

O MEU BOM DIA À TRISTEZA.

Hoje somos quase todos levados a pensar que a tristeza é um sentimento negativo, uma experiência a eliminar, uma inquietude a expulsar. Submetemo-nos ao imperativo: «Não estejas triste».

Mas será mesmo verdade que a tristeza deve ser sempre combatida e negada? Não pode ser também um sentimento necessário para viver em plenitude e para realizar, atravessando-a, um caminho de humanização? Viver sem nunca conhecer a tristeza seria um empobrecimento: ficaríamos privados de uma experiência que pode ajudar-nos a ver a realidade diferentemente e com mais clareza, a viver a nostalgia, a recordação do passado, na doçura da aceitação daquilo que já não existe mas que foi belo e nos marcou para sempre.

Para não se ficar triste é necessário viver numa prisão dourada? Conta-se que o pai de Gautama, querendo que o seu filho não conhecesse a dor, fez murar o esplendido jardim do seu palácio, impedindo-o assim de sair e conhecer o mundo. As razões para se ficar triste estavam fora do jardim, pensava o pai. Um dia, porém, Gautama conseguiu sair e encontrou um doente, um velho decrepito e um morto. Conheceu a tristeza, mas essa foi a condição através da qual pôde procurar a iluminação e tornar-se o Buda.

A tristeza nasce de realidades humaníssimas: a ausência, o sofrimento, a separação, a morte, o mal, mas estas fazem parte da vida e não é possível eliminá-las, a não aderindo a ilusões. Mas é decisivo que a tristeza originada pelos nossos encontros e pelos nossos conhecimentos não se torne um inquieto estável no nosso coração, não acabe por o possuir, ocupando-o inteiramente. Se isto acontece, então a tristeza obscurece-nos o olhar do coração e deixamos de perceber a luz de cada dia, o rosto que nos aparece em cada encontro, a beleza que, sempre elusiva, vence a fealdade. Neste caso, a tristeza torna-se sofrimento, até desespero, mas mais frequentemente acédia: a acédia é a má tristeza acompanhada pelo enfado e tem como sinal a ausência de lágrimas. Na tristeza, pelo contrário, pode-se chorar, e as lágrimas são já abertura à consolação.

Há, por isso – ousaria dizer – uma tristeza a aco-



lher e proteger como um fruto que nasce da nossa consciência quando nos tornamos conscientes de ter feito o mal e contradito o bem, tristeza por causa das nossas culpas. Não devemos temer estes sentimentos, porque são necessários ao nosso discernimento do bem e do mal, ao nosso viver segundo uma ética absolutamente necessária à convivência. «Bonjour tristesse!» Podemos-lo dizer quando a tristeza se aproxima como melancolia, nostalgia, perturbação. Nestes casos somos surpreendidos pela tristeza que desce aos nossos corações e se faz perceber em certas horas silenciosas e quietas do dia: quando estamos sós ao pôr-do-sol - «sabes... quando se está muito triste, amam-se os pores-do-sol», diz o Principezinho), quando nos sentimos envolvidos pela penumbra e induzidos ao pensamento.

Radiosa tristeza, chamam-lhe os Padres do Deserto, que torna o nosso coração humilde e não altivo, um coração que nunca vai à procura de coisas grandes, mas que sabe discernir o limite e a própria morte que está por trás de cada criatura que nos alegra. A música, sim, só a música sabe narrar plenamente a tristeza: penso no “rebetiko” tocado e cantado nas tavernas da Grécia; penso no flamenco, via privilegiada da expressão da tristeza, por vezes até trágica; escuto os “Noturnos” de Chopin...

A tristeza atesta que nos falta alguma coisa, faz-nos conhecer incerteza e insegurança, mas torna-nos disponíveis para encontros imprevistos. O Salmo diz que «ao cair da noite, vem o pranto; e, ao amanhecer, volta a alegria» (30, 6). Por isso, bom dia tristeza!

Enzo Bianchi



toma e lê

Ano B

XVI Domingo do Tempo Comum

18 JULHO 2021

N.º 597

E NÓS, SABEMOS REPOUSAR?

