

São Paulo 2020

voz da ESPERANÇA

Ano XIV - ed. 62
out/nov/dez

Comunidades Nossa Senhora da Esperança
Movimento de Apoio Espiritual e Religioso e Vivencial para Viúvas, Viúvos e Pessoas Sós



XXX

**Valorizar a paz e a
generosidade é compreender o
verdadeiro significado do Natal**

Noite feliz!!! Noite feliz!!!

É assim que esperamos que seja a noite mais feliz da humanidade!!!

“O Verbo de Deus se fez carne, e veio morar no meio de nós”.

Ele nos deu força e nos abençoou e por isso, com tantos enfrentamentos, conseguimos chegar ao tão esperado final do ano.

Foi um ano diferente, passamos fechados, perdemos entes queridos, nos sentimos abandonados, esquecidos...

Mas Deus não esquece os filhos, assim como a Mãe os abraça em qualquer situação.

Esperança, Gratidão, Prosperidade é o que devemos carregar em nossa Alma. Ano-Novo, vida nova.

Faça de sua vida uma realização... “o que eu quero é ser feliz”

Um fator importante da felicidade é a Gratidão!!!

Ser grato pelo que você é, pelo que tem, e não se preocupar em buscar o tempo todo, algo que você não tem e esquecer de tantas coisas boas que já possui.

Em 2020 o Movimento das CNSE apenas parou para respirar, mas continua a se preocupar com vocês: Reuniões, Encontros, Formações, Missas, Retiros, Lazer e Amigos.

Não tivemos um ano totalmente ruim. Foi sim, diferente. Mas é nas adversidades da vida que aprendemos cada vez mais.

Adeus, ano velho. Feliz Ano-Novo. Que tudo de bom novamente se realize no ano que vai nascer...

E que o Menino Jesus, da manjedoura do seu nascimento, nos abençoe a todos.

Glória a Deus no mais alto dos céus. Viva Jesus. Viva 2021!

Ana Rita e Manoel
"Voz da Esperança"

SUMÁRIO

COORDENAÇÃO NACIONAL

As bem-aventuranças no Ponto de Unidade.....	3
Mensagem de Natal.....	4
Na busca da intimidade com Deus	5

VIDA NO MOVIMENTO

A marca do matrimônio	6
Nossa vivência na pandemia.....	7

VIDA NA COMUNIDADE

Tempos difíceis.....	8
Que bicho é esse?.....	9
Um ano de chamado à Santidade	10
Não cruzamos os braços	11

DESTAQUES

Sinais de esperança.....	12
O perdão	13
Um pouco da história das CNSE	14
A parábola do mar da Galileia e do mar Morto...	16
Feliz Natal.....	18

ESPECIAL

Envelhecer com saúde.....	20
O mendigo e o rapaz	21



CONTATOS & INFORMAÇÕES

SEDE NACIONAL

Rua Oriente, 500 - 2º andar
03016-000 - São Paulo-SP

Coordenação Nacional

Ivete e Aparecido Osvaldo A. Rodrigues (Paca)
F. 17 3224-4745 - cnse@cnse.org.br

Tereza P. Shoshima

F. 11 4123-5903 - famshoshima@gmail.com

Responsável Editorial

Ana Rita e Manoel Carlos Marques

www.cnse.org.br

Edição e Produção

Nova Bandeira Produções Editoriais
Rua Turiassu, 390 - Cj. 144
novabandeira@novabandeira.com

Responsável: Ivahy Barcellos

Revisão: Jussara Lopes

Diagramação: Douglas D. Rejowski

Imagem de Capa: canstockphoto

3.500 exemplares

AS BEM-AVENTURANÇAS NO PONTO DE UNIDADE

Ivete e Paca
(Casal Coordenador Nacional)

"Jesus começou a ensiná-los:
bem-aventurados..." (Mt 5,2)

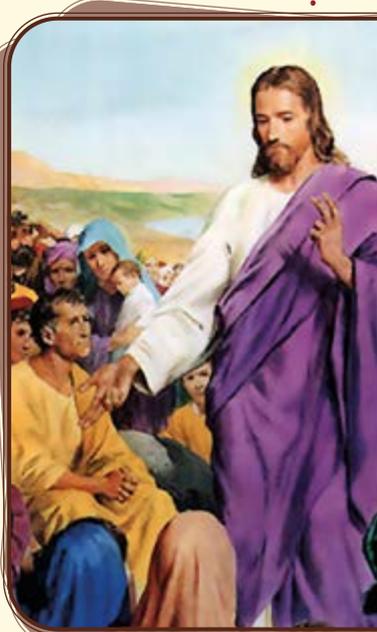
Paz de Cristo.

