

QUINTA-FEIRA • 24 DE NOVEMBRO DE 2016

## Diário do Minho

Este suplemento faz parte da edição n.º 31230 de 24 de Novembro de 2016, do jornal Diário do Minho, não podendo ser vendido separadamente.

**IGREJA**<sup>VIV</sup>

REPORTAGEM

# RE-FOOD: QUANDO O EXCESSO É A MEDIDA CERTA

— P. 3-5 —



## "MISERICÓRDIA E MÍSERIA": O ABRAÇO DO PERDÃO DE DEUS

No dia 21 de Novembro, data conclusiva do Jubileu da Misericórdia, o Papa Francisco publicou a carta apostólica "Misericórdia e Mísera".

Dois aspectos sobressaem no documento: todos os sacerdotes passam a ter a faculdade de absolver quem praticou o aborto, e a instituição do Dia Mundial dos Pobres, a ser celebrado no XXXIII Domingo do Tempo Comum.

"(...) Para que nenhum obstáculo exista entre o pedido de reconciliação e o perdão de Deus, concedo a partir de agora a todos os sacerdotes, em virtude do seu ministério, a faculdade de absolver a todas as pessoas que incorreram no pecado do aborto. Aquilo que eu concedera de forma limitada ao período jubilar fica agora alargado no tempo, não obstante qualquer disposição em contrário. Quero reiterar com todas as minhas forças que o aborto é um grave pecado, porque põe fim a uma vida inocente; mas, com igual força, posso e devo afirmar que não existe algum pecado que a misericórdia de Deus não possa alcançar e destruir, quando encontra um coração arrependido que pede para se reconciliar com o Pai", explicou Francisco.

A celebração do Dia Mundial dos Pobres pretende ser um dia para ajudar as "comunidades, e cada baptizado, a reflectir como a pobreza está no âmago do Evangelho". O Dia também

será "uma nova forma genuína de evangelização, procurando renovar o rosto da Igreja na sua perene acção de



conversão pastoral para ser testemunha da misericórdia".

Mas se estes dois aspectos sobressaem pelo seu cariz mais prático, "Misericórdia e Mísera" é muito mais do que apenas estes dois pontos.

Ao longo de várias páginas, o Pontífice caracteriza a Misericórdia, sugere formas de a praticar, realça a importância do perdão e manifesta especial preocupação com os mais pobres e desfavorecidos, aqueles que mais necessitam desta bem-aventurança.

Começando a carta com o exemplo do encontro de Jesus com uma mulher adúltera – que culmina num momento

de Reconciliação – Francisco escreve que "o perdão é o sinal mais visível do amor do Pai, que Jesus quis revelar em toda a sua vida. Não há página do Evangelho que possa ser subtraída a este imperativo do amor que chega até ao perdão". Francisco sublinha que até quando Jesus estava já crucificado, não lhe faltaram palavras de perdão: "Perdoa-lhes, Pai, porque não sabem o que fazem" (Lc 23, 34).

Bergoglio continua a carta explicando que não há nada que um pecador arrependido possa colocar diante da

Misericórdia de Deus e que possa ficar sem o abraço do Seu perdão: "a misericórdia é esta acção concreta do amor que, perdando, transforma e muda a vida. É assim que se manifesta o seu mistério divino. Deus é misericordioso, a sua misericórdia é eterna, de geração em geração abraça cada pessoa que confia n'Ele e transforma-a, dando-lhe a sua própria vida".

Francisco está preocupado com o presente e com o futuro: com a cultura contemporânea que isola e afasta, com as comunidades que padecem de fome e sede, com os fracos e indefesos, com aqueles que não têm uma casa, um trabalho ou são vítimas dos mais diversos tipos de violência e abusos. E, novamente, a Misericórdia pode aqui operar e transformar vidas.

"Em suma, as obras de misericórdia corporais e espirituais constituem até aos nossos dias a verificação da grande e positiva incidência da misericórdia como valor social. Com efeito, esta impele a arregaçar as mangas para restituir dignidade a milhões de pessoas que são nossos irmãos e irmãs, chamados connosco a construir uma «cidade fiável»", afirma.

O Pontífice apela ainda a uma verdadeira "revolução cultural" da comunidade cristã, um compromisso que deve ser assumido a partir de gestos de simplicidade que podem tocar e transformar a vida de todas as pessoas.



**PAPA FRANCISCO**  
@pontifex\_pt

21 Novembro 2016

Recordamos com gratidão as pessoas consagradas que nos mosteiros de clausura rezam pela Igreja e o mundo.

20 Novembro 2016

Confiemos a Igreja, toda a humanidade e o imenso cosmo ao Senhor, para que derrame sua misericórdia sobre todas as criaturas.

A todos, fiéis e afastados, possa chegar o bálsamo da misericórdia como sinal do Reino de Deus já presente entre nós.

**D. JORGE ORTIGA**  
@djorgeortiga

21 Novembro 2016

Maria tem mais mérito por ter sido discípula de Cristo do que por ter sido mãe de Cristo (S. Agostinho).



