



CARTA DOS INTERCESSORES

Nº 142 – ABRIL 2013

“Pedi e vos será dado; procurai e achareis; batei e vos será aberto” (Mt 7, 7)

Caros amigos

Acabamos de viver um período essencial, um tempo forte para a nossa conversão: a Quaresma, no decorrer da qual somos convidados a jejuar e a orar na nossa preparação para a Páscoa de Cristo e para a sua Ressurreição.

O nosso jejum é voluntário. Pelo exemplo de Jesus Cristo que foi conduzido ao deserto pelo Espírito Santo, que jejuou, que foi tentado pelo demónio e posto à prova, coloquemos toda a nossa confiança no Senhor e deixemo-nos invadir no jejum e na oração. Que o nosso jejum seja um acto de amor.

“Nem só de pão vive o homem.” (Luc 4,4)

O jejum liberta-nos, torna-nos humildes e põe a descoberto as nossas fragilidades que só Cristo poderá compensar. Ele imprime em nós o desejo de Deus e dá lugar ao Espírito Santo. Torna-nos disponíveis ao Amor do Pai e ajuda-nos a unirmo-nos à oração de intercessão de Cristo.

O jejum conduz-nos ao reencontro com Deus, enche-nos com o amor e a força que Dele recebemos e, com o mesmo amor, a servir os nossos irmãos com a nossa oração de intercessão.

Senhor, que o Espírito Santo nos guie e nos sustente na nossa vontade de nos abandonarmos a Ti na compaixão, no jejum e na oração.

Jean-Michel Vuillermoz

O jejum, é a abstinência do mal

“o jejum é o sinal interior de uma realidade interior, do nosso compromisso, com a ajuda de Deus, de nos abstermos do mal e de viver o Evangelho. Ninguém jejua verdadeiramente se não souber alimentar-se da Palavra de Deus...”

“Devemo-nos inscrever na escola de Jesus: hoje é o tempo favorável.”
Bento XVI em 9/03/2011

O jejum

Fazer greve de fome é sempre um acto importante. Quem assim age pode pôr em causa a sua saúde. Fâ-lo porque o que reivindica é de tal importância que a única pressão possível é a de colocar em jogo a sua própria vida. Terá mais importância que a comida: a sua dignidade, a dignidade dos outros ou ainda os valores fundamentais da vida humana, particularmente a liberdade. A greve de fome é um acto público, o mais ostentatório possível para que os outros entendam o testemunho dado. Tudo isto é respeitável.

O jejum cristão apresenta-se de outro modo. O jejum deve ser discreto e acompanhado “ de perfume sobre a cabeça”, como pede o Senhor (Mt 6, 16-18). É acompanhado de um pedido muito preciso: a nossa conversão pessoal, a cura de alguém, o acabar de uma guerra... Sim, mas, principalmente, o jejum é para viver mais com o Senhor: trata-se de entrar na atmosfera do Senhor, na sua graça. É lá o coração do jejum cristão. O próprio Jesus o revela.

Antes de iniciar a sua pregação, Jesus jejuou quarenta dias e quarenta noites no deserto (Mt 4, 2). O jejum foi preparatório ao seu ministério público, à sua missão recebida do Pai. Nós jejuamos para nos prepararmos para uma missão: viver a festa da Páscoa e assim testemunharmos a nossa libertação por Cristo, libertação querida por Deus que ama todos os homens. Nos Actos dos Apóstolos, o jejum acompanha a missão: o jejum pelo envio de Paulo e de Barnabé (Ac 13, 2) e para designar os anciãos que velaram na Igreja fundada em Icónio (Ac 14, 23). Assim o jejum é para nós, preparação para receber a graça da libertação dada por Cristo durante o tempo da Quaresma (ou em outro período) ou na preparação para o testemunho da nossa caminhada para Cristo, o salvador de todos os homens.

Sabemos que durante o seu jejum, Jesus foi tentado. Jejuar pode ser perigoso. O Tentador pode-se introduzir e o combate torna-se difícil. O jejum torna-se numa arma de eleição. Com efeito, jejuamos para nos prepararmos para servir o Senhor... Mas o principal não é a abstenção de alimentos: comer menos ou por vezes não comer ou ainda abstermo-nos desta ou daquela actividade..., tudo isto tem um aspecto insubstituível e concreto de jejum. Se não houver nada disto não haverá jejum. Mas este meio concreto é como o invólucro do essencial. Jesus, efectivamente disse, citando o livro do Deuterónimo (8, 3): “ *Não é só de pão que vive o homem, mas de toda a palavra que sai da boca de Deus.*” O ponto central do jejum é de sermos alimentados – muito – da palavra de Deus! Quanto mais esta palavra ocupar lugar na nossa vida mais a vida de Deus se envolve

em nós, mais somos invadidos pela força de Deus. Então o combate contra o Tentador, mesmo que seja difícil nunca estará destinado ao insucesso. O Senhor estará conosco. Mesmo que a fraqueza nos perturbe, o Senhor nos fará sair das trevas.