Ao formular as bem-aventuranças, Mateus traça um perfil que caracterizará os seguidores de Jesus; elas condensam as atitudes básicas que os cristãos devem ter na relação com os outros, seguindo pegadas do Mestre. Jesus propõe a ventura sem limites, a felicidade plena para seus seguidores. Deus não quer a dor, a tristeza, o sofrimento; Deus quer precisamente o contrário: que o ser humano se realize plenamente, que viva feliz... Jesus acreditava na vida, e queria que todos vivessem intensamente. Por isso, as bem-aventuranças podem ser escutadas como uma mensagem que brota do mais profundo da vida e que tem como finalidade apresentar a qualquer pessoa o mais humano que existe em nós.

Bem-aventurados os pobres, os que choram, os perseguidos, os humildes... Jesus, certamente, jamais quis sacralizar a dor humana. Ele constata a situação do povo, de pobreza, humilhação, submissão; percebe o esforço que o povo faz para mudar a situação, e o proclama feliz nesta busca, porque esta busca mora no próprio coração de Deus.

A prática das bem-aventuranças nos leva à *Santidade*, pois se origina a partir de uma consciência convicta de pertencer a Jesus Cristo e de colocar tudo na vida como prática de amor a Deus, pois ela vem da consciência fraterna na Comunidade, do respeito e do valor que damos às realidades que nos cercam, revestida de um estilo de vida marcado pela esperança, pela mansidão, pela misericórdia e pureza.

Ser santo é não duvidar do amor de Deus e muito menos agir com violência, revidando atitudes de maldade, pois é necessário ter a capacidade de agir com misericórdia e amor, superando conflitos e desavenças, agindo para defender um mundo de paz. A *Santidade* deve caminhar ao lado da justiça, na construção do reino de Deus, pois quem se ajusta à vontade soberana de Deus tem lugar em seu reino.



Que possamos viver o caminho de *Santidade* e de vida autenticamente FELIZ.

“Alegrai-vos e exultai, porque será grande a vossa recompensa nos céus, pois assim perseguiram os profetas que vieram antes de vós” (Mt 5,12).

“Muitas vezes somos tentados a pensar que a *Santidade* esteja reservada apenas àqueles que têm a possibilidade de se afastar das ocupações comuns para dedicar muito tempo à oração. Não é assim. Todos somos chamados a ser santos, vivendo com amor e oferecendo o próprio testemunho nas ocupações de cada dia, onde cada um se encontra” (Papa Francisco).

MENSAGEM DE NATAL

O nascer é uma dádiva de Deus.

O Viver e o amar são outras dádivas divinas.

Quando chegar a revista "Voz da Esperança" até suas casas, já estaremos caminhando no Advento do Senhor.

Tempo esse que jamais será esquecido, pois ele está presente por aqueles que não esmorecem durante a caminhada.

Vem lembrar que somos chamados a assumir a responsabilidade de apóstolos sempre renovando o ânimo, sempre despertos...

Precisamos caminhar com esforço na busca da Santidade mostrando um conhecimento profundo sobre o que é a Vida, a religião, a fé e Deus.



Para sermos eficazes no meio do mundo, temos que ser Santos e nos preparar para a chegada do Senhor, para que ele nos encontre atentos e bem-dispostos.

Desejamos um *SANTO NATAL* a cada um de vocês e seus familiares, renovando a esperança na Sua vinda, na Sua manifestação que se dá em nossa história.

Essa é a certeza e o motivo que nos fazem celebrar a manifestação do Senhor em nossa vida.

O profeta Isaías, que é conhecido como profeta da Esperança, anuncia dias melhores e que o ANO de 2021 seja um ano de alegrias e sorrisos.

Assim seja.

Nosso abraço carinhoso.

NA BUSCA DA INTIMIDADE COM DEUS

Pe. Leonildo Isauro Pierin (Sacerdote Conselheiro Nacional)

Em um ano tão atípico como este de 2020, apesar de todas as dificuldades nos esforçamos em viver os pontos de unidade em nosso Movimento na busca de uma maior intimidade com o Senhor; se pensarmos bem, apesar do distanciamento social, o tempo foi favorável a isso, pois tivemos mais tempo para nos dedicar na leitura orante da Palavra, na oração e na meditação; ainda que não tenhamos realizado os encontros presenciais.

