



IGREJA Viva

ENTREVISTA

**"UM CUIDADOR INFORMAL
É UMA PESSOA. NÃO É SÓ
ALGUÉM QUE ESTÁ ALI
POR ESTAR"**

VERA MOURA
CUIDADORA INFORMAL

P. 04-05

Este suplemento faz parte integrante da edição n.º 33325 do Diário do Minho. Não pode ser vendido separadamente.

OPINIÃO

As feridas nunca prescrevem

CARLA RODRIGUES

ADVOGADA

Falar de abusos sexuais de crianças é falar de actos de malvadez e miséria humana. Na dificuldade inerente ao desenrolar de uma meada pesada, onde as palavras são como delicados fios de lã, é necessário encontrar uma ponta para se conhecer a extensão do fio, com cuidado para que não acabem embaraçados e presos num nó cego. Lembrando que muitas crianças não tiveram (não têm) voz, muitos gemidos foram (e são) silenciados e muitas vidas gravemente feridas, ano após ano, década após década. São números assustadores por todo o mundo. Mas, ainda que fosse apenas uma vida violentada, um sonho arrancado, uma fé despedaçada, já seria um número elevadíssimo.

Por vergonha, por sentimento de culpa, por medo, por coacção física e moral, por receio de não acreditarem em si, por toda uma paralisia física e emocional que as impede de reagir, até porque geralmente conhecem o agressor, são vários os motivos que podem levar uma criança a não contar que está a ser vítima de abuso, quer estejamos perante abusos no seio da família, na escola, no desporto ou na Igreja.

As crianças são coagidas a manterem o silêncio, uma espécie de pacto maligno estabelecido pelo agressor. Cabe-nos a nós, família, e de forma especial os pais, amigos, professores, vizinhos, no cumprimento do dever de vigilância dos mais frágeis e vulneráveis, a difícil tarefa de tentar descodificar os sinais, como os silêncios, o isolamento, a repentina falta de apetite, a irritabilidade e agressividade, a dificuldade em dormir, a diminuição do rendimento escolar ou a recusa em frequentar certos locais ou actividades.

É preciso travar o abuso e o encobrimento. É preciso estancar a dor. É preciso traçar mais linhas de prevenção e mais eficazes. É preciso escutar, abraçar, acompanhar, tratar as feridas e repor a verdade e a justiça. Podemos estar perante anos de dor, de solidão e de sentimentos de culpa, anos de silêncio, de vergonha e de pesadelos. E, por difícil que seja regressar àquele lugar escuro, qual poço de tortura emocional, por difícil que seja gerir todo o turbilhão de memórias e sentimentos que surgem quando se abre a caixa do sofrimento, é necessário que algo seja feito, que seja derrubado este bloqueio que trava os passos, este segredo terrível que apodrece os sonhos, aniquila o futuro e impede a actuação da justiça e da prevenção. É tempo de denunciar, de apontar o dedo e contar a verdade.

Na “Carta do Papa Francisco ao Povo de Deus”, confrontamo-nos com esta verdade: “estas feridas nunca prescrevem”. Enquanto pessoas de bem, de olhos postos nas feridas, temos de trabalhar uma cultura assente na verdade, na transparência e na coragem, assumindo os erros do passado e permitindo-nos ir ao encontro do futuro, onde o Amor, a segurança e a justiça terão a sílaba tónica. Temos a possibilidade de escrever novos capítulos da nossa história, tornando-a mais justa e mais bonita. Sem atropelar os princípios básicos de um estado de direito, conseguiremos semear sonhos e esperança.

INTERNACIONAL

Frascati: “Testemunhas das maravilhas que Deus está a operar”

© SYMOD.VA

O jornalista Austen Ivereigh, no fim do trabalho de redacção da equipa que preparou o “Documento de Síntese” da primeira etapa do Sínodo, afirmou: “o nosso trabalho está feito”. O documento, como a Secretaria do Sínodo confirmou, verá a luz “em meados de Outubro”.

Um documento, cujos contornos gerais foram apresentados ao Papa Francisco num encontro privado realizado no dia 2 de Outubro, após a conclusão do encontro em Frascati de quase cinquenta pessoas escolhidas para preparar uma síntese com todas as contribuições recebidas de todo o mundo. O Papa agradeceu aos participantes pelo seu trabalho, que será essencial para a segunda etapa do Sínodo, a Continental.

“Apresentamo-nos perante si depois de uma experiência eclesial única e extraordinária que nos fez conhecer a riqueza dos frutos que o Espírito está a produzir no povo santo de Deus. Estamos verdadeiramente maravilhados com as maravilhas que Deus está a operar na sua Igreja”, explicou o Cardeal Grech, secretário geral do Sínodo, durante a saudação a Bergoglio após doze dias de trabalho em Frasca-

ti, no Centro João XXIII.

