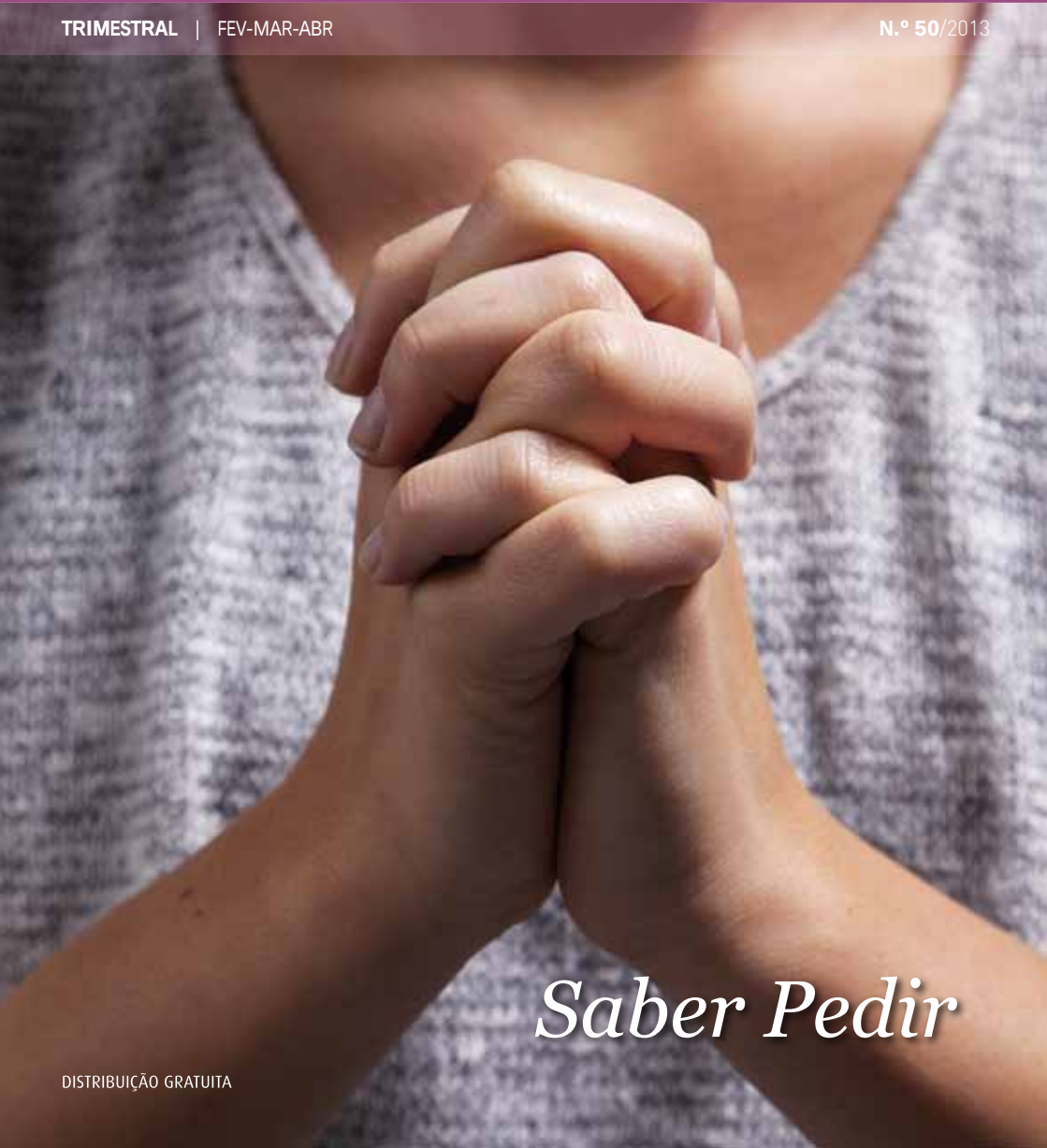


carta

das Equipas de Nossa Senhora

TRIMESTRAL | FEV-MAR-ABR

N.º 50/2013



Saber Pedir

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



Índice

EDITORIAL

Casal Responsável pela Comunicação 01

CONSELHEIRO ESPIRITUAL

Oração: Saber o que pedir 02

VIDA DO MOVIMENTO

Ecos da Supra-Região 05

Províncias 09

Próximas Actividades 23

VIDA DE CASAL

*Como falar de sexualidade
aos nossos filhos* 24

VIDA DA IGREJA

A Igreja em Notícia 27

A METODOLOGIA DAS ENS

Rezar é vital 29

Oração Conjugal 31

“QUEM É O PADRE CAFFAREL?”

*Caffarel – oração de petição
e amor em tempos de crise* 34

INTERCESSORES

*Testemunho de um casal
Intercessor* 36

EJNS

*Equipas de Jovens
de N^a Senhora* 38

ENTRARAM PARA AS ENS 39

PARTIRAM PARA O PAI 40



Rita e Pedro Cabral
Casal Responsável pela Comunicação

Pedi, e vos será dado

Ao começar um novo ano todos trocamos votos, desejando para os outros e para nós mesmos paz, saúde, amor e alegria. Esquecemo-nos por vezes que para que estes votos se realizem não basta pedir e ficar à espera, mas que nos cabe a nós tomar decisões, fazer escolhas, dar passos concretos, ser instrumentos na mão de Deus, para efectivamente termos e sermos um mundo melhor.

É o próprio Jesus que nos ensina a pedir, e a pedir insistentemente. Não devemos portanto ter constrangimentos ou vergonhas em colocar perante Deus as nossas dificuldades do dia a dia, as nossas incertezas e inseguranças, e pedir-Lhe ajuda para superarmos tantos desafios com que diariamente nos confrontamos.

Mas olhemos mais longe. Para lá do nosso “aqui e agora”. Paremos a pensar na vontade de Deus, e no que Ele espera “aqui e agora” de cada um de nós. Estamos no ano da Fé, e como cristãos todos sabemos que este dom de Deus - a Fé - é para nós vital. Tomemos então consciência dessa importância e saibamos pedir para nós e para os outros o dom da Fé. E façamo-lo como Jesus nos

ensinou: “Tudo o que pedirdes na oração, crede que o haveis de conseguir e o obtereis” Mc 11,25.

O Padre Armindo, no seu artigo, diz-nos que “a oração é relação, comunicação, participação entre o orante e Deus” e ainda que “a oração perfeita consiste em abrir a vontade ao plano salvador de Deus para nós”.

Fazemos uma tradução livre de Marcelle Auclair, no seu livro “La joie par l’Evangile”: “Jesus respeita a vontade do homem. Ele não faz do homem em oração um mendigo a gemer, esmagado diante de quem lhe concede o bem a que aspira, mas um colaborador consciente da sua dignidade. “Acredita que o recebeste...” Receber depende de nós.”

A todos desejamos um ano cheio de FÉ.



P. Armindo Vaz
Conselheiro Espiritual da Equipa Supra-Regional

Oração: *Saber o que pedir*

Uma afirmação de S. Paulo pode surpreender alguns casais das ENS! Diz ele: “Recebestes um Espírito que vos torna filhos, no qual podemos exclaimar «*Abbá, Paizinho!*» O próprio Espírito une-se ao nosso espírito para testemunhar que somos filhos de Deus... O Espírito vem em auxílio da nossa fraqueza, pois não *sabemos* o que devemos *pedir*; mas o próprio Espírito intercede por nós com gemidos inefáveis. E aquele que examina os corações conhece as intenções do Espírito, porque o Espírito intercede pelos santos *como Deus quer*” (Rm 8,15-16.26-27).

Aqui está o tema deste número da *Carta*: saber pedir. Trata-se de saber não só *como* mas também *o que* pedir. Tema nevrálgico para o Movimento das ENS, que propõe, na pessoa do fundador, a oração diária, individual e conjugal! É fácil interiorizar a sua necessidade e o seu valor? Por alguma razão o P. Caffarel deixou tantos escritos sobre a importância e a forma da oração. Por alguma razão os discípulos de Jesus pediram:

“Senhor, ensina-nos a rezar, como João ensinou os seus discípulos” (Lc 11,1). Qual é esse segredo da oração cristã?

Desde logo, não é um pedido qualquer a um dador qualquer; nem acontece como se Deus estivesse *lá* e nós *cá*: na oração de petição, é o pedido de quem pela fé vive em Deus e sente Deus dentro de si, presente desde o baptismo. Para a fé bíblica, a oração é relação, comunicação, participação entre o orante e Deus. Essa relação torna-se possível e real pela existência, entre ambos, do *espírito (ruah)*. O *espírito* é no ser humano a parte permeável que está aberta a outro *Espírito* e permite participar em algo novo, diferente de si mesmo, que supera o físico/biológico e se realiza ao nível de comunhão dos seres. Pela oração, o *espírito* do ser humano, que é toda a sua vida, encontra-se com outra Vida, comunga com ela. É essa dimensão que possibilita o encontro com Deus e torna a oração verdadeira experiência de Deus; verdadeira, porque, pelo seu espírito, o orante entra em

comunhão com Deus enquanto pessoa. Sendo Ele o Deus vivo e o *Deus da pessoa*, o espírito de vida que há no humano participa no Espírito de vida d'Ele. Depois da comunhão do divino com o humano na pessoa de Jesus, toda a oração é, antes de mais, pedido para fazer acontecer essa comunhão (não fusão nem confusão) com Deus.

Agora entendemos melhor o que dizia Paulo: “o próprio Espírito une-se ao nosso espírito... o próprio Espírito intercede por nós...” Ou seja, a nossa oração é sugerida pelo próprio Espírito de Deus que vive em nós. Embora o cônjuge e o casal expressem a sua vida, os seus desejos e as suas palavras, a sua oração cristã passa pelo Espírito de Deus: é o Espírito (Deus em comunicação) quem reza em nós e por meio de nós; é Ele quem pode fundir a nossa vontade com o que Ele quer para nós, como pedimos no pai-nosso: “seja feita a vossa vontade” entre nós humanos.