Jejuar é antes de tudo um acto de fé em Deus. É um exercício do corpo para que se desenvolvam os exercícios da fé em Deus, no seu poder de vida.

Intercessores que somos, pela solicitação do Padre Caffarel, pelo desejo de ver o mundo evoluir para a paz, pelo desejo de manifestar a salvação que recebemos, os Intercessores gostam de jejuar: pela vida de Deus, para que a sua palavra seja luz para todos.

Paul-Dominique Marcovitz, O.P.

Salmo 33

Bendirei o Senhor em todos os tempos,
o seu louvor estará sempre nos meus lábios
Glorificar-me-ei no Senhor
Que os pobres me ouçam e fiquem em festa!

Engrandecei comigo o Senhor,
Exaltemos todos o seu nome.
Procuro o Senhor, ele me atende;
De todos os meus temores, ele me livra.

Contemplai-o e ficareis radiantes,
O vosso rosto não ficará envergonhado.
Um pobre grita; o Senhor o atende:
Salva-o de todas as suas angústias.

TEXTOS ESCOLHIDOS

“ O jejum é o grito do corpo lançado para Deus”

Athanase indica que o jejum santifica o corpo tornando-o assim templo do Espírito Santo. É permeável ao Espírito de Deus. O homem pertence ao Senhor e não apenas a nossa alma e o nosso espírito. Não temos apenas um corpo. Somos o nosso corpo. E quando nos queremos abrir a Deus, devemos começar pelo nosso corpo. Se

queremos pertencer ao Senhor, é necessário que estejamos fisicamente sensíveis.

Basile, o Grande, magnifica o jejum como a origem da paz. Os Padres da Igreja partem sempre de um estado de compreensão em que o jejum pressupõe a unidade do corpo e do espírito...existe sempre a questão do homem na sua globalidade. O jejum corporal deve ser sempre acompanhado de um jejum espiritual, ou melhor: o jejum corporal deve englobar sempre um jejum espiritual.

Abba Poemen dizia: *“a alma não poderá ser humilde, se não lhe racionalizarmos o pão”*. Quem pratica o jejum de forma autêntica torna-se humilde. Que entendemos por isto? Em primeiro lugar o jejum põe-nos em confronto com nós mesmos, com os nossos desejos e as nossas necessidades, com os nossos pensamentos e os nossos sentimentos, com o nosso lado obscuro e assim torna-nos um pouco mais humildes. O jejum conduz-nos para lá dos nossos próprios limites. O jejum lembra-nos que não podemos agir contra ele, à nossa vontade. É necessário que o assumamos e o cumpramos exactamente com a sua indigência. Devemos dar-lhe aquilo a que tem direito. No jejum voltamo-nos para os nossos próprios defeitos.

O jejum não é uma explosão contra o nosso corpo e as suas leis nem um esforço desesperado do nosso espírito para se elevar acima do nosso corpo. É a maior parte das vezes um caminho que nos aproxima cada vez mais da nossa própria verdade, um caminho onde é necessário sermos bons para nós próprios, onde nos libertamos das amarras que nos prendem. Com o jejum não lutamos contra nós próprios, mas contra os inimigos da nossa alma que nos impedem de sermos nós próprios, filhos de Deus, criados à sua imagem. Foi neste sentido que Santo Agostinho cumpriu e bem o seu jejum. Segundo ele, não se trata de detestar o seu corpo, mas apenas de lutar contra os maus hábitos das paixões e também para contribuir para a cura do nosso corpo

O jejum e a oração

Os antigos entendiam sempre a oração como um envolvimento do corpo e do espírito. Rezava-se a Deus não só mentalmente e com a cabeça, mas com todo o corpo. O gesto reforça a prece, e muitas vezes já é oração antes de ser necessário formular qualquer frase. Dirigir-se a Deus de mãos abertas é já rezar pelo próprio gesto. Esta unidade de corpo e espírito também se manifesta, precisamente, na estreita relação entre o jejum e a oração. Do mesmo modo que o gesto corporal faz parte da oração, também o jejum corporal nela se integra. O jejum intensifica a oração. Isto é válido, antes de mais, na oração de pedido. Quando é para mim importante rezar por alguém

ou por uma intenção particular, a melhor maneira de o fazer é por meio de uma oração acompanhada de jejum. Nesses momentos, a minha oração não se limita a ser cerebral e não se reduz a alguns pensamentos ou algumas palavras mas mobiliza toda a minha existência.

