



# Quaresma

Maria Nazaré Lins Barbosa



# Quaresma

Maria Nazaré Lins Barbosa



“Que a nossa Quaresma seja percorrer o mesmo caminho, para levar a esperança de Cristo também à criação, que ‘será libertada da escravidão da corrupção, para alcançar a liberdade na glória dos filhos de Deus’. Não deixemos que passe em vão este tempo favorável! Peçamos a Deus que nos ajude a realizar um caminho de verdadeira conversão. Abandonemos o egoísmo, o olhar fixo em nós mesmos, e voltemo-nos para a Páscoa de Jesus; façamo-nos próximo dos irmãos e irmãs em dificuldade, partilhando com eles os nossos bens espirituais e materiais”.

Papa Francisco

Mensagem para a Quaresma de 2019



## 1º dia – Quarta-feira de Cinzas

A quarta-feira de cinzas é o primeiro dia da Quaresma. A Quaresma são os quarenta dias de preparação para a Semana Santa, quando se recorda a Paixão, Morte e Ressurreição de Cristo. Ao impor as cinzas, o sacerdote diz: “Converte-te e crê no Evangelho” (Mc 1,15) ou “Lembra-te de que és pó, e em pó te hás de tornar” (Gn 3,19), pois as cinzas recordam aos cristãos a sua origem e o seu fim. Não é obrigatório ir à Missa na Quarta-feira de Cinzas, mas é obrigatório que os católicos vivam esse dia em jejum e não comam carne, como na Sexta-feira Santa. O jejum nos leva a vivenciar de modo concreto, neste dia, a nossa fraqueza, a indigência da nossa condição, a fragilidade da nossa natureza. Vamos nos solidarizar com centenas de milhares de pessoas, privadas injustamente do alimento e dos bens mais essenciais todos os dias. Trata-se de nos unirmos a Jesus - que sofreu em seu Corpo - e de crescer em humildade. Oração: “Ó Deus, fazei que o jejum de hoje vos seja agradável e nos sirva de remédio. Por Cristo, nosso Senhor. Amém.”



---



## 2º dia

“Clamei pelo Senhor, e ele me ouviu. Confia ao Senhor os teus cuidados, e ele mesmo te há de sustentar” (Sl 55,17.23). Senhor, eu confio em Vós. Quero que esse tempo de Quaresma seja muito mais do que uma simples ocasião de privação exterior - deixar de comer algo - embora isso em si já tenha um valor. Quero na verdade uma profunda renovação interior. Sei que na Bíblia o número 40 representa uma etapa de provação, de travessia, um tempo necessário de preparação para algo novo que vai acontecer: 40 dias e quarenta noites do dilúvio (Gn 7,4.12); 40 dias e 40 noites Moisés passa no Monte a orar (Ex 24,18); 40 anos foi o tempo da peregrinação pelo deserto (Nm 14,33); 40 dias Jesus jejuou antes de começar seu ministério (Mt 4,2). Esse tempo é uma imagem da nossa passagem nesta terra em direção ao Céu. Oração: Senhor, que a minha vida não seja uma vida estéril. Confiante no poder da oração, acompanhada de pequenos sacrifícios, peço agora, Senhor, que a tua graça me conduza ao Céu, e nesse caminho me acompanhem todas as pessoas com quem convivo mais de perto. Peço, Senhor, neste momento por elas (seus nomes). Amém.

## 3º dia

“O Senhor me ouviu e teve compaixão. O Senhor se tornou o meu amparo” (Sl 29,11). Deus fala comigo. Deus me vê, me ouve. Jesus, enviado pelo Pai, nos ensinou a chamar a Deus - Eterno, Criador e Onipotente - com o apelativo familiar de Pai, meu Pai, papai....! Deus não é uma força ou uma energia cósmica, não é algo, é Alguém. Mesmo que eu sofra sei que meu Pai Deus não é indiferente a meus problemas. Ele enviou seu Filho, solidário conosco nas dores, limitações e injustiças. Nesta Quaresma, Senhor, quero entrar verdadeiramente por caminhos de oração, de diálogo com esse Deus que é meu Pai, que me ama com ternura, que me vê, que me ouve. A Ele quero confiar neste momento minhas preocupações, tristezas e alegrias (diz a Ele o que te preocupa, o que te entristece, o que te alegra, as tuas expectativas para o dia de hoje). Oração: Pai, em tuas mãos entrego todas as ações e intenções do dia de hoje para que o meu dia comece e termine com a tua ajuda e inspiração. Amém.



---



## 4º dia

“Animai e alegrai vosso servo, pois a vós eu elevo a minha alma” (Sl 86,4-5). Apresento a Ti, Senhor, neste momento, a minha fraqueza. Vejo que meu corpo e a minha alma estão manchados por muitas faltas. Quantas vezes não guardei com cuidado meu corpo, meu espírito e a minha língua! Mas a Ti Senhor revele a minha vergonha. Quero experimentar novamente o poder da tua graça, que restaura as forças da minha alma. Oração: Diante de Jesus Crucificado quero pedir Senhor neste momento a graça de reconhecer com humildade as minhas próprias faltas (pensar uns instantes com sinceridade, sob o olhar amoroso de Jesus, nas próprias faltas, cometidas por pensamentos, palavras, atos ou omissões). Peço desde já, Senhor, nesta Quaresma, a completa purificação do meu coração. Desperta em mim, Jesus, os bons sentimentos. Protege, ó Pai, meu corpo e a minha alma das ciladas de meus inimigos. Olhai com bondade, Senhor, na minha vida, as ações que agradam a Ti. Por Cristo Nosso Senhor. Amém.

# 1º Domingo da Quaresma

“Mostrai-me, ó Senhor, vossos caminhos e fazei-me conhecer a vossa estrada! Vossa verdade me oriente e me conduza, porque sois o Deus da minha salvação”(Sl 25, 4-5). Senhor nem sempre me oriento segundo a vossa verdade. No dia a dia, nas decisões cotidianas, talvez eu me conduza como alguém que nem sabe com segurança qual é mesmo o seu destino. Vou fazendo as coisas conforme a pressão dos acontecimentos; vou um pouco no susto, aos trancos e barrancos. Esqueço o GPS. Arrisco labirintos e becos sem saída. E tua Verdade Senhor é luminosa! Família, trabalho, saúde, descanso....deveríamos trocar ideias com Deus sobre tudo o que nos acontece nesses campos! “Verdade e amor são os caminhos do Senhor”. Quero me propor ao longo desta Quaresma uns breves minutos diários de diálogo com o Senhor, e ponderar na sua Presença o que eu estou fazendo bem, o que eu fiz mal, o que eu poderia fazer melhor, em relação à família, ao trabalho, à saúde, ao descanso...(pensar). Oração: “Concedei-me, ó Deus onipotente, que, ao longo desta Quaresma, eu possa progredir no conhecimento de Jesus Cristo e corresponder a seu amor por uma vida santa.”



---



## 5º dia

“A lei do Senhor Deus é perfeita, conforto para a alma! Os preceitos do Senhor são precisos, alegria ao coração” (Sl 18). Senhor, me entusiasmo ao pensar que a tua lei é a lei do amor. Neste tempo de Quaresma quero viver melhor a lei de Cristo, para chegar à festa da Páscoa com um coração purificado, exercitado na oração e na prática do amor fraterno. Ajuda-me a praticar o amor fraterno em gestos e atitudes muito simples e concretas: dar atenção às pessoas, olhar nos olhos ao falar com elas, sem desviar o olhar para o celular ou o computador; cumprimentar com um sorriso os colegas, funcionários, ou meus familiares mais próximos, que precisam de mais carinho e atenção. O Senhor declarou: “todas as vezes que fizeste isso a um destes pequeninos, foi a mim que o fizeste” (Mt 25,45). Oração: Acolhei, ó Deus, esta oferenda: hoje, de coração sincero, farei um gesto de amor fraterno, sinal da minha dedicação. Fazei que esse pequeno gesto santifique a minha vida e obtenha o vosso favor. Por Cristo, nosso Senhor.