Como o orante só ama Deus pelo Seu amor (“Pai, o amor com que Tu me amaste esteja neles”: Jo 17,26), também só pode pedir a Deus pelo seu Espírito. “Só Deus pode amar-se a si próprio. Por isso, não há para nós mais amor do que orar para que Deus se ame a si próprio através de nós” (Simone WEIL, *Cahiers II* [Plon; Paris 1972] p. 70). Paulo insiste na oração por meio do Espírito: “Tomai... a espada do Espírito, que é a palavra de Deus, estando

sempre em oração e súplica, orando em todo o tempo oportuno com a ajuda do Espírito” (Ef 6,17-18).

Ou seja, para a fé bíblica só Deus sabe falar bem a Deus. É por isso que a liturgia da Igreja, para falar ao seu Senhor, usa a Palavra d'Ele (a bíblica), depois de a ter feito sua pela meditação. De facto, se o ser humano pretende lançar uma *ponte* para Deus partindo de si mesmo, fracassa: não pode ser *pontífice* de si próprio. A possibilidade de acesso a Deus é que o próprio Deus seja o *pontífice*: que por Sua iniciativa e graça lance uma *ponte* sobre a imensa diferença que O distingue do homem e que este queira estabelecer comunhão entre ambos. Foi o que fez com a encarnação do Filho. Como é «Deus para a pessoa» e, pela encarnação em Jesus, é «Deus na pessoa», a *ponte* está sempre lançada: é o Espírito de Jesus ressuscitado. Mas não está sempre em comunicação; a comunicação é estabelecida pela oração, que liga o espírito ao Espírito. De resto, que o Espírito de Deus reze a partir de nós não significa que nos substitua. Não ocupa o nosso lugar: assume-o.

Se podemos dizer que «a oração é a respiração da alma», a fé bíblica pensa que é o Espírito de Deus quem procura a comunhão com a alma antes de o orante se voltar para Ele: “Deus enviou ao vosso coração o Espírito do seu Filho, que exclama «Abbá, Paizinho!»”

(Gl 4,6). Quando o Espírito puder rezar em nós (por nós Iho permitirmos, por nos dispormos a rezar), acontece a oração perfeita (“como Deus quer”), que consiste em abrir a vontade ao plano salvador de Deus para nós: dizer *sim* à Palavra de Deus já é salvífico. O Espírito faz com que o orante descubra o que é o melhor para si (Mt 7,11) e só peça aquilo que pode ser dom de Deus. Assim, para quem está em comunhão com Deus, a oração é eficaz: quem deseja o que Deus deseja obtém tudo o que deseja. Feita a oração com disposições de filho e pelo Espírito do Filho (“que habita em vós”: Rm 8,9-11), o Pai concede o seu favor “incomparavelmente melhor do que podemos pedir ou pensar, devido ao poder que actua em nós” (Ef 3,20). Então a perspectiva em que ocorre e os carris em que corre a oração cristã são os do Espírito e têm a ver com realidade do Espírito, mesmo que sejam pedidas coisas materiais e tudo o que de bom se possa desejar. Se, ao pedir a cura duma doença, o casal pensa que só é atendido por Deus no caso de cura física efectiva, a sua oração ainda não é perfeita. Deus quer e concede o que o orante, por meio do Espírito, Lhe pede. E quer mesmo a cura pedida. Mas precisa de mediadores que a efectuem – coisa que nem sempre acontece. A eficácia da oração não está só em neutralizar miraculo-

samente a doença nem em encobri-la com a sombra duma ilusão. Está na sua abrangência *salvífica*, projectando o orante para além de si próprio, para Deus: a sua força está em passar a *saber* lidar com a doença, em saber como sofrê-la, em transfigurá-la dando-lhe sentido último, ao enquadrá-la na morte e ressurreição de Jesus. Na medida em que abre para a esperança e ilumina o caminho da acção e indica ao amor a direcção a seguir, influencia o desenrolar dos acontecimentos. Essa iluminação da vida pela luz de Deus é supremo benefício concedido ao orante.

Em linha com esta compreensão da oração, entende-se a garantia de Jesus: “se vós, sendo maus, sabeis dar coisas boas aos vossos filhos, quanto mais o Pai do céu dará o Espírito Santo aos que Iho pedirem?” (Lc 11,13). Sendo *o Espírito Santo* o próprio Deus a comunicar-se, quer dizer que o Pai se comunica pelo Espírito a quem o invocar na fé. Rezar não é só pedir coisas: é, ao pedir coisas, pedir Deus a Deus, é “pedir o Espírito Santo”, é envolver o Espírito na oração. Grande desafio para a fé dos casais das ENS!

Para quem está em comunhão com Deus, a oração é eficaz: quem deseja o que Deus deseja obtém tudo o que deseja.



Isabel e Paulo Amaral
Casal Responsável Supra-Regional

Ecos da Supra-Região

Saber pedir... ser um mendigo do Ágape!

Saber pedir, é ter um coração pleno de humildade, é como que um bálsamo para estimular os vasos da nossa vida, por onde circula a seiva do amor de Deus.

Saber pedir! Jesus apela, com alguma insistência no Evangelho, que é vital dirigirmos ao Pai, as nossas orações de intercessão. Em S. Mateus, *Pedi, e ser-vos-á dado; procurai, e encontrareis; batei, e hão-de abrir-vos. Pois, quem pede, recebe; e quem procura, encontra; e ao que bate, hão-de abrir.* (Mt 7, 7-8). Em S. Marcos, *Por isso, vos digo: tudo quanto pedirdes na oração crede que já o recebestes e haveis de obtê-lo* (Mc 11, 24), ou em S. João *Tudo que pedirdes em meu nome recebereis* (Jo 14, 14).

Para nós, equipistas, que sustentamos a nossa vida na oração diária, naqueles minutos de encontro com Deus, na intimidade e no silêncio das nossas inquietudes, das nossas fragilidades mas também da nossa esperança, saber pedir

com fé, agradecendo as maravilhas que o Senhor opera em nós, é uma atitude de vida. Não podemos ter mais certeza de que o Senhor escuta a nossa oração, as nossas preces... Não um amor qualquer mas o amor traduzido no Novo Testamento por Ágape. Por isso o Padre Caffarel nos convida a visitar sempre a Carta, que publica em 1947: é na oração que devemos sustentar a nossa vida cristã, vivida em cada segundo da nossa vida de casal ou de sacerdote. É isso que fazemos na oração individual, de casal e de família diária, é isso que fazemos quando participamos na Eucaristia e nos retiramos espirituais, quando nos sentamos em casal, sob o olhar amoroso de Deus, ou quando a partir dele, escolhemos a regra de vida.

O que o Senhor nos pede hoje, como equipistas, para além do que nos pede, como casais cristãos e fieis à Carta das ENS? Continua a desafiar-nos a saber pedir. De que forma? Como? Onde e quando? Eis algumas propostas:

Saber pedir com fé, agradecendo as maravilhas que o Senhor opera em nós, é uma atitude de vida.

1. Devemos saber pedir, juntando a nossa oração à dos intercessores, ou fazendo parte deles, porque a cada hora do dia, pelo mundo inteiro, alguém reza, alguém intercede por nós. As orações de intercessão são um tesouro animado pelo Espírito Santo, por Cristo, as correntes de oração são expressão viva da nossa fé, da comunhão em Igreja. Como lemos em S. Mateus, Jesus diz-nos: *se dois de entre vós se unirem, na Terra, para pedir qualquer coisa, hão-de obtê-la de meu Pai que está no Céu. Pois, onde estiverem dois ou três reunidos em meu nome, Eu estou no meio deles.* (Mt 18, 19). Porque não somos ainda intercessores ou não lhes fazemos apenas chegar as nossas preces, para que as suas orações, em união com os intercessores do mundo inteiro possam ser acolhidas por Deus?

2. Devemos saber pedir, promovendo assim a causa de beatificação do nosso fundador, o Padre Caffarel, de rezar para que a santidade de sua vida seja reconhecida pela Igreja, e para que, por sua intercessão, nos sejam concedidas graças, que acelerem o processo em curso. Porque não tornar a oração de beatificação do Padre Caffarel, uma oração mensal na nossa equipa, onde se

incluem as preces de cada um dos seus membros? Porque não acompanhar a causa de beatificação do Padre Caffarel, cuja informação está disponível no nosso site, através do boletim periódico dos Amigos do Padre Caffarel?

Dizia o Padre Caffarel: “Espero que sejais mendigos, toda a vossa vida. Um mendigo do Ágape. Um mendigo deste Deus, cuja riqueza se torne a vossa partilha”. (83ª carta sobre a oração, *Cahiers sur l’Oraison*, nº 74, 1964, p.198).

A partilha espiritual que vivemos no Movimento, também se revela na nossa partilha material de bens, que sustenta a animação e a frescura com que após mais de 70 anos de existência, continuamos a querer levar a outros casais e conselheiros espirituais – a nossa forma de caminhar em Igreja, pelo aprofundamento da espiritualidade conjugal.

Sabemos que este assunto já foi abordado em inúmeras Cartas, de diferentes formas, mas não podemos deixar de insistir nele – não obstante os constrangimentos financeiros a que os portugueses estão sujeitos, neste momento difícil – porque nos parece que ainda há muitos equipistas e equipas que não perceberam o sentido e a importância da contribuição (quotização).

Qual o significado da Contribuição?

A contribuição é a expressão material do espírito de entreajuda humana e

espiritual sobre o qual se funda a mística de uma Equipa de Nossa Senhora. O sentido da partilha de bens é o mesmo do das primeiras comunidades cristãs, que tem como fundamento o espírito de verdade e de caridade fraternal. É necessário assegurar a vida material de uma comunidade à qual pertencemos.

As Equipas de Nossa Senhora, desde a sua origem, não dispõem de outro meio de subsistência, que não sejam as contribuições dos seus membros. Por isso ao fundar o Movimento, o Padre Caffarel preocupou-se em explicar bem o sentido da contribuição, na Carta: cada equipista deve contribuir com uma quantia equivalente a um dia de rendimentos por família, por ano.

Para que serve a vossa contribuição?