No centro dos trabalhos – explica a Secretaria Geral do Sínodo em comunicado – estiveram as 112 sínteses das Conferências Episcopais (de um total de 114), mas também as das Igrejas Orientais Católicas, das Congregações Religiosas, das Associações e Movimentos Eclesiais, dos Dicastérios do Vaticano e das contribuições individuais recebidas na Secretaria Geral do Sínodo. “Uma resposta sem precedentes das Igrejas locais!”, afirma a nota.

Em Frascati, os participantes procuraram fazer um discernimento comunitário através do método de “conversação espiritual” em diferentes grupos antes de começar a escrever o documento de síntese, “com um primeiro e depois um segundo rascunho, leituras cruzadas, debates e correcções”.

A equipa de redacção, composta por homens e mulheres, bispos, sacerdotes, religiosos e leigos, conseguiu aprovar o Documento para a Etapa Continental, produzido simultaneamente em italiano e inglês, e entregou-o ao Papa. Assim que o texto seja público, será enviado simultaneamente a todos os bispos “como um acto de restituição ao povo de Deus”.

Leia a notícia completa em <https://www.diocese-braga.pt/revistaimpressainternacional/noticia/35221/>



PAPA FRANCISCO

3 DE OUTUBRO 2022 - Enquanto tentamos salvar o planeta, não podemos negligenciar as pessoas que sofrem. A poluição que mata não é apenas a do dióxido de carbono, também a desigualdade polui mortalmente nosso planeta.

4 DE OUTUBRO 2022 - São Francisco de Assis, que se sentia irmão do sol, do mar e do vento, semeou paz por toda a parte e andou junto dos pobres, abandonados, doentes, descartados, dos últimos. Sigamos o seu exemplo!

VATICANO

“Falar com o coração” é o tema do Dia Mundial das Comunicações Sociais

O Vaticano publicou, na semana passada, o tema da mensagem do Santo Padre para o 57.º Dia Mundial das Comunicações Sociais. O tema do próximo ano é inspirado numa passagem da carta de S. Paulo aos Efésios (Ef 4, 15).

Em comunicado, a Santa Sé explica que “falar com o coração significa «dar razão da esperança que está em nós»”. Acrescenta ainda que “o dom da comunicação deve ser usado como ponte e não como muro”.

“Num tempo marcado - mesmo na vida eclesial - por polarizações e debates exasperados que exacerbam as almas, somos convidados a ir contra a maré”, refere a nota.

O tema escolhido para o próximo Dia Mundial das Comunicações Sociais está “inserido no caminho que levará toda a Igreja à celebração do Sínodo”, e está ligado ao de 2022, “Escutar com o ouvido do coração”.

O documento termina com o Vaticano a salientar que “no contexto dramático de conflito global que vivemos, a emergência de uma comunicação não hostil é ainda mais necessária”.



© VATICAN NEWS

OPINIÃO

“E o que é que andas a comer?”

JOANA PEIXOTO

EQUIPA MISSIONÁRIA
SALAMA, 2022

Perdi a conta às vezes que me fizeram esta pergunta nos últimos meses! E confesso que esta pergunta me faz sentir em casa, porque é verdade que um bom português está à mesa a sonhar onde será a próxima jantarada. Não há uma chamada com a família onde eles não nos perguntem o que almoçamos e jantamos, para garantir que estamos bem, e que está tudo a correr como deve ser. Esta seria sem dúvida uma pergunta que eu faria se estivesse desse lado, e que continuo a fazer para saber com toda a certeza “como estás?”.

Ninguém nos prepara para a sensação de pequenez que nos invade quando chegamos aqui. Tudo é maior do que

aquilo que parece que nós podemos dar. Basta estar a chegar e pelo caminho olharmos as casas de matope e capim, para percebermos que o nosso coração vai precisar de tempo e espaço para acolher tudo o que vamos vivendo a cada dia.

Por isso, enquanto vou respondendo à pergunta “o que andas a comer?”, consigo escapar a outras perguntas mais difíceis às quais ainda não “cheguei” o suficiente para conseguir responder, como: “quais são as tuas primeiras impressões?”. Não faço ideia... Estar a chegar é ser difícil distinguir o que está a impressionar-nos. Poderia dizer que é tudo. Detenho o olhar em cada árvore, em cada capulana, em cada pôr-do-sol que todos os dias me parece novo, e tudo cria uma impressão no coração.

Mas depois ouço histórias que nunca imaginei serem possíveis, ou atrapalho-me a tentar comunicar qualquer coisa entre um português

estranho e algumas palavras macua, e o coração fica cheio de coisas maiores que ele. E aí já nem sei qual é a primeira, a segunda, a terceira impressão... É um colorido bonito, com cores alegres e tristes.