## 6º dia

“Comigo engrandecei ao Senhor Deus, exaltemos todos juntos o seu nome. Todas as vezes que o busquei, ele me ouviu e de todos os temores me livrou” (Sl 33). Senhor, sei que as orações mais agradáveis a Deus são as orações das crianças, dos enfermos, dos sacerdotes e pessoas consagradas. Quero hoje assumir esses três papéis: quero pedir com a confiança e a simplicidade das crianças, com a humildade e a esperança de um enfermo; com a fé e o amor de um sacerdote, que intercede por todos unindo sacrifícios a suas orações. Senhor, como criança, peço neste momento com audácia a Graça que mais desejo (pedir). Como enfermo peço que Jesus, o divino Médico, cure minhas feridas com o bálsamo da sua Misericórdia (pedir por todos os enfermos do corpo e da alma). Como sacerdote de Deus, quero oferecer um sacrifício para interceder por todos. Sim, aquele pequeno sacrifício que me propus no início da Quaresma será hoje oferecido a Deus para interceder por meus familiares, meus amigos, por quem mais necessite. Oração: “Pai nosso, que estais no céu, santificado seja o vosso nome; venha a nós o vosso Reino; seja feita a vossa vontade, assim na terra como no céu. Amém”.



---



## 7º dia

“Nossos inimigos não triunfem sobre nós; libertai-nos, ó Deus, de toda angústia!” (Sl 24,22). Senhor, confesso que talvez meu maior inimigo seja eu mesmo. Tenho tão pouca força que muitas vezes não me venço! Agora na Quaresma me propus uma pequena renúncia. Compreendo que não são as renúncias (por exemplo, não comer chocolate...), em si mesmas, que te agradam mas sim o bem que esses pequenos vencimentos podem fazer à minha alma! Sim, é importante esse exercício de domínio próprio, pois só sendo donos de nós mesmos podemos nos doar aos demais. Servir aos demais é por exemplo manter o bom humor; elogiar; evitar as queixas; não dar palpites sem necessidade; ser paciente com as pessoas chatas. E tudo isso requer domínio de si. Oração: Concedei-me, ó Deus, a graça de que as pequenas renúncias da Quaresma fortaleçam meu espírito, e preparem a alegre doação de todo o meu ser para tornar a vida cotidiana mais amável aos demais.

## 8º dia

“O Senhor é o pastor que me conduz, não me falta coisa alguma. Pelos prados e campinas verdejantes ele me leva a descansar. Para as águas repousantes me encaminha e restaura as minhas forças” (Sl 22). Senhor, gostaria de dizer essas palavras com sinceridade de coração. São tão lindas! Mas com frequência reclamo da falta de muitas coisas, e sinto-me sem força alguma. Senhor, nesta Quaresma quero deixar que Tu me guies no caminho mais seguro, que teu bastão e teu cajado me dêem segurança. Compreendo que meu Pai Deus, que me criou, está mais interessado na minha felicidade do que eu mesmo, e sabe bem quais caminhos me levarão a ela, “mesmo que eu passe pelo vale tenebroso”! Às vezes o caminho da fé me cansa, não confio plenamente, procuro atalhos, ou me distraio com miragens de outras paisagens. Senhor, estás comigo, sei que em Ti devo buscar a segurança. Oração: Senhor, quero fazer agora um ato de fé e de adesão à tua vontade, quero aceitar o que não compreendo, e colocar sob a tua proteção a minha família, o meu trabalho, minhas preocupações e minhas intenções para o dia de hoje (expressar). Guardai-me em paz, junto a Ti, Senhor. Eu confio em Vós.

## 9º dia

“Se levardes em conta nossas faltas, quem haverá de subsistir?” (Sl 129). Senhor, percebo no meu coração pequenas e grandes faltas, mas também noto que os outros têm muitos defeitos. Não é raro eu me “indignar” com aquilo que me parece um absurdo na conduta dos outros, principalmente das pessoas com quem convivo mais de perto: me doem as indiferenças, as indelicadezas, as fofocas, os palpites, que às vezes magoam e geram atritos desagradáveis na convivência. Mas sei, Senhor, que estamos na Quaresma. É tempo de perdão, de renovação. Na intimidade do meu coração, quero admitir que também eu tenho muitas faltas. Quero experimentar o perdão que Deus me oferece. E ao senti-lo, quero abrir meu coração e perdoar os meus semelhantes. Ali, nas profundezas do meu espírito, quero encontrar a verdade sobre mim e o perdão divino, que me liberta de pesos e de mágoas e engrandece o meu coração. Oração: Senhor, te peço a paz na minha consciência e no relacionamento com o próximo. Creio que me darás a tua paz. Não olheis os meus pecados, mas a fé que me anima a avançar nesta Quaresma, no teu perdão e na tua paz.

## 10º dia

“Feliz é quem na lei do Senhor Deus vai progredindo e, de todo o coração, procura a Deus! “(Sl 118). Senhor, sei que a sua lei é perfeita, conforto para a alma. Mas às vezes me fascina o fictício brilho do prazer, que nada vale. São fogos de artifício que deslumbram, mas deixam atrás de si apenas pó e cinza. É o desejo de possuir, de seduzir, de chamar a atenção, mesmo à custa de esfumar minha identidade, meu eu mais profundo, onde Deus atua no mais íntimo de mim! Quantas perdas de tempo, curiosidades, desejos de posse e angústias tolas, tantas vezes geradas em um mundo virtual! Deus me quer feliz, sim, Deus me deu um coração capaz de amar, de entregar-se, de ser fiel, e entre dores e alegrias, quantos prazeres sinceros a vida me reserva, quase como antecipação da felicidade do Céu! Senhor, dá-me a lucidez necessária para encontrar na sua lei o verdadeiro conforto da alma, sem me deter nas falsas promessas de evasões doentias, relações passageiras, que depois se revelam dramaticamente sem sentido. Oração: Converti para vós, ó Pai, nossos corações, para que a sua graça nos restaure, e acompanhe a nossa vida com celestes ensinamentos. Por Cristo, nosso Senhor.

## 2º Domingo da Quaresma

“Meu coração disse: Senhor, buscarei a vossa face. É vossa face, Senhor, que eu procuro, não desvieis de mim o vosso rosto! (Sl 26,8)”. Senhor, sei que nunca desvias de mim o vosso rosto! Mas sei que tantas vezes não é a vossa face que procuro! Sua face - eu sei - estava no olhar de um filho, mas não percebi, pois meu olhar estava preso ao celular. Sua face estava na palavra do meu cônjuge, que não ouvi, pois minha atitude surda o inibiu de expressar o que sentia. Senhor, meu coração quer buscar a vossa face, mas tenho maus hábitos que me impedem de reconhecê-la quando ela se apresenta no meu dia a dia. Senhor, hoje, que é Domingo - o dia do Senhor! - quero ver a tua face. Quero voltar-me para os demais, pois sei que “aquele que não ama seu irmão, a quem vê, como pode amar a Deus, a quem não vê?” (I Jo 4,20). Oração: Tenho certeza de que vou contemplar a bondade do Senhor. Mostrai-me vosso amor maravilhoso. Abre meus olhos, Senhor, pois quero ver a vossa face! Ao despertar, me saciará vossa presença, ó Senhor, pois O verei na face daqueles a quem sirvo com amor.

## 11º dia

“Meus pés estão firmes no caminho reto, nas assembléias bendirei ao Senhor” (Sl 25,11). Senhor, quero te bendizer e adorar, pois me trata com carinho paterno e materno, infinito. O Senhor não se lembra das minhas culpas do passado, e derrama sobre mim sua bondade. Fica contente, ao ver minha disposição de rezar um pouquinho mais, de viver mais detalhes de serviço, que talvez ninguém note ou valorize: apenas Ele! Hoje, Senhor, quero apenas vos louvar e agradecer por este tempo de Quaresma, porque, de coração purificado, tenho procurado rezar um pouco mais, praticar o amor fraterno, dominar a mim mesmo em algum aspecto, e já percebo dentro de mim sinais de renovação interior. Oração: Verdadeiramente é justo e necessário, é nosso dever e salvação dar-vos graças, Senhor, Pai santo, Deus eterno e todo-poderoso, por Cristo, Senhor nosso. Neste momento quero agradecer pelas boas disposições interiores e pelas graças que Deus já me concedeu nesta Quaresma (dizer). Obrigado Senhor!