### PAPA ALARGA PODER DE ABSOLVIÇÃO DE ABORTO A TODOS OS PADRES

O Papa Francisco anunciou no Domingo que encerrou o Jubileu da Misericórdia a decisão de alargar definitivamente a faculdade de absolvição de quem praticou o aborto a todos os sacerdotes. "Quero reiterar com todas as minhas forças que o aborto é um grave pecado, porque põe fim a uma vida inocente; mas, com igual força, posso e devo afirmar que não existe algum pecado que a misericórdia de Deus não possa alcançar e destruir, quando encontra um coração arrependido que pede para se reconciliar com o Pai", explicou.



### ONU LANÇA PLANO PARA LIDAR COM A ESCASSEZ DE ÁGUA

O Director-Geral da Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação, José Graziano da Silva, alertou esta semana para o facto de a escassez de água cada vez mais se intensificar com as mudanças climáticas e com a pressão do aumento populacional. O responsável falava durante a Conferência sobre Mudança Climática, onde foi ainda apresentado o Quadro Global de Acção para Lidar com a Escassez de Água, um plano que pretende ajudar a resolver um problema de dimensão mundial.



### CONFISSÕES RELIGIOSAS AJUDAM A CONSTRUIR MOÇAMBIQUE

O Presidente de Moçambique, Filipe Nyusi, elogiou no passado fim-de-semana o papel das congregações religiosas no desenvolvimento e união do país, já que estas ajudam a aprofundar o conceito de amor, de concórdia e de paz. "A Igreja constitui o local onde se aprofunda o conceito de amor, de concórdia, de irmandade e de paz", explicou, sublinhando que a construção do país se faz a partir do princípio inclusivo que confere a cada um a liberdade de professar ou não uma religião.



# QUANDO O EXCESSO É A MEDIDA CERTA



FILIPA CORREIA  
TEXTO



ANA PINHEIRO  
FOTOGRAFIAS

Vera (nome fictício) é casada, mãe de três filhos. Ficou desempregada, o marido também. Rosa e João (nomes fictícios) estão desempregados há vários anos. Há tantos que já lhes perderam a conta. Têm dois filhos, um deles doente, reformado por invalidez. Em comum têm as despesas da renda da casa, da água e da luz, e o pouco dinheiro que resta desta ginástica mensal. Todos os dias, várias famílias passam pela angústia de não ter o que pôr na mesa. Todos os dias, diversos alimentos são desperdiçados em restaurantes e pastelarias. Comida que sobra, em boas condições, mas que não pode ser recolocada na mesa de um novo cliente. Foi com base nesta ideia que a Re-food decidiu intervir, resgatando os excedentes alimentares dos restaurantes e entregando-os a quem precisa. Quem o faz são voluntários, que todas as semanas se dispõem a levar comida, conforto e tranquilidade a famílias carenciadas.

**“ENTRE RENDA DA CASA, LUZ, ÁGUA E FARMÁCIA, NÃO SOBRA QUASE NADA”**

Vera trabalhava como assistente operacional. É casada e tem três filhos. Ficou desempregada em Setembro.

Pouco tempo depois, o marido teve a mesma sina. Desde então a comida começou a ser motivo de preocupação. A Re-food veio aliviar essa angústia. Teve conhecimento da instituição por intermédio de uma amiga, lá voluntária. Com vários voluntariados no currículo, Vera ponderou inscrever-se também, até que a amiga lhe disse: “Se calhar o melhor é primeiro pensares em ir lá buscar comida, visto que estás na situação em que estás e depois ofereces-te para ser voluntária”. Vera ri-se. A fase que atravessa não lhe roubou o sentido de humor. Chegou a sua vez de ser ajudada. Sem vergonhas nem preconceitos. Afinal, ninguém sabe o dia de amanhã. Recorda o tempo em que “era rica e não sabia”. “Já estive bem, agora estou um bocadinho na mó de baixo, mas hei-de dar a volta por cima”, revela.

O filho mais velho tem 15 anos. Vera admite que ele tem alguma vergonha em saber que vão buscar comida à Re-food. A mãe brinca com a situação: “Eu agora não digo que vimos à Re-food, digo que vimos à «Rent-food»”. É mais chique e o meu mais velho até acha piada”, conta, entre risadas. O mais importante é saber que os filhos têm comida e variedade todos os dias. É uma preocupação a menos e assim

pode concentrar-se a 100% na procura de emprego.

Para a semana vai também iniciar funções como voluntária. O facto de precisar de ajuda não a impede de ajudar os outros.

Ao contrário de Vera, Rosa e João são desempregados de longa duração. Com dois filhos, um deles portador de uma doença rara e incapacitante, o casal vai buscar comida à Re-food desde Setembro do ano passado. Somando o Rendimento Social de Inserção (RSI) dos dois com a reforma por invalidez do filho, as contas seguintes são sempre de dividir e subtrair. “Entre renda da casa, luz, água e farmácia, não sobra quase nada”, desabafa Rosa. O que resta não chega sequer para a comida. Até chegarem à Re-food, valeram-lhes alguns amigos que emprestaram dinheiro. “Se não fosse a Re-food, não tínhamos mesmo alternativa”, acrescenta.

Em Portugal, em 2013 (data dos últimos dados disponíveis), 19,5% das pessoas encontrava-se em risco de pobreza. Por outro lado, desperdiçam-se todos os anos cerca de um milhão de toneladas de alimentos, ou seja, 17% do que é produzido acaba no lixo, valores revelados pelo Projecto de Estudo e Reflexão sobre o Desperdício Alimentar (PERDA), em 2012. Foi com base nestes dois aspectos que surgiu a Re-food, procurando canalizar os excedentes alimentares para as

famílias com dificuldades económicas.