Deus tem piedade... Uma grande multidão pode abafar física e moralmente. Compreende-se que Jesus queira preservar os seus apóstolos: eles foram ao encontro das multidões para as ensinar e fazer milagres, então Ele propõe-lhes para se afastarem para um lugar deserto a fim de retomar o fôlego e não perderem o sentido daquilo que é essencial. Mas a multidão tem fome de palavras e de sinais, é ela que dirige o curso dos acontecimentos, parece querer recordar a Jesus e aos seus discípulos que eles não têm o direito de fugir. Como reagem os apóstolos? Não sabemos. O que sabemos é que Jesus se enche de piedade; este sentimento que O anima revela-nos algo do rosto do Pai. É o coração de Deus que bate no coração de Jesus cheio de piedade.

"Vinde comigo para um lugar isolado e descansai um pouco". É a instituição evangélica das férias!

De facto, a multidão era tão numerosa que os Apóstolos nem tinham tempo para comer. Deviam estar esgotados, tanto mais que regressavam do primeiro envio em missão, que não terá sido propriamente um tempo de repouso. Conhecemos a vida de Jesus, a sua missão, as grandes fadigas, as noites em oração, sem dormir, após um dia

extenuante... Numa das travessias de barco, aproveita mesmo para repousar um pouco e dormir... Assim, Ele sabe estar atento à fadiga dos seus companheiros. Convida-os a respeitar também as exigências da natureza corporal, a ter um pouco de repouso.

E nós, hoje? Sabemos bem que as férias não são um luxo, se corresponderem àquilo para que existem: precisamente para res-

peitar a nossa natureza humana, que exige

tempos de relaxe, de

recuperação, não

apenas física,

mas também

intelectual e espiri-

ritual. As férias

não são um tempo

de ócio, mas de "re-

criação", para retomar ener-

gias. Sabemos que há ainda mui-

tos homens, mulheres e crianças que são explorados como vulgares máquinas para produzir. Isso não é respeitar a vontade criadora de Deus. O Evangelho de hoje, que cai bem em período de férias, recorda-nos isso de modo muito oportuno. Isso é também válido para os servidores do Evangelho! Os Apóstolos diminuem, as funções pastorais aumentam... a fadiga também. Cabe a cada um tirar as devidas consequências evangélicas!

Pe. Paulino Carvalho

XVI DOMINGO DO TEMPO COMUM

ANO B

LEITURA I Leitura do Livro de Jeremias (Jer 23, 1-6)

Diz o Senhor: «Ai dos pastores que perdem e dispersam as ovelhas do meu rebanho!». Por isso, assim fala o Senhor, Deus de Israel, aos pastores que apascentam o meu povo: «Dispersastes as minhas ovelhas e as escorraçastes, sem terdes cuidado delas. Vou ocupar-Me de vós e castigar-vos, pedir-vos contas das vossas más acções – oráculo do Senhor. Eu mesmo reunirei o resto das minhas ovelhas de todas as terras onde se dispersaram e as farei voltar às suas pastagens, para que cresçam e se multipliquem. Dar-lhes-ei pastores que as apascentem e não mais terão medo nem sobressalto; nem se perderá nenhuma delas – oráculo do Senhor. Dias virão, diz o Senhor, em que farei surgir para David um rebento justo. Será um verdadeiro rei e governará com sabedoria; há-de exercer no país o direito e a justiça. Nos seus dias, Judá será salvo e Israel viverá em segurança. Este será o seu nome: 'O Senhor é a nossa justiça'».

SALMO | 84 (85), 9ab-10.11-12.13-1

O Senhor é meu pastor: nada me faltará.

O Senhor é meu pastor: nada me falta. Leva-me a descansar em verdes prados,
Conduz-me às águas refrescantes e reconforta a minha alma.

Ele me guia por sendas direitas por amor do seu nome.

Ainda que tenha de andar por vales tenebrosos, não temerei nenhum mal, porque Vós estais comigo:
o vosso cajado e o vosso báculo me enchem de confiança.

Para mim preparais a mesa à vista dos meus adversários;
com óleo me perfumais a cabeça, e o meu cálice transborda.

A bondade e a graça hão-de acompanhar-me todos os dias da minha vida,
e habitarei na casa do Senhor para todo o sempre.