As dificuldades, os obstáculos sempre existiram e vão existir. Desenvolver a espiritualidade cultivando a vida de oração a fim de estabelecer uma maior comunhão com Deus e os irmãos é uma das vias essenciais em nossa vida para o fortalecimento de nossas forças, aumenta nosso conhecimento do amor de Deus por nós, a fim de vencer tais obstáculos e crescer na vida pessoal, comunitária e cristã para o exercício consciente de nossa cidadania, pois fé e razão não se opõem, mas se auxiliam e completam, para que assumamos o nosso papel e identidade cristã (missão) no mundo de hoje para o anúncio do Reino e sua realização entre nós através do que nos ensinou o Senhor Jesus; “no mundo tereis tribulação, mas coragem! Eu venci o mundo” (João 16-33).

Assim, animados e encorajados pelo Senhor mesmo em nossa condição de sós, mas não abandonados e amados, assumamos com a alegria no esforço sempre contínuo de estarmos atentos e abertos à graça de Deus para Dele aprender e viver em Comunidades, como irmãos, atentos ao seu mandamento supremo: “Amar a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a ti mesmo”.

Ainda que a sociedade atual valorize status, aparência e os dizeres alheios, nos no mundo atual, como fermento transformador, nós deixamos conduzir pelo Espírito e pelos ensinamentos de Cristo, que segundo Paulo (em Tessalonicenses) devemos nos esforçar continuamente em assumir o seu Santo Evangelho e nos transformar, segundo Ele, sendo humildes, solícitos, suportando-nos mutuamente no amor fraterno e solidário.

Ao chegar mais um final de ano e celebrar o nascimento de Cristo, que tudo até agora partilhado seja coroado do esplendor das bênçãos do Senhor que assume nossa humanidade e a intercessão sempre contínua da Virgem Mãe, Nossa Senhora da Esperança.

Deus vos abençoe.

Feliz e Santo Natal!



A MARCA DO MATRIMÔNIO

Maria Ines Marini
(Viúva Regional – Limeira-SP)

O tema da conjugalidade diz respeito a mim, mesmo na viuvez. Sob um diferente enfoque, sem dúvida. Todas as etapas da vida são significativas. Passada a fase de construção contínua do relacionamento conjugal, chega-se à fase da manutenção, tão fundamental quanto a anterior. É na manutenção que não permitimos que pereça ou desbote a harmonia, edificada tijolo por tijolo na lide diária. No meu caso particular, o alvo a ser atingido agora é a harmonia familiar, diretamente dependente da conjugal. Percebo, com alegria, que Deus me auxiliou a plantar árvores frondosas que me acolhem e me fornecem sombra hospitaleira. Levo no rosto e na alma as cicatrizes da vida; igualmente é verdade que me rejubilo pela minha existência, confirmando a frase que “quem passa pelo fogo leva, necessariamente, as cores do arco-íris”, nem sempre visíveis, porém presentes onde há sol! A busca dessa luminosidade move as minhas horas, sobretudo quando elas se apresentam sombrias. E consigo iluminá-las, porque Deus me presenteia sempre com sua graça. O viver sozinho – não solitariamente – destitui-nos do prazer de nos sentirmos importantes, desejados, influentes, essenciais à engrenagem doméstica e rotineira. Não fazer nem receber carinhos, ter pequenas atenções ou até sofrer reprimendas, exercitar o auxílio mútuo, tão fundamental para o convívio, fazem realmente grande falta! Não ter mais meu cônjuge significa, em muitas ocasiões, ser eu um apêndice. Querido, no entanto, quase prescindível. Viver a dois teve suas complicações. Lutar por um viver conjugal harmonioso implica riscos também, mas reflete sabedoria. A força reside no fato de nos beneficiarmos deles e com eles amadurecermos. Quem gosta de apunhalar a própria vida? Quem busca, deliberadamente, a morte? Por que, então, muitos não se desarmam e buscam a paz em casa? Por que se magoam diuturnamente? Ou agem simplesmente com cordialidade e não com caridade? Sozinhos nada podemos fazer. Somos humanos imperfeitos e, durante a vida toda, precisamos entender os limites pessoais e do próximo para buscar a sintonia entre o projeto particular e o que Deus espera de nós. Esquecemo-nos desse fato muitas vezes e não agimos abnegadamente. Todos ainda temos tempo! Usem a argamassa preparada com tanta dedicação pela CNSE. Invistam nos Compromissos e tornem sua

vida gradativamente mais sólida, oferecendo segurança e tranquilidade a vocês mesmos, à família e aos que os procuram. Eu afirmo que não é alentador viver sozinha. Aceitei, porém, a vontade de Deus que levou tão cedo meu Luizão. Sinto diariamente saudades dele, mas a riqueza espiritual que pudemos viver permanece em mim, nos meus filhos, noras e em minha Comunidade, os quais são meu suporte nas necessidades e alegrias. Continuo batalhando para me aperfeiçoar. O caminhar sozinho é mais lento, mais cheio de tropeços, já que o arrimo não está mais fisicamente a meu lado. Não ajam como os dois discípulos de Emaús que caminhavam na companhia de Jesus Ressuscitado e não o reconheciam. Vejam sempre seu próximo como o companheiro abençoado de sua viagem e, principalmente, orem todos os dias por ele e digam sempre que possível: “Obrigado, Senhor, por estarmos juntos”. E que Nossa Senhora da Esperança os transforme, verdadeiramente, levando-os a serem, dentro das circunstâncias próprias, felizes.