## 12º dia

“Iluminai meus olhos, Senhor, guardai-me do sono da morte. Que meu inimigo não possa dizer: triunfei sobre ele (Sl 12,4)”. Senhor, considero agora um fato da vida: a morte. Sim, ela virá. Dentro de algum tempo - tão pouco tempo em vista da eternidade! - meu corpo ter-se-á decomposto, em pó e cinza. Realmente, Senhor, convém que nos lembremos - como na Quarta-feira de Cinzas, ao iniciar a Quaresma - de que somos pó, e ao pó vamos tornar! No entanto, este corpo é semente de imortalidade. A nossa alma a ele sobrevive, e no final dos tempos, com Cristo e em Cristo, que ressuscitou dos mortos - como celebramos na Páscoa - também meu corpo, transformado e glorificado, reinará com Ele para sempre, e “já não haverá morte, nem luto, nem grito, nem dor, porque as coisas anteriores passaram” (Ap 21,4). Oração: Guardai-me Senhor Deus com a vossa constante proteção e, como a fraqueza humana desfalece sem vosso auxílio, livrai-me constantemente do mal e conduzi-me pelos caminhos da salvação. Peço agora com esperança uma vida feliz, em Deus, para meus familiares e amigos mais próximos, e o eterno descanso para aqueles que já deixaram o nosso convívio (dizer seus nomes). Amém.

## 13º dia

“Meu destino está nas vossas mãos” (Sl 30). Senhor, há tantas coisas que não entendo, e muitas outras que não controlo! Quando criança aprendi esta oração: “De Ti venho, para Ti nasci, que queres Senhor de mim?” Cresci, mas não chego a alcançar o mistério e o sentido da minha própria existência. Sim, eu amo a vida, o trabalho, a família! Tenho tantas coisas lindas para ver e tantas coisas boas por fazer! O mundo é vasto e por algum motivo nobre estou aqui. Mas tantas vezes, Senhor, meu coração se perturba ao constatar no mundo a presença do mal e o triunfo da violência. Meu coração se enche de temores. É o momento em que o conjunto da fé vem socorrer nossa indignência. Deus nos fala da sua “providência”, que por misteriosos caminhos pode extrair de todo mal um bem maior. De fato, da Cruz de Cristo veio a Ressurreição gloriosa do nosso Salvador. Ele triunfou do pecado e da morte com a força de seu Amor redentor. Oração: Senhor, ensina-me a converter todos os momentos e circunstâncias da minha vida - favoráveis ou desfavoráveis - em ocasião de vos amar e de servir os demais. Te ofereço agora minhas atividades do dia de hoje, minhas alegrias, minhas contrariedades. Meu dia - cada dia da minha vida - está nas vossas mãos. Senhor, eu confio em Vós!

## 14º dia

“Feliz é aquele que encontra seu prazer na lei de Deus / e a medita, dia e noite, sem cessar. (..) Eis que ele é semelhante a uma árvore / que à beira da torrente está plantada; / ela sempre dá seus frutos a seu tempo, e jamais as suas folhas vão murchar. Mas bem outra é a sorte dos perversos. Ao contrário, são iguais à palha seca / espalhada e dispersada pelo vento” (Sl 1). Senhor, este 1º Salmo da Bíblia me convida a meditar na sua lei. E bastam poucos minutos diários - como estou fazendo nesta Quaresma - para ver que a meditação da tua Palavra é como a árvore plantada à beira da torrente, que dá seus frutos: orações, ações de graças, atos de serviço, presença de Deus. Senhor, por contraste, outros minutos do meu dia são como a palha seca espalhada pelo vento: pensamentos inúteis; curiosidades tolas; excesso de palavreado ou de redes sociais. Oração: Faz-me descobrir, Senhor, no meu dia, os motivos e ocasiões que me levam a perder o tempo. E que eu não deixe de dedicar um pouquinho de tempo - 1 ou 2 minutos diários, na sequência, de preferência! - à leitura do Evangelho, cume da Sagrada Escritura! Sim, o conhecimento de Cristo, tua Palavra Viva, há de fazer frutificar cada um dos meus dias.

## 15º dia

“Senhor, a vós recorro, que eu não seja confundido para sempre. Vós me tirais do laço que me armaram, vós sois meu protetor” (Sl 30,2.5) Santo Agostinho (354-480) escreveu que “com o coração se pede. Com o coração se procura. Com o coração se bate e é com o coração que a porta se abre”. Este santo que viveu há tantos séculos teve uma experiência comum entre os jovens de hoje: educado pela mãe Mónica na fé cristã, ao crescer distanciou-se da fé, atraído por outras propostas. Dedicou-se aos estudos, alcançou sucesso e prestígio, fez amigos, viveu divertimentos e paixões intensas. Mas seu coração permanecia inquieto, tinha sede de sabedoria, e apesar de muitos erros e pecados, não se deixou anestesiar pelo sucesso, pelos bens materiais, pelas explicações vazias das filosofias em voga na sua época. Continuou a procurar o rosto de Deus. E, graças à oração fervorosa de sua mãe, descobriu aos 28 anos de idade o rosto de Deus que o esperava. Na Quaresma todos nós podemos voltar a descobrir o rosto de Deus na intimidade da nossa alma, e apoiar com a oração o encontro de nossos amigos com Deus. Oração: “Senhor, quero voltar ao interior da minha alma, e descobrir aí dentro, o reflexo, a presença e a ação de Deus. Que eu não seja confundido para sempre! Conduz a Ti, Senhor, a minha alma! E peço o mesmo para os meus familiares e amigos.”

## 16º dia

“Bendize, ó minha alma, ao Senhor, e todo o meu ser, seu santo nome! Bendize, ó minha alma, ao Senhor, não te esqueças de nenhum de seus favores!” (Sl 102). Que linda é esta palavra: “bem dizer”! Reconhecer favores, louvar, agradecer! Confesso que nem sempre minhas palavras são tão “bem ditas”. Diz São Tiago: “Todos nós caímos em muitos pontos. Se alguém não cair por palavra, este é um homem perfeito”. De fato, como é difícil domar a língua! “Com ela - continua São Tiago - bendizemos o Senhor, nosso Pai, e com ela amaldiçoamos os homens, feitos à semelhança de Deus. De uma mesma boca procede a bênção e a maldição. Não convém, meus irmãos, que seja assim. Porventura lança uma fonte por uma mesma bica água doce e água amarga? (...) A língua é um pequeno membro, mas pode gloriarse de grandes coisas” (Ti, 3). Oração: Senhor, ao avançar nesse tempo de Quaresma, ajuda-me a encontrar palavras “bem ditas” para cada circunstância. Que eu saiba agradecer, pedir desculpas, unir, descontraír. Que eu saiba também silenciar. Neste instante Senhor quero traçar o sinal da Cruz com devoção em meus lábios invocando sua bênção e proteção para as palavras deste dia (fazer o sinal da Cruz nos lábios). “Abri meus lábios, Senhor, e minha boca pronunciará os teus louvores” (Sl 50). Amém.

## 3º Domingo da Quaresma

“Junto aos rios da Babilônia nos sentávamos chorando/ Como havemos de cantar os cantares do Senhor numa terra estrangeira?”(Sl 136). Este Salmo alude à tristeza dos judeus durante o exílio na Babilônia (587-537 a.C.). Há fases ou momentos da vida, Senhor, em que também me sinto exilado; meu coração parece habitar uma terra estrangeira e hostil. Não tenho vontade de cantar, nem de sorrir. E deixo-me arrastar pela tristeza, que logo se revela uma grande aliada do inimigo, pois tira a esperança de retornar à “minha” Jerusalém. Sim, há um território sagrado, que me pertence, onde a sós com Deus, aconteça o que acontecer, posso encontrar a paz. É preciso retornar a esse santuário íntimo por caminhos de oração. É preciso encontrar na Cruz de Cristo uma resposta. Ali a dor e o amor se entrelaçam, a tristeza se converte em esperança, e a morte anuncia a profecia da Ressurreição. Oração: Senhor, quero voltar ao “ninho” da minha fé. Neste terceiro domingo da Quaresma me proponho a olhar sem pressa um Crucifixo, ou talvez segurá-lo em minhas mãos, beija-lo devotamente. Dá-me também a graça de participar da Santa Missa. Ali pedirei por todas as pessoas que vacilam na sua fé, que perderam a esperança de retornar à “sua” Jerusalém.