1. Para o funcionamento do secretariado (salários, despesas com água, luz, telefone, correio e internet).

2. Para a animação do Movimento através de várias ações:

a. Cadernos de pilotagem, documentos metodológicos, tema do ano, carta e site;

b. Formação (de formadores, de responsáveis de sector e de casais piloto);

c. Animação e ligação do Movimento – reuniões da equipa e do Colégio da Supra-Região (com casais do país inteiro);

d. Apoio ao Movimento em África (Angola, Moçambique, Cabo Verde e S. Tomé e Príncipe);

e. Quotização para a Equipa Responsável Internacional, com um valor fixo por membro;

3. Acções ao serviço dos casais e da Igreja.

Não podíamos deixar de vos falar da preocupação que sentimos enquanto responsáveis do Movimento, quando chegamos ao final do ano e olhamos para a forma como as equipas entenderam o sentido da contribuição no Movimento, dado que há uma significativa percentagem de equipas que contribuem com quantias irrealistas e irresponsáveis. O Movimento só se mantém se todos os seus membros contribuírem para a sua existência. Será possível que numa equipa com 5, 6 ou 7 casais, a contribuição (dia de rendimentos) para o Movimento seja de 10, 15 ou 20 euros?

Finalmente gostaríamos de partilhar convosco a alegria de termos encerrado mesmo antes do seu termo, as inscrições para o Encontro de Equipas Novo Fôlego, que terá lugar em Fátima, entre os dias 16 e 17 de Fevereiro próximo. Serão cerca de 20 equipas a quem desde já agradecemos a disponibilidade com que aceitaram o convite.

A partilha espiritual que vivemos no Movimento, também se revela na nossa partilha material de bens.

VIDA DO MOVIMENTO

Jesus nunca salva o homem do exterior, nem sem ele, nem sem o seu consentimento. Fá-lo colaborar na sua própria salvação. Só a graça de Cristo salva mas Ele quer ter necessidade da adesão interior do homem. Daí sentirmos a necessidade de realizar um encontro de formação que possa constituir um novo fôlego para a caminhada em equipa. Esperamos que mais equipas com mais de 15 anos de caminhada no Movimento, se juntem a nós na próxima edição.

Saber pedir...Ousemos pedir a Maria, a intercessora por excelência junto de Seu Filho Jesus. Ousemos pedir-Lhe, para que cada um de nós abra as portas da fé ao amor infinito do Pai, confiando-lhe tudo o que temos e somos, para que transforme o nosso coração de pedra em coração de carne... nos torne mendigos do Ágape!





*Fernanda e António Felgueiras
Casal Responsável da Província Norte*

Província Norte

Caros equipistas,

Estamos a dar os primeiros passos no ano 2013. Tantos votos para que neste ano se concretizem os nossos sonhos! Mas convém termos os pés bem assentes na terra (apesar do espírito sempre elevado para o céu), para discernirmos o que entendemos por sonhos: se algo nebuloso, ou, se alguma coisa que se possa materializar, quantificar e, assim, podermos concretizar...

Este preâmbulo veio-nos à mente quando, arrumando a secretária, depáramos com o último número da revista “O amigo dos leprosos”, publicado pela APARF (Associação Portuguesa dos Amigos de Raoul Follereau). Nela, relembra-se o projeto magnífico da Madre Eugénia, Superiora Geral das Irmãs de N. Senhora dos Apóstolos que, em 1939, ao mergulhar no mundo dos leprosos, numa ilha do paralelo de Abidjan (Costa do Marfim), teve o so-

nho de amar, poder curar e dignificar a vida daqueles infelizes atingidos pela flagelo da doença maldita, doença de Hansen, mais conhecida por lepra, construindo uma pequena cidade em plena floresta virgem...

Raoul Follereau, na altura, fez-se paladino da causa, percorrendo cidades e mais cidades, falando desta realidade, atraindo a boa vontade das pessoas, recolhendo fundos para a Obra. Hoje, continua a haver variadíssimos projetos, que só podem ser levados a cabo com a ajuda de muitos voluntários, que trabalham no campo, com verdadeiro espírito de missão, mas que exigem o contributo monetário de muitos e muitos anónimos.

Comemorou-se a 27 de Janeiro o 60º Dia Mundial dos leprosos. Associando-nos à efeméride e, tomando como base o tema geral desta carta “saber pedir”, atrevemo-nos a apelar à vossa generosidade, pedindo-vos que

“dêem os vossos 5 pães e 2 peixes”, pois, como disse Raoul Follereau, sem os meios materiais, um sonho não passa de um sonho.

O Senhor a todos retribuirá a 100 por 1!

Para mais informação, poderão contactar a Associação supra citada (pelo telefone 218 520 520 ou através do endereço eletrónico: www.aparf.pt).

Fernanda e António Felgueiras



Mari e Luís Melo
RR Porto 2

REGIÃO PORTO2

Servir é bom

Estamos ao serviço dos casais do Porto (RP2) desde há uns meses.

Fazemo-lo com ALEGRIA. Porque servir é BOM! Acreditamos que o Espírito Santo se lembrou de nós por achar que estava na hora de O servir.

É BOM, porque reconhecemos as ENS como Movimento forte, inteligente e com uma proposta concreta para os homens e mulheres de hoje que querem viver o Sacramento do Matrimónio de forma coerente, embora ciente de todas as dificuldades por que passa, e consciente de que “é muito mais fácil” se percebermos a “mão” de Deus nas

nossas vidas. Mão exigente e amorosa. Que nos ajuda a levantar e a cair nos braços do outro, com o Seu apoio.

É BOM, porque sabemos que, vivendo essa caminhada com outros casais (a nossa Equipa), aquilo que nos parece tão complexo e difícil é afinal, tantas vezes, também vivido por outros, cuja experiência e testemunho nos ajuda a ultrapassar os nossos problemas (ainda que nem sempre tenhamos de os revelar!).

É BOM, porque sabemos que a Equipa é um projeto de longo prazo, que queremos que nos acompanhe ao longo da nossa vida. E é sabendo-o que temos de aceitar que nem sempre está a 100%. Antes, aceitamos que, tal como nós, tem épocas de maior fertilidade e outras de maior secura. Mas é a realidade humana...

É BOM, porque sabemos que, além dos casais da nossa Equipa, temos um Conselheiro Espiritual a quem recorrer, se necessário. Ou que, simplesmente, sabemos que está disponível para nos ouvir e compreender os desafios que, enquanto casal, enfrentamos.

É BOM, porque sabemos que pertencemos a um Movimento que nos fornece as condições para viver com maior qualidade esta vocação por que optámos: a de casal.

Resolvemos, tal como vimos em Brasília, “ir para além do programado” e “aceitar o inesperado”, para “ousar o Evangelho”, por tudo isto e para servir

cada casal da Região Porto 2 e ainda os casais do Porto que ainda não conhecem as ENS e que sentem necessidade de desenvolver a espiritualidade conjugal.

E contamos com o empenho de cada um: com entusiasmo, porque servir é BOM!

Um abraço amigo.

Mari e Luís Melo



M^a João e José M^a Barroso
CR Setor de Vila Real/Alijó

REGIÃO NORTE

“Saber Pedir”

Uma empresa, no âmbito da sua área comercial, ensina aos seus vendedores as melhores técnicas a usar para a venda da sua mercadoria.

Ensina a “Saber Pedir” ou a suscitar a compra do seu produto.

Ironizam alguns, sarcasticamente, dizendo que a chave para o sucesso nos seus negócios e na vida está em Jesus Cristo, que disse: “pedi e dar-se-vos-á; procurai e encontrareis; batei e abri-se-vos-á (Cfr. Mateus Capítulo 7,7).

“SABER PEDIR” ao Senhor é diferente!

A este propósito lembramo-nos do pedido formulado a Jesus pela mãe de

Tiago e João, filhos de Zebedeu: “... Ordena que estes meus dois filhos se sentem um à Tua direita e o outro à Tua esquerda, no Teu reino. Jesus retorquiu: Não sabeis o que pedis. Podeis beber o cálice que Eu estou para beber? Eles responderam-Lhe: «Podemos» “(Mateus 20, 20-22).

A mãe de Tiago e João “soube” fazer o pedido? É evidente que não.

Não pediu com humildade, revela egoísmo e desconhece, tal como Jesus lhe referiu, a impossibilidade do mesmo ser satisfeito. Quantas vezes nós também não sabemos pedir, por egoísmo, orgulho, falta de amor e vaidades?!

Parece-nos que a passagem do evangelho que melhor nos ensina a “Saber Pedir” é a da “alegoria da videira”, no evangelho de S. João, 15-7: “se vós estiverdes em Mim e as Minhas palavras estiverem em vós, pedireis tudo o que quiserdes e ser-vos-á concedido”.

Quer isto dizer que, se vivermos a nossa vida, em comunhão com a PALAVRA de Jesus e nomeadamente em obediência ao “AMAI-VOS UNS AOS OUTROS COMO EU VOS AMEI”, podemos pedir tudo, que tudo nos será dado, todas as portas se abrirão, nomeadamente as do Céu, pois “SOUBEMOS PEDIR” pondo na nossa vida a Palavra de Cristo.

M^a João e José M^a Barroso



São e Duarte Matias
Casal Responsável da Província Centro

Província Centro

*2013 é tempo para;
Ligar-animar-partilhar-anunciar
e louvar.*

São e Duarte



Elsa e João Nuno
RS Coimbra Centro

As ENS revelaram, outrora, uma vigorosa vitalidade em Coimbra, tendo levado o movimento a outras cidades da região centro do País, com a assunção de pilotagens nas primeiras equipas que aí nasciam. Nestas duas últimas décadas, assistiu-se a um decréscimo de vivacidade nas equipas dos setores B e C de Coimbra, refletida, essencialmente, numa menor participação nas atividades propostas pelo movimento, menor disponibilidade para o serviço nas ENS e, com particular relevância, no enve-

lhecimento das equipas mais antigas sem a constituição de novas suficientes, para fazer crescer e renovar o movimento. Tais circunstâncias, a um nível mais profundo, revelavam isolamento de algumas equipas, estando, por isso, afastadas das preocupações ligadas, designadamente, à expansão. Em 2009, os RS Coimbra B e C, com o apoio do CR, entenderam ter chegado a hora de se dar um novo impulso ao movimento nesta cidade, ser necessário injetar algum entusiasmo na participação das equipas nas atividades e fortalecer as ligações, de modo a ser criada uma dinâmica de vida e crescimento das ENS em Coimbra.