Dirijo a Deus a minha súplica com corpo e alma. Ao jejuar, proclamo que sozinho nada posso fazer, que dependo totalmente da ajuda de Deus.

Encontramos já no Antigo Testamento esta associação do jejum e da oração. Está escrito em Esdras 8, 21-23. Ao jejuar, o israelita piedoso reconhece que não se pode defender dos seus inimigos só com as suas forças e depende totalmente do socorro de Deus (...).

No Novo Testamento, Jesus diz que a cura de certas doenças só se pode obter com jejum e oração. Os exegetas pensam que a palavra jejum é uma menção posterior (Marcos 9,29), mas isso atesta, pelo menos, que a Igreja primitiva apontou o dedo para o facto de que o jejum reforça a oração e torna-a mais eficaz (...).

Quando quero rezar com todo o meu coração, a minha prece deve exprimir-se também corporalmente. O jejum faz-me também rezar com o corpo. O jejum é já de si uma oração. É um grito do corpo em direcção a Deus. (...).

São Bernardo escreve: “o jejum encoraja a oração e torna-a ardente A oração obtém a força para jejuar e o jejum confere a graça de orar. O jejum reforça a oração e a oração reforça o jejum e apresenta-o ao Senhor”. O jejum é no Antigo Testamento a forma mais sincera da penitência e da conversão.

Direccionamos corpo e espírito para Deus; em corpo e espírito adoramos Deus. O jejum é o grito do corpo lançado para Deus, um grito das profundezas que jorra do fundo do nosso abismo onde descobrimos a nossa impotência e a nossa extrema vulnerabilidade, a fim de nos deixar cair totalmente no próprio abismo de Deus.

Anselm Grun o.s.b.

Em “O jejum. Rezar com corpo e espírito”

O jejum, segundo São Pedro Crisólogo (cuja palavra é de ouro)

Há três actos, meus irmãos, três actos nos quais a fé se apoia, a piedade ganha consistência e a virtude se mantém: a oração, o jejum, a misericórdia.

A oração bate à porta, o jejum obtém, a misericórdia recebe. Estes três actos (oração, jejum, misericórdia) fundem-se num só, dando vida uns aos outros.

Com efeito, o jejum é a alma da oração, a misericórdia é a vida do jejum. Que ninguém os separe! Todos três são inseparáveis. Quem praticar isoladamente um ou dois, fica sem nada. Portanto quem reza deve jejuar; o que jejuar deve ter piedade; o homem que pede, deve escutar; e quem está em prece deseja ser escutado; faz-se ouvir por Deus aquele que não recusa ouvir, quando lhe pedem.

Quem pratica o jejum deve compreender o jejum: deve ter simpatia pelo homem que tem fome, caso queira que Deus tenha simpatia pela sua própria fome; deve praticar misericórdia aquele que espera obter misericórdia; quem quiser beneficiar da bondade, deve praticá-la; quem quiser receber, deve dar. Pedir para nós o que recusamos aos outros, é uma solicitação insolente (...). Aquele que nada der não terá desculpa. Dispomos sempre de nós próprios para nos oferecermos.

Mas para que os dons sejam agradáveis, é preciso que venha depressa a misericórdia. O jejum não dá fruto se não for regado pela misericórdia. O jejum estiola com a secura da misericórdia. O que a chuva é para a terra, assim é também a misericórdia para o jejum. Aquele que jejuar pode cultivar bem o seu coração, purificar a sua carne, arrancar os vícios, semear virtudes. Se não fizer correr a torrente da misericórdia, não recolherá frutos.

Tu que jejuas, repara que o teu campo também jejuará, se for privado de misericórdia,

Tu que jejuas, observa que o que tu espalhas com a tua misericórdia, brotará na tua granja.

Para nada desperdiçares com a tua avareza, recolhe a seguir por meio da tua generosidade. Dando ao pobre, ofereces a ti mesmo. Porque o que tu não ofereceres aos outros também não o terás.

Homília sobre a oração, o jejum e a esmola

O jejum: uma “terapia” para aderir à vontade de Deus

Na sua “ Mensagem para a Quaresma de 2009”, Bento XVI convidou-nos para a prática penitencial do jejum, uma “arma espiritual” para “ evitar o pecado e tudo o que a ele conduz”. O Papa apresentou o jejum como uma “terapia” eficaz para nos aproximarmos de Deus e do próximo.