Tenho a impressão de que estas pessoas me vão alargar o coração. Tenho a impressão de que a missão é muita escuta e oração, para acolher este mistério de que, aqui ao lado, no mesmo mundo que nós, é possível que tudo seja novo. Acolher que nós não sabemos nada e só partilhando a vida é que a vemos melhor.

Que bom que a nossa diocese vem até aqui, através desta missão, para tocar o que nos é desconhecido, e o que se vive aqui a cada dia - as suas alegrias, mas também muitas das suas dores. Precisamos de sair e tentar chegar ao que nos é desconhecido, porque só com todos os contributos do mundo é que vamos ver tudo com olhos novos e compreender melhor o Evangelho.



© DR

ENTREVISTA

"SER CUIDADOR É SUSPENDER UMA VIDA"

PAULO GABRIEL SOUTO (ENTREVISTA)

EM 2019 FOI CRIADO O ESTATUTO DO CUIDADOR INFORMAL. VERA MOURA, QUE CUIDOU DO MARIDO QUANDO DESCOBRIRAM QUE ESTE TINHA CANCRO, RECONHECE QUE APESAR DA EXISTÊNCIA DO ESTATUTO, HÁ AINDA MUITO A FAZER PELOS CUIDADORES INFORMAIS.

[Igreja Viva] A Vera foi cuidadora informal. Pode contextualizar-nos sobre essa fase da sua vida?

[Vera Moura] Eu fui cuidadora informal do meu marido. Foi detectado, numa fase já muito avançada, que ele tinha cancro na cabeça e no pescoço. Geralmente este tipo de tumores são silenciosos e, quando são detectados, estão já em fases muito avançadas. Nós descobrimos em Março do ano passado e, após esse momento, tivemos cerca de três semanas para basicamente decidir uma cirurgia bastante complexa. Depois de o meu marido fazer a cirurgia, em Abril, ficou nos cuidados intensivos e fez a recuperação ainda no Hospital de São João, no Porto. Em Maio, quando regressou a casa, tornei-me cuidadora informal dele. Falei com a minha empresa, onde trabalho, e foram muito receptivos e sempre me apoiaram. Acabei por ficar em teletrabalho e foi a partir dessa altura que me tornei cuidadora informal.

[Igreja Viva] Sabia como cuidar do seu marido e o que fazer para o ajudar?

[Vera Moura] Não, não sabia. Foi um processo que eu tive de ir gerindo e aprendendo sozinha. Aprender a ser cuidadora e a saber lidar com a

situação. Sendo um tumor na cabeça, as coisas foram-se complicando de dia para dia. Foi uma situação em que eu tive que aprender sozinha a gerir todos os cuidados que tinha de ter. Inicialmente, depois da cirurgia, o meu marido era basicamente autónomo. Tínhamos que ter alguns cuidados porque podia haver algum tipo de problema ou complicações e havia situações em que ele já era dependente de mim e precisava da minha ajuda para fazer algumas coisas. Esta situação apanhou-nos totalmente desprevenidos. Não havia nenhum sinal que pudesse levar a pensar sequer que isto iria acontecer. Vim para casa trabalhar, com dois filhos pequenos, e tinha de ser cuidadora. Além dos meus filhos tornei-me também cuidadora do meu marido, sem nenhum tipo de formação.

[Igreja Viva] Deixou de trabalhar para cuidar do seu marido?

[Vera Moura] A empresa onde eu trabalho sempre me apoiou, em tudo. O meu trabalho podia ser feito desde casa, até porque, devido à pandemia, já o tinha feito anteriormente. Nunca foi posta em causa a situação de eu vir para casa para cuidar do meu marido. A empresa sempre

me apoiou e sempre se dispôs a ajudar naquilo que fosse preciso. Claro que, em relação à carga horária, não tinha de estar à hora em ponto em frente ao computador. Apenas tinha de garantir que o meu trabalho estava a ser feito independentemente da hora. Eu ia às consultas e aos tratamentos com o meu marido, salvaguardando que o meu trabalho continuava a ser feito. Quando não o podia fazer, falava com a empresa e não havia problema da parte deles porque, como referi, sempre senti esse apoio dos meus colegas e dos meus patrões. Sempre foram pessoas que me ajudaram e me compreenderam devido à gravidade da situação.

[Igreja Viva] Quanto tempo durou esta situação?

