

## Viver a Quaresma

**Quaresma.** Ouvir Deus dizer: "Estou à porta e bato". **Quaresma.** Inaugurar caminhos no conhecido e no comum. **Escutar o Reino a crescer.** Dividir a vida, porque só assim ela se multiplica. **Quaresma.** CONFIAR. Retomar. Unir. **70X7.** Aceitar. **Cruz e Ressurreição.** **Olhar para longe.** IR AO ENCONTRO DOS ÚLTIMOS. Escrever: "nenhum coração é uma ilha". **Quaresma.** **Escutar mais uma vez.** Ter tempo para o outro. **APAGAR SOLIDÕES E MEDOS.** Fixar-se no extraordinário convite para partilhar o Pão e o Vinho. **Começar a conversa difícil com um sorriso.** **Quaresma.** Perdoar. Repartir. **Respeitar o ponto de vista do outro.** Contar uma história. **Enxugar uma lágrima.** ENCORAJAR. **Quaresma.** **Celebrar tudo num gesto.** *Descobrir: a Páscoa é também um modo de ser.* De viver. **Recordar.** Esquecer. **Construir.** Viver cada dia, este dia como se a vida inteira o tivéssemos esperado. **Quaresma.** *E a Páscoa tão perto.*



**jejum**

**oração**

**esmola**

**sacrifício**

**os valores  
da quaresma**

1. Uma ilustre Catedrática da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto entrou em contacto comigo, porque queria saber algo sobre a relação entre o jejum e a espiritualidade.

Lembrei-me então de que estamos na Quaresma. Ela é mais para os católicos, que durante 40 dias se preparam, pelo menos, deveriam fazê-lo, para a festa que constitui o centro do cristianismo, a Páscoa. De qualquer forma, animam-na ou devem animá-la valores que são universais, de tal modo que poderíamos fazer a pergunta: Como seria o mundo, se tivesse anualmente a sua Quaresma, tendo na sua base esses valores: jejum, abstinência, oração, silêncio, esmola, sacrifício, conversão?

2. O que se segue é uma breve reflexão que tenta responder a esta pergunta. Começando pela urgência de um retiro. De facto, a Quaresma refere-se aos 40 anos que os judeus passaram no deserto a caminho da Terra Prometida e aos 40 dias que Jesus esteve no deserto, em retiro, preparando-se para a sua vida pública, na qual o centro seria a proclamação, por palavras e obras, do Evangelho, a mensagem da salvação de Deus para todos os homens e mulheres.

Aí está: retirar-se para meditar e reflectir. O que mais falta faz hoje. Quem se retira para fora do barulho e da confusão do mundo, para meditar e reflectir, ir mais fundo e mais longe, ao essencial? O sentido dos 40 anos e dos 40 dias: a libertação da opressão e da escravidão, a caminho da liberdade e, consequentemente, da dignidade. Para a felicidade, evidentemente.

Neste contexto, os valores da Quaresma.

2. 1. **Aí está o jejum.** Diz o Evangelho que Jesus jejuou durante 40 dias e 40 noites e teve fome. O diabo — é uma

maneira de figurar a tentação — tentou-o. Jesus respondeu-lhe: “Nem só de pão vive o homem, mas de toda a palavra que vem de Deus”.

Jejum e espiritualidade? Quem é que, andando em permanentes comezainas e bebedeiras, se vai sentar para meditar e continuar a escrever ou de outro modo qualquer realizar uma obra, entregar-se às coisas do espírito? São Paulo preveniu, na Carta aos Filipenses, contra aqueles cujo “fim é a perdição, o seu Deus é o ventre e gloriaram-se da sua vergonha”. E alerta contra os beberrões e a sua degradação.

Mas o jejum não tem que ver apenas com a temperança no comer e no beber. Tem de haver jejum de tanta vaidade ridícula, jejum de tanta insensatez falaz, de tanta cobardia envergonhada, de tanta voracidade egoísta... Ao jejum está ligada a abstinência, que não é só da carne. É preciso abster-se da injustiça, das mentiras, dos interesses partidários e pessoais colocados acima dos interesses do bem comum, abster-se das medidas e dos programas político-partidários eleitoralistas com promessas que se sabe não vão ser cumpridas, de programas televisivos sem sentido e deletérios que degradam nomeadamente a mulher. E aí está uma das contradições brutais do nosso tempo, por causa das audiências e, em última análise, da idolatrização do deus Dinheiro: por um lado, e bem, há toda uma campanha para defender a mulher, mas, por outro lado, ela é humilhada concretamente nesses programas...