Com tal propósito, em 2010, e após ter sido efetuado um trabalho de auscultação às equipas, foi decidido proceder à unificação dos dois setores, dando origem ao setor Coimbra Centro e à criação de uma única equipa de setor com a integração de casais antes pertencentes aos anteriores. Tal iniciativa procurou

dar maior eficiência às ligações, unificar a organização das atividades e reunir sinergias que potencializem a expansão e criação de equipas novas em Coimbra.

É nessa esperança e com essa exigência que, a par com todo o setor Coimbra Centro, fazemos caminho, sabendo que o Senhor está connosco.



Carmo e António Pedro
CR-Região Centro Sul

Ligação – uma ajuda na dificuldade!

Na vida de cada um de nós, de casal, equipa base ou estruturas do Movimento, os períodos bons alternam com os menos bons.

Partilhamos como têm sido vividas as dificuldades no Setor de Tomar, a boa vontade e espírito de serviço faz o “renascer das cinzas”. Estamos convictos que a LIGAÇÃO é a chave na resolução.

Em 2009/2010, Tomar, era Setor isolado (sem Região), integrando a recém criada Região Centro Sul (dioceses Leiria-Fátima e Santarém).

Ultrapassando vicissitudes várias e com o empenhamento do CP, São e Duarte, forma-se a equipa de Setor e assim iniciámos o contacto da realidade, ENS-Tomar.

Por razões várias a equipa, terminou o serviço no fim do ano.

O inesperado deixou-nos muito preocupados: sem equipa de Setor, era complicado manter as equipas ligadas às ENS. A partilha de alguns equipistas mais velhos, que viveram momentos felizes nas ENS, empurraram-nos a tomar uma decisão.

Em colegialidade com a equipa da região, o CE e CP, foi decidido trazer a responsabilidade do Setor para a região. Passámos nós a ser o RS e o CE da região CE do Setor, contando com três CL que generosamente desempenham a sua missão.

Em espírito de entre-ajuda os RS de Almeirim A e B e Santarém aceitaram que algumas atividades fossem estendidas a Tomar, sinal da clara unidade na Igreja Diocesana.

Bem hajam pelo testemunho!

Tomar tem um calendário atividades distribuído aos equipistas. Com a colaboração do pároco de Tomar, foi possível integrar as ENS na Missa paroquial.

Pensada, a realização de uma reunião de informação e divulgação das ENS. Almeirim A e B e Santarém, farão e o convite a novos casais é responsabilidade dos equipistas de Tomar.

Por intercessão de Maria, num futuro próximo Tomar constituirá a sua equipa de Setor.



M^aHelena e António Teixeira
Animação Espiritual - Sector B

Festa da epifania do Senhor

Os Sectores A e B das ENS-Aveiro, celebraram a Epifania do Senhor na Eucaristia do 1.^o Sábado, 5 de Janeiro.

Logo que integrámos a Equipa do Sector B e nos foi proposto o Serviço de Animação Espiritual, foi nosso propósito colaborar com as Eq^{as} responsáveis pela animação das Eucaristias dos 1.^{os} Sábados e com elas procurar algo que ajudasse a maior vivência e dignificação do mais alto acto da nossa Fé – a Eucaristia.

Esta Eucaristia, a 1.^a do Ano, serviu de “mote” a esse desejo.

Foi preparada em colaboração com as Equipas Sector e base, Ílhavo 2, Aveiro 25 e Bairrada 1. **Gratificantes o entusiasmo, partilha, escuta da Palavra e os momentos de encontro e comunhão durante a preparação.**

Desejávamos fazer desta manifestação de Jesus ao mundo, através da chegada dos Reis Magos, um momento de espiritualidade e Fé.

Feita uma introdução à Eucaristia, com textos bíblicos e profanos a “retractar” dois dons do próprio Deus:

“a luz visível para os nossos olhos e Jesus Cristo, Luz do Mundo.”

Os textos foram declamados por um casal.

Para maior ilustração três peças musicais, guitarra clássica e violino, intercaladas com a declamação e executadas por dois filhos de equipistas.

Os textos foram ordenados para “contar” uma história, começando com o “Livro dos Génesis” (1,1-5), a criação da luz.

Da “Wikipédia” fomos buscar uma referência ao culto do sol dos rituais pagãos nas sociedades pré-cristãs. Poemas da “Oração à Luz” de Guerra Junqueiro para “ligar” com os textos (Jo 1,1-5 e 1,9).

Com a 1.^a Carta (Jo-2,7-11e1,5-7), “terminou-se” a “história” convidando os presentes a concretizar o acolhimento de Jesus Cristo, Luz do Mundo.

Celebrou o CE das Eq^{as} Ílhavo 2 e Aveiro 25, P. Rocha.

Esperamos ter ajudado a celebrar de forma festiva, a Epifania do Senhor.

“Ousar o Evangelho e crescer na Fé” passa também por aqui.



Teresa e Rui Barreira
Casal Responsável da Província Lisboa

Província Lisboa

No Dia Mundial da Paz o Santo Padre Bento XVI dirigiu-nos uma Mensagem: “Bem-aventurados os obreiros da Paz”. Nela são abordados vários pontos fundamentais em ordem à construção da verdadeira paz, sem os quais nunca seremos capazes de edificar “uma convivência humana baseada na verdade, na liberdade, no amor e na justiça”. Um deles é precisamente o respeito pela vida humana, tantas vezes posto em causa nas nossas sociedades sob os mais diversos disfarces e mentiras encapotadas. Mas não nos devemos deixar enganar, pois nunca poderá existir paz se estiver ferido de morte o “respeito pela vida humana, considerada na multiplicidade dos seus aspectos, a começar na concepção, passando pelo seu desenvolvimento até ao fim natural.”

Quaisquer ameaças ao direito fundamental à vida, sejam elas a liberalização do aborto ou a eutanásia, corrompem irremediavelmente quaisquer perspectivas de paz verdadeira e duradoura.

É nossa missão ser aquilo a que o Santo Padre chama “os verdadeiros obreiros da paz”, que são precisamente “aqueles que amam, defendem e promovem a vida humana em todas as suas dimensões: pessoal, comunitária e transcendente. A vida em plenitude é o ápice da paz. Quem deseja a paz não pode tolerar atentados e crimes contra a vida.”

Teresa e Rui Barreira



Maria João e João Quintela
Casal Responsável pela região Lisboa 1

Neste princípio do ano vivemos tempos difíceis e infelizmente adivinha-se o seu agravamento. No entanto temos consciência da nossa força, enfrentamos as dificuldades em comunhão com o cônjuge, com a ajuda da equipa,

orientados pelo movimento, protegidos por Nossa Senhora e no amor do Pai.

Como casais das ENS não podemos esquecer que temos uma mística muito concreta e muito bem definida na carta fundadora, valiosíssima herança que nos deixou o pe. Henri Caffarel. A Ajuda Mutua; “Carregai as cargas uns dos outros e assim cumprireis plenamente a lei de Cristo” [Gal. 6,2] e o Testemunho; Os pagãos admiravam-se: “Vede como eles se amam” Actos [4-32]

Sabemos que a entreaajuda espiritual e material é uma constante espontânea e natural no seio das Equipas. O testemunho dado pelos casais e suas famílias é também um facto inegável. No entanto os casais muitas vezes não são identificados com o Movimento por causa da

dispersão pelas várias paróquias de Lisboa e nem se conhecem entre si.

É importante que os casais saibam quem são os outros casais equipistas, e para isso a estrutura organiza os encontros de equipas, tanto em caminhada como em comunhão, as equipas mistas as celebrações penitenciais, a peregrinação a Fátima para as famílias e particularmente a devoção dos primeiros sábados, na Igreja de Santa Isabel.

Por ultimo e no seguimento do tema de estudo proposto pelo movimento para este ano, “O caminho da vida espiritual em casal”, desafiámos os casais a tentarem ajudar o vosso cônjuge a fazer corresponder o seu espírito com o vosso, e os dois com o Espírito Santo.

Maria João e João Quintela





Rita e David Duque
Casal Responsável da Província Sul e Ilhas

Província Sul e Ilhas

No momento em que escrevemos estas palavras para a “nossa Carta” ainda remanesçam alguns vestígios da ternura, do calor e da beleza inerentes à época do Natal. Algumas decorações vão ainda resistindo, custa-nos arrumá-las porque elas nos lembram este Nascer do Deus Menino e como que queremos mantê-lo mais perto de nós... de uma forma mais física, mais visível, por mais tempo... Natal é um tempo que se pode chamar de graça, de trégua, que quase consegue amenizar as anuncia-das crises...

Mas nasceu também um novo ano, que “transporta” alguma inquietude, alguma angústia pelas dificuldades que se sentem e que se perspetivam. Neste “saber pedir” (tema de fundo da nossa Carta), com a confiança que o pedir alguma coisa a alguém tem obviamente subjacente, o que pedimos e esperamos é força e alegria, fortalecidos por esta fé em Cristo, para nos ajudar a caminhar e a construir um BOM ano de 2013, para o que contribuirá, também,

esta “âncora” que é a nossa equipa, que é o nosso Movimento, de que temos a graça de ser parte, de ser pertença.

Nesta contribuição e ajuda deste nosso Movimento tem muita força a ligação que suscita os desafios, as interpelações, a ajuda mútua e fraterna e que gera a unidade, não só dentro da nossa família, da nossa equipa, mas para além destas, se a desenvolvermos e a alimentarmos.

A Carta é sem dúvida um poderoso veículo e meio de ligação e comunicação de todas as estruturas do Movimento aos equipistas. Mas cabe-nos a todos nós, de forma particular às estruturas dinamizadoras das ENS, aos casais responsáveis de equipa, de sector, de região, de província, dar “vida” e força a esta

O que pedimos e esperamos é força e alegria, fortalecidos por esta fé em Cristo, para nos ajudar a caminhar e a construir um BOM ano de 2013.

ligação, através da partilha dos testemunhos sobre o caminhar do nosso Movimento, nas suas diversas estruturas (seja nas Equipas, nos Sectores, na Região, na Província e na Supra Região), nos seus diversos eventos, nas suas actividades, nas várias partilhas que vão permitir melhor vivermos esta grande comunidade de ENS e mais sentirmos a sua “seiva”, o seu caudal de vida. Não é demais reforçar a necessidade deste contributo.