## 17º dia

“A minha alma tem sede de Deus e deseja o Deus vivo. Quando terei a alegria de ver a face de Deus?” (Sl 41). Sem dúvida, como expressava Santo Agostinho, “criaste-nos Senhor para Ti e o nosso coração está inquieto enquanto não descansar em Ti”. Mas também é verdade que este mundo é em si mesmo maravilhoso! Tantas vezes nosso coração desfruta de coisas boas, e alegra-se nas conquistas e realizações pessoais e profissionais. Te agradeço Senhor por tudo isso! No entanto, sei que nada disso é completo, que nada é disso é para sempre, pois - como diz São Paulo - a figura desse mundo passa (1 Cor 7, 31) e não temos aqui cidade permanente (Hb 13, 14)! No fundo, o que fica de tudo o que fazemos é o amor que colocamos em cada coisa, pois, no dizer do grande místico São João da Cruz (1542-1591), “no entardecer da existência seremos examinados no amor”. Oração: Ao avançar nessa Quaresma, peço Senhor a graça de colocar amor em cada gesto, em cada atitude para com as pessoas que encontrar no dia de hoje, e no modo de realizar cada uma das tarefas que me cabem. “Enviai vossa luz, vossa verdade: elas serão o meu guia; que me levem ao vosso monte santo, até a vossa morada!” (Sl 41).

## 18º dia

“Eu vos chamo, meu Deus, porque me atendeis; inclinai vosso ouvido e escutai-me; à sombra das vossas asas abrigai-me”(Sl 16,6.8). Jesus nos ensinou a orar com simplicidade, confiando em Deus nosso Pai: “Quando orares, entra no teu quarto, fecha a porta e ora ao teu Pai em segredo; e teu Pai, que vê num lugar oculto, recompensar-te-á...Não multipliqueis as palavras; vosso Pai sabe o que vos é necessário...” (Mt 6, 6). Senhor, confesso que às vezes minha fé vacila: parece que falo sozinho, parece que Deus não se importa, e vem a tentação de desistir. Mas sei, meu Deus, que além de Pai amoroso, você é Onipotente. Quero rezar com fé. Oração: (Fazendo o sinal da Cruz na testa, nos lábios e no peito, dizer: Pelo sinal da Santa Cruz, livrai-nos Deus Nosso Senhor de nossos inimigos. Em nome do Pai, e do Filho e do Espírito Santo. Amém. Meu Senhor e meu Deus! Creio firmemente que estás aqui, que me vês, que me ouves. Te adoro com profunda reverência (adorar). Peço-Te perdão dos meus pecados (dizer se algo nos pesa). E te peço a graça para fazer com fruto esse momento de oração (pedir). E quero te pedir também algumas graças para o dia de hoje (dizer). “De mim lembrai-vos, porque sois misericórdia e sois bondade sem limites, ó Senhor!” (Sl 24). Amém.

## 19º dia

“Orientai meus passos, Senhor, segundo a vossa palavra, e que o mal não domine sobre mim!” (Sl 118). Senhor, meu coração teme o mal. Mas sei que, na verdade, não devo temer o mal que vem de fora, pois nada exterior pode contaminar meu coração. Nosso Senhor ensinou: “Aquilo que provém do coração, é isso o que mancha o homem” (Mt 15). Senhor, purifica meu coração. Ensina-me a crer e a viver na graça, superando meus erros e angústias. E me sirvo da prece de Santo Agostinho para apaziguar meu coração. Oração: “Senhor, é a ti que desejo ir: o que te peço, é que digas como alcançar-te. Se nos abandonas, perecemos. Mas tu não nos abandonas, porque é o sumo Bem, a quem todos encontram, quando retamente te procuram. Ensina-me, pois, ó Pai, a procurar-te, liberta-me do erro, faze que, na minha busca, nada que não seja tu apresente-se em meu caminho. Mas, se ainda subsiste em mim algum desejo vão, despoja-me dele. Purifica-me, tu mesmo, e torna-me capaz de te ver. Permite-me, enquanto tiver de conduzir e levar este meu corpo, que eu seja puro, magnânimo, justo e prudente, perfeito amante e conhecedor de tua sabedoria. Torna-me digno da tua morada e que possa assim vir a habitar no teu beatíssimo Reino. Assim seja! Assim seja!”

## 20º dia

“Quem me dera ouvísseis hoje a sua voz: não endureçais os vossos corações.” (Sl 94). Ouvir a voz de Deus, que linda experiência! No Antigo Testamento se narra como o profeta Elias ouviu a voz de Deus: “O Senhor disse-lhe: Sai e conserva-te em cima do monte na presença do Senhor: ele vai passar.” O profeta ouviu um vento impetuoso e violento, mas o Senhor não estava naquele vento. Depois do vento, a terra tremeu; mas o Senhor não estava no tremor de terra. Passado o tremor de terra, acendeu-se um fogo; mas o Senhor não estava no fogo. Depois do fogo ouviu-se o murmúrio de uma brisa ligeira. E ali, nesse suave murmúrio, Elias distinguiu a voz de Deus com instruções concretas para sua missão (1 Re 19). No dia a dia há muitas urgências - vendavais, terremotos, incêndios que preciso apagar - e me justifico: não consigo, meu Deus, um momento para parar, para te ouvir, para rezar; não sei exatamente o que o Senhor quer de mim em cada situação. Na Quaresma, Senhor, tenho percebido a necessidade de reservar um momento de silêncio, diariamente, para te ouvir. Oração: Fala Senhor, teu servo escuta! Fala-me agora. Vou orar (silenciar). Quero pôr em prática algum pequeno propósito, no dia de hoje, que me una a Ti. Amém.

## 21º dia

“Ouve, meu povo, porque eu sou o teu Deus!...Quem me dera que meu povo me escutasse!”(Sl 81). “Eu repreendo e corrijo aqueles que amo”, diz o Senhor (Ap 3,9). Senhor, ouço uma censura carinhosa - sua voz divina - que ressoa no meu íntimo, e me pede mais. Mais sinceridade interior. Mais retidão. Mais compreensão com as fraquezas do próximo. Mais paciência para comigo mesmo. Mais decisão para mudar minha conduta, nessa ou naquela circunstância. Mas para vencer, Senhor, sei que necessito de uma graça especial! Sim, preciso da graça: esse dom interno, que vem do alto, e age intimamente, tornando-me capaz de agir dentro da lógica divina, que é uma lógica de amor e de perdão. Como alcançar Senhor a tua graça? “Pedi e recebereis, buscai e achareis, batei a abrir-se-vos-á!...(Mt 7,7). Meu Pai não negará o Espírito Santo a quem o pedir! (Lc 13,11)” Oração: Senhor, confio na tua Palavra. Peço que Espírito Santo atue em mim, e restaure a tua graça no meu interior. Quero me dirigir a um sacerdote e pedir a absolvição no santo Sacramento da Confissão. Será este o passo mais importante desta Quaresma. Quero participar de coração novo na alegria da Páscoa do meu Senhor. Quero que se desperte em meu coração a contrição pelos pecados.

## 22º dia

“Eu quis misericórdia” (Sl 50). O Senhor nos insiste em que não julguemos as pessoas: “Não julgueis e não sereis julgados; não condeneis e não sereis condenados. Sede misericordiosos” (Mt 7,1; Lc 6,36). Mas “corrigir ao que erra” é uma autêntica “obra de misericórdia”, vivamente recomendada pelo Senhor: “Se teu irmão pecar, corrige-o a sós”(Mt 18,15). Senhor, como pai, como mãe, como amigo, como irmão, sei que é preciso corrigir, embora seja mais cômodo se omitir, pois é difícil corrigir com mansidão e com senso de oportunidade. Bem dizia São Josemaria: “Não repreendas quando sentes a indignação pela falta cometida. - Espera pelo dia seguinte, ou mais tempo ainda. - E depois, tranqüilo e com a intenção purificada, não deixes de repreender. - Conseguirás mais com uma palavra afetuosa do que com três horas de briga. - Modera o teu gênio” (Caminho, n. 10). Oração: Ajudame, Senhor, no dia a dia a ponderar no coração - especialmente quando é preciso corrigir alguém - o que convém que eu fale, o que convém que eu cale, o que convém que eu ouça. Que nessa Quaresma eu avance na vivência da misericórdia ao corrigir; e saiba agradecer as correções que recebo, mesmo que em um primeiro momento me caiam mal, ou venham de mau jeito. Amém.