[Vera Moura] Isto foi um processo bastante rápido mas que teve várias fases. O meu marido veio para casa em Maio, após a cirurgia, e era praticamente autónomo. Em Junho tínhamos de o acompanhar nas sessões de radioterapia e quimioterapia. Nessa altura não ia sempre eu com ele porque era muito desgastante para mim e, com dois filhos pequenos, precisava de tempo para os apoiar. Ser cuidador não é só cuidar de uma pessoa. Basicamen-



te é abdicar de nós próprios, da nossa vida, para cuidar dos outros. Nós deixámos de existir. Temos que deixar de existir um bocadinho e pormo-nos de lado para garantir que o outro está bem. Este é, sem dúvida, o papel do cuidador informal. Foi isso que eu fiz. Os tratamentos decorreram até ao final de Julho. Foram dois meses terríveis. O meu marido ficou completamente desgastado. Os meses de Agosto e Setembro foram mais calmos. A partir do início de Outubro, e até Dezembro, as coisas começaram a agravar-se. Ele começou a ter convulsões e a perder algumas das faculdades. Em Fevereiro acabou por ser internado, pois já não era possível dar-lhe os cuidados todos em casa. Recorremos aos cuidados paliativos do Poverello, em Braga. Esteve lá até falecer, em Abril.

[Igreja Viva] Que dificuldades sentia no dia-a-dia?

[Catarina Miranda] O dia-a-dia era muito complicado

porque tinha de gerir várias emoções. Apesar de saber que a doença ia ser muito difícil de curar, ele tinha muita força de viver e acreditava muito que podia recuperar. Era isso que eu também lhe queria transmitir, pelo menos para ele ainda ter alguma felicidade no tempo que lhe restava. No tempo que estávamos os dois sozinhos em casa, quando os meninos estavam na escola, eu tentava transmitir-lhe força e felicidade. Com as crianças era continuar esse pensamento que tudo estava bem, que o pai estava doente, mas que as coisas poderiam ficar bem. Era sempre um gerir de emoções até à hora de se deitarem. A partir do momento que punha os três a descansar, aí sim, era o libertar das minhas emoções. Era o único tempo que eu tinha para mim e para encarar a minha realidade.

[Igreja Viva] Após o seu marido falecer, voltou a trabalhar?

[Vera Moura] Eu estive em

© PEXELS



"Haja estatuto ou não, ser cuidador é algo que está no coração e só quem o é entende aquilo que quero dizer. No meu caso, foi chegar ao final com a consciência de que a minha vida foi suspensa e a vida do meu marido terminou.

teletrabalho até Outubro, quando o meu marido começou a piorar e a perder as faculdades. Já estava completamente desgastada e, devido a isso, tive de recorrer à baixa médica. Nessa altura tive mesmo de parar de trabalhar. Já não conseguia, de todo, conciliar as duas coisas. Aí tive de pôr o meu marido em primeiro lugar. Na realidade ele sempre esteve em primeiro lugar, ou eu não tinha sequer vindo para casa. Dediquei-me em exclusivo a cuidar do meu marido e, nessa altura, tornei-me oficialmente cuidadora informal. Assumi esse papel como sendo o papel da minha vida. Ser só cuidadora informal. Estive de baixa até meados de Agosto. O desgaste emocional, psicológico, físico foi de tal forma enorme que fez com que eu precisasse de algum tempo para conseguir recuperar, exteriorizar emoções. Há sentimentos que nunca serão exteriorizados da melhor forma, irão ficar sempre guardados, mas foi preciso esse tempo também de recuperação e de aceitação para poder regressar ao trabalho. Em meados de Agosto deste ano voltei a trabalhar. Eu sabia que ia voltar. Mesmo quando recorri à baixa médica, tinha a certeza de que ia voltar e que as coisas iriam estar exactamente no ponto em que eu as deixei.

[Igreja Viva] Como vê a criação do Estatuto do Cuidador Informal?

[Vera Moura] O Estatuto do Cuidador Informal é algo que deve ser revisto. As pessoas não têm noção do que é ser um cuidador informal. A generalidade pensa que um cuidador é só uma pessoa que está em casa para levar alguém ao médico, para dar a medicação, etc... Não! Um cuidador informal é mais que isso. O cuidador informal é, e falo por mim, deixar de ver o meu marido como sendo o meu marido, mas olhar para ele como olho para o meu filho que tinha acabado de nascer. Tive de olhar para ele dessa forma, para também ter essa força e discernimento de conseguir fazer tudo e mais alguma coisa. O cuidador informal tem que olhar para as pessoas de uma forma diferente. Geralmente, os

que são cuidados por nós, são da nossa família e precisam muito mais do que simplesmente consultas, companhia, medicação... Um cuidador informal é uma pessoa. Não é só alguém que está ali por estar. Tem sentimentos, tem desgaste, luta, também precisa de apoio e de atenção. Mas não é só por isso. O estatuto deve ser revisto em vários aspectos. Na altura em que eu utilizei a baixa médica, uma assistente social falou comigo para requerer apoios. Como cuidadora informal, poderia ter direito a esses apoios. Contudo, nunca pude recorrer a esse tipo de ajuda, pois recebia um rendimento proveniente da baixa médica. Apesar de ser mínimo, o facto de eu receber esse tipo de rendimento impossibilitava as ajudas relacionadas com o facto de ser cuidadora informal. Mas não falo só por rendimentos monetários. Um cuidador informal devia receber outros tipos de apoio de forma quase automática. Num fase inicial era importante que a maioria das pessoas tivesse a visita e a ajuda de uma equipa de acção social. Eu, por exemplo, nunca consegui esse tipo de ajuda. Acho que se devia olhar para os cuidadores informais de outra forma, não só como números, mas realmente como pessoas.