Nem sempre é fácil construir estes conteúdos, como imaginam, devemos ficar gratos aos casais que generosamente vão partilhando, testemunhando, nas diversas Regiões e Sectores, as suas vivências ENS, para uma maior ligação e unidade do nosso Movimento.

**O que pedimos e esperamos
é força e alegria, fortalecidos
por esta fé em Cristo.**

Estamos no quinto e último ano do nosso serviço/ responsabilidade nesta “nossa” província. Lembramo-nos do que então partilhamos na Carta, citando um dos Casais Responsáveis do Movimento “Estas estruturas necessitam de empenho e dedicação de mais casais. É verdade. Mas assumir a responsabilidade no Movimento significa uma maior entreajuda, maior partilha, mas, sobretudo significa melhor ligação, nos diversos níveis que, como sabemos, é a

melhor forma para a construção de comunidade entre casais e entre equipas.” A Carta é também um meio para esta construção, para melhorar a ligação.

Rita e David Duque



Gina e Anselmo Barcelos
Região Açores

Encontro Nacional 2012

Mais um Encontro Nacional promovido pelo Movimento das Equipas de Nossa Senhora.

Mais um momento de reflexão e encontro de cada um de nós com o outro, com outros equipistas e com o Senhor.

Mais uma vez tivemos a oportunidade de participar e viver intensamente toda a riqueza dos painéis que nos foram apresentados, salientando de uma forma especial o painel referente ao tema de estudo do corrente ano que nos veio abrir mais o apetite para o vivermos melhor ao longo deste ano pastoral dedicado à FÉ.

Todos os testemunhos referentes ao Encontro Internacional de Brasília foram muito interessantes, aqui destacamos o testemunho do casal da Madeira quando se referiu aos casais presentes nesse En-



contro oriundos da Síria e de outros países vizinhos que se encontram em guerra.

Por último queremos deixar expresso o nosso contentamento pela participação de um número considerável de casais das equipas dos Açores.

Que o Senhor e sua mãe Maria Santíssima continuem a proteger o nosso querido movimento e que o ano de 2013 seja profícuo no aparecimento de novas equipas para crescimento e fortalecimento do movimento.

Queremos deixar expresso o nosso contentamento pela participação de um número considerável de casais das equipas dos Açores.



Guida e Luís Costa
Casal Responsável da Província África

Província África

Caríssimos amigos,

Nesta carta vamos dar voz a São Tomé e Príncipe, onde há 21 equipas, sendo 18 na Ilha de São Tomé (2 em Angolares, 2 nas Neves, 2 em Ribeira Afonso, 6 em Santana, 2 em Água Izé, 3 em Água Grande – Sé e 1 no Bombom) e 3 na Ilha do Príncipe (em Santo António). Mas, sobre a história e a evolução das equipas na Ilha de São Tomé, melhor do que as nossas palavras, são as do texto da Neusa e do Abdulay, casal responsável pelo Sector de São Tomé, que esteve em Portugal no mês de Dezembro, para participar no Encontro Nacional. Infelizmente não conseguiram viajar a tempo de participar no encontro, tendo chegado na quinta-feira seguinte ao fim de semana do Encontro. Apesar de não terem conseguido chegar a tempo de participar no Encontro Nacional, considerámos muito importante a sua vinda a Portugal pois foi um tempo muito rico em formação, nomeadamente formação de responsável de equipa, de sector, de casal de ligação, de casal res-

ponsável pela informação e pilotagem e formação de pilotos. Para além da formação aproveitámos para lhes mostrar um pouco do nosso Portugal. Todas as fotografias estão disponíveis no site.

É para todos nós uma enorme e profunda riqueza assistirmos ao crescimento e consolidação do nosso movimento em terras de África Lusófona bem como da sua importância para os casais, para as famílias e para a sociedade africana. Este crescimento é um Dom maravilhoso de Deus para com o nosso movimento e para com todos nós.

Um abraço amigo,

Guida e Luís Costa





*Neuza e Abdulay
CR setor São Tomé*

Lisboa, 2 de Dezembro de 2012

Caríssimos irmãos:

O Movimento das ENS em S. Tomé e Príncipe está a crescer cada vez mais nas paróquias locais. As ENS surgiram em S. Tomé no dia 21 de Janeiro de 2007 na paróquia de Santana com 3 equipas e com a colaboração do Pe João Ceita Nazaré. Como o objectivo das ENS é de ajudar os casais a viverem plenamente o sacramento do matrimónio, os casais têm estado a caminhar na espiritualidade conjugal, no crescimento na fé, na união e na partilha. Os casais têm progredido ao ajudarem mutuamente os outros casais.

Neste ano, o casal responsável do sector das ENS juntamente com os casais de ligação tem como a sua grande ambição, o projecto de implementação das ENS em todas as paróquias de S. Tomé e Príncipe. É bom começar com poucas equipas para que mais tarde se possa colher o melhor fruto.

Em S. Tomé há oito paróquias com um universo de dezoito equipas e na ilha do Príncipe uma paróquia com três equipas. Essas paróquias são: Santana, Neves, Angolares, Ribeira Afonso, Água Izé, Sé, Bombom e paróquia do

Príncipe. A novidade que temos é que muito em breve vão arrancar 2 equipas na Paróquia da Madalena e uma equipa em cada uma das seguintes paróquias: Guadalupe, Trindade, Santo Amaro e Capela do Hospital.

As equipas reúnem-se todos os meses com a colaboração dos conselheiros espirituais. A família Santomense está a perder os verdadeiros valores, por isso o movimento das ENS vem demonstrar os tempos fortes da ajuda mútua, o respeito, a responsabilidade da maternidade e da paternidade, a união, a oração e a partilha. Concretamente neste ano, o sector de S. Tomé realizou duas actividades, uma na paróquia das Neves no primeiro semestre e outra no segundo semestre na paróquia da Sé. Esta actividade teve a participação de todas as equipas de S. Tomé; as equipas do Príncipe não puderam participar por razões financeiras.



No próximo ano vamos formar casais para pilotarem as novas equipas a formar.

Portanto apesar da distância que existe entre S. Tomé e Príncipe e Portugal, queremos dizer que não sentimos a vossa ausência, e que graças a vocês hoje estamos em representação das equipas em S. Tomé. Esperamos que esses laços de amizade e de responsabilidade desta nobre missão não venham a acabar.

Bem Hajam

Neuza e Abdulay

A 4 de Outubro, o Sector de São Tomé organizou um encontro nacional que contou com a participação do Senhor Bispo de São Tomé e Príncipe, Dom Manuel dos Santos. Aqui deixamos para todos vós o testemunho da Cosma, equipista da equipa Santana 5.



O encontro do dia 4 foi um sucesso. As paróquias de Santana, Ribeira Afonso, Angolares, Neves e a capela de Água Izé que pertence a paróquia de Santana apareceram em massa na Paróquia

da Sé. A missa foi às 10h00 celebrada pelo Sr. Bispo que ficou muito satisfeito. Todas as paróquias participaram na eucaristia, cada uma com a sua responsabilidade. A paróquia da Sé que nos recebeu assumiu os cânticos de entrada e final, Santana assumiu a comunhão, capela de Água Izé assumiu santo e cordeiro, Ribeira Afonso assumiu acto penitencial e glória, Neves assumiu aleluia e ofertório, Angolares assumiu acção de graças. O Pai-nosso e o abraço da paz foram cantados por todas as paróquias. Também convidámos a paróquia de Lurdes que é o Bairro do Hospital e a paróquia de Conceição para esta actividade. As paróquias de Santana, Ribeira Afonso, Angolares e a Capela de Água Izé fizeram as camisolas da equipa. A tarde recreativa também foi um sucesso. A paróquia de Angolares contou uma história sobre a família, a paróquia de Ribeira Afonso dançou quina, a capela de Água Izé dançou cutorno, a paróquia de Santana dançou ússua, a paróquia da Sé apresentou dança de tafua, caça de tesouro, música e canções. Terminámos a nossa actividade com uma canção de pai-nosso seguida do MAGNIFICAT. Todas as fotografias estão disponíveis no site.

Um abraço

Cosma Gué

Próximas actividades Supra Região Portugal 2013

Reunião e Colégio Supra Região

Março de 2013, 01 e 03

Encontro de Equipas Novo Fôlego

Fevereiro de 2013, 16 e 17

Encontro de Equipas Novas

Abril de 2013, 19 e 20 Província Lisboa

Encontro de Equipas em Caminhada

Fevereiro de 2013, 16 e 17 Província Lisboa

Fevereiro de 2013, 23 e 24 Província Sul e Ilhas (R Madeira)

Março de 2013, 02 e 03 Província Centro

Março de 2013, 16 e 17 Província Norte

Encontro de Equipas em Comunhão

Março de 2013, 23 e 24 Província Norte

Formação de Responsáveis de Setor

Junho de 2013, 01 e 02

Encontro de Pilotos

Abril de 2013, 13



Lina e Valdemiro Líbano Monteiro
Eq 121B, Lisboa 1

Como falar de *sexualidade* aos nossos filhos

A nossa vivência em casal reflete o que cada um de nós é individualmente (e que trouxe para a nossa relação) e também o que fomos construindo ao longo do nosso namoro e casamento. De uma forma simplista mas que julgamos verdadeira, a forma como vivemos a nossa sexualidade foi muito influenciada pelo testemunho que vivemos nas nossas famílias de origem, pela educação e valores que nos foram transmitidos e também pela influência das pessoas que connosco se cruzaram e que fizeram, ou fazem ainda, parte do nosso processo de amadurecimento.

Fugimos intencionalmente à tentação de mencionar aqui uma definição de sexualidade. Há muitas e facilmente se encontram numa pesquisa bibliográfica sumária. O que pretendemos aqui realçar é que do nosso ponto de vista a educação para a sexualidade começa muito cedo, numa transmissão feita inicialmente sem palavras, mas através do contacto e do toque como veículo privilegiado de transmissão de amor.

Portanto educar para a sexualidade começa (se não for antes) no momento em que o nosso filho ou filha nasce e se “apresenta” perante nós e o mundo como ser distinto e irrepetível. A forma como o recebemos, como o tocamos, como lidamos com a sua dependência inicial de nós, tudo isso é importante e se reflete de forma mais ou menos consciente no que ele/a será mais tarde. Esta questão é ainda mais “visível” quando já não estamos perante o nascimento do primeiro filho. Quando já há irmãos, a nossa relação com o novo filho é cuidadosamente observada pelos que já existem. Assim, as nossas atitudes de amor, dedicação, capacidade de nos dar para além do que nos julgávamos capazes, bem como as de egoísmo, impaciência e cansaço são percebidas e funcionam como modelos de referência.

