, і отримав зцілення в церкві, яка була присвячена їм. У подяку святий Софроній написав життя святих цілителів-безсрібників.

Коли варвари почали погрожувати Олександрії, святий патріарх Іоанн, у супроводі святих Софронія та Іоанна, попрямував до Константинополя, але по дорозі помер. Святі Іоанн і Софроній з одинадцятьма іншими ченцями відправилися до Рима.



Покровитель на місяць березень

У Римі преподобний Іоанн помер в 622 році. Тіло його було перевезено святим Софронієм до Єрусалиму та поховано в обителі святого Теодосія.

У 628 році з перської неволі повернувся Єрусалимський патріарх Захарій. Після його смерті протягом двох років патріарший престол займав святий Модест а, після смерті святителя Модеста, патріархом був обраний святий Софроній.

Святитель Софроній багато потрудився на благо Православної Церкви як її предстоятель.

У кінці життя святитель Софроній зі своєю паствою пережив дворічну облогу Єрусалиму мусульманами. Християни погодилися відкрити міські ворота з умовою, що противник пощадить святині. Однак цю умову не було виконано, і святий патріарх Софроній помер у глибокому жалю про осквернення християнських святинь.

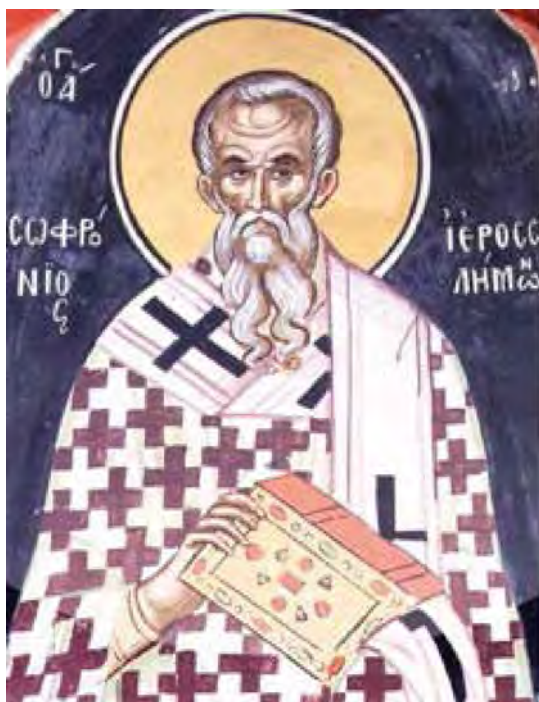
Він є автором численних богослужбових молитвослів'їв. Також його перу належить життя преподобної Марії Єгипетської.

Santo do mês de março **S. Sofrônio, patriarca de Jerusalém** *11 de março*

Nascido em Damasco, Sofrônio dedicava-se tão intensamente aos estudos e aprofundou-se de tal modo na filosofia grega que recebeu o sobrenome de «o Sofista». Viajou com amigos pela Síria, Ásia Menor e Egito, onde tornou-se monge no ano 580. Seus amigos o acompanharam, vivendo em comunidade com ele por vários anos no monastério de São Teodósio, próximo a Jerusalém. Visitou os famosos eremitãos do Egito. Depois, com seus amigos, foi à Alexandria, onde o Patriarca São João Mosco, lhes pediu que ficassem por dois anos em sua diocese para auxiliá-lo na reforma e combate às heresias. Foi lá que João Mosco escreveu sua obra «Prado Espiritual» que a dedicou a São Sofrônio. João faleceu em 620, em Roma. Sofrônio retornou à Palestina e foi eleito Patriarca de Jerusalém. Tomando posse da Sé de Jerusalém, convocou um sínodo dos bispos do Patriarcado para condenar a heresia monotelita e escreveu uma carta sinodal, na qual expunha e defendia a doutrina ortodoxa. Esta carta foi