## 4º Domingo da Quaresma

“Vós que estais tristes, exultai de alegria” (Is 66, 10). Há momentos, Senhor, em que essa alegria não me pertence. Sinto a inquietação da solidão. Meu mundo afetivo se dispersa. Parece que toda a alegria do mundo é “fake”. É o momento, Senhor, de te “olhar nos olhos”. É o momento de entrar em um diálogo contigo sem palavras, porque, no amor, os silêncios costumam ser mais eloquentes do que as palavras. Preciso encontrar teu rosto. Senhor, por que razão às vezes parece que estás ausente, quando tantos sofrem, quando o mal se estende, quando a dúvida paira e a dor me vence? Contemplo o Crucifixo. Seu rosto sereno me confirma que nada nos pode fazer perder a paz. A Quaresma nos recorda que Deus amou tanto o mundo que enviou o seu Filho para que sejamos salvos por Ele! Sim, Ele tomou sobre si as nossas dores, do corpo e da alma. Somos filhos de Deus, irmãos em Cristo. A dor se faz amor no seu mistério redentor. E as reais alegrias deste mundo - já deliciosas e consoladoras, embora incompletas - são prenúncio da alegria plena e eterna que nos aguarda no Céu, onde O veremos face a face. Oração: Ó Deus, luz de todo ser humano que vem a este mundo, iluminaí nossos corações com o esplendor da vossa graça, para pensarmos sempre o que vos agrada e amar-vos de todo o coração. Por Cristo, nosso Senhor.

## 23º dia

“De manhã vem saudar-nos a alegria” (Sl 29). Avança a Quaresma. Recordo-me, Senhor, da exortação dos primeiros dias: “Quando jejuares, perfuma a tua cabeça e lava o teu rosto. Assim, não parecerá aos homens que jejuas” (Mt 6, 17). Hoje te peço, Senhor, a graça de saber cultivar o bom humor. Afasta de mim, Senhor, a tendência a dramatizar, a carregar as tintas, a dar excessiva importância aos meus pequenos contratempos, incômodos ou dores de cabeça. Vem à mente a “oração do bom humor” composta por São Tomás More (1478-1535). Este grande homem, diplomata e humanista, enfrentou grandes contradições a ponto de chegar ao martírio, mas manteve a serenidade e o bom humor. Na prisão compôs esta bela oração, que pode nos ajudar no dia de hoje. Oração: “Senhor, dai-me uma boa digestão, mas também algo para digerir. Dai-me a saúde do corpo, mas também o bom humor, necessário para mantê-la. Dai-me, Senhor, uma alma simples, que saiba aproveitar tudo o que é bom, que não se assuste quando o mal chegar e que encontre a maneira certa de colocar as coisas no seu lugar. Dai-me uma alma que não conheça o tédio, os resmungos, suspiros e lamentos. Dai-me, Senhor, senso de humor!” Que cercado de vosso amor e de vossa graça eu enfrente com serenidade os desafios da semana que começa. Amém.

## 24º dia

“Vinde ver, contemplai os prodígios de Deus e a obra estupenda que fez no universo” (Sl 45). Que linda palavra: contemplar! “Os céus narram a grandeza de Deus, e o firmamento anuncia a obra de suas mãos” (Sl 18). Também nos deslumbram as obras humanas: empresas, conexões, redes, espetáculos, tecnologia, tantas maravilhas! E no entanto diz o Eclesiastes: “Vaidade das vaidades, tudo é vaidade. Que proveito tira o homem de todo o trabalho com que se afadiga debaixo do sol? Uma geração passa, outra vem; mas a terra sempre subsiste” (Ecl 1). E no entanto o livro do Apocalipse, que fecha a Bíblia, nos revela: “Bem aventurados os que morrem no Senhor, porque suas obras o seguem” (Ap 14,13). Que obras são essas que não são vaidade, cuja memória não se apaga, e que nos seguirão na eternidade? São aquelas que são feitas com amor! Sim, o valor do que fazemos não se mede pelo status, pelo dinheiro, pelo êxito ou pelo reconhecimento. Oração: Senhor, dá-me a graça de contemplar esse algo “divino” que se encerra em cada realidade, que lhe confere um poder “mágico” de me conduzir à santidade. Senhor, com a tua graça, procurarei fazer bem feito, com amor, no dia de hoje, tudo o que faça: cada tarefa, cada gesto, cada encontro ou sorriso. E assim tudo terá um peso, um valor de eternidade. Senhor, faz-me capaz desse prodígio! Assim seja.

## 25º dia

“Misericórdia e piedade é o Senhor. Ele é amor, é paciência, é compaixão. O Senhor é muito bom para com todos, sua ternura abraça toda criatura”(Sl 144). A Quaresma nos convida a reconhecer a malícia e a fraqueza que habita em nós. Te peço, Senhor, que eu me afaste das faltas passadas e rejeite as tentações futuras. Junto a Ti, Senhor, nada me inquieta, nada me atemoriza, pois “o Senhor é amor fiel em sua palavra, Ele sustenta todo aquele que vacila e levanta todo aquele que tombou. Ele está perto da pessoa que o invoca, de todo aquele que o invoca lealmente” (Sl 144). Oração: “Senhor, creio em Vós, fazei que creia com mais firmeza; espero em Vós, fazei que espere com mais confiança; amo-Vos, aumentai o meu amor; arrependo-me, avivai a minha dor. Adoro-Vos como primeiro princípio; desejo-Vos como último fim; exalto-Vos como benfeitor perpétuo; invoco-Vos como defensor propício. Dirigi-me com a vossa sabedoria; atai-me com a vossa justiça; consolai-me com a vossa clemência; protegei-me com o vosso poder. Ofereço-Vos meus pensamentos, para que se dirijam a Vós; minhas palavras, para que falem de Vós; minhas obras, para que sejam vossas; minhas contrariedades, para que as aceite por Vós” (Oração composta pelo Papa Clemente XI, 1649-1721). Assim seja.

## 26º dia

“Lembrai-vos de nós, ó Senhor, segundo o amor para com vosso povo!” (Sl 105). “O que não se esquece - diz São Tomás de Aquino (1225-1274) - é precisamente o que se faz com solicitude e amor. Ora, Deus ama com solicitude o bem do homem; portanto, Ele não o esquece”. Que consolo, Senhor, saber que não me esqueces, que estás sempre comigo. Mas eu, Senhor, nem sempre estou contigo. No corre corre, no dia a dia, a oração fica às vezes esquecida. O trabalho sai de qualquer jeito. A paciência se esgota facilmente. Com quanto realismo nos descreve o Salmo como o povo caiu na idolatria durante o Êxodo em direção à Terra prometida: “Esqueceram-se do Deus que o salvara, que fizera maravilhas no Egito; no mar Vermelho, tantas coisas assombrosas. Eles trocaram o seu Deus, que é sua glória, pela imagem de um boi que come feno.” (Sl 105). Senhor, vós reabris durante esta Quaresma, a estrada do Êxodo, para que tomemos consciência de nossa vocação à santidade, caminhando cada dia desta vida em direção ao Céu. Hoje Senhor - cada dia - quero viver em tua companhia. Oração: Não permitais, Senhor, que eu algum dia me separe de vós! Do inimigo maligno, defendei-me! Na hora da minha morte, chamai-me! Ó bom Jesus, ouvi-me! Que no dia de hoje, com a tua graça, meu olhar, meus afetos, meu coração, estejam junto a Ti. Amém.