Ao crescerem surgem, naturalmente, as primeiras perguntas sobre a sexualidade. “Como é que o bebé entra para a barriga da mãe?” foi a primei-

ra pergunta sobre o tema que nos fez o nosso filho mais velho. Quando a fase das perguntas chegou, fomos falar com a educadora dos nossos filhos, cujo bom senso, experiência e partilha dos mesmos valores cristãos nos des-cansavam muito. E a ajuda revelou-se preciosa. Dizia ela: respondam a todas as perguntas que os vossos filhos vos fizerem. Façam com que eles sintam sempre que podem vir ter convosco para falar sobre o tema. Respondam de forma simples ao que vos perguntam, mas somente ao que perguntam. Não “acrescentem” informação. Quando eles quiserem saber mais voltam a perguntar. E se não o fazem é porque naquele momento a sua curiosidade e dúvidas foram satisfeitas. Disse-nos ainda que uma das noções que achava importante que eles adquirissem e que lhes procurava transmitir é que “tudo o que havia no nosso corpo era bom”, não havendo “coisas feias”. O que temos é que saber estimá-lo e respeitá-lo.

Esta noção do respeito pelo nosso corpo

leva-nos a outro aspeto que consideramos básico mas fundamental da nossa relação com os outros: o respeito incondicional do “outro” como ser humano. Este respeito aplica-se em todos os contextos da vida: escola, trabalho e também nas nossas relações afetivas. É quanto a nós um dos pilares fundamentais da educação, e que permite a vivência da sexualidade de forma sã e equilibrada. E esse respeito pelo outro como ser humano, mostra-se no dia a dia, nas atitudes do quotidiano, na família, nas nossas relações com os outros,



em contextos mais favoráveis e também em momentos mais difíceis; em alturas de paz e em situações de conflito.

Na pré-adolescência tem havido do nosso lado o cuidado de perceber se eles entendem o que se está a passar com os seus corpos e se sabem o que isso significa. Normalmente já têm uma noção da evolução, porque o tema é abordado na escola. Mas uma coisa é “ver nos livros”, outra é sentir as mudanças. Mais uma vez temos o cuidado de lhes transmitir que todas essas transformações são boas e a nossa atenção centra-se sobretudo na forma como eles vivem essas transformações.

Procuramos acompanhá-los depois, ao longo da sua adolescência, aproveitando as suas perguntas ou alturas em que a conversa se proporciona para irmos sabendo o que é que eles pensam sobre os aspetos relacionados com a evolução da sua sexualidade. Se a oportunidade não surge naturalmente mas há alguma situação que nos chamou a atenção ou nos preocupa, “puxamos” o tema, individualmente ou em família, de acordo com o que a nossa sensibilidade nos diz que será a melhor forma de o fazer. À medida que vão crescendo aparecem as atenções preferenciais por

“alguém”, as aproximações e os namoros. São fases que acompanhamos mantendo sempre uma atitude de escuta atenta mas respeitando a sua individualidade.

Temos a consciência que sobretudo na fase da pré-adolescência e adolescência a influência dos amigos e do grupo é muito importante. As influências são múltiplas e não temos a pretensão de controlar toda a informação que lhes chega nem isso seria bom. Mas empenhamo-nos sobretudo na criação de uma base de valores cristãos que os ajude a tomar as melhores decisões, ao mesmo tempo que tentamos sempre que se mantenha entre nós e cada um dos nossos filhos uma relação de abertura e confiança que lhes permita vir ter connosco sempre que precisarem da nossa ajuda.

Finalmente, este acompanhamento, estes diálogos com os nossos filhos ganham um sentido muito profundo – o verdadeiro sentido – por ser feito à luz de Deus. É Nele, que encontramos respostas e orientação. Por isso agradecemos muito e frequentemente a Deus as nossas famílias de origem, o nosso amor, o nosso casamento, os nossos filhos, as nossas vidas...

Lina e Valdemiro Líbano Monteiro



P. Armino Vaz
Conselheiro Espiritual da Equipa Supra-Regional

A Igreja em Notícia

Bento XVI e a essência da família

É digno de registo neste número da *Carta* um discurso de Bento XVI sobre a família. Dirigindo-se no dia 21.12.2012 aos cardeais e membros da Cúria romana na apresentação das Boas Festas de Natal, salientou que entre “as etapas do ano que está a chegar ao fim quero mencionar a grande Festa da Família em Milão [29 Maio – 3 Junho]”, em que se tocou um dos “temas fundamentais do nosso momento histórico: a família... Gostaria de reflectir mais pormenorizadamente nele”.

“A grande alegria com que em Milão se encontraram famílias provenientes de todo o mundo mostrou que, apesar de todas as impressões contrárias, a família está forte e viva também hoje. Mas é incontestável também a crise que – particularmente no mundo ocidental – a ameaça mesmo nas bases. Impressionou-me que no Sínodo [sobre a Nova Evangelização e a transmissão da fé, em Outubro] se tenha repetidamente sublinhado a importância da

família para a transmissão da fé como lugar autêntico em que se transmitem as formas fundamentais do *ser pessoa humana*. Aprendem-se vivendo-as e também sofrendo-as conjuntamente... Na questão da família não se trata só de determinada forma social mas do que é o próprio ser humano... Os desafios são complexos. Está em primeiro lugar a questão da capacidade de o ser humano se ligar ou da sua falta de laços. Pode ligar-se para toda a vida?... Não está isso em contraste com a sua liberdade e com a amplitude da sua auto-realização? O ser humano torna-se tal permanecendo autónomo e entrando em contacto com o outro só por meio de relações que ele pode interromper a cada momento? Laços para toda a vida estão em contraste com a liberdade? Os laços merecem que se sofra por eles? A rejeição dos laços humanos, que se difundem cada vez mais devido a uma compreensão errada de liberdade e de auto-realização, como também por fugir à acção de suportar o sofrimento, significa que o ser humano fica fechado em si e, em

última análise, conserva o próprio *eu* para si próprio... Mas só no dom de si mesmo o ser humano consegue ser ele próprio; e só abrindo-se ao outro, aos outros, aos filhos, à família, só deixando-se plasmar no sofrimento, é que ele descobre a amplitude de ser pessoa humana. Com a rejeição deste laço desaparecem também as figuras fundamentais da existência humana: o pai, a mãe, o filho; caem dimensões essenciais da experiência de ser pessoa humana.

O Grande Rabino da França, Gilles Bernheim, num tratado cuidadosamente documentado e profundamente tocante, mostrou que o atentado à autêntica forma da família, constituída por pai, mãe e filho, alcança uma dimensão ainda mais profunda. Se até agora tínhamos visto como causa da crise da família um mal-entendido sobre a essência da liberdade humana, agora torna-se claro que está em jogo a visão do próprio ser, daquilo que realmente significa ser homens. Ele cita a afirmação, tornada famosa, de Simone de Beauvoir: «Mulher não se nasce, chega-se a ser [On ne naît pas femme, on le devient]». Nestas palavras está dado o fundamento daquilo que hoje, sob o lema *gênero*, é apresentado como nova filosofia da sexualidade. Segundo essa filosofia, o sexo já não é um dado originário da natureza que o ser humano deve aceitar e preencher pessoalmente de sentido, mas uma função social sobre a qual se decide autonomamente,

enquanto até agora era a sociedade a decidir sobre ela. O profundo carácter erróneo desta teoria e da revolução antropológica que lhe está subjacente é evidente. O ser humano contesta ter uma natureza constituída previamente pela sua corporeidade, que o caracteriza. Nega a própria natureza e decide que ela não lhe é dada como facto constituído previamente mas que é ele próprio a criá-la. Segundo a narração bíblica da criação, pertence à essência da criatura humana ter sido criada por Deus como macho e fêmea. Esta dualidade é essencial para o ser humano, como Deus o deu. Precisamente esta dualidade como ponto de partida é contestada... Então também já não existe a família como realidade preestabelecida pela criação. E também a prole perdeu o lugar que até agora lhe pertencia e a dignidade particular que lhe é própria. Bernheim mostra como ela, de sujeito jurídico autónomo, se torna agora necessariamente um objecto ao qual se tem direito... Na luta pela família está em jogo o próprio ser humano. E onde se nega Deus dissolve-se também a dignidade do ser humano. Quem defende Deus defende o ser humano”.

Tradução do italiano: Armindo Vaz



Henry Caffarel
Fundador das ENS

Rezar é vital?

SONO, TRABALHO, REFEIÇÕES... ORAÇÃO...

No seu editorial de Novembro de 1952, o Padre Caffarel chamava a atenção dos leitores para uma régua graduada com 96 divisões.

“Observai esta régua. Ela está dividida em 96: os 96 quartos de hora de que se compõe um dia. Contai a partir da esquerda o número de horas que reservais para o sono e riscai com um traço vertical. Contai, a seguir, o número de horas de trabalho, profissional ou doméstico: um outro risco; A seguir as horas para as refeições; depois o tempo das deslocações, da leitura do jornal, etc. Finalmente, agora partindo da direita, o tempo que consagrais à oração. E depois comparai!”

Dirme-eis: “Nada mais enganador do que este tipo de cálculo. Comparam-se realidades que não podem ser comparadas. A oração não é uma questão de tempo. Nem sequer o amor: Não é por eu passar dez horas por dia no meu trabalho e pouco tempo a conversar com

a minha mulher e com os meus filhos que eu não os amo, que os amo menos que ao meu escritório. O amor não é uma questão de tempo”.

Todavia, quão frequentemente o amor dos esposos, o afecto entre pais, se torna periclitante precisamente porque se descuida a sua manutenção e aprofundamento. Os nossos amores humanos requerem encontros, diálogo, momentos de intimidade. É vital.

O mesmo se passa com o amor de Deus. Ele define na alma do cristão que não se proporciona a si próprio, em cada dia, momentos de encontro com o Senhor, momentos de diálogo, de intimidade, isto é, de oração. E isso não é menos vital!