A Re-food, clarifica Catarina Mouta, uma das voluntárias que integra a equipa desde a sua implementação em Braga, começou como um projecto mas “neste momento é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)”. “Nós fazemos recolha dos excedentes dos restaurantes, pastelarias, padarias e mini-mercados, para depois empacotar e entregar a beneficiários, pessoas com necessidades”. O projecto nasceu em 2011, em Lisboa, e foi implementado em Braga em 2015.

São cerca de 50 os beneficiários que diariamente recebem refeições da Re-food. Ao fim-de-semana o número aumenta para 96. Carmo Morais, voluntária e membro da coordenação, explica que apesar de Braga ter algumas cantinas sociais, muitas delas fecham ao fim-de-semana e a Re-food “acaba por colmatar essa falha, daí o número mais elevado de beneficiários”. Para além disso, Carmo acredita que muitas pessoas preferem ir à Re-food por não estarem tão expostas quanto estariam numa cantina social.

## UM CICLO DE AJUDA

Às 18h a azáfama começa no centro de operações da Re-food. Empacotar, preparar, etiquetar, limpar, distribuir: são as palavras de ordem. Entre tupperwares e etiquetas, são vários os



voluntários apetrechados com avental e touca. Vão dando continuidade ao circuito dos alimentos que chegam. Catarina Mouta é gestora de turno à Sexta-feira, um dos dias mais atribulados. Como ao Sábado a Re-food não opera — os voluntários não são suficientes para assegurar o turno —, às Sextas-feiras preparam-se e distribuem-se refeições para todo o fim-de-semana.

Catarina explica que assim que o turno começa, os voluntários fazem o empacotamento das refeições para os beneficiários, com a comida recolhida e armazenada no dia anterior. A montra de *tupperwares* coloridos rigorosamente alinhados nas prateleiras começa a ser desmontada. Os voluntários dividem-se: uns ficam no centro de operações, outros saem no carro prontos



para a primeira rota de recolhas da noite. Quando regressam, no máximo duas horas depois, já outra equipa está no centro de operações a postos para receber os excedentes alimentares recolhidos. É hora de fazer o controlo de qualidade. Hoje é o primeiro dia do voluntário Miguel Silva neste “posto”. “Os *tupperwares* vêm identificados com o restaurante que fornece. Nós aqui temos uma tabela para preencher onde indicamos a fonte e os alimentos. Pesamos, avaliamos a qualidade — o cheiro, a textura e a cor —, a limpeza e vemos se a embalagem está “direitinha”. Depois, temos que colocar uma etiqueta com a cor correspondente à do dia da semana em que foi feita a recolha, e identificamos o recipiente”, desvenda, perante o olhar orgulhoso da “tutora” Catarina. Feito o controlo, o destino dos alimentos é o frigorífico. Aí poderão permanecer por um período máximo de 48 horas.

Entretanto, faz-se a distribuição da comida pelos beneficiários, numa

cadeia organizada, cíclica, composta por várias equipas com diferentes funções. Quem chega recebe alimentos, sorrisos, palavras amigas. Leva *tupperwares* cheios de comida e devolve os vazios, do dia anterior, devidamente lavados. Amanhã o processo repete-se.

São 210 os voluntários que todas as semanas dedicam duas horas ao Re-food. Mas eram necessários mais. “Muitos mais”, diz Carmo Moraes. Catarina conta que os turnos de Sexta-feira e Domingo são os mais complicados. Há menos voluntários e mais trabalho. Hoje faltou uma pessoa e os *tupperwares* para lavar acumulam-se junto ao lava-loiça. Conta-se com a boa vontade de quem entrará ao serviço a seguir. Ser voluntário, sublinha Catarina, implica “responsabilidade e comprometimento”.

João olha para os voluntários como pessoas “fora de série”, pela “boa vontade em pôr de parte a vida deles para ajudar pessoas que nem sempre lhes dão o devido reconhecimento”. Na Re-food, mais que um sustento, vêem uma família. João não esquece o apoio dado ao longo dos sete meses em que o filho esteve internado este ano. “As únicas pessoas que tínhamos para desabafar eram as da Re-food”, confessa.

#### UMA ROTA DE SOLIDARIEDADE

Rita Ramôa, de 31 anos, e Fernando Rodrigues, de 53 anos, partilham hoje a rota das 22h. A gestora de turno entrega-lhes a folha com o roteiro definido. Preparam os kits com os *tupperwares* necessários para cada ponto de recolha, vestem o colete “Re-food” e analisam o melhor caminho a seguir, de acordo com as horas a que deverão passar em cada restaurante. O carro é de Fernando. Não existem carros da instituição, são os voluntários que disponibilizam os seus. Definido o percurso, estão prontos para arrancar. A mala vai cheia de sacos com *tupperwares* vazios. A ânsia é de que regressem cheios, de comida e de alento que reconforte estômago e alma.