NOSSA VIVÊNCIA NA PANDEMIA

Toinha e George
(Casal Regional Pernambuco - CNSE)

Durante a temporada da pandemia conseguimos vivenciar de uma maneira profunda a Mística do nosso Movimento. Embora o grande isolamento social, as “meninas” estiveram mais próximas do que nunca. Estamos tendo a oportunidade de presenciar esse fato porque estamos adicionados em todos os grupos e assim sentimos o relacionamento de amizade, fraternidade, entreadada por parte dos membros e seus coordenadores, além da escuta da Palavra que fazem diariamente através das passagens bíblicas colocadas nos grupos de WhatsApp, ainda podendo meditá-las e fazerem muitas outras orações como terços, novenas. Mesmo assim, algumas Comunidades estão conseguindo fazer reuniões virtuais.

Elas não cuidam apenas da parte espiritual, mas também da parte social e afetivo emocional. Tudo é uma verdadeira família: coordenadores e membros componentes das Comunidades. São tantas as mensagens que se torna difícil estarmos atualizados de tudo que postam.

Assim, rezam, brincam, sofrem e se ajudam mutuamente, procurando se envolver também com os Orientadores Espirituais. Ajudam os conhecidos da igreja e àqueles que necessitam. “JUNTOS SÃO MAIS FORTES”.

TEMPOS DIFÍCEIS

Josy Nery (Pouso Alegre-MG)



Ninguém esperava que 2020 fosse um ano tão atípico: ventou, choveu, esfriou, esquentou e fez sol como sempre, mas um vírus mortal veio do Oriente, espalhando a pandemia pelo mundo. Como as demais pessoas, a Comunidade Nossa Senhora da Salete teve que ficar confinada, cada membro em sua casa.

Separação? Ideais arrefecidos? Nem pensar! Unidos pela fé, orações, WhatsApp ou telefone fixo, estreitamos ainda mais os laços de carinho. Nossa Senhora colocou nossa Esperança à prova, distribuindo para cada filho uma penitência: a coordenadora Rosely ainda está às voltas com o tratamento de câncer de seu irmão mais velho; Grafira, além de perder um irmão, descobriu diabetes altíssima que a distanciou das delícias açucaradas; Mariângela passou pelo sofrimento de ver seu filho médico contaminado pela covid-19 e tendo que trabalhar em hospitais de risco em São Paulo; Alice arregaçou as mangas e foi ajudar seu filho Todinho no bar com suas gostosuras; Clarinha perdeu o pai e apegou-se ainda mais ao terço, para cuidar do filho dependente do álcool que lhe deu grandes sustos; Célia (portadora de graves problemas cardíacos) daqui rezou dia

e noite pela filha e três netinhos acometidos pelo vírus lá em Belo Horizonte; Kátia dividiu-se entre São Gonçalo, para cuidar da mãe idosa, e Rio de Janeiro, para acompanhar a cirurgia da filha; Madalena sofreu uma queda e teve que submeter-se a dolorosa cirurgia na perna; Cidinha ficou por conta dos cuidados com a família e com o neto que mora com ela. Quanto a mim, fiquei na supervisão das seis cuidadoras de minha mãe que, aos 89 anos, é portadora de Alzheimer. Pela rede social partilhamos nossas dores, orações, piadinhas – da Célia e da Kátia – para deixar o clima mais leve, e áudios lindíssimos enviados pela Madalena, cantando uma música por dia para elevar o ânimo geral.

E quanto ao Diretor Espiritual, Padre Mário Navarro? Na contramão do distanciamento social, celebrou fervorosas missas em sua casa, três vezes por semana. Primeiramente sozinho, mas quando aconteceu a flexibilização das atividades comerciais pelas autoridades, enxergou a brecha da Misericórdia de Deus, passou a encher seu carro de amigos mascarados para participarem do banquete Eucarístico. Quem podia, o acompanhava. Nossos pedidos iam escritos para serem colocados sob o sanguíneo no momento da Consagração. Muitos fizeram a Páscoa, outros receberam a absolvição. No dizer deste santo Sacerdote, ele não infringia normas, porque não celebrava nas igrejas, pois celebrava em seu apartamento arejado, para pouquíssimas pessoas.