[Igreja Viva] Alguma mensagem ou alguma palavra para alguém que esteja na mesma situação?

[Vera Moura] Aquilo que eu posso dizer às pessoas é o que eu tenho feito desde o falecimento do meu marido. Ou seja, dar o meu testemunho. Já o fiz várias vezes e em diversas circunstâncias. A morte é algo muito difícil de aceitar, sobretudo quando pensamos que efectivamente vamos perder alguém. Isso é muito difícil. Ainda assim, o facto de nós aceitarmos que essa pessoa vai partir e, se calhar, isso é a cura dessa pessoa, fica mais fácil para nós. No meu caso, pelo menos, foi mais fácil para mim e foi mais fácil para os meus filhos. Os meus filhos sempre souberam da situação do pai. Eu sempre disse aos meus filhos aquilo que estava a acontecer. Sabiam que o pai ia partir, que iam deixar de ter

o pai em casa. Dessa forma fomos fazendo um processo de despedida. O meu marido, numa fase mais avançada, acabou por perder a consciência, mas antes disso acontecer, despediu-se de nós. Se todos nós tivermos essa consciência, se formos aceitando as circunstâncias, a despedida custa menos. Eu sei que a morte e perder alguém é algo duro. Antes do meu marido, perdi o meu pai também com cancro. Na altura não tive essa visão. Não tive tempo para dar esse último abraço, embora soubesse que aquela era a última vez que o ia ver com vida. Talvez o facto de, ainda que indirectamente, eu ter sido cuidadora do meu pai, leve a que tenha essa necessidade de aceitação da doença do meu marido para ser mais fácil a despedida e ficar mais tranquila, mais serena e saber que ele também partiu mais tranquilo e mais sereno. Nunca estamos preparados. Contudo, se nós aceitarmos que as coisas vão acontecer e nos prepararmos minimamente, acho que é muito menos doloroso. Acredito que se negarmos e rejeitarmos a situação até ao final, a despedida vai ser muito pior. Para aqueles que estão a cuidar de alguém, aquilo que lhes posso dizer é que não percam a força nem a esperança, apesar da dificuldade. Sei o quão difícil é ser cuidador. A pessoa pode recuperar, ou pode falecer. Ainda assim, é bom olharmos para o trabalho que fizemos e termos a consciência de que tudo foi feito com amor e que nada mais se podia fazer. Fizemos tudo o que estava ao nosso alcance e isso é muito reconfortante. Haja estatuto ou não, ser cuidador é algo que está no coração e só quem o é entende aquilo que quero dizer. No meu caso, foi chegar ao final com a consciência de que a minha vida foi suspensa e a vida do meu marido terminou. Sei que terminou com a certeza de que todo o amor e todo o carinho que lhe podia dar até ao final foram-lhe dados e ficaram. Ser cuidador informal é suspender uma vida em função da vida de alguém. Eu suspendi a minha vida e não me arrependo nunca daquilo que fiz. Nunca me irei arrepender.

“Fará justiça bem depressa”

XXIX DOMINGO COMUM

ITINERÁRIO

Propomos um arranjo “floral”, feito com espigas de milho e outros produtos da época das colheitas, a simbolizar a justiça do amor de Deus