Aproxima-se o primeiro ponto de recolha e com ele a aventura de parar o carro no centro da cidade a uma Sexta-feira à noite. O passeio é muitas vezes a opção mais viável. Chegados ao primeiro restaurante, os funcionários sorriem mal os vêem. “Desculpem mas a cozinha ainda não fechou. Não se importam de passar cá mais logo?”, questiona uma das funcionárias, de





travessa na mão e com a pressa que o restaurante lotado impõe. “Claro, passamos mais daqui a pouco”, responde Rita enquanto confere o horário indicado na folha. Chegaram demasiado cedo. Cada restaurante define a hora a que a recolha deverá ser feita, tendo em conta o momento em que a cozinha encerra.

No segundo restaurante, nem uma mesa livre. Amigos e famílias jantam, conversam, convivem, descontrain no final de uma semana de trabalho. Os voluntários fintam as mesas perante os olhares admirados de alguns clientes. “Levamos sempre com aquele sorriso afável”, conta Rita. O dono do restaurante sorri também. O sorriso de satisfação característico de quem ajuda. “As pessoas dão com alegria, enchem o saco e dão porque sabem que vai ser aplicado numa boa acção”, revela Fernando. Para Rita, uma das principais vantagens da Re-food é esta transacção de bens sem envolver dinheiro. “As pessoas dão o bem e nós entregamos, é só trabalho humano que está envolvido e isso é muito bom, por um lado, porque assim acreditamos na instituição, por outro, faz-nos conhecer pessoas novas, conviver”, explica.

No restaurante seguinte não houve sobras. Os *tupperwares* regressam vazios. Mantém-se, porém, a boa vontade. Talvez amanhã regressem com comida. Rita não lamenta: “Isso é bom!”. Apesar da vontade de ajudar, o objectivo da Re-food passa, precisamente, por evitar o desperdício. Não haver sobras é sinal de boa gestão.

“Se as pessoas não derem, nós temos que agradecer e ficar contentes. O ideal é que as pessoas tenham consciência que às vezes fazem comida a mais”, diz. Nunca houve nenhuma situação de “ruptura de *stock*” em que não houvesse comida para os beneficiários. Neste momento a Re-food Braga tem cerca de 40 parceiros, que fornecem desde refeições a iogurtes, fruta e pão.

Rita está na Re-food há dois anos e meio, por isso já fez “quase tudo”. Para além da recolha, já passou pelo armazenamento e pela distribuição. Ultimamente tem-se ficado pela recolha, “porque há mais dificuldade em conseguir pessoas que facultem o carro”. Rita não se importa, até porque a experiência na distribuição não foi das melhores. “É um bocadinho complicado porque vê-se de tudo. E depois há pessoas que contam a história de vida e isso mexe um bocadinho connosco”. Fernando só passou pela recolha, e não faz questão de acompanhar o restante processo. “Não me interessa saber para quem vai, o que eu quero é que esta comida seja bem empregue. Deduzo que seja para alguém a quem faça muita falta, e isso para mim é o mais importante. Saber se é para o «Quim», se é para o «Zé», se aquele teve uma vida atribulada, isso já não faz parte de mim. Se for bem aplicado, está o trabalho feito”, diz.

#### A “NECESSIDADE” ESCONDIDA PELA VERGONHA

Os beneficiários vêm, na sua maioria, referenciados pela Segurança Social

ou pelas Juntas de Freguesia. Isto acontece, conta a coordenadora Carmo, para que não haja “ajuda duplicada”, ou seja, para não haver beneficiários a receber refeições pelo Re-food e, em simultâneo, por uma cantina social. “Claro que se alguém nos pede ajuda directamente, nós não negamos comida, depois temos é que confirmar se os requisitos são cumpridos”, explica Carmo.

A Re-food está organizada por “pastas”. Para além da pasta dos beneficiários, existe a da coordenação, dos voluntários, das fontes de alimento e do apoio da comunidade.

Relativamente às fontes de alimento e ao apoio da comunidade, explica Carmo, são os voluntários que têm que “bater à porta das pessoas”. À pasta “apoio da comunidade”, da qual faz parte, chamam-lhe “comissão de festas”, em tom de brincadeira. A tarefa de quem a integra consiste em “angariar fundos, procurar mecenas, para que o núcleo sobreviva”. “Há rendas para pagar, água, luz”, daí a necessidade de organizarem eventos. Catarina revela que às vezes também organizam campanhas de recolha de *tupperwares* e de comida não perecível, para fazerem cabazes no Natal e na Páscoa.

Por vezes detectam outras necessidades para além da comida. Carmo recorda uma situação em que um dos beneficiários se queixava constantemente que a sopa ia estragada. Mais tarde perceberam que o problema é que ele vivia num quarto e não tinha frigorífico. Acabaram por conseguir um

através da Junta de Freguesia de Santo Adrião, um dos parceiros.

As pessoas têm algum pudor em pedir. São as gestoras da pasta dos beneficiários que se vão apercebendo de algumas carências. Rosário Rodrigues, uma das gestoras, conta que “a maior parte das pessoas tem muita vergonha”. “Dar o primeiro passo e virem ter connosco é extremamente difícil”. A voluntária garante que todos os colaboradores da Re-food estão sensibilizados para lidar com as mais diversas situações. “As pessoas não têm que ter vergonha, «hoje são vocês, amanhã posso ser eu, ninguém sabe o dia de amanhã», é o que lhes digo sempre”, conta. Vera confirma: “Se se fala que se vem buscar a comida é assim uma coisa... É um escândalo!”. A beneficiária conta que a comida que vai buscar é muitas vezes partilhada com mais “duas miúdas”. A mãe delas precisa de apoio, mas não o procura por vergonha. “Há muita necessidade escondida, muita mesmo, eu vejo isso”, conclui.