Santo do mês de março

ratificada pelo Sexto Concílio Ecumênico, chegando às mãos do Papa Honório e do Patriarca Sérgio de Constantinopla que havia aconselhado ao Papa dar respostas evasivas acerca da questão das duas vontades de Nosso Senhor Jesus Cristo. Ao que parece, Honório não se pronunciou nunca sobre o problema; seu silêncio deu a impressão de que o Papa estava de acordo com os hereges. Sofrônio, percebendo que o imperador e muitos preladados do Oriente atacavam a verdadeira doutrina, levou consigo Estêvão, bispo, ao Monte Calvário, que de lá foi a Roma e permaneceu em Roma por dez anos, até que o Papa São Martim I condenou a heresia monotelita no Concílio de Latrão, no ano 649. Logo São Sofrônio teve de enfrentar-se com outras dificuldades. Os sarracenos invadiram a Síria e a Palestina; Damasco havia caído em seu poder em 636 e Jerusalém em 638. O santo Patriarca fez o quanto pode para consolar e ajudar sua grei, arriscando para isso sua própria vida. Quando os muçulmanos sitiaram a cidade, São Sofrônio teve de pregar em Jerusalém seu sermão da Natividade já que lhe foi impossível ir a Belém naquelas circunstâncias. O santo fugiu depois da queda da cidade e, segundo parece, morreu pouco tempo depois, provavelmente em Alexandria.



Піст, пощо?

Піст має велике значення згідно з Біблією, з навчанням аскетів і в практиці християн. Тут не про цей вид посту будемо говорити, а про велике наукове значення посту для здоров'я людини.

Їжа є необхідна для здоров'я людини. Постійно гине мільйони клітин у тілі й на їх місце народжуються нові на зміну старим. Без поживних речовин цей процес був би неможливим. Але харчування недостатньо, асиміляція однаково необхідна. Їжа, яка не піддається засвоєнню, може стати токсичною для організму.

Як правило, піст проводиться для очищення та очищення організму, але він однаково відновлює розум. Розум і тіло невідокремлені, вони повністю і повністю пов'язані. Тіло, наповнене домішками, забруднить розум, а неврівноважений розум природним чином збалансує тіло.

Піст зміцнює розум, у цьому немає сумнівів, якщо це не зроблено з самозакоханими намірами, з єдиною метою змінити зовнішній вигляд до сучасних соціальних норм. У таких випадках акт посту насправді зробить розум слабшим, оскільки це вчинок, породжений нездоровим бажанням. Але якщо це робити з позитивними намірами, такими як поліпшення здоров'я, знищення обмежень, кидаючи виклик розуму або розширюючи свідомість, це, безперечно, зміцнить розум.



По-перше, піст, - постійне дотримання, кидає виклик нашій силі волі. Ми зупиняємося від того, щоб проковтнути все, що ми хочемо з'їсти, надаючи перевагу волі над інстинктом, свідомої стратегії над фізичним бажанням.

По-друге, піст підвищує обізнаність. Голод усвідомлює нам порожнечу шлунка. Це змушує нас усвідомити потреби організму і всі внутрішні процеси, що відбуваються в травній системі. Це усвідомлення змушує нас знижувати свою активність та мовлення, щоб не витратити енергію.

Нарешті, голодуючи, ми дозволяємо організму відпочити від травлення, асиміляції та виведення. Ми даємо йому час на оздоровлення та відновлення інших систем в організмі, тим самим покращуючи своє безпосереднє здоров'я.

Тварини мають природний інстинкт посту, коли стикаються з будь-якими захворюваннями. Їх лікувальна стратегія - це поєднання світла, свіжого повітря, посту та відпочинку. Травлення вимагає великих енергетичних витрат, енергії, які дуже потрібні під час боротьби з хворобою.

Є багато людей, які беруть за приклад природу, постяться при перших ознаках хвороби. Всього одного-двох днів голодування може бути достатньо для того, щоб усунути хворобу від самих її коренів на початкових стадіях.

Jejum, para que serve?

Além da recomendação dos mestres espirituais, da Sagrada Escritura e do bem que faz na vida espiritual das pessoas, o jejum também tem seus benefícios por motivos de saúde. Nesta reflexão falamos apenas do seu benefício para a saúde das pessoas.