Abster-se da corrupção... O Papa Francisco acaba de pedir uma “política sã”, alertando contra a corrupção: “A corrupção degrada a dignidade do indivíduo e destrói todos os ideais bons e belos. Com a ânsia de lucros rápidos e fáceis, na realidade empobrece a todos,

minando a confiança, a transparência e a fiabilidade de todo o sistema”. A receita: “transparência e honestidade” para reconstruir “a relação de confiança entre o cidadão e as instituições, cuja dissolução é uma das manifestações mais sérias da crise da democracia.”

Hoje, sabemos que o jejum e a abstinência contribuem em grande medida para a saúde e até para a beleza. Quanto à espiritualidade, não há dúvida. Significativamente, a sabedoria de todas as religiões esteve sempre aberta ao jejum sadio.

2. 2. **A oração.** Para colocar o ser humano em contacto com o Mistério último da realidade e da vida. Dialogar com o mais fundo da Vida. Estar ligado ao Fundamento, à Fonte, ao Sentido último. Para se não perder na dispersão, completamente desorientado, desorientada, sem referências, perigo maior do nosso tempo.

2. 3. Mas a oração e o que é essencial exigem o salto para fora do barulho ensurdecedor. Que se faça silêncio. Num tempo em que se é invadido e esmagado pelo tsunami das informações, entrando no mundo caótico da dispersão e da fragmentação, da “agitação paralisante e da paralisia agitante”, segundo a expressão do famoso bispo do Porto, D. António Ferreira Gomes, é urgente parar, fazer pausa. Para ouvir o silêncio. Sim, ouvir o silêncio. No meio da vertigem dos vendavais de palavras em que vivemos, que nos atordoam e paralisam, ouvir outra coisa. Ouvir o quê? Isso: o silêncio. Só depois de ouvir o silêncio será possível falar, falar com sentido e palavras novas, seminais e iluminantes, criadoras. De verdade. Onde se acendem as palavras novas, seminais, iluminadas e iluminantes, criadoras, e a Poesia, senão no silêncio, talvez me-

lhor, na Palavra originária que fala no silêncio? Ouvir o quê? Ouvir a voz da consciência, que sussurra ou grita no silêncio. Quem a ouve? Ouvir o quê? Ouvir música, a grande música, aquela que diz o indizível e nos transporta lá, lá, ao donde somos e para onde verdadeiramente queremos ir: a nossa morada. Ouvir o quê? Ouvir a sabedoria. Sócrates, o mártir da Filosofia, que só sabia que não sabia, consagrou a vida a confrontar a retórica sofisticada com a arrogância da ignorância e a urgência da busca da verdade. Falava, mas só depois de ouvir o seu daímon, a voz do divino e da consciência.

O grande filósofo A. Comte-Sponville é partidário de um “ateísmo místico”, no quadro de “uma espiritualidade sem Deus”. Constituinte dessa espiritualidade é precisamente o silêncio. “Silêncio do mar. Silêncio do vento. Silêncio do sábio, mesmo quando fala. Basta calar-se, ou, melhor, fazer silêncio em si (calar-se é fácil, fazer silêncio é outra coisa), para que só haja verdade, que todo o discurso supõe, verdade que os contém a todos e que nenhum contém. Verdade do silêncio: silêncio da verdade.”

O problema está em que já Pascal, nos Pensamentos, se queixava: “Toda a desgraça dos homens provém de uma só coisa, que é não saber permanecer em repouso num quarto.” Hoje é ainda pior do que no tempo de Pascal. Ninguém suporta o silêncio. Por isso, é preciso constantemente pedir com Sophia de Mello Breyner: “Deixai-me com as coisas/Fundadas no silêncio.”

2. 4. Outra característica da Quaresma era a **esmola**.

Cá está. Quem fizer silêncio para ouvir o silêncio, também ouvirá os gemidos dos pobres, os gritos dos explorados, dos abandonados, dos que não podem

falar, das vítimas das injustiças. E perceberá que se não pode dar como esmola o que pertence fazer como justiça.

E volta-se à corrupção e ao roubo e às injustiças estruturais e aos Bancos que abriram falência e que mataram vidas inteiras de gente que trabalhou e que se sacrificou e que poupou o que pôde e o que não podia e que, no fim, ficou espoliada do pouco que tinha... E, tirando o facto de os contribuintes continuarem a pagar até essas falências e roubos, mesmo que se minta dizendo que não custará aos contribuintes um centimo (afinal, quem é o Estado?), não acontece nada. Alguém mete a mão na consciência? Não. Porque já não há consciência... Onde estão os valores da honra e da dignidade?

E ainda perguntam para que poderia servir uma Quaresma para o mundo, incluindo para políticos e banqueiros?

PE. ANSELMO BORGES.