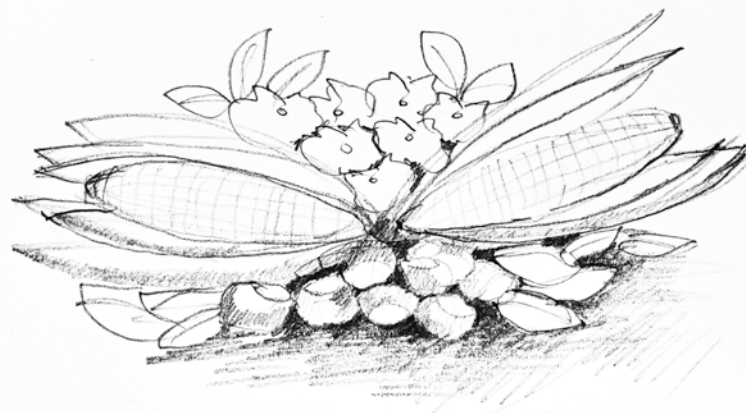


ILUSTRAÇÃO DA ARQ. MARIA TAVARES



LITURGIA DA PALAVRA

LEITURA | Ex 17, 8-13

Leitura do do Êxodo

Naqueles dias, Amalec veio a Refidim atacar Israel. Moisés disse a Josué: “Escolhe alguns homens e amanhã sai a combater Amalec. Eu irei colocar-me no cimo da colina, com a vara de Deus na mão”. Josué fez o que Moisés lhe ordenara e atacou Amalec, enquanto Moisés, Aarão e Hur subiram ao cimo da colina. Quando Moisés tinha as mãos levantadas, Israel ganhava vantagem; mas quando as deixava cair, tinha vantagem Amalec. Como as mãos de Moisés se iam tornando pesadas, trouxeram uma pedra e colocaram-na por debaixo para que ele se sentasse, enquanto Aarão e Hur, um de cada lado, lhe seguravam as mãos. Assim se mantiveram firmes as suas mãos até ao pôr do sol e Josué desbaratou Amalec e o seu povo ao fio da espada.

Salmo responsorial

Salmo 120 (121), 1-8 (R. cf. 2)

Refrão: O nosso auxílio vem do Senhor, que fez o céu e a terra.

LEITURA II 2 Tim 3, 14 – 4, 2

Leitura da Segunda Epístola do apóstolo São Paulo a Timóteo

Caríssimo: Permanece firme no que aprendeste e aceitaste como certo, sabendo de quem o aprendeste. Desde a infância conheces as Sagradas Escrituras; elas podem dar-te a sabedoria que leva à salvação, pela fé em Cristo Jesus. Toda a Escritura, inspirada por Deus, é útil para ensinar, persuadir, corrigir e formar

segundo a justiça. Assim o homem de Deus será perfeito, bem preparado para todas as boas obras. Conjuro-te diante de Deus e de Jesus Cristo, que há-de julgar os vivos e os mortos, pela sua manifestação e pelo seu reino: Proclama a palavra, insiste a propósito e fora de propósito, argumenta, ameaça e exorta, com toda a paciência e doutrina.

EVANGELHO Lc 18, 1-8

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São Lucas

Naquele tempo, Jesus disse aos seus discípulos uma parábola sobre a necessidade de orar sempre sem desanimar: “Em certa cidade vivia um juiz que não temia a Deus nem respeitava os homens. Havia naquela cidade uma viúva que vinha ter com ele e lhe dizia: «Faz-me justiça contra o meu adversário». Durante muito tempo ele não quis atendê-la. Mas depois disse consigo: «É certo que eu não temo a Deus nem respeito os homens; mas, porque esta viúva me importuna, vou fazer-lhe justiça, para que não venha incomodar-me indefinidamente». E o Senhor acrescentou: “Escutai o que diz o juiz iníquo!... E Deus não havia de fazer justiça aos seus eleitos, que por Ele clamam dia e noite, e iria fazê-los esperar muito tempo? Eu vos digo que lhes fará justiça bem depressa. Mas quando voltar o Filho do homem, encontrará fé sobre a terra?”.

REFLEXÃO

Sem o alicerce firme da fé, a oração corre o perigo de ser supérflua, pouco ou nada mais do que um negócio com Deus. Daí a interpelação: “Quando voltar o Filho do homem, encontrará fé sobre a terra?”. Há

uma relação de influência recíproca entre o acto de acreditar e a prática da oração.

“Encontrará fé sobre a terra?”

A importância de “orar sempre sem desanimar”. Através de uma parábola, como lhe é característico, o Mestre motiva os discípulos, de ontem e de sempre, à perseverança na oração. Pode acontecer que as circunstâncias mais inoportunas da vida — os fracassos, as doenças, as adversidades laborais ou escolares, as desilusões com os amigos e familiares — produzam também um desalento na vida espiritual, façam abalar a nossa fé, a relação com Deus. Os discípulos foram testemunhas da importância que a oração tinha na vida do Mestre. São diversos os momentos em que ficamos com a convicção de que Jesus Cristo não abdica da oração, em especial nos momentos decisivos da sua vida. Daí os dois pedidos sobre a fé e a oração: “Aumenta a nossa fé” (Lucas 15, 5, o versículo lembrado no primeiro «episódio» desta série sobre “gente feliz com fé”); “Ensina-nos a rezar” (Lucas 11, 1, este versículo visitou-nos no Décimo Sétimo Domingo). Não é para pressionar Deus a satisfazer os nossos pedidos. Os Padres da Igreja diziam que a oração perseverante era um exercício de “memória de Deus”, para recordar a presença activa de Deus na nossa vida e no mundo, de modo que, assim conscientes, começamos a configurar a nossa vida com a vontade divina.

Depois de explicar a importância de “orar sem desanimar”, termina com a interrogação sobre a fé: “Encontrará fé sobre a terra?”. Agora, talvez precisemos de refazer o modo como entendemos a fé e a oração. Vale a pena! Hoje, trazemos outro testemunho de

“gente feliz com fé”, gente que procura unir a fé e a oração, gente que se esforça em perceber a fé e a oração como essenciais na vida.