A alimentação é indispensável para o organismo. Constantemente milhares de células do corpo morrem e são substituídas por novas. Sem

alimentação esse processo seria impossível. A alimentação insuficiente é prejudicial à saúde, assimilação de alimentos pelo corpo é necessária. Um alimento ingerido e não digerido que não se assimila ao organismo será tóxico e vai prejudicar o organismo.

Como regra, o jejum serve para a limpeza e purificação do organismo o que renova o intelecto. O corpo e o intelecto estão intimamente unidos e um precisa da saúde do outro. O corpo cheio de elementos inadequados, perturba a inteligência, como também o intelecto descontrolado prejudica o organismo. A ciência prova que o uso racional e equilibrado da alimentação fortalece o intelecto. Mas isso deve ser feito voluntariamente com pleno consentimento da razão e não apenas com intenção de mudar sua aparência externa, conforme as normas sociais. Nesses casos o jejum vai fazer o intelecto mais fraco porque isso foi feito por motivos incorretos. Mas quando praticado com intenção correta, para melhorar a saúde espiritual, fortalecer o intelecto, dominar os exageros do paladar, desafiando as tendências dos sentidos, tomando consciência de fazer o que é correto, tal atitude vai fortalecer o intelecto e a vontade.

O jejum feito periodicamente e racionalmente, desafia as tendências exageradas do apetite e fortalece a vontade. Quando desistimos de engolir tudo o que agrada ao corpo, dando primazia para a vontade sobre o instinto, será uma estratégia consciente para o espírito dominar sobre o desejo do físico. O jejum eleva a capacidade de refletir e aumenta a capacidade de conhecimento.

A fome existe apenas para avisar que o estômago está vazio e isso lembra à pessoa dar ao organismo o alimento sadio que satisfaça o processo interno que acontece no sistema de digestão. Esse aviso da fome é para nos pedir o abastecimento necessário com o combustível útil e não para se empanturrar de coisas desnecessárias e até prejudiciais.

O jejum faz o organismo descansar da digestão; a assimilação leva à expulsão do que já foi digerido. Nos dá tempo para a renovação de outras atividades do organismo e só assim melhora a saúde do corpo e da alma.

Os animais tem um instinto natural quando sentem o início de alguma doença. Seu tratamento consiste em combinar a luz com o ar, jejum e descanso. A digestão no organismo faz o corpo perder muitas energias que são necessárias na luta contra a doença. Há muita gente que imita a natureza e pratica jejum quando sente os primeiros sinais da doença. Um ou dois dias de jejum podem ser muito úteis e suficientes para vencer a doença na sua raiz, logo no início do seu aparecimento.

Quaresma com São José - II

Vatican News

Quaresma com São José! A cada semana da Quaresma, o Pe. Raphael Silva Maciel propõe uma pequena catequese, que este ano terá como linha guia o Ano de S. José, proclamado pelo Papa Francisco. Pe. Raphael é Missionário da Misericórdia e Mestre em Sagrada Liturgia.

Como tempo especial de conversão e discernimento da nossa vida cristã, a Quaresma nos lembra a cada dia, seja na liturgia e seja nos exercícios espirituais que nos são propostos, a contemplação do mistério da Cruz de Jesus Cristo.

O Diretório para liturgia e a piedade popular, afirma que os fiéis, “contemplando o Salvador crucificado, entendem mais facilmente o significado da imensa dor injusta que Jesus, o Santo e Inocente, padeceu pela salvação do homem, e compreendem, desse modo, o valor do seu amor solidário e a eficácia do seu sacrifício redentor” (n. 127).

A Cruz de Jesus Cristo é o ato mais alto de sua obediência ao Pai do Céu, pois “tendo amado os seus que estavam no mundo, amou-os até o extremo” (Jo13,1).

Foi pelo seu amor incondicional à vontade do Pai que Jesus “abaixou-se, tornando-se obediente até a morte, à morte sobre uma cruz” (Fl 2,8).

Toda a vida de Jesus foi obediência, todas as suas ações e palavras foram em consonância e união íntima entre a sua vontade e a vontade do Seu Pai.