Assim nossas necessidades, misérias, agradecimentos e temores foram lavados pelo Sangue bendito do Salvador e de corações unidos, já estamos atravessando o platô estatístico da doença e suas vítimas. E não nos tem faltado a proteção de Nossa Senhora da Esperança!

QUE BICHO É ESSE?

Maria Marlene de Souza Bitencourt
(Comunidade Nancy Moncau – Criciúma-SC)

Quando entramos nas CNSE, a sensação de nos sentirmos perdida foi natural. Pensei: o que eu estou fazendo aqui? Já fui coordenadora de catequese, liturgia, CPP, CPC (não que eu me achasse melhor do que os outros), mas é que já estou com 71 anos e não queria me envolver com mais nada. Mas, como não corro sem ver o bicho, fui ficando e com o passar do tempo compreendendo como foi bom ter ficado. Neste Movimento e minha Comunidade grupo fui muito bem acolhida e o nosso relacionamento vai crescendo aos poucos. Imagino que o mesmo aconteceu quando Jesus instruíra seus discípulos, eles foram entendendo na medida em que se reuniam. Crescemos no relacionamento como ser humano, falamos muitas vezes a mesma língua, partilhamos problemas, dificuldades, alegrias e, além da amizade que formamos, o ensinamento da Bíblia, transmitido pelo Valcedir e a Dirce é muito enriquecedor, eles se dedicam com amor para que aprendamos cada vez mais. O Pe. Valdemar nos disse uma frase muito sábia: “que aprendemos

desde a barriga até o fim de nossos dias". E isso é verdade, pois nunca sabemos tudo, e a CNSE me faz muito bem. É uma pena termos que viver nesse momento o isolamento social, mas, graças ao abençoado WhatsApp, podemos nos comunicar e nos manter em sintonia. É uma amizade linda e hoje entendo por que estou no Movimento. Jesus sempre te coloca onde tu deves estar e, se Deus quiser, não quero mais deixar de participar. Um beijo a todas e que Nossa Senhora da Esperança nos abençoe e nos anime sempre. Amém.

UM ANO DE CHAMADO À SANTIDADE

Nilza Dall'Asta (Regional de Lages-SC)

Fazendo parte de um grupo de risco, passamos já quase um ano em distanciamento social...

Num paralelo com a nossa saúde física, que riscos temos corrido quanto à nossa saúde espiritual? Confesso que participar presencialmente da santa missa, com a nossa Comunidade costumeira, e nela receber a Sagrada Eucaristia, esta é a principal forma de me fortalecer na Fé, na Esperança e na Caridade, mas como me têm feito falta!

O lado bom da tecnologia é que nos permite ficar ligados ao nosso grupo, ao Movimento e, enfim, a tudo e a todos que fazem parte do nosso pequeno mundo, do nosso cotidiano; isso quase que nos dá uma sensação de normalidade, se não fosse a ausência física.

O título acima nos lembra do Ponto de Unidade 2020, o chamado para vivermos mais intensamente o caminho para a Santidade! O ano vai findando e por certo, no próximo, novo Ponto de Unidade será sugerido. Por enquanto, permanecemos neste, o que deve de ser uma tarefa para a vida inteira. Ser santo como nosso Pai Celeste é Santo! Nunca atingiremos a perfeição, humanos que somos, mas Deus nos criou para caminhar a vida toda nesta direção; não sozinhos, mas com os outros e pelos outros.

Finalizando, o Casal Regional de Lages-SC deseja enviar seu abraço fraterno a todas as Comunidades deste nosso imenso e querido Brasil, transcrevendo aqui um trechinho do livro *O Amor Mais Forte que a Morte*: "Um ano é feito de dias e vale o que valem esses dias. Que cada um de seus dias seja uma bela coisa, bem-feita, bem completa e bem oferecida. Não vivam no pesar do passado nem na espera de melhores dias, com tarefas mais leves. Não cedam a essa tentação. Como o soldado que abandona o posto em que vela, aquele que se evade do dia em que vive é um desertor!".

FAZER de CADA DIA uma OFERENDA.



NÃO CRUZAMOS OS BRAÇOS

Maria Silvéria Costa Rocha (Comunidade 3
Nossa Senhora do Rosário – Belo Horizonte-MG)



O amor e a solidariedade fortalecem em nós a esperança de um futuro melhor, porque Deus caminha conosco.

Diante do distanciamento social, não cruzamos os braços, o trabalho tem continuado com os meios de que dispomos.