Bento XVI interrogou-se sobre “que valor e que sentido pode ter para nós, cristãos, o facto de nos privarmos de alguma coisa que fosse boa em si, e útil para a nossa subsistência”.

O Papa sublinhou que “ As Santas Escrituras e toda a tradição cristã ensinam que o jejum é grande socorro para evitar o pecado e tudo o que a ele conduz” e é “um meio para renovar a nossa amizade com o Senhor”.

O “verdadeiro jejum” é pois comer “ o verdadeiro alimento que consiste em fazer a vontade do Pai”.

Para o Papa, o jejum é uma “força” capaz de colocar “um freio no pecado” e “abrir no coração do crente o caminho para Deus”. É “uma prática corrente dos santos, que também o recomendam”.

E o Papa prosseguiu: “Nos nossos dias a prática do jejum parece ter perdido um pouco do seu valor espiritual e, numa cultura marcada pela procura do bem-estar material, ele assumiu antes o valor de uma prática terapêutica para o cuidado do corpo”.

O jejum é, sem dúvida, útil ao bem-estar físico, mas para os crentes é em primeiro lugar uma “terapia para cuidar de tudo que os impede de se identificarem com a vontade de Deus”.

Bento XVI convidou os fiéis a “valorizarem o significado autêntico e permanente da antiga prática penitencial, capaz de nos ajudar a mortificar o nosso egoísmo e a abrir nos nossos corações o amor de Deus e do próximo”

O Papa exprimiu também o desejo de que as paróquias e todas as comunidades intensificassem durante a Quaresma “a prática do jejum pessoal e comunitário, cultivando também a escuta da Palavra de Deus, a oração e a esmola”. Uma maneira de “manter viva esta atitude de acolhimento e de atenção relativamente aos nossos irmãos”.

Mensagem de Bento XVI para a Quaresma de 2009

INTENSÃO GERAL

Damos-Te graças, Senhor, por Bento XVI que guiou a Igreja durante 8 anos e que se retira agora para o silêncio, oração e intercessão.

Que o Espírito Santo o envolva com a sua protecção e com a sua inspiração, que o guarde no Teu Amor, na Alegria e na Paz.

Confiamos-Te o nosso Papa Francisco. Que ele encontre em Ti a Força, a Luz e a Sabedoria. Apoiado pela Igreja, escutado pelo Mundo, que ele irradie junto dos Homens o Amor que lhe dás, para que se tornem todos irmãos.

ORAÇÃO (MADRE TERESA)

Faz-nos compreender
que só chegamos à plenitude da vida
morrendo sem cessar dentro de nós e nos nossos desejos egoístas.
Pois só morrendo contigo
podemos ressuscitar contigo
Que nada, a partir de agora,
nos faça sofrer ou chorar
a ponto de esquecer a alegria da Tua Ressurreição!
Tu és o Sol brilhante do Amor do Pai,
Tu és a Esperança da felicidade eternizada
Tu és o fogo do Amor ardente.
Que a alegria de Jesus seja a nossa força
e que seja, entre nós,
laço de paz, de unidade e de amor.
Ámen.

Queridos Amigos Intercessores

Saudamos-vos neste tempo de festa, neste tempo Pascal que nos acompanhará até ao Pentecostes. É um período de paz, amor, misericórdia e principalmente de alegria por podermos anunciar o Jesus ressuscitado. Dizia o Santo Padre na mensagem da Páscoa: "acolhamos a graça da Ressurreição de Cristo! Deixemo-nos amar por Jesus, deixemos que a força do seu amor transforme a nossa vida tornando-nos instrumentos dessa misericórdia." Como intercessores peçamos ao Senhor que nos ajude nesta transformação para intercedermos pelos que sofrem.

Neste trimestre a carta faz especial ênfase à importância do jejum (que juntamente com a oração e a misericórdia constituem as práticas penitenciais de que nos fala o Evangelho). Mas o jejum para ser pleno terá de se apoiar na oração necessita do auxílio e do alimento que nós é dado pela leitura e meditação da Palavra. A sua relevância é realçada nos textos que acabamos de ler e que nos ajudam a compreender como já na história da salvação frequentemente é aconselhado a sua prática. Pensamos que também vos irá ajudar a interiorizar a sua utilidade como instrumento de intercessão.

Para todos um Santo tempo Pascal.

Rita e Joaquim