In *Uma Quaresma para o mundo*

in DN 24.03.2019



2. 5. **O sacrifício.** Digo sempre: o sacrifício pelo sacrifício não vale nada. Mas é preciso, a seguir, gritar bem alto, num tempo em que parece que só resta o hedonismo, o prazer imediato, confundindo a felicidade com a soma de prazeres: Nada de grande, de valioso, de humanamente digno se consegue sem sacrifício. Quem quiser realizar uma obra valiosa, viver um grande amor, realizar-se a si mesmo na dignidade livre e na liberdade com dignidade tem de saber que isso não é possível sem sacrifício. Aliás a palavra sacrifício di-lo no seu étimo: *sacrum facere*: fazer algo sagrado.

3. O que seria o mundo depois de uma Quaresma autêntica? O nosso mundo, o mundo de cada uma e de cada um? Dar-se-ia uma conversão, palavra-chave da Quaresma, que significa mudança de vida, com um novo horizonte de compreensão da existência, do mundo e da transcendência.

## Instante

Deixai-me limpo  
O ar dos quartos  
E liso  
O branco das paredes  
Deixai-me com as coisas  
Fundadas no silêncio

Sophia de Mello Breyner Andresen

In *Livro Sexto II* (1962)

# Mensagem do Papa Francisco para a QUARESMA de 2020

«*Em nome de Cristo, suplicamo-vos: reconciliai-vos com Deus*» (2 Cor 5, 20)

*Queridos irmãos e irmãs!*

O Senhor concede-nos, também neste ano, um tempo propício para nos prepararmos para celebrar, de coração renovado, o grande Mistério da morte e ressurreição de Jesus, perne da vida cristã pessoal e comunitária. Com a mente e o coração, devemos voltar continuamente a este Mistério. Com efeito, o mesmo não cessa de crescer em nós na medida em que nos deixarmos envolver pelo seu dinamismo espiritual e aderirmos a ele com uma resposta livre e generosa.

## *1. O Mistério pascal, fundamento da conversão*

A alegria do cristão brota da escuta e receção da Boa Nova da morte e ressurreição de Jesus: *o kerygma*. Este compendia o Mistério dum amor «tão real, tão verdadeiro, tão concreto, que nos proporciona uma relação cheia de diálogo sincero e fecundo» (Francisco, Exort. ap. *Christus vivit*, 117). Quem crê neste anúncio rejeita a mentira de que a nossa vida teria origem em nós mesmos, quando na realidade nasce do amor de

Deus Pai, da sua vontade de dar vida em abundância (cf. *Jo* 10, 10). Se, pelo contrário, se presta ouvidos à voz persuasora do «pai da mentira» (*Jo* 8, 44), corre-se o risco de precipitar no abismo do absurdo, experimentando o inferno já aqui na terra, como infelizmente dão testemunho muitos acontecimentos dramáticos da experiência humana pessoal e coletiva.

Por isso, nesta Quaresma de 2020, quero estender a todos os cristãos o mesmo que escrevi aos jovens na Exortação apostólica *Christus vivit*: «Fixa os braços abertos de Cristo crucificado, deixa-te salvar sempre de novo. E quando te aproximares para confessar os teus pecados, crê firmemente na sua misericórdia que te liberta de toda a culpa. Contempla o seu sangue derramado pelo grande amor que te tem e deixa-te purificar por ele. Assim, poderás renascer sempre de novo» (n. 123). A Páscoa de Jesus não é um acontecimento do passado: pela força do Espírito Santo é sempre atual e permite-nos contemplar e tocar com fé a

carne de Cristo em tantas pessoas que sofrem.

## 2. *Urgência da conversão*

É salutar uma contemplação mais profunda do Mistério pascal, em virtude do qual nos foi concedida a misericórdia de Deus. Com efeito, a experiência da misericórdia só é possível «face a face» com o Senhor crucificado e ressuscitado, «que me amou e a Si mesmo Se entregou por mim» (*Gl 2, 20*). Um diálogo coração a coração, de amigo a amigo. Por isso mesmo, é tão importante a oração no tempo quaresmal. Antes de ser um dever, esta expressa a necessidade de corresponder ao amor de Deus, que sempre nos precede e sustenta. De facto, o cristão reza ciente da sua indignidade de ser amado. A oração poderá assumir formas diferentes, mas o que conta verdadeiramente aos olhos de Deus é que ela escave dentro de nós, chegando a romper a dureza do nosso coração, para o converter cada vez mais a Ele e à sua vontade.

Por isso, neste tempo favorável, deixemo-nos conduzir como Israel ao deserto (cf. *Os 2, 16*), para podermos finalmente ouvir a voz do nosso Esposo, deixando-a ressoar em nós com maior profundidade e disponibilidade. Quanto mais nos deixarmos envolver pela sua Palavra, tanto

mais conseguiremos experimentar a sua misericórdia gratuita por nós. Portanto não deixemos passar em vão este tempo de graça, na presunçosa ilusão de sermos nós o dono dos tempos e modos da nossa conversão a Ele.