## 27º dia

“Deus, ouvi a minha oração, escutai as palavras que vos digo” (Sl 53,3). Senhor, creio firmemente que me ouves. Quero te falar com simplicidade, como falaria com um amigo, um irmão, com minha mãe. Senhor, te peço por meus familiares mais próximos, pelas pessoas que amo mais especialmente (dizer). Peço também pelas pessoas que mais necessitam, pelos migrantes, pelos refugiados. Quero te pedir pelos enfermos do corpo e da alma. E farei uma lista das minhas necessidades materiais e espirituais para lê-las na sua presença. Te peço Senhor que meu coração se aproxime do Teu. Quero consolo nas minhas tristezas. Sinto o amor próprio ferido, o receio de ser desprezado, mas quero te pedir um coração grande, livre de mágoas e de rancores. Te peço também saúde, memória, bom êxito nos meus trabalhos, nos meus projetos, nos meus estudos (expressar). Sei que Tu pode tudo! E em todas as circunstâncias quero te apresentar minhas preocupações, “mediante a oração, as súplicas e a ação de graças”. E assim nada mais me inquieta, pois “tudo posso nAquele que me conforta” (Fl 4,6.13). Oração: Ó Deus, que preparastes para a nossa fraqueza os auxílios necessários à nossa renovação, dai-nos recebê-los com alegria nesta Quaresma e vê-los frutificar em nossa vida. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, Vosso Filho, na unidade do Espírito Santo.

## 28º dia

“Senhor meu Deus, em vós procuro o meu refúgio” (Sl 7). Madre Teresa de Calcutá (1910-1997), incansável no serviço aos mais pobres, contou-nos o seu segredo: “Quando descanso? Descanso no amor”. Todos os dias dedicava um tempo à oração e ensinava: “O fruto do silêncio é a oração; o fruto da oração é a fé; o fruto da fé é o amor; o fruto do amor é o serviço; e o fruto do serviço é a paz”. Por quê me falta, Senhor, este silêncio e esta paz? Como é difícil, Senhor, sossegar a minha alma! Preciso de fé, de calma. Às vezes sinto o tempo mal aproveitado e colho do intenso trabalho basicamente o cansaço. Hoje, Senhor, quero me despojar do medo de estar a sós contigo. Esta Quaresma deve me fortalecer neste exercício: calar por uns momentos meus sentidos - não só no aspecto físico. Senhor, dai-me a graça de generosamente, diariamente, colocar-me na Tua presença durante uns minutinhos e indagar: “Senhor, que queres que eu faça?” Fala, Senhor, teu servo escuta! Aqui estou, porque me chamaste. Recolhe, Senhor, meu coração disperso. Envolve-me em teu silêncio e comunica-me a tua Palavra. Talvez - como diz a canção - a voz do Anjo já sussurre ao meu ouvido - e eu não duvido, já escuto os teus sinais. Fortificaí no dia de hoje a consciência da Tua presença junto a mim. Dirigi ao longo deste dia o curso do meu trabalho, aperfeiçoai o seu fim, dai-me sempre a Vossa paz. Amém.

## 5º Domingo da Quarema

“Criaí em mim um coração que seja puro” (Sl 50). Sem a sua ajuda, Senhor, nada há no homem que seja inocente. Como é belo e sincero este Salmo atribuído ao rei Davi. Ele, poderoso, glorioso, agraciado pelos favores divinos, deixou-se levar cegamente pelo ímpeto da paixão, e foi adúltero e homicida. Ao dar-se conta, tardiamente, do mal cometido, chorou sua miséria com as palavras deste Salmo, que hoje orientam a minha oração: “Tende piedade, ó meu Deus, misericórdia! Na imensidão de vosso amor, purificai-me! Lavai-me todo inteiro do pecado e apagai completamente a minha culpa! Criaí em mim um coração que seja puro, dai-me de novo um espírito decidido. Ó Senhor, não me afasteis de vossa face nem retireis de mim o vosso Santo Espírito! Dai-me de novo a alegria de ser salvo e confirmai-me com espírito generoso! Ensinarei vosso caminho aos pecadores, e para vós se voltarão os transviados.” Oração: Senhor, que a consciência da minha malícia, no pequeno ou no grande, no pouco ou no muito, jamais me leve ao desespero ou à presunção. Que eu me acolha com humildade e confiança ao teu amor e à tua misericórdia. E em prova da minha devoção, quero recorrer ao Santo Sacramento da Penitência, para receber do sacerdote, em nome de Cristo, a certeza da absolvição. E encontrarei a paz profunda da alma e as luzes necessárias para recomeçar a caminhada. Assim seja.

## 29º dia

“Na Casa do Senhor habitarei pelos tempos infinitos. Ele restaura as minhas forças” (Sl 22). Senhor minha alma desgastada precisa ser restaurada, como um prédio, pintura ou escultura que vai apresentando rachaduras. Sim, essa alma que é obra Tua, - litúrgica - traz cores esvaídas e apagadas, e partes perdidas, mutiladas. Se sempre de Deus a minha alma foi imagem, talvez tenha perdido a sua legibilidade. Mas sei que a Teus olhos essa alma estropiada é uma obra preciosa, única: vale uma “milionada”! Quem pode restaurá-la? Deus, tão suave, sabe dar as suas pinceladas. Respeita. Espera. Não sou uma obra inerte ou acabada. Senhor, nesta Quaresma, deixarei que Tu faças as intervenções necessárias. Sirvo-me das palavras de Santo Ignacio de Loyola (1491-1556), que após um período de convalescença, teve seu corpo e sua alma restaurados, e se entregou a Deus. Oração: “Tomai, Senhor, e recebi toda a minha liberdade, a minha memória, o meu entendimento e toda a minha vontade. Tudo o que tenho e possuo de Vós o recebi. Por isso a Vós o entrego e restituo para que disponhais de tudo segundo a Vossa vontade. Concedei-me somente o vosso amor e a vossa graça, que isto me basta”. Senhor, que no dia de hoje eu permita tua ação na minha alma. Que meus gestos e atitudes reflitam Tua imagem restaurada em minha alma. Assim seja.

## 30º dia

“O Senhor olhou a terra do alto céu. Inclinaí o vosso ouvido para mim, ao invocar-vos, atendei-me sem demora! De mim não oculteis a vossa face” (Sl 101). Na linguagem confiante dos Salmos, Deus, à semelhança do homem, tem olhos, ouvidos e face: nos olha lá do céu, inclina o seu ouvido, não oculta a sua face. Diante dEle somos pequeninos, crianças sedentas de atenção, que choram, esperneiam, e já maiorezinhas esticam as mãozinhas até o rosto de seus pais, forçando-os a olharem na sua direção. Que lindo é esse Deus, que é Pai, que é tão Bom! No entanto Jesus, mais belo é o mistério da tua Encarnação. Cristo, Deus perfeito, Homem perfeito! Ele não nos fala de um Deus distante, Ele nos explica, sendo Deus, quem é o homem. Seus olhos não nos olham desde o alto. Jesus, Verbo de Deus, nos é em tudo solidário. Conheço seu rosto, ouço sua voz. Contemplo seus gestos, e lhe falo a sós. Antes buscávamos a Deus, projetávamos a sua figura. Agora Ele nos busca e nos eleva em santidade. Somos em Cristo filhos seus, Imagem sua. Oração: Na verdade, é justo e necessário, é nosso dever e salvação louvar-nos, Pai santo, rico em misericórdia, e bendizer vosso nome, enquanto caminhamos para a Páscoa, seguindo as pegadas de Jesus Cristo, Vosso Filho e Senhor Nosso, Mestre e modelo da humanidade, reconciliada e pacificada no amor. Jesus, quero ver a tua face. Olhando para ti, quero descobrir quem sou.