Teresa Power fala-nos da experiência familiar, com uma dica interessante, para quem está indeciso sobre o modo de começar: “pegar em histórias muito simples do dia-a-dia, coisas muito banais, e, através delas, apresentar a palavra de Deus, como é que ela se pode realizar e concretizar na nossa vida de família”.

Aprender a falar

Aprender a rezar “é como aprender a falar”, afirma Teresa Power. Para esta mãe de família numerosa, a oração é essencial. “Não consigo imaginar como é que podemos crescer, se não estamos em família abertos à vida de Deus, se não rezamos. Se não chamamos Deus para o nosso interior, como é que Ele pode agir e actuar em nós?”.

Fundadora com o marido do movimento “Famílias de Canã”, destaca a importância de rezar a partir das pequenas histórias do quotidiano. E de alimentar a oração com momentos de louvor, momentos “em que todos agradecem por alguma coisa do dia: Obrigado/a... “porque hoje me aconteceu isto ou aquilo, ou porque o comer foi bom na escola, ou porque encontrei este amigo, ou porque o teste me correu bem”. Simples, não é?!

Reflexão preparada por Laboratório da Fé in www.laboratoriodafe.pt

Semear caridade

Acólitos

Nós precisamos das orações uns dos outros. Se desfalecemos na oração, nós e os nossos irmãos perdemos no combate contra o mal. Aarão e Hur



EUCOLOGIA

Orações presidenciais: Orações presidenciais do XXIX Domingo do Tempo Comum (*Missal Romano*, 455)

Prefácio: Prefácio X Dominical do Tempo Comum (*Missal Romano*, 574)

ração Eucarística: Oração Eucarística III (*Missal Romano*, 668ss)



SAIR EM MISSÃO DE AMAR

Propomos, ao longo desta semana e sempre, orar – pelo menos, tentar – sem desanimar, pelas nossas intenções, as intenções da Igreja e pela fé no mundo, para que nunca desapareça da terra, a fim de nos prepararmos para a vinda do Filho do Homem.



SUGESTÃO DE CÂNTICOS

– **Entrada:** *Levanto os meus olhos para os montes* – J. Santos

– **Ap. Dons:** *Subam até Vós, ó Senhor* – M. Luis

– **Comunhão:** *Tudo o que pedirdes na oração* – C. Silva

– **Final:** *Portugal vive a missão* – A. Cartageno

seguravam as mãos de Moisés para que o cansaço não fizesse desfalecer a sua intensidade orante. Todos os ministros, através de uma atitude pessoal suplicante devem segurar as mãos do celebrante durante a oração, não fisicamente, mas transmitindo-lhes ânimo e coragem.

Leitores

O apóstolo Paulo diz a Timóteo: “proclama a Palavra, insiste a propósito e fora de propósito, argumenta, ameaça e exorta, com toda a paciência e doutrina”. Esta palavra encontra um eco especial no coração de alguém que exerce o ministério de leitor. Mas, enquanto o pregador usa as armas da retórica para construir o seu sermão, o leitor, pela boa proclamação, põe toda a sua confiança na força persuasiva do texto divino.

Ministros Extraordinários da Comunhão

O Pão da vida é levantado na Eucaristia ao mesmo tempo que o celebrante proclama: “por Cristo, com Cristo e em Cristo...”. Do mesmo modo, antes de dar a comunhão, o sacerdote ou o MEC levanta a mão com

o Pão da vida e diz: “o corpo de Cristo”. O Corpo de Cristo é levantado para o dar a ver, mas é também um sinal que, em Cristo Eucaristia, a nossa vida interior de oração recebe o seu verdadeiro vigor.

Músicos

A ladainha ou litania é a expressão da oração insistente e mesmo repetitiva. É claro que nós precisamos de repetir uma prece, para que ela seja atendida por Deus. A repetição de uma fórmula litânica é uma forma de centrar o coração do suplicante numa única súplica e de lhe dar força. Por isso, ao cantar uma ladainha deve fazer-se de tal forma que a repetição constante não perca intensidade nem dê sinais de cair no desânimo.

Celebrar em comunidade

Evangelho para a vida

Neste episódio evangélico, Jesus alerta-nos, com afinco, para a necessidade de orar sempre, sem desanimar, mesmo nas maiores adversidades da vida. A atitude

orante é a de quem possui a graça do Senhor, sempre, na mente, no coração e na boca para proclamar a Sua Palavra. Se até um juiz sem escrúpulos acaba por ceder às insistências inoportunas de uma mulher indefesa, quanto mais Deus? Deus escuta sempre as orações de quem se dirige a Ele com constância, fé e confiança. Todavia, só intervém no momento oportuno e, de maneira, que nem sempre corresponde à que gostaríamos. A oração é o teste, o revelador, a fonte e a expressão da fé que se traduz em obras. A Palavra de Deus apresenta, pertinente, onde está o “bem” e qual o modo de o praticar, em liberdade. Nela encontramos as “armas” necessárias para travar o combate da vida, segundo Deus. Por isso, a oração pode ser o elo que faça permanecer as famílias juntas.