Através do WhatsApp, comunicamo-nos e repassamos textos e vídeos contendo as mensagens e orientações enviadas pela Vânia/Carlos Alberto, nossos coordenadores em BH, bem como os abraços virtuais nas datas de aniversários e outros eventos. Damos atenção especial ao tema "Santidade", abordado na revista "Voz da Esperança", e nos aprofundamos mais com a preciosa colaboração do Rodrigo Serva Maciel, filho do casal equipista Angelina e Humberto, ela agora viúva e participante da Coordenação de Belo Horizonte. O Rodrigo é responsável pela Comunidade Árvore da Vida. Fundamentado na Palavra de Deus, na Bíblia, ele nos enriqueceu com suas explicações claras e objetivas, chegando ao nosso coração como "gotas de espiritualidade no lar", todos os dias, com vídeos de três minutos sobre a Santidade, durante seis semanas.

Pelo canal do YouTube, do Padre Alex Nogueira, vivenciamos o mês de agosto rezando pelas vocações no programa "3 minutos de oração pelas vocações".

Atualmente, no mesmo canal, saboreamos a cada noite dos minutos de ternura com a oração "Boa Noite, meu Jesus" e recebemos também ensinamentos bíblicos.

Permanecemos em união fraternal na fé e na esperança, refletindo com Santa Teresa de Ávila: "Nada te perturbe, nada te assuste. A paciência tudo alcança. Para quem possui Deus, nada falta. Deus é plenitude".

SINAIS DE ESPERANÇA

André Botelho (Paróquia São Judas Tadeu – São José do Rio Preto-SP)
Jornalista e Orientador Espiritual da Comunidade 16 (Manto de Maria)

Seria um dia como outro qualquer: atividades com os netos, uma ida ao banco, a conversa no portão ou no ambiente de trabalho e os momentos de oração na Paróquia do bairro. De uma hora para outra, todos estávamos isolados em casa. A partir dali, nada de encontros ou partilhas em reuniões festivas. Na vivência do “cada um por si”, todos se declararam contra o coronavírus.

O isolamento social, inegavelmente importante, não ofereceu condições para uma adaptação progressiva e desencadeou crises de ansiedade e de depressão em parcela significativa da população; ocorrendo, em especial, entre os mais idosos.

Segundo os especialistas, a manutenção de uma rotina saudável, mesmo que adaptada aos limites de casa, é uma maneira eficaz para manter a vida em “movimento”. Livros, filmes e jogos de tabuleiro podem ser importantes companheiros. Claro, eles nunca substituirão os relacionamentos humanos, mas ajudarão a manter os pensamentos em ordem.

Outro fato marcante, e que merece destaque, são as ocorrências médicas agravadas por falta de assistência prévia. Diante de qualquer sintoma, mas motivados pelo medo de uma possível contaminação em ambiente hospitalar, muita gente tem deixado de procurar os centros especializados e clínicas. Assumindo a automedicação, os riscos de consequências nocivas (e até irreversíveis) são ampliados.

Todos nós, na vivência do isolamento social, tivemos que aprender a lidar com situações novas. O tempo pandêmico, por si só desafiador, porém, nos ofereceu algumas oportunidades...

Em pesquisas realizadas ao longo dos últimos meses, grande parte dos entrevistados declarou ter se apoiado na fé para levar a vida adiante. O tempo livre, em razão da maior permanência em casa, foi ocupado por momentos de oração e de leitura da Bíblia, por exemplo. As TVs e rádios de inspiração católica, nesse contexto, também foram muito importantes ao transmitir a Santa Missa diariamente. Não se pode deixar de citar o esforço das Comunidades Paroquiais que, mesmo com estruturas simples, não mediram esforços para fazer suas transmissões via internet.

Todos sabemos que a pandemia ainda nos exige muitos cuidados. O uso de máscara, o distanciamento social e a higienização continuam sendo importantes aliados, mas a essa altura já conseguimos lidar melhor com essas limitações. O que precisamos levar como lição desse tempo, porém, é o valor que as pequenas coisas têm: quem não sentiu a falta de um abraço, de uma reunião de estudo na casa de um amigo ou de um passeio com os companheiros de caminhada?

Até que uma vacina nos “liberte” definitivamente, ainda vai algum tempo (pouco ou muito, não sabemos). O que nos parece claro é que algumas ações não podem mais ser deixadas para depois: você que faz parte das Comunidades Nossa Senhora da Esperança, que tal ligar para alguma amiga de grupo? Pode ser interessante pedir para que ela faça o mesmo. Essa iniciativa fará bem para todo mundo. Ser contar que, de alguma forma, ela aquece a expectativa por reencontro alegre. Já pensou como serão as reuniões depois que tudo isso passar? É assim, sob o manto de Maria, com pensamentos positivos e apoiados nos nossos companheiros de caminhada que vamos superar essa pandemia; eliminando os efeitos do “vírus da solidão”!