Foi por se aperceber destas realidades locais que Catarina se começou a envolver em projectos de voluntariado local. Quando andava no liceu, sonhava fazer voluntariado em África. Nunca chegou a partir. Ficou, porque “há muita gente a precisar de ajuda por cá”. “Pensa global, ajuda local”, é o lema que agora a norteia.



VEJA A REPORTAGEM EM  
[www.youtube.com/diocesebraga](http://www.youtube.com/diocesebraga)

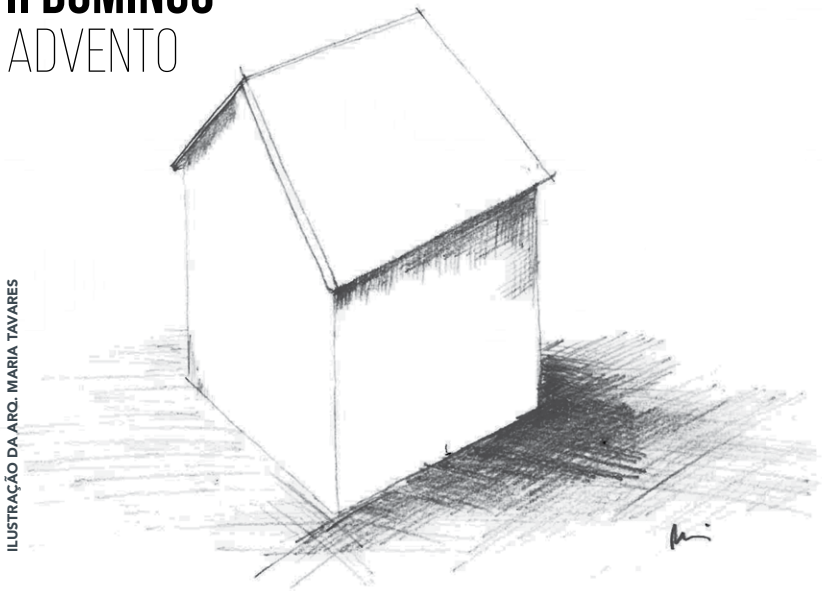




# “PRATICAÍ ACÇÕES QUE SE CONFORMEM AO ARREPENDIMENTO QUE MANIFESTAIS”

## II DOMINGO ADVENTO

ILUSTRAÇÃO DA ARO. MARIA TAVARES



## ITINERÁRIO

**ATITUDE MARIANA**  
Silêncio aberto à paz.

**CONCRETIZAÇÃO:** A mensagem central do Tempo de Advento é a esperança que brota da Palavra de Deus, mas que também nos deve encaminhar para o encontro pessoal com o Verbo incarnado. A nossa abertura ao Alto faz-nos acolher o Deus que desce para vir ao nosso encontro. Por isso, nesta atitude de abertura ao Deus da Paz, prosseguimos a construção da Casa de Maria, colocando o telhado, como sinal deste ponto de cruzamento entre Deus e a humanidade.

## SUGESTÃO DE CÂNTICOS

- **ENTRADA:** *Exulto de alegria no Senhor*, F. Santos (BML 28)
- **OFERTÓRIO:** *O Anjo do Senhor*, M. Simões (IC 89; NRMS 31)
- **COMUNHÃO:** *É celebrada a Vossa glória*, F. Santos (NCT 50)
- **FINAL:** *Toda sois formosa*, C. Silva (OC, p. 250)

## EUCOLOGIA

Orações próprias do II Domingo do Advento (*Missal Romano*, p. 110).  
Prefácio do Advento I (*Missal Romano*, p. 453).  
Oração Eucarística III (*Missal Romano*, pp. 529ss).  
Oração de Bênção sobre o Povo nº 21 (*Missal Romano*, p. 573).

## VIVER A ALEGRIA

O silêncio fecundo abre todo o nosso ser à paz que é promessa do Messias. Porque queremos dispor o nosso coração arrependido para O acolher em verdade, vamos procurar celebrar o sacramento da reconciliação, para que a misericórdia de Deus regenere a nossa vida.

## LITURGIA DA PALAVRA

### LEITURA I IS 11, 1-10

#### Leitura do Livro de Isaías

Naquele dia, sairá um ramo do tronco de Jessé e um rebento brotará das suas raízes. Sobre ele repousará o espírito do Senhor: espírito de sabedoria e de inteligência, espírito de conselho e de fortaleza, espírito de conhecimento e de temor de Deus. Animado assim do temor de Deus, não julgará segundo as aparências, nem decidirá pelo que ouvir dizer. Julgará os infelizes com justiça e com sentenças rectas os humildes do povo. Com o chicote da sua palavra atingirá o violento e com o sopro dos seus lábios exterminará o ímpio. A justiça será a faixa dos seus rins e a lealdade a cintura dos seus flancos. O lobo viverá com o cordeiro e a pantera dormirá com o cabrito; o bezerro e o leãozinho andarão juntos e um menino os poderá conduzir. A vitela e a urso pastarão juntamente, suas crias dormirão lado a lado; e o leão comerá feno como o boi. A criança de leite brincará junto ao ninho da cobra e o menino meterá a mão na toca da víbora. Não mais praticarão o mal nem a destruição em todo o meu santo monte: o conhecimento do Senhor encherá o país, como as águas enchem o leito do mar. Nesse dia, a raiz de Jessé surgirá como bandeira dos povos; as nações virão procurá-la e a sua morada será gloriosa.