Oração Universal

Irmãs e irmãos, oremos ao Pai do Céu pelos que proclamam a Palavra, pelas diversas vocações na santa Igreja e pelo testemunho de santidade dos cristãos,

dizendo (ou: cantando), com sincera piedade:

R. *Ouvi, Senhor, a oração do vosso povo.*

1. Pelas Igrejas há pouco implantadas, pelo Papa Francisco, que as confirma na fé, e por aqueles que lhes anunciam a Palavra, oremos.

2. Pelos que proclamam sem desânimo o Evangelho, pelos que falam de Cristo com a vida e pelos fiéis que não esquecem a oração, oremos.

3. Pelos juizes a quem compete fazer justiça, pelos que prestam atenção aos mais pequenos e pelas viúvas e pessoas sem defesa, oremos

4. Por todos os países de missão, pelos missionários que levam ao longe a Boa Nova e pelos cristãos que oram sem desânimo, oremos.

(...)

A versão completa do subsídio litúrgico encontra-se disponível em www.arquidiocese-braga.pt/liturgia/

“Fará justiça bem depressa”

VIGÉSIMO NONO DOMINGO
ANO C · 2022



CICLO DE CONCERTOS "VIVEIRO DE MÚSICOS"

No âmbito das comemorações dos 450 anos do Seminário Conciliar de S. Pedro e S. Paulo, o Cabido da Sé de Braga e o Seminário encontram-se a organizar o ciclo de concertos "Viveiro de Músicos". O primeiro concerto, "Laudare Deum",

tem lugar no dia 21 de Outubro, na Igreja de S. Paulo, às 21h30. O segundo, "Venite a Laudare", acontece no dia 13 de Novembro, na Cripta do Sameiro. Às 15h00 decorre o encontro de coros e às 16h30 é celebrada eucaristia. A entrada é livre.

SEMINÁRIO DE BRAGA

Viveiro de músicos

CONCERTO "LAUDARE DEUM" 21 outubro 2022	Igreja de S. Paulo 21h30	CONCERTO "VENITE A LAUDARE" 13 novembro 2022	CRIPTA DO SAMEIRO 15h00 - Encontro de Coros 16h30 - Eucaristia
--	--------------------------------	---	--

CASA DE SAÚDE DO BOM JESUS PROMOVE FORMAÇÕES

As Irmãs Hospitaleiras - Casa de Saúde do Bom Jesus vão levar a cabo formações financiadas pelo Programa Operacional Inclusão Social e Emprego (POISE) para a Qualificação de Pessoas com Deficiência e Incapacidade. Os cursos destinam-se a pessoas adultas, desempregadas, com acompanhamento psiquiátrico e situação de deficiência ou incapacidade comprovada, e decorrem

de 2.ª a 6.ª feira, entre as 9:00 e as 17:00. Os participantes terão direito a bolsa de formação, subsídio de alimentação e despesas de transporte. As inscrições podem ser feitas no GIS – Gabinete Integrado de Serviços em Saúde Mental, através do Serviço de Formação e Integração Profissional (253 061 971 e 961687759), pelo email gis.csbj@irmashospitaleiras.pt ou em www.gis.org.pt.

AGENDA Viva

11

OUT

COLUNATA DO BOM JESUS

CONGRESSO DE ESPIRITUALIDADE E MÍSTICA

19H00

28

OUT

ESPAÇO VITA

FORMAÇÃO "A BELEZA DE SER COMUNIDADE"

21H15

A BELEZA DE SER COMUNIDADE

EM TEMPOS DE CRISE

PE FERNANDO TORRES
NAZARÉ DANTAS, ZELADORA
ÓSCAR RIBEIRO, SACRISTÃO
ANTÓNIO SAMPAIO, EQUIPA DE ACOLHIMENTO E GESTOR

O tempo é **agora**

UMA CONVERSA COM **ELMIRA SILVA**

Terça-feira, 11/10, às 21h

www.dmtv.pt

LIVRARIA DIÁRIO DO MINHO

LIVRO DA SEMANA

10,5€

10% Desconto*

GUÍA JOVEN DE LA BIBLIA

GRUPO EDITORIAL VERBO DIVINO

Este Guia Joven da Bíblia, companheiro inseparável da sua Bíblia, irá ajudá-lo a identificar nas páginas sagradas a história da sua própria vida: dúvidas, desejos, limitações... e a resposta a todas as suas esperanças.

Compre online em www.livrariadm.pt

* Na entrega deste cupão. Campanha válida de 7 de Outubro a 12 de Outubro de 2022.