## 31º dia

“Sede bendito, Senhor Deus, no celeste firmamento. Obras todas do Senhor, glorificai-o” (Dn, 3)! Senhor, as perfeições invisíveis de Deus — seu poder, sua eterna divindade — são claramente conhecidas, através de suas obras, desde a criação do mundo (Rm 1,19). Mas também conheço sua presença e sua ação dentro de mim, de modo igualmente admirável. “Senhor, vós me sondais e me conheceis, sabeis tudo de mim, quando me sento ou me levanto. De longe penetrais meus pensamentos. Quando ando e quando repouso, vós me vedes, observais todos os meus passos. A palavra ainda não me chegou à língua, e já, Senhor, a conheceis toda. Vós me cercais por trás e pela frente, e estendeis sobre mim a vossa mão. Conhecimento assim maravilhoso me ultrapassa, ele é tão sublime que não posso atingi-lo. Fostes vós que plasmastes as entranhas de meu corpo, vós me tecesteis no seio de minha mãe. Sede bendito por me haverdes feito de modo tão maravilhoso”(Sl 138). Oração: Ó Deus do universo, Criador do mundo, Redentor do homem. Deus onipotente, Deus onipresente. Iluminai meu coração purificado pela penitência. Quero hoje viver na tua presença, de modo agradável a teus olhos, gentil a teus cuidados paternais. Vede se ando na senda do mal, e conduzi-me pelo caminho da eternidade. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, Vosso Filho, na unidade do Espírito Santo.

## 32º dia

“Procurai o Senhor Deus e seu poder, buscai constantemente a sua face! Lembrai as maravilhas que ele fez, seus prodígios e as palavras de seus lábios” (Sl 104). A Bíblia fala de muitas maravilhas que Deus fez. Mas talvez a maior delas seja o envio a este mundo de Cristo, Palavra eterna do Pai, que é Amor. Diz a Carta aos Hebreus: “Muitas vezes e de muitos modos, Deus falou outrora aos nossos pais, pelos profetas. Nestes dias, que são os últimos, falou-nos por meio do Filho, a quem constituiu herdeiro de todas as coisas e pelo qual também criou o universo. Ele é o resplendor da glória do Pai, a expressão do seu ser. Ele sustenta o universo com a sua palavra poderosa. Tendo feito a purificação dos pecados, sentou-se à direita da majestade divina” (Hb 1,1-3). Às portas da Semana Santa, quero reviver o mistério de Cristo, sua Paixão, Morte e Ressurreição, centro da História, Salvação para minha vida. Quero lembrar as muitas graças recebidas - vida, saúde, dons, capacidades -, pedir perdão por minhas faltas e pecados, e implorar uma conversão mais decidida (neste momento, agradecer, pedir perdão, formular um propósito). Oração: “Alma de Cristo, santificai-me. Corpo de Cristo, salvai-me. Sangue de Cristo, inebriai-me. Água do lado de Cristo, lavai-me. Paixão de Cristo, confortai-me. Ó bom Jesus, ouvi-me. Do inimigo maligno, defendei-me. Não permitais que eu me separe de Vós.”

## 33º dia

“Ó meu Deus, sois o rochedo que me abriga, minha força e poderosa salvação” (Sl 17). Senhor: me empenho em obter saúde, beleza, dinheiro, conhecimento. São bens que anseio, e prometem “empoderamento”. Porém, Senhor, sinto em mim tantas fragilidades. Tantas conquistas instáveis. Tanto receio de ficar à margem. Como, Senhor, ser forte de verdade? Ouço São Paulo: “de mim mesmo não me gloriarei, a não ser das minhas fraquezas. Pois, ainda que me quisesse gloriar, não seria insensato, porque diria a verdade. Mas abstenho-me” (II Cor 12). São Paulo tinha consciência de seus méritos e de seus dons. E também sentia em si fraquezas e limitações. Que grande é o poder da humildade, essa virtude que nos dá o conhecimento da nossa verdade. Sim, temos méritos e qualidades, mas tudo por graça de Deus! E temos as nossas bobagens, preguiças, invejas, apegos, debilidades, que nos previnem contra o orgulho e a vaidade. “É na fraqueza que se revela totalmente a minha força. Porque quando me sinto fraco, então é que sou forte” (II Cor 12). Oração: “Eu vos amo, ó Senhor! Sois minha força, minha rocha, meu refúgio e salvador! Sois meu escudo e proteção: em vós espero! Invocarei o meu Senhor: a ele a glória!” (Sl 17).

## 34º dia

“Ó Senhor, não fiqueis longe de mim! Ó minha força, correi em meu socorro” (Sl 21,20)! Aproxima-se a hora da Verdade, aproxima-se a hora da Cruz. O Senhor não fez “propaganda enganosa”: “Quem quiser ser meu discípulo, renuncie a si mesmo, tome a sua Cruz e me siga” (Mt 16, 24). Ao entrar na Semana Santa, quero Senhor, abraçar com elegância a minha Cruz cotidiana. Já sei: não é preciso que eu assumo todas as dores do mundo, mas devo tomar com devoção a minha Cruz: esta que levarás comigo, esta a qual eu me resisto, esta que me exige brio - minhas limitações, minhas circunstâncias, um dia a dia às vezes insípido. Pessoas chatas com quem convivo, frustrações, amor sem brilho. Como Senhor tomar a minha Cruz sem vitimismo? Como ressuscitar contigo? Não é fácil, mas acessível. Aprender a amar, este é o sentido. Hoje me proponho a fazer este exercício: viver ao longo do dia detalhes de serviço, renunciando a mim mesmo, como Cristo. Oração: Senhor, dai-nos a graça de descobrir, à luz da fé, o amor infinito com que nos amais, e oferecer esse amor aos demais. Por nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, na unidade do Espírito Santo.



---

## Domingo de Ramos

“Meus Deus, me Deus, por que me abandonastes?” (Sl 21). O Domingo de Ramos é um dia de paz. Mas é também um dia de contrastes. Os ramos evocam a pomba que trouxe em seu bico um ramo de oliveira, anunciando que passou o dilúvio e a terra se recreia (Gn 8,11). Jesus, ao entrar em Jerusalém, foi também aclamado com ramos: ele é o Rei da paz, tendo um burrinho por trono! Bendito é o que vem, há clima de festa e alegria! Mas Ele mesmo, Jesus, será morto em poucos dias. “Crucifica-o, Crucifica-o”: todos gritam. É a Semana da Paixão. E a Cruz será seu trono; sua sorte, o abandono. Senhor, diz para mim, qual o sentido dessa passagem. Quisera que a minha oração fosse sincera homenagem. Oração: Ó Deus, pela Paixão de nosso Senhor Jesus Cristo, sejamos reconciliados convosco, de modo que, ajudados pela vossa misericórdia, alcancemos pelo sacrifício do vosso Filho o perdão que não merecemos por nossas obras. Por Cristo, nosso Senhor.

## 35º dia - Segunda feira da Semana Santa

“O Senhor é minha luz e salvação; de quem eu terei medo? O Senhor é a proteção da minha vida, perante quem eu tremerei?” (Sl 26). Senhor, às vezes penso que meu maior inimigo sou eu mesmo. Às vezes me traio, me saboto. E no entanto o Senhor me quer vitorioso. As maiores batalhas Senhor se travam no meu coração. O impulso de ser santo. O temor da solidão. Como se forjam, Senhor, as melhores decisões? Não há dúvida: é o trabalho da oração. Senhor, diante de Ti que é Eterno, pergunto: Por que, Senhor, me trouxeste até aqui? Por que tanto carinho para comigo? Como tenho correspondido? Que posso fazer, Senhor, para seguir-te no Caminho? Preciso da certeza de que não estou sozinho. Oração: “Se contra mim um exército se armar, não temerá meu coração; se contra mim uma batalha estourar, mesmo assim confiarei. Sei que a bondade do Senhor eu hei de ver na terra dos viventes. Espera no Senhor e tem coragem, espera no Senhor!” (Sl 26). Hoje, Senhor, com a tua graça, enfrentarei uma pequena ou grande batalha que se apresentar. Vencerá a bondade.