### SALMO RESPONSORIAL SALMO 71 (72)

**Refrão: Nos dias do Senhor nascerá a justiça e a paz para sempre.**

### LEITURA II ROM 15, 4-9

#### Leitura da Segunda Epístola do apóstolo São Paulo aos Romanos

Irmãos: Tudo o que foi escrito no passado foi escrito para nossa instrução, a fim de que, pela paciência e consolação que vêm das Escrituras, tenhamos esperança. O Deus da paciência e da consolação vos conceda que alimenteis os mesmos sentimentos uns para com os outros, segundo Cristo Jesus, para que, numa só alma e com uma só voz, glorifiqueis a Deus, Pai de Nosso Senhor Jesus Cristo. Acolhei-vos, portanto, uns aos outros, como Cristo vos acolheu, para glória de Deus. Pois Eu vos digo que Cristo Se fez servidor dos judeus, para mostrar a fidelidade de Deus e confirmar as promessas feitas aos nossos antepassados. Por sua vez, os gentios dão glória a Deus pela sua misericórdia, como está escrito: “Por isso eu Vos bendirei entre as nações e cantarei a glória do vosso nome”.

### EVANGELHO MT 3, 1-12

#### Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São Mateus

Naqueles dias, apareceu João Baptista a pregar no deserto da Judeia, dizendo: “Arrependei-vos, porque está perto o reino dos Céus». Foi dele que o profeta Isaías falou, ao dizer: “Uma voz clama no deserto: «Preparai o caminho do Senhor, endireitai as suas veredas»”. João tinha uma veste tecida com pêlos de camelo e uma cintura de cabedal à volta dos rins. O seu alimento eram gafanhotos e mel silvestre. Acorria a ele gente de Jerusalém, de toda a Judeia e de toda a região do Jordão; e eram baptizados por ele no rio Jordão, confessando os seus pecados. Ao ver muitos fariseus e saduceus que vinham ao seu baptismo, disse-lhes: “Raça de víboras, quem vos ensinou a fugir da ira que está para vir? Praticai acções que se conformem ao arrependimento que manifestais. Não penseis que basta dizer: «Abraão é o nosso pai», porque eu vos digo: “Deus pode suscitar, destas pedras, filhos de Abraão. O machado já está posto à raiz das árvores. Por isso, toda a árvore que não dá fruto será cortada e lançada ao fogo. Eu baptizo-vos com água, para vos levar ao arrependimento. Mas Aquele que vem depois de mim é mais forte do que eu e não sou digno de levar as suas sandálias. Ele baptizar-vos-á no Espírito Santo e no fogo. Tem a pá na sua mão: há-de limpar a eira e recolher o trigo no celeiro. Mas a palha, queimá-la-á num fogo que não se apaga”.



REFLEXÃO

Saboreemos os textos bíblicos propostos para o Segundo Domingo de Advento (Ano A): poema de Isaías, cântico de esperança, exortação de Paulo, estímulo determinado de João Baptista. A Liturgia da Palavra prepara os corações para o grande Acontecimento. Isaías não desiste de cantar e de afirmar a sua fé na promessa (primeira leitura): Deus faz tábua rasa de toda a espécie de mal; e faz renascer a vida. Um rei há-de vir, um messias, filho de David. Deus dar-lhe-á a sua justiça (salmo). Será o salvador de todos. Tudo isto “foi escrito para nossa instrução, a fim de que (...) tenhamos esperança” (segunda leitura). Abramos os nossos corações, preparemos o caminho do Senhor (evangelho)!

“Praticai ações que se conformem ao arrependimento que manifestais”

João Baptista, que juntamente com Isaías e Maria marcam este tempo de Advento, é uma figura incontornável. Mateus condensa a sua pregação: “Arrependei-vos, porque está perto o reino dos Céus”. Jesus Cristo vai assumi-la e dar-lhe plenitude. De João a Jesus, passa-se do batismo com “água” ao batismo “no Espírito Santo e no fogo”.

A opção em viver no deserto, em extrema sobriedade, e a força da sua mensagem atraem as multidões. Ele transporta uma credibilidade que o ultrapassa: não actua em proveito pessoal nem oferece um caminho de facilidade, antes sacode os ouvintes com uma linguagem quase a raiar o insulto. “Raça de víboras” — diz directamente a alguns. Por bem menos, outros foram expulsos e perseguidos! Por agora não é o caso, até porque são muitos os que se aproximam para receber o batismo de conversão, nas águas do rio Jordão. Como é que este homem provocador e exigente propõe um caminho que atrai? Talvez por ser ele próprio o primeiro exemplo para os seus contemporâneos.