O PERDÃO

Dr. Rubens Camargo Siqueira
(Médico, filósofo e teólogo)

Perdão é a ação humana de se livrar de uma culpa, uma ofensa, uma dívida etc. O perdão é um processo mental que visa a eliminação de qualquer ressentimento, raiva, rancor ou outro sentimento negativo sobre determinada pessoa ou por si próprio.

O perdão nos livra da mágoa e do sentimento de culpa que guardamos dentro de nós que muitas vezes nos causam doenças emocionais e físicas. Portanto, quando ficamos livres da mágoa e do sentimento de culpa pelo ato de perdoar estamos construindo o caminho para nossa cura interior.

A maioria das pessoas tem muita dificuldade em perdoar e um dos principais motivos é confundir perdoar com “desculpar”.

Temos a impressão que se perdoarmos alguém, seremos coniventes com o erro da pessoa ou livrando a pessoa de pagar o que nos deve. Na verdade, o perdão não vai livrar ninguém da culpa, ou seja, se alguém fez algo de errado contra você, um crime, por exemplo, esta pessoa terá que pagar por este erro, você perdando ou não!

Na maioria das vezes que perdoamos, a pessoa nem fica sabendo, pois o perdão é um ato de amor, de compaixão, em que por misericórdia cancelamos mágoa e culpa em nosso coração e ficamos livre do “lixo” que alguém tinha deixado dentro de nós.

Portanto, quando perdoamos, não estamos tirando a culpa da outra pessoa e sim eliminando a mágoa, raiva e ódio que estavam dentro de nós e desta forma nos sentimos livres e certamente mais saudáveis.

Outra dificuldade em perdoar é que no fundo temos um desejo de vingança, ou seja, o famoso “isso não vai ficar assim” ou “isso não vai ficar barato”. Queremos no fundo que a pessoa pague por aquilo que fez e, enquanto isso não acontecer, nós não perdoaremos. Isto é outro grande erro, pois quando perdoamos, não mudamos o outro e sim a nós mesmos.

Por que para o cristão o perdão é essencial?

Porque, para ser cristão, não há a menor possibilidade de conviverem dentro de uma mesma pessoa o amor e o ódio.

Se o caminho do cristianismo é o caminho do amor, e a falta de perdão nos leva ao ódio, raiva, ira, dentre outras coisas, não perdoar nos leva a um desvio do caminho do ser cristão. Muita gente acha que perdão é coisa de gente fraca, mas é exatamente ao contrário, perdoar é para os fortes.

A recusa do perdão não só nos coloca uma barreira em nossa profunda inclinação ao outro e à nossa vocação para a partilha, mas também desvia nossa capacidade de amar. Como disse Jacques Marin, "todo obstáculo ao perdão é um obstáculo ao amor".

Em resumo, o perdão nos liberta da mágoa, sentimento de culpa e de todas as doenças que estes sentimentos carregam e também revela quem é o verdadeiro seguidor de Cristo.

UM POUCO DA HISTÓRIA DAS CNSE

Maria Célia de Laurentiz
(Comunidade 6 - São Paulo)

Quando D. Nancy Moncau estava escrevendo o livro sobre as Equipes de Nossa Senhora no Brasil, ela me convidou para ajudá-la, procurando nas "Cartas Mensais" (revista daquele Movimento similar à nossa "Voz da Esperança"), assuntos que fossem do seu interesse. Duas vezes por semana, na parte da manhã, eu ia ao Secretariado das equipes para me encontrar com ela. Depois, no meu carrinho, a levava até a casa de repouso, onde ela morava. Nessas ocasiões, uma à outra, abríamos nossos corações e segredávamos nossos pensamentos. Daí nasceu, para a minha felicidade, uma grande amizade entre nós.



D. Nancy alimentava dois desejos: reorganizar a biblioteca do Secretariado e, num sonho grandioso, idealizar um movimento destinado às viúvas, nos moldes das ENS, mas com uma espiritualidade toda voltada para o estado da viuvez. Para isso, ela dizia que me queria “por perto”. Já há alguns anos ela buscava informação sobre o assunto, entrando em contato com a França, Portugal, Bélgica e Petrópolis.