E quando me perguntam, “mas onde quer que eu arranje tempo para rezar?”, isso deixa-me pensativo... Ou não entendeu o carácter vital da oração para alimentar a vida espiritual e religiosa, ou então é assunto para o psiquiatra, tal como a mãe de família numerosa que sofria de forte anemia e que respondia

ao médico “como é que quer que eu tenha tempo para comer, com oito filhos e tudo o que isso implica, os biberões, as fraldas para lavar, os banhos dos pequenos, as traduções de línguas para os mais velhos... ?”.

A questão é saber se comer é vital; a questão é saber se rezar é vital.

Afinal talvez seja culpa nossa, dos padres, se os cristãos não acreditam no valor da oração. Será que os alertamos o suficiente para a anemia espiritual que os espreita? Quando vêm confessar-se de cobardia, de orgulho, de impureza, em vez de os estimularmos para não reincidirem, será que chamamos a sua atenção para a sua verdadeira causa,

para o seu estado de menor resistência que os torna terrivelmente vulneráveis? Recomendamos-lhes a única solução que lhes permitiria adquirir vitalidade espiritual e, portanto, resistir às ameaças interiores e exteriores: a oração?

Após 20 anos de ministério, creio poder afirmá-lo com segurança: O cristão que não consagra cada dia dez minutos/um quarto de hora (noventa e seis avos do seu dia) a esta forma de rezar a que se chama Oração ou Meditação permanecerá sempre infantil, ou melhor, definhará. Viverá graves crises, das quais não sairá vitorioso, ou talvez mesmo, nem consiga sair delas por muito tempo.

Carta mensal das ENS, França, Novembro 1952





Rita e Gastão Cunha Ferreira
Eq 124J, Região Lisboa 2

Oração Conjugal

Ter como natural na nossa vida a Oração é uma Graça imensa. Começamos assim a aprender, desde que nos lembramos de ser, a falar com Deus Pai, e hoje percebemos que é uma aprendizagem que só acabará quando estivermos na Sua presença plena.

Rezar a dois, em casal e tendo Deus presente, começa devagar, por pequenos passos, começando pelos que nos são mais familiares, e vamos percebendo o bem que nos faz rezar em comum na presença de Deus, partilhar com Ele as nossas alegrias e tristezas, e como vamos abrindo os nossos corações.

Como só somos capazes de amar o que conhecemos, as pessoas da Santíssima Trindade na Sua Sabedoria revelam-se na nossa vida: Jesus, Deus feito Homem, nasce e cresce conosco, entrega a Sua vida por nós, em obediência ao Pai Nosso que está nos céus, que nos envia o seu Espírito Santo como guia e suporte. Apesar da total intimidade que Deus nos abre, não é fácil fazer a nossa parte do caminho. Não foi para os grandes Santos e não é certamente para nós.

Ao longo do tempo vamos construindo uma ideia de Deus e a nossa relação com Ele (e com os outros, com nós próprios) torna-se desejavelmente mais adulta e mais íntima, à medida que reconhecemos com mais justeza a grandeza da misericórdia de Deus e o seu Amor infinito.

Conhecer a Deus, dentro dos limites da nossa compreensão, pede uma disponibilidade permanente da nossa inteligência e do nosso coração, que nos libertemos cada vez mais da medida pequena com que se aprecia tudo o que vemos e aprendamos a usar uma medida mais próxima do Amor de Deus.

No dizer do Beato John Henry Newman (A Encarnação), depois de falar brevemente sobre a vida de Jesus, “a terra é tão privilegiada que o nosso juiz não será um estranho, mas Alguém que é nosso igual, que apoiará os nossos interesses e simpatizará plenamente com todas as nossas imperfeições”.

Porque sabemos que todas as nossas fraquezas e provações foram tomadas e sofridas por Cristo, a certeza de que no

fim do caminho na terra encontraremos este juiz amoroso, que nasceu e morreu por nós, que nos compreende, aceita e perdoa mais do que nós a nós próprios, dá um novo sentido e uma nova alegria à nossa vida, e renova a nossa vontade de amar apaixonadamente a Deus.

Charles Foucault dizia que quanto mais se ama mais se reza e, criados por Deus à sua imagem, feitos para amar e ser amados, é na oração que cultivamos o amor por Deus e percebemos o infinito amor de Deus por nós.

Nem sempre amar é fácil, como também não é rezar, e ao invocar o Espírito Santo e pedir-lhe que encha os nossos corações e que acenda neles o fogo do seu Amor estamos a abrir o nosso coração ao Amor de Deus e à sua infinita Sabedoria, e sabemos que na nossa pobre e mal explicada oração Deus entende muito mais do que aquilo que dizemos, com a sua grande paciência e no seu misterioso tempo.

Por outro lado, dar a Deus o nosso silêncio e quietude, abrir espaço para que nos fale e para que o consigamos ouvir, é tornar como desafio real da nossa vida o que rezamos no Pai Nosso: “seja feita a Vossa vontade assim na terra como no céu”.

Há muitos motivos para rezar – pedir, agradecer, meditar, louvar – e muitas maneiras de o fazer, e cada um vai descobrindo uma forma pessoal de rezar, de falar com Deus e de O ouvir, mas

rezamos melhor quando reconhecemos o Dom que é sermos chamados a procurar a intimidade com Deus.

Tivemos a Graça de saber quando casámos que tínhamos pela frente um caminho a três, e a Oração Conjugal é uma manifestação desse caminho com Deus, como o é a oração pessoal e a oração em família.

Quando olhamos para traz, percebemos que rezamos por todos os motivos – para pedir nas dificuldades nossas e dos outros, para que o Espírito Santo nos ilumine e inspire palavras e obras – mas que rezamos sobretudo para agradecer porque sabemos que tudo é Dom de Deus, até a provação. Lembramos sempre o Livro de Job e a sua Fé – “se recebermos os bens da mão de Deus, não aceitaremos também os males?” – na nossa experiência de provação e sabemos, como Job, que os caminhos de Deus são outros, com a certeza de que “tudo concorre para o bem dos que amam o Senhor”.

Rezamos com a confiança de quem sabe, por experiência própria, que Deus nos dá o que de verdade precisamos, que é o Amigo a quem podemos entregar a nossa vida e a daqueles a quem amamos, a quem vamos buscar força e ânimo para o nosso dia e a quem rezamos as nossas preocupações mas igualmente as nossas alegrias.

Entregamos a Deus a nossa família e o nosso Amor, e passa a ser natural contar-lhe tudo e contar sempre com



Ele, atentos aos pequenos sinais com que nos vai guiando para cumprirmos a sua vontade.

Rezamos porque Deus incessantemente nos chama e leva para si e porque acreditamos na vocação que todos temos para a santidade, e que a isso somos chamados enquanto pessoas e enquanto casal, sendo responsáveis um pelo outro, e rezamos porque queremos

transmitir aos nossos filhos e netos um património espiritual que recebemos dos nossos Pais.

Rezamos porque na nossa relação imperfeita com Deus já nos sentimos “como criança saciada ao colo da Mãe”(Sl.130), certos de que a Sua vontade é a nossa felicidade plena e que nas Suas mãos as tristezas se transformam em alegria.



Nela e Augusto Lopes Cardoso
*Casal Responsável pela Equipe de Reflexão
e Aprofundamento do Pensamento do P. Caffarel*

QUEM É O PADRE CAFFAREL?

Caffarel – oração de petição e amor em tempos de crise

A História do nosso Movimento não só nos permite compreender melhor o *espírito fundador* como cada um dos *meios* que ele coloca ao nosso serviço, de tal modo que se tornam intemporais. Ficámos espantados com a descrição que, em 1959, CAFFAREL nos faz da *comunhão de oração* e *oração de petição* 20 anos antes, logo ao tempo fundacional das ENS.

“Foi-me muito elucidativo verificar que o facto de convidar marido e mulher a amarem-se cada vez mais dentro da família, e os casais a amarem-se dentro da Equipa, *não provocou «isolacionismo»* como muitos têm receado. Muito longe disso. Quando o coração humano comete a «imprudência» de se abrir à caridade de Cristo, Ele alarga-o irresistivelmente às *dimensões da Igreja e do mundo*. Ensinar os esposos a amarem-se mais, os casais a ajudarem-se mutuamente, é *iniciá-los no amor a todos os homens, mesmo aos inimigos*.

Penso naquela viúva que me pedia para celebrar uma Missa pelo aviador que lançara a bomba que lhe matou o marido. Lembro-me desta frase, escrita por um de vós, saído dos campos de concentração: «Entrei no conflito não obstante as minhas responsabilidades familiares, mas precisamente porque era pai e marido».

Quantas vezes vi nos nossos grupos homens e mulheres que, ao descobrirem as necessidades e dificuldades de membros da sua Equipa, tomaram consciência das condições desumanas de vida em que vivem milhões de famílias (...) e a compreender o dever imperioso de se comprometerem em tarefas sociais.

É que também *no domínio da oração se notou* [em 1939] *um aprofundamento*. Brotava espontaneamente no grupo de antes de guerra [e durante a guerra 39/45] como o louvor em face da beleza. Agora procurava-se por ela mesma e impunha-se-nos. *Quem não se senti-*

ria fraco e impotente perante um futuro inquietante? Descobria-se então a *humilde oração de petição*. Aqueles que dentre vós faziam parte das ENS nesses anos já longínquos guardam uma recordação inesquecível dessas veladas inteiramente dedicadas à oração. Às vezes eram noites inteiras. Lembro-me ainda daquele telefonema duma jovem aflita a dizer-me que o marido fora preso e levado para longe. Todos os casais da Equipa foram imediatamente prevenidos e na noite seguinte a oração foi ininterrupta no lar atingido. Quando estávamos muito cansados, íamos simplesmente dormir um pouco (...). Só nos separámos depois da Missa, celebrada às 6 horas numa igreja vizinha, deixando paz e confiança à esposa e aos filhos do nosso amigo.”