## 3. *A vontade apaixonada que Deus tem de dialogar com os seus filhos*

O facto de o Senhor nos proporcionar uma vez mais um tempo favorável para a nossa conversão, não devemos jamais dá-lo como garantido. Esta nova oportunidade deveria suscitar em nós um sentido de gratidão e sacudir-nos do nosso torpor. Não obstante a presença do mal, por vezes até dramática, tanto na nossa existência como na vida da Igreja e do mundo, este período que nos é oferecido para uma mudança de rumo manifesta a vontade tenaz de Deus de não interromper o diálogo de salvação connosco. Em Jesus crucificado, que Deus «fez pecado por nós» (*2 Cor 5, 21*), esta vontade chegou ao ponto de fazer recair sobre o seu Filho todos os nossos pecados, como se houvesse – segundo o Papa Bento XVI – um «virar-se de Deus contra Si próprio» (Enc. *Deus caritas est*, 12). De facto, Deus ama também os seus inimigos (cf. *Mt 5, 43-48*).

O diálogo que Deus quer estabelecer com cada homem, por

meio do Mistério pascal do seu Filho, não é como o diálogo atribuído aos habitantes de Atenas, que «não passavam o tempo noutra coisa senão a dizer ou a escutar as últimas novidades» (*At 17, 21*). Este tipo de conversa, ditado por uma curiosidade vazia e superficial, caracteriza a mundanidade de todos os tempos e, hoje em dia, pode insinuar-se também num uso pervertido dos meios de comunicação.

#### *4. Uma riqueza que deve ser partilhada, e não acumulada só para si mesmo*

Colocar o Mistério pascal no centro da vida significa sentir compaixão pelas chagas de Cristo crucificado presentes nas inúmeras vítimas inocentes das guerras, das prepotências contra a vida desde a do nascituro até à do idoso, das variadas formas de violência, dos desastres ambientais, da iníqua distribuição dos bens da terra, do tráfico de seres humanos em todas as suas formas e da sede desenfreada de lucro, que é uma forma de idolatria.

Também hoje é importante chamar os homens e mulheres de boa vontade à partilha dos seus bens com os mais necessitados através da esmola, como forma de participação pessoal na edificação dum mundo mais justo. A partilha, na caridade, torna o homem mais humano; com a acumulação, corre

o risco de embrutecer, fechado no seu egoísmo. Podemos e devemos ir mais além, considerando as dimensões estruturais da economia. Por este motivo, na Quaresma de 2020 – mais concretamente, de 26 a 28 de março –, convoquei para Assis jovens economistas, empreendedores e transformativos, com o objetivo de contribuir para delinear uma economia mais justa e inclusiva do que a atual. Como várias vezes se referiu no magistério da Igreja, a política é uma forma eminente de caridade (cf. Pio XI, *Discurso à FUCI*, 18/XII/1927). E sê-lo-á igualmente ocupar-se da economia com o mesmo espírito evangélico, que é o espírito das Bem-aventuranças.

Invoco a intercessão de Maria Santíssima sobre a próxima Quaresma, para que acolhamos o apelo a deixar-nos reconciliar com Deus, fixemos o olhar do coração no Mistério pascal e nos convertamos a um diálogo aberto e sincero com Deus. Assim, poderemos tornar-nos aquilo que Cristo diz dos seus discípulos: sal da terra e luz do mundo (cf. *Mt 5, 13.14*).

*Roma, em São João de Latrão, 7 de outubro de 2019, Memória de Nossa Senhora do Rosário.*

**Franciscus**



## viagem no deserto

**a** bre-nos, Deus, a porta  
através das águas  
para a grande viagem no deserto:  
combate com a morte no campo da vida,  
a travessia dos limites, a nebulosa dos olhos  
  
não se ensurdeça o nosso coração  
porque a luta noturna com o teu Nome  
nos deixou no corpo marcas  
  
dá-nos a graça de atravessar o riacho da vida  
mesmo coxeando;  
que caminhemos com a ligeireza  
e a elegância do animal  
que busca o esplendor do verdadeiro  
nas coisas provisórias  
  
e que desse combate com as imagens  
nos aproximemos do horizonte da tua casa  
donde vejamos as sementes do amor cobrindo a eira,  
  
Deus que ligas o céu e a terra no teu Filho Jesus  
e no Espírito

José Augusto Mourão, op  
In *O Nome e a Forma*, ed. Pedra Angular / Fotografia: Corbis