O Senhor, ainda na sua glória junto do Pai, como Verbo divino já obedeceu, encarnando-se no seio da Virgem Maria. De Maria mesmo Ele aprendeu a obedecer, tendo escutado a resposta da escolhida: “Eis aqui a escrava do Senhor, faça-se em mim segundo a Tua palavra”, o Verbo entra no mundo, por obra do Espírito Santo.

Não é somente da Virgem Mãe que Jesus recebe o testemunho da obediência e da acolhida radical da vontade divina na vida. O homem ao qual está prometida Maria em casamento, José, também é testemunho de obediência e de acolhida irrestrita da vontade de Deus. Ao final do sonho em que o Anjo Gabriel lhe revela o projeto divino, diz o evangelista Marcos que “José, ao despertar do sono, agiu conforme o Anjo do Senhor lhe ordenara e recebeu em casa sua mulher” (Mc 1,24).

Ainda outras duas vezes José agirá em plena conformidade com a ordem de Deus, quando avisado em sonho pelo Anjo do perigo que rondava à Sagrada Família “levantou-se, tomou o menino e sua mãe, durante a noite, e partiu para o Egito” (Mc 2,14), e quando recebe a revelação de que pode retornar para casa

e sair do Egito, José “levantou-se, tomou o menino e sua mãe e entrou na terra de Israel” (Mc 2,21).

Papa Francisco na sua carta *Patris corde* escreve que São José, em nenhum momento “hesitou em obedecer”, que “com confiança e paciência, esperou” (n. 3), por isso São José é o “pai na obediência”, é o homem, esposo e pai de família que sabe que obedecer a Deus é princípio vital para a sobrevivência da vida, em sentido integral.

O que é a vontade de Deus? A serva de Deus Chiara Lubich uma vez respondeu, quando questionada, que a vontade “é aquilo que mais nos custa”. Levada em consideração essa resposta, São José é ícone dessa suave e doce submissão à vontade divina porque sabe, desde o seu interior, que quando Deus chama, quando Deus pede algo da pessoa, Ele não quebra a sua vida, mas a deixa ainda mais aberta e livre! Fazer a vontade de Deus não é uma condenação, outrossim é uma experiência de enamoramento com a Graça de Deus.

No nosso caminho quaresmal com São José encontramos o “justo” – aquele que, temente a Deus, realiza na sua vida o que Deus lhe chama a fazer, a vocação para a qual foi chamado. Pessoalmente, São José deu o testemunho da sua obediência ao Filho de Deus, que estava sob seus cuidados e, ao mesmo tempo, “na sua função de chefe de família, ensinou Jesus a ser submisso aos pais (Lc 2,51)” e, na escola de José, Ele [Jesus] aprendeu a fazer a vontade do Pai” (Francisco, *Patris corde*, n.3)

Vivemos tempos difíceis seja no entendimento da palavra obediência, numa sociedade que prega uma liberdade sem limites e uma consciência moral frouxa, seja o reconhecimento de que a vontade de Deus, que tem como fundamento a salvação do ser humano e o seu bem.

São José emerge como um exemplo de obediência e de liberdade sem iguais, porque deixou-se iluminar pela luz divina e, “quando os homens estão na luz, não são eles que iluminam, mas são iluminados e tornam-se resplandecentes por ela (Sto. Irineu).

Como mais um gesto concreto quaresmal, aprendendo a obediência, na escola de São José, durante essa Quaresma demos mais espaço para a escuta de Palavra de Deus e vivamos a penitência que já foi escolhida (se ainda foi seria bom escolher) buscando realizar através dela a vontade de Deus – “aquilo que mais nos custa”!

Desse modo, nossa penitência, por mais simples que seja, leve-nos à santa obediência e que nossas ações, acompanhadas pela oração, sejam feitas conforme a vontade do Senhor. São José, providenciai! Boa oração, abençoada meditação!

Pe. Raphael Silva Maciel
Missionário da Misericórdia e Mestre em Sagrada Liturgia