Tratava-se de *tempos de grave crise*, quem o não sabe? A tremenda sensação de impotência pessoal perante “*um futuro inquietante*” “serviu ao Espírito”, porém, para despertar no Padre Caffarel

e nos primeiros casais a fundação do Movimento, em que a “*humilde oração de petição*” foi aprendida no “*saber pedir*”. Hoje também, em que tanto vivemos uma *outra grave crise* – porventura não na partida para aquele tipo de “guerra”, mas para “outra(s)”, a droga, a rapidez vertiginosa, mas também desagregação, pela internet ou televisão; não na horrorosa “prisão” ou “concentração”, mas com marido/mulher desempregado(a), o filho/filha sem futuro profissional à vista, o avô/avó com pensão... mas sem sobrevivência – a *nossa oração de “saber pedir”*, que inclui pelos nossos vizinhos ou por quem é menos capaz de compaixão, tem motivos para melhor ser *aprendida e vivida na comunidade da Equipa*. E estes *novos tempos de crise por certo serão acompanhados*, como já é bem visível, por um reforço dos laços familiares de amor e suporte. O Senhor Sabe que o nosso simples pedido vai para além do nosso limitado e inquieto horizonte!





*Agostinha e Manuel Carvalho
Carcavelos 6, Região Cascais Oeiras*

Testemunho de um *casal Intercessor*

Aceitámos com prazer o desafio da Rita e do Joaquim e aqui fica o nosso testemunho, como Intercessores.

Os Intercessores constituem mais uma criação inspirada do Pe Caffarel, como grande valorização da oração. Lançou assim um Movimento de Oração em que os aderentes se comprometem livremente a orar, para louvar a Deus, fazer-Lhe súplicas e dar-Lhe graças. E especialmente rezar pelas intenções dos irmãos em aflição, que dirigem os seus pedidos à estrutura dos Intercessores e que esta comunica aos seus membros, para que as incluam nas suas intenções. É assim uma oração intrinsecamente solidária.

É também uma cadeia de oração, em que a cada uma das 24 horas do dia, há, em todo o Mundo, Intercessores em oração, em plena comunhão com todos os outros, a invocar a protecção divina para as intenções que nos são confiadas.

Nesta cadeia de oração, apenas se pede a cada membro o compromisso de uma hora fixa de oração por mês.

O Pe Caffarel diz-nos: “A oração é a força que nos leva para fora de nós mesmos e nos impele ao serviço dos outros”. E ensina-nos que “cada um deve organizar-se para poder dispôr ao menos de um noventa e seis avos do dia para a oração (um quarto de hora)”.

Nós também continuamos a fazer esta aprendizagem de rezar a cada dia. Dialogar com o Pai, colocarmo-nos nos seus braços, louvá-Lo, dar-Lhe graças pelos seus dons que nos concede e pedir-Lhe pelas nossas necessidades e aflições, pelas dos nossos amigos e familiares, pelos nossos casais, por todos aqueles que se confiam às nossas orações, tanto pelos que nos pedem directamente que rezemos por eles, como pelos que nos são recomendados pela Rita e pelo Joaquim, não esquecendo aqueles por quem ninguém reza.

A oração é a forma mais bonita de nos dirigirmos ao nosso irmão na humanidade, Jesus Cristo, o Verbo, a segunda Pessoa da Santíssima Trindade, que nos ensinou a rezar assim: “Pai Nosso...”



E invocamos em permanência o Espírito Santo, que chamamos sempre que necessitamos da inspiração de Deus, da força que vem do Alto e nos encoraja no caminho.

Pedir a Deus é uma grande dádiva do Senhor. Pedir aos outros que orem por nós é sinal de uma grande humildade e de confiança na eficácia da oração.

A instituição família está hoje especialmente em crise e isso reflecte-se muito na vivência do sacramento do matrimónio. A oração pelos casais, pelos seus filhos e também pelas viúvas e viúvos é uma das grandes intenções dos Intercessores.

Os jovens permanecem no coração da nossa oração, pois necessitam mais que nunca que Jesus Cristo olhe por eles, nestes tempos de tantas falsas promessas, onde os perigos espreitam a todo o momento.

A estas intenções juntamos também a oração pelo Santo Padre, na condução da Barca de Pedro que Ihe solicita mui-

to trabalho, muita oração e Ihe acarretará muitas alegrias, mas também de certo muita dor, pelas ovelhas perdidas.

Lembramos que a Intercessão é uma prática de oração bem portuguesa, especialmente vincada pelos Pastorinhos na fórmula: “Meu Deus, eu creio, adoro, espero e amo-Vos. Peço-vos perdão pelos que não crêem...”

Esta disposição de se rezar pelos outros e em favor dos outros, abre ao mundo o coração dos intercessores, fá-los sair de si mesmos e estarem presentes em toda a parte junto daqueles que necessitam da solidariedade orante. Lembra-mo-nos da jovem Santa Teresinha do Menino Jesus que sem sair da clausura, graças à intensidade e frequência das suas orações foi nomeada pelo Papa Padroeira Universal das Missões.

Exortamos os casais das ENS a aderir a esta saborosa experiência de oração, tornando-se assim em mais um elo desta bela cadeia de oração!

Agostinha e Manuel Carvalho



Marta Figueiredo
Responsável Nacional das EJNS

Equipas de Jovens *de N^a Senhora*

As Equipas de Jovens de Nossa Senhora existem em Portugal, e no mundo, há mais de 35 anos. Ao longo deste tempo, milhares de jovens marcaram já a história e carisma do movimento, deixando-se também eles marcar e transformar profundamente pelas suas Graças.

Hoje, o movimento continua a crescer por Portugal fora e a desejar estar perto de todos os jovens, procurando fomentar um crescimento humano e espiritual enraizado em Cristo e fundado nos princípios da Igreja. Hoje, continuamos a acreditar que juntos – em Equipa – e fortalecidos pelo acompanhamento de um casal, temos a oportunidade de partilhar a nossa vida, aprofundar a nossa Fé e fortalecer a nossa relação com Cristo. Tal como afirma Bento XVI, acreditamos que “o futuro da Igreja passa pelas pequenas comunidades cristãs”, sendo por isso o foco central do nosso movimento, o crescimento da vida em equipa.

Ao apostar no crescimento forte e coeso de cada uma das equipas, as EJNS

pretendem proporcionar, a cada jovem, as condições propícias para uma experiência verdadeira de conhecimento e encontro com Cristo.

Os Casais Assistentes das EJNS, ao desempenharem um papel central no acolhimento, formação e testemunho a cada jovem, tornam-se um pilar fundamental na vida em equipa. O casal potencia não só a exigência e compromisso com que se vive cada reunião, como também a possibilidade de se formarem novas equipas e chegar a mais jovens. Na crise de valores que atravessamos actualmente, o testemunho da vida em casal e em Igreja, torna-se ainda mais relevante e crucial na vida dos jovens.

Encontramos assim entre as EJNS e as ENS uma fecunda relação, através da qual os casais com o seu testemunho e presença, participam activamente na formação do jovens e preparam-nos também para viverem a sua própria vocação, com coragem e fidelidade.

Acolhemos com muita alegria as equipas que entraram para o Movimento



Alcobaça	1
Alijó	4
Aveiro	34
Braga	28
Carcavelos	16
Covilhã	13
Ílhavo	3
Lamego	7
Leiria	36
Mindelo	4
Mirandela	2
Monte Abraão	1
Neves	1
Porto	161
Santarém	17
Tourais	2

*“Eu sou a Ressureição e a Vida; aquele que crê em Mim, ainda que esteja morto, viverá; e **todo aquele que vive e crê em Mim, não morrerá eternamente**”* Jo II,25

† **João Manuel Maggessi Gouveia**

2012.09.29. Eq 116, Sector G, Região Lisboa 2

† **Maria Paula Portela de Almeida**

2012.10.21. Eq 127. Sector L. Região Lisboa 1

† **Padre Arlindo Chaves Torres**

2012.11.12. EQ Póvoa 8, Sector Póvoa de Varzim. Região Norte

† **Amadeu Roque**

2012.12.18. Eq. Estoril 1, Sector Cascais C Região Cascais-Oeiras

† **António Oliveira Langa**

2013.01.15. Equipa 4. Setor Jardim. Região Moçambique

† **Monsenhor Cónego José Lima do Amaral Mendonça**

2013.01.16. Eq Angra 8. Sector Açores Centro.

† **Rita Marçal Grilo**

2013.01.24. Equipa Viseu 6, Sector Viseu Dão, Região Centro Litoral.

† **António Milione Taliano**

2013.01.26. Equipa 1. Setor Jardim. Região Moçambique

† **José David**

2013.02.01. Eq Covilhã 8. Setor Covilhã. Região Centro Interior

Ficha Técnica

Carta das Equipas de Nossa Senhora

Ano 47

Nº50, Fev, Mar e Abr 2013

Director

Paulo Amaral

Equipa Redactorial

Rita e Pedro Cabral

Equipa da Supra Região

Traduções

Fátima e António Moitinho de Almeida

Design

Arco da Velha

E-mail

carta@ens.pt

Capa

Arco da Velha

Impressão e acabamento

RiP-Artes Gráficas, Lda

Propriedade, Administração e Editor

EQUIPAS DE NOSSA SENHORA

Movimento de Espiritualidade Conjugal

(Instituição Particular de Solidariedade Social)

NIF: 501 753 265

Av de Roma, nº 96, 4º E | 1700-352 LISBOA

T: 216 093 242/216 097 677 | F: 216 097 677

E-mail: ens@ens.pt | Web: www.ens.pt

Tiragem deste número: 5.600 exemplares

Publicação trimestral fornecida **gratuitamente a todos os membros** das ENS



Magnificat

A minha alma glorifica o Senhor
e o meu espírito se alegra em Deus, meu salvador.

Porque pôs os olhos na humildade da sua serva:
de hoje em diante me chamarão bem-aventurada todas as gerações.

O Todo-Poderoso fez em mim maravilhas:
Santo é o seu nome.

A sua misericórdia se estende de geração em geração
sobre aqueles que O temem.

Manifestou o poder do seu braço
e dispersou os soberbos.

Derrubou os poderosos de seus tronos
e exaltou os humildes.

Aos famintos encheu de bens
e aos ricos despediu de mãos vazias.

Acolheu Israel, seu servo,
lembrado da sua misericórdia,
como tinha prometido a nossos pais,
a Abraão e à sua descendência para sempre.

Glória ao Pai e ao Filho
e ao Espírito Santo,
como era no princípio,
agora e sempre. Ámen.