O caminho para Deus exige preparação. Uma preparação nutrida por uma autêntica conversão. Trata-se de uma profunda transformação do coração e da vida. Nada de superficialidade. João Baptista desafia à coerência entre a palavra e a acção, entre o desejo e a prática: “Praticai acções que se conformem ao arrependimento que manifestais”.

Silêncio aberto à paz

O Advento diz-nos que a vida pode renascer repleta de paz. O protagonista é Deus. A esperança tem de ser posta em Deus, não em nós. Por isso, o Advento convida a uma atitude que torne possível a obra salvadora de Deus. Antes de mais, deixar Deus agir em nós, como Maria. Em contemplação silenciosa e orante da nossa vida veremos (mais) claramente o que precisa de conversão para alcançarmos a paz, primeiro dentro de nós, depois fora de nós, à nossa volta. “João Baptista continua a falar através dos séculos, a cada geração. (...). A «voz» do grande profeta pede que preparemos o caminho ao Senhor que vem, nos desertos de hoje, desertos exteriores e interiores, sequiosos da água viva que é Cristo. Guie-nos a Virgem Maria a uma verdadeira conversão do coração, para que possamos fazer as opções necessárias para sintonizar as nossas mentalidades com o Evangelho” (Bento XVI, *Angelus*, 09 de Dezembro de 2007).

Reflexão preparada por Laboratório da Fé | in [www.laboratoriodafe.net](http://www.laboratoriodafe.net)

ELEMENTOS CELEBRATIVOS A DESTACAR

Introdução à Liturgia da Palavra

Um dos momentos de encontro com Deus na Eucaristia acontece verdadeiramente na proclamação e na escuta da Palavra; dispomo-nos a escutá-l’O. Deste encontro pessoal brota um confronto com a nossa existência, o que deve gerar em nós arrependimento e conduzir-nos a caminhos de conversão, mantendo sempre firme a esperança na misericórdia e no perdão do Senhor. Por isso, disponhamos o nosso coração para se deixar modelar pela Palavra.

Cuidados na proclamação da Palavra

O texto do livro de Isaías é uma bela página profética que anuncia um tempo messiânico de harmonia, paz e reconciliação para toda a criação. O tom de promessa deve ser evidenciado pela cadência regular entre as palavras, respeitando as aliterações próprias do texto. Além disso, deve ser feita uma proclamação mais pausada na enunciação dos atributos do Espírito do Senhor. A segunda leitura, ainda que seja uma carta, deve ser proclamada num tom solene e contemplativo. Além disso, é de notar o seu peso histórico, sobretudo pela referência aos critérios de estabelecimento de critérios do cânone nas Escrituras. Devido à tradução, será necessário algum cuidado na pronúncia de determinadas expressões para não gerar cacofonias.

Dinâmica do Advento

Valorizar um momento mais prolongado de silêncio, após o convite a preparar dignamente a Eucaristia e antes da preparação penitencial. Para o momento da preparação penitencial, sugere-se o recurso aos seguintes tropos para a Fórmula C, sendo mediados por um instante mais perceptível de silêncio:

- V/ Senhor: somos incapazes de manter a esperança viva na plenitude de paz e harmonia para a qual nos convocais sempre; por isso vos suplicamos: Senhor, tende piedade de nós.
- R/ Senhor, tende piedade de nós.
- V/ Cristo: temos dificuldade em acolhermo-nos mutuamente e em edificar a unidade, numa atitude de serviço; por isso vos suplicamos: Cristo, tende piedade de nós.
- R/ Cristo, tende piedade de nós.
- V/ Senhor: o nosso arrependimento não corresponde efectivamente às nossas acções e falhamos repetidamente; por isso vos suplicamos: Senhor, tende piedade de nós.
- R/ Senhor, tende piedade de nós.

ORAÇÃO UNIVERSAL

Irmãs e irmãos caríssimos: o caminho da humanidade é Cristo, e o caminho de Cristo é a humanidade. Neste cruzamento vital, oremos por todos os homens e mulheres, dizendo, com fé:

R. Vinde, Senhor, e salvai-nos.

1. Pelo Papa Francisco e pelos bispos, presbíteros e diáconos, pelos fiéis cristãos de toda a terra e pelos catecúmenos que se abrem à Boa Nova, oremos.
2. Pelos Judeus e pelos Muçulmanos, pelos profetas que anunciam a Palavra e pelos pecadores que se arrependem dos seus pecados, oremos.
3. Pelos catequistas, pelas crianças e pelos jovens, pelos adultos e pelos animadores dos nossos grupos, e pelos que acolhem os outros à maneira de Cristo, oremos.
4. Pelos que estabelecem laços entre as divisões, pelos que têm gestos de paz e de perdão, pelos doentes, pelos desalojados e pelos infelizes, oremos.

Senhor, nosso Deus, que tornais possíveis todas as coisas e quereis instaurar no mundo a paz, dai-nos a graça de viver com alegria a novidade trazida por Jesus Cristo, vosso Filho. Ele que vive e reina por todos os séculos dos séculos.



PRATICAI AÇÕES  
QUE SE CONFORMEM  
AO ARREPENDIMENTO  
QUE MANIFESTAIS

2 ADVENTO A





## CRISTIANISMO, ÉTICA DA EMPRESA E BEM COMUM

O Auditório Vita, a Faculdade de Teologia e a ACEGE (Associação Cristã de Empresários e Gestores) encontram-se a promover uma conferência a ter lugar no dia 28 de Novembro, subordinada ao tema “Cristianismo, ética da empresa e bem comum”. A sessão será proferida pelas 21h30, no Auditório, pelo Pe. Élio Gasda Sj e tem entrada livre.