LEITURA II Leitura da Segunda Epístola do apóstolo S. Paulo aos Efésios (Ef 2, 13-18)

Irmãos: Foi em Cristo Jesus que vós, outrora longe de Deus, vos aproximastes d'Ele, graças ao sangue de Cristo. Cristo é, de facto, a nossa paz. Foi Ele que fez de judeus e gregos um só povo e derrubou o muro da inimizade que os separava, anulando, pela imolação do seu corpo, a Lei de Moisés com as suas prescrições e decretos. E assim, de uns e outros, Ele fez em Si próprio um só homem novo, estabelecendo a paz. Pela cruz reconciliou com Deus uns e outros, reunidos num só Corpo, levando em Si próprio a morte à inimizade. Cristo veio anunciar a boa nova da paz, paz para vós, que estáveis longe, e paz para aqueles que estavam perto. Por Ele, uns e outros podemos aproximar-nos do Pai, num só Espírito.

EVANGELHO | Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo S. Marcos (Mc 6, 30-34)

Naquele tempo, os Apóstolos voltaram para junto de Jesus e contaram-Lhe tudo o que tinham feito e ensinado. Então Jesus disse-lhes: «Vinde comigo para um lugar isolado e descansai um pouco». De facto, havia sempre tanta gente a chegar e a partir que eles nem tinham tempo de comer. Partiram, então, de barco para um lugar isolado, sem mais ninguém. Vendo-os afastar-se, muitos perceberam para onde iam; e, de todas as cidades, acorreram a pé para aquele lugar e chegaram lá primeiro que eles. Ao desembarcar, Jesus viu uma grande multidão e compadeceu-Se de toda aquela gente, porque eram como ovelhas sem pastor. E começou a ensinar-lhes muitas coisas.

CHEGOU AO PÉ DELE
E, **VENDO-O, ENCHEU-SE**
DE COMPAIXÃO.

LUCAS 10:33

ANO
PASTORAL
2020/2021

2020
2023

PLANO
PASTORAL

DOMINGO

XVI TEMPO COMUM

REFLETIR NA PALAVRA

- Mais uma vez, vemos Jesus como o bom pastor que cuida de seu rebanho.
- Primeiro, Jesus percebe que seus discípulos estão exaustos e convida o rebanho interior a "ir embora" e "descansar um pouco".
- Ele é compassivo, atencioso e entende as exigências do discipulado. Mas as pessoas ainda precisavam de Jesus e buscavam-NO no caminho.
- Movido por essa compaixão, Jesus é mais uma vez o pastor que cuida e ensina o grande rebanho.

..... A CAMINHO DA EUCARISTIA

- **Às vezes sentes que precisas de dormir e por isso não vais à missa aos domingos?**



Para Celebrar o Domingo em
Família

CAMINHO DE REGRESSO A CASA

- **Como te sentes depois de ires à igreja? Ainda estás cansado? Ainda precisas de descansar? Sentes-te rejuvenescido?**

VIVER A PALAVRA

- Escolhe um intervalo de uma ou duas horas durante a semana, ou mesmo um dia inteiro, se possível, e desliga todos os aparelhos eletrónicos. Evita ficar online, jogar computador, assistir televisão ou ver o telemóvel. Usa o tempo para reorientar, descansar e talvez meditar na Palavra em família. Como se sentiram? Será que este tempo de repouso pode fazer da tua programação semanal?



TLIn[formativo]

CATEQUESE—DO ATO À AÇÃO: O Departamento Arquidiocesano para a Formação e Ministérios Laicais está a organizar uma formação, que vai ter lugar nos **24 de Julho**, que se destina sobretudo a **CATEQUISTAS – mas está aberta a qualquer agente de pastoral**. Pode consultar mais informações em:



PASTORAL JUVENIL: Sob o mote "**Faz caminho conosco**", a Equipa da **Pastoral Juvenil de Guimarães/Vizela** está a promover um encontro nas várias Zonas Pastorais do nosso Arciprestado com grupos de jovens, catequistas e catequizados do 9.º e 10.º ano, crismados ou a crismar e CNE, nos seguintes dias e locais:

Dia 24/07 - Zona Pastoral da Cidade – **Igreja de Azurém**

Dia 31/07 - Zona Pastoral da Lapinha – **Centro Paroquial de Tabuadelo**

UMA IGREJA
SINODAL E SAMARITANA