## 36º dia - Terça feira da Semana Santa

“Sois meu apoio desde antes que eu nascesse, desde o seio maternal, o meu amparo” (Sl 70). Senhor, que lindo considerar que o teu amor por mim é eterno! “Antes de formar-te no seio de tua mãe, eu já te conhecia, antes de saíres do ventre, eu te consagrei” (Jr 1,5). “Foste tu que criaste minhas entranhas e me teceste no seio de minha mãe, tu me conheces por inteiro. Não te eram ocultos os meus ossos quando eu estava sendo formado em segredo” (Sl 138,13). Quero orar com as palavras de São Paulo: “Bendito seja o Deus e Pai de nosso Senhor Jesus Cristo, que nos abençoou com toda bênção espiritual nos céus, em Cristo. Nele, Deus nos escolheu, antes da criação do mundo, para sermos santos e íntegros diante dele, no amor. Nele, e por seu sangue, obtemos a redenção e recebemos o perdão de nossas faltas, segundo a riqueza da graça, que Deus derramou profusamente em nós. (Ef 1,3 s). Neste momento quero agradecer e louvar ao Senhor por todas as graças já obtidas na minha vida, também as que eu nem me de conta ou ignoro (agradecer). Oração: Deus eterno e todo poderoso, sei que me queres feliz aqui na terra e ainda mais feliz no céu. Sei que a felicidade está a meu alcance. Com a tua graça quero descobrir no dia de hoje a atitude pequena e concreta que será um gesto de serviço, de amor, que encherá meu coração de alegria. E dai-me celebrar de tal modo os mistérios da Paixão do Senhor, que possa alcançar vosso perdão. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, Vosso Filho, na unidade do Espírito Santo.

## 37º dia - Quarta-feira da Semana Santa

“Respondei-me, pelo vosso imenso amor, neste tempo favorável, Senhor Deus” (Sl 68). Sim, para nós, a Quaresma foi o tempo favorável, e chegou para nós o dia da Salvação. Dizia Santo Agostinho: “De que nos valeria ter nascido, se não tivéssemos sido redimidos?” Jesus, Deus perfeito e Homem perfeito, imolado como Cordeiro, tirou o pecado do mundo, e nos precede no Céu. Sim, o Céu é a nossa Terra prometida, celeste e definitiva. E para participar da Glória por Cristo, com Cristo e em Cristo, devemos nos unir à sua Paixão e Morte na Cruz. Ao longo da Quaresma, de algum modo, fizemos isto: morremos para nós mesmos, oferecendo a Deus pequenos sacrifícios. Fizemos oração. Pedimos a graça de um coração contrito. Hoje Senhor quero rememorar, com sinceridade, o que pude vivenciar no meu coração desde o início desta Quaresma (lembrar). E pergunto, Senhor, o que me falta para viver estes próximos dias santos mais perto de Ti (perguntar). E ao formular um propósito direi: Obrigado, Senhor, perdão, e ajuda-me mais! Oração: Ó Deus, que fizestes vosso Filho padecer o suplício da cruz para arrancar-nos à escravidão do pecado, concedei aos vossos filhos e filhas a graça da ressurreição. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, Vosso Filho, na unidade do Espírito Santo.

## 38º dia - Quinta-feira Santa

“Que poderei retribuir ao Senhor Deus por tudo aquilo que ele fez em meu favor?” (Sl 115). Hoje, Senhor, meu coração se enche de assombro e devoção ante o maior Mistério da nossa fé. Jesus, na última ceia, partiu o pão, tomou o cálice, e elevando os olhos ao Céu instituiu o santo Sacramento da Eucaristia. “Tomai e comei, isto é o meu Corpo; tomai e bebei, isto é o meu Sangue”. Jesus irá partir - estamos na véspera da sua Morte - mas Jesus irá ficar para sempre conosco. Sim, aqui está Ele, misteriosamente oculto em cada Hóstia consagrada. Meu coração se prostra em adoração neste momento. Senhor, preciso reavivar a catequese da minha infância, se a tive, ou aprendê-la - sempre é tempo! Quero voltar a contemplar este Mistério com o santo temor de Te receber sem estar devidamente consciente ou preparado. Mas sei, Senhor, que você sempre está à vontade entre as crianças. Quero então me fazer como criança, confessar-me com um de teus sacerdotes, que em teu nome me trará o teu perdão, e receber nesta Páscoa a melhor Comunhão da minha vida, com toda a fé, pureza, humildade e devoção. Oração: Deus Todo Poderoso, que hoje nos renovastes pela ceia do vosso Filho, concedei-nos a graça de participar dignamente da Eucaristia, e ser eternamente saciados na ceia do vosso reino. Por Cristo, nosso Senhor.

## 39º dia - Sexta-feira Santa

“Fortalecei os corações, tende coragem, todos vós que ao Senhor vos confiais!” (Sl 30). Hoje somos convidados a olhar com devoção a Cristo na Cruz (se possível, ter diante de si neste momento um Crucifixo). Senhor, o que queres me manifestar no dia de hoje? Um dia de jejum, um dia de oração. Sei que há um sentido profundo nesta contemplação. Estou diante do Mistério de Cristo, Deus Perfeito e Homem Perfeito. Somos criados à imagem de Deus, mas agora é Deus que se faz homem. Nós, os homens, com nossos pecados, desfiguramos a imagem de Deus na nossa alma. E Cristo, Deus feito homem, teve o rosto desfigurado pelos flagelos, pelos espinhos, mas por suas chagas fomos restaurados. “Ele tomou sobre si as nossas dores e carregou sobre si os nossos pecados” (Is 53, s). O sofrimento de Cristo - sua dolorosa Paixão - nos faz entrever o infinito amor de Deus, que nos perdoa, mas também a maldade do pecado, que exigiu tão dolorosa reparação. Oração: Pela Vossa dolorosa Paixão, tende piedade de nós e do mundo inteiro (repetir três vezes). Senhor, eu confio em Vós! Afasta de mim o que me afasta de Ti. E agora beijarei o Crucifixo com sincera devoção. Amém.



---



## 40º - Sábado Santo

“O Cristo, nossa páscoa, foi imolado; celebremos a festa com o pão sem fermento, o pão da retidão e da verdade, aleluia!”(1 Cor 5,7s). Ontem contemplamos o Senhor crucificado, hoje, em vigília, aguardamos vê-lo ressuscitado. São Paulo nos anima: “Portanto, vós também considerai-vos mortos ao pecado, porém vivos para Deus, em Cristo Jesus” (Rm 6, 11). Como podemos nos fortalecer no desejo de viver a partir de agora uma vida nova? Uma conduta mais santa, mais sincera, como Deus espera? Sei que sou frágil, propenso a cair, mas agora, Senhor, com os olhos postos em Ti, nunca mais cairei na tentação de desistir. Sim, confio em Ti. E vejo que na Cruz, nesse momento tão difícil, tão extremo, você olhou para Maria, e dela recebeu todo o carinho e alento. A Ela meu coração também agora se dirige, cheio de esperança. Oração: Mãe, cheia de bondade, alcançai-me por favor, uma abundância de graças que me levem a servir a Jesus doravante com mais perfeita fidelidade e enfim a graça de louvá-lo convosco para sempre no Céu. Amém.

# Domingo da Páscoa

“Este é o dia que o Senhor fez para nós: alegremo-nos e nele exultemos” (Sl 117). Meu Senhor e meu Deus, meu Cristo Vivo, deixa-me tocar e beijar as marcas de cada uma das tuas chagas. Por elas minha alma foi completamente restaurada. Sobe ao céu, como um incenso, minha oração de ação de graças: “Dai graças ao Senhor, porque ele é bom! Eterna é a sua misericórdia! A mão direita do Senhor fez maravilhas, a mão direita do Senhor me levantou. Não morrerei, mas ao contrário, viverei para cantar as grandes obras do Senhor! Pelo Senhor é que foi feito tudo isso. Que maravilhas ele fez a nossos olhos!” (Sl 117). Sim, ressuscitei com Cristo, e agora aspiro às coisas do alto. Minha vida a partir de agora “está escondida com Cristo em Deus” (Cl 3, 1-2). Já não sei viver distante do Senhor. Com Ele me entretive tantas vezes, tantas confidências Ele ouviu, redescobri o seu Amor, e agora que “cresci para dentro” quero cultivar a vida interior. Ouvei tuas palavras e nelas eu confio: “Eis que faço novas todas as coisas. Eu sou o Alfa e o Ômega, o Princípio e o Fim. A quem tiver sede, eu darei, de graça, da fonte da água vivificante. Vem!” (Ap 21, 6). Oração: Ó Deus, concedei-nos que, celebrando a ressurreição do Senhor, renovados pelo vosso Espírito, ressuscitemos na luz da vida nova. Amém.

**Que a alegria do Senhor seja a nossa força! Feliz Páscoa!**





# Quaresma

Maria Nazaré Lins Barbosa