O Pe. Élio é docente de Moral Social na Faculdade Jesuíta de Filosofia e Teologia de Belo Horizonte. Possui

bacharelato em Filosofia e é doutorado em Teologia. Depois de vários livros, publicou recentemente em conjunto com a editora Paulus a obra “Economia e Bem Comum”. De acordo com o autor, as crises económicas e os escândalos que envolvem grandes empresas não são mais do que crises éticas. A forma como se deve proceder para que seja fomentada a cooperação entre pessoas, mercados, empresas e governos é a grande interrogação do livro.



### AGENDA

25.11.2016

**II TERTÚLIA SOBRE A ALEGRIA DO AMOR**

21h00 / Museu dos Biscainhos

**I FÓRUM MISSIONÁRIO: O QUE NOS UNE A TODOS**

21h00 / Auditório Vita

26.11.2016

**I FÓRUM MISSIONÁRIO: O QUE NOS UNE A TODOS**

09h30 / Auditório Vita

28.11.2016

**"CRISTIANISMO, ÉTICA DA EMPRESA E BEM COMUM"**

21h30 / Auditório Vita



**PROGRAMA SER IGREJA**  
Sexta-feira, das 23h00 às 24h00

O programa Ser Igreja entrevista, esta semana, Amândio Cruz, Coordenador da Pastoral Familiar da Arquidiocese.



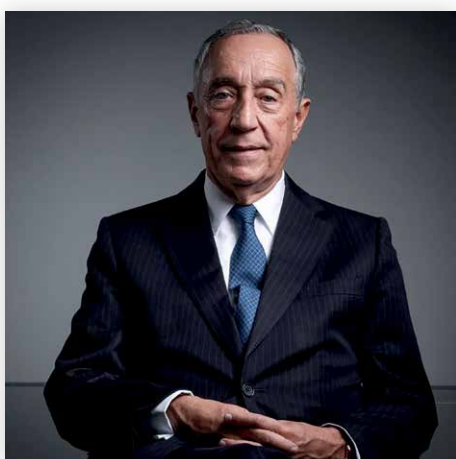
LEITOR DE CÓDIGO

Fale connosco no Facebook

### FICHA TÉCNICA

Director: Damião A. Gonçalves Pereira  
Coordenação: Departamento Arquidiocesano da Comunicação Social (Pe. Paulo Terroso, Pe. Tiago Freitas, Ana Pinheiro, Filipa Correia, Flávia Barbosa)  
Design: Romão Figueiredo  
Contacto: comunicacao@arquidiocese-braga.pt

## PRESIDENTE DA REPÚBLICA INAUGURA I FÓRUM MISSIONÁRIO



O Presidente da República Portuguesa, Marcelo Rebelo de Sousa, irá inaugurar o I Fórum Missionário, que decorre nos dias 25 e 26 de Novembro no Auditório Vita.

No primeiro dia, o Fórum inicia com as palavras de Marcelo Rebelo de Sousa e D. Jorge Ortiga, numa conferência intitulada “O que nos une a todos”. A moderação está a cargo de Felisbela Lopes, jornalista.

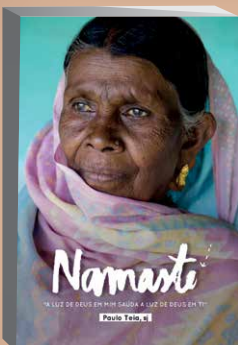
O segundo dia, que começa pelas 09h30, conta com cinco conferências: “Refugiados no séc. XXI”, “Desporto

no mundo globalizado”, “A mulher na sociedade”, “Comunicação social: convivência entre o local e o global” e a conferência de encerramento.

Juntamente com estas sessões, haverá outras actividades que pretendem criar novas sinergias entre os participantes e promover uma cidadania activa face aos desequilíbrios locais e mundiais.

As inscrições podem ser feitas através do Facebook do Auditório Vita ou da página da Arquidiocese de Braga ([www.arquidiocese-braga.pt](http://www.arquidiocese-braga.pt)).

### LIVRARIA DIÁRIO DO MINHO



**PAULO  
TEIA, SJ**

**NAMASTÉ – A  
LUZ DE DEUS EM  
MIM SAÚDA A LUZ  
DE DEUS EM TI**

“Namasté” é o registo de uma paixão por Deus e pela fotografia vivida entre «os mais pobres dos pobres» por terras indianas. Em 2014, Paulo Teia partiu para Calcutá e de lá para Ahmedabad, Surat, Tamil Nadu, Kerala, Goa e Bombaim. Foi ao encontro de Dalits e Adivasi, de todos os que vivem para lá de todas as periferias e que “gritam em silêncio através de sorrisos sofridos e olhares resignados”, de acordo com a editora. O autor captou as expressões sem filtro e sem disfarce, mostrando “bem o que é viver num mundo verdadeiramente ao lado do mundo”.

\* Na entrega deste cupão. Campanha válida de 24 de Novembro a 01 de Dezembro de 2016.

PVP  
€ **40**

**10%\***  
Desconto