Nesse período, por causa da saúde de meu marido, fomos para o Rio Grande do Sul, em busca de um transplante pulmonar. Lá ficamos por 1 ano e 7 meses. Quando voltamos para São Paulo, D. Nancy já estava formando uma equipe para pensar o Movimento das viúvas e contava com a presença do Pe. João Zago, do casal Cleide e Valentim, mais algumas viúvas das ENS. Tão logo chegamos, meu marido e eu fomos convocados para fazer parte desse grupo que, no início, ela chamou de “Equipe Dirigente Central”. Foram 2 anos de reuniões quinzenais para rezar, pensar, estudar e estruturar aquele sonho e torná-lo realidade. Quando tudo estava pronto, fomos, em caravana, apresentá-lo ao nosso Cardeal Dom Odílio Scherer, a fim de que ele aprovasse nosso trabalho e o inserisse como mais um Movimento da Igreja Católica.

Valentim e Cleide, eleitos por D. Nancy, com todo amor e dedicação ficaram à frente das CNSE por 10 anos. Depois entregaram a responsabilidade para o casal Sílvia e Chico, residentes em Sorocaba. Casal de extrema organização e competência, conduziram as Comunidades por 5 anos e 4 meses. Nesse período, graças ao esforço e dedicação desse querido casal, o Movimento obteve extraordinária expansão. Hoje ele está implantado em quase todos os Estados do nosso imenso Brasil. Em Sorocaba a Equipe Dirigente Nacional se encontrava e era uma alegria estarmos juntos acompanhando o progresso do nosso trabalho. A mim, cabia a responsabilidade de organizar os temas de estudos.

No ano passado (2019) a responsabilidade do Movimento foi passada para o casal equipista Ivete e Paca, residentes em São José do Rio Preto. A Equipe Nacional ganhou novos participantes e fomos dispensados da nossa função, mas gostariam que eu pudesse colaborar com os temas de estudo.

Dizer adeus nunca é fácil, principalmente quando vimos gestar e dar à luz uma obra tão carinhosamente acompanhada. Mas compreendo a necessidade e importância de revezamento nas funções: elas criam novas oportunidades, oferecem novas ideias e apresentam caminhos promissores. Estou feliz pelas oportunidades que me foram dadas e posso dizer confiante: “missão cumprida.”

A PARÁBOLA DO MAR DA GALILEIA E DO MAR MORTO

[Autoria desconhecida]



Na Terra Santa encontramos dois mares bem conhecidos. Embora alimentados pelo mesmo rio Jordão, eles são, no entanto, totalmente distintos um do outro. O mar da Galileia é de água doce e contém muitos peixes. Seu litoral é salpicado por cidades e aldeias lindas. As colinas que rodeiam o mar são férteis e verdejantes. O outro mar é o mar Morto. É célebre pela sua densidade de sais minerais. Não tem peixe nem os vegetais têm condições de vida. Seus arredores são desertos. Não existe área verde. O mar Morto apresenta aspecto desolador.

De onde vem esta diferença? A explicação é simples e simbólica. O mar da Galileia recebe pelo norte as águas do rio Jordão, com toda sua carga de vida e fertilidade. Porém não guarda para si esta fertilidade.

As águas seguem seu curso para o sul. É um mar que recebe a água do monte Hermon e das colinas de Golan. Riquíssimo em águas e vegetação, o mar da Galileia não vive para si; reparte tudo aquilo que recebe de cima.

No entanto, o mar Morto é totalmente diferente. Recebe igualmente a água do rio Jordão, mas retém esta água para si. Não possui saída. Enquanto as águas se evaporam, todos os sais minerais se acumulam no enorme recipiente fechado. A excessiva saturação é estéril, não permite vegetação alguma, não tem vida. É um mar que mata. É o mar Morto.

Existem igualmente duas classes de pessoas. E para começar, encontramos pessoas que nada guardam para si, nem seus dons nem seus



talentos. Colocam tudo à disposição dos outros. Tais pessoas são “vivificadoras”. Seu calor humano, sua caridade, sua disponibilidade e o seu dom de partilhar com os outros irradiam ao redor delas confiança, alegria e vida. É gratificante colaborar com estas almas generosas. E tudo isto porque elas possuem a arte de nada conservar para si mesmas. Sabem partilhar os dons que o Senhor lhes concedeu.

Infelizmente, encontramos pessoas totalmente diferentes. São aquelas que vivem mais para si mesmas. Acumulam, porém, somente para si. Sofrem de uma tríplice enfermidade: ambição, avidez e dominação. Ignoram sua enfermidade, porém sofrem e fazem sofrer. E esta doença as leva à morte. Não se tornam simpáticas ou atraentes. Isolam-se. Não irradiam luz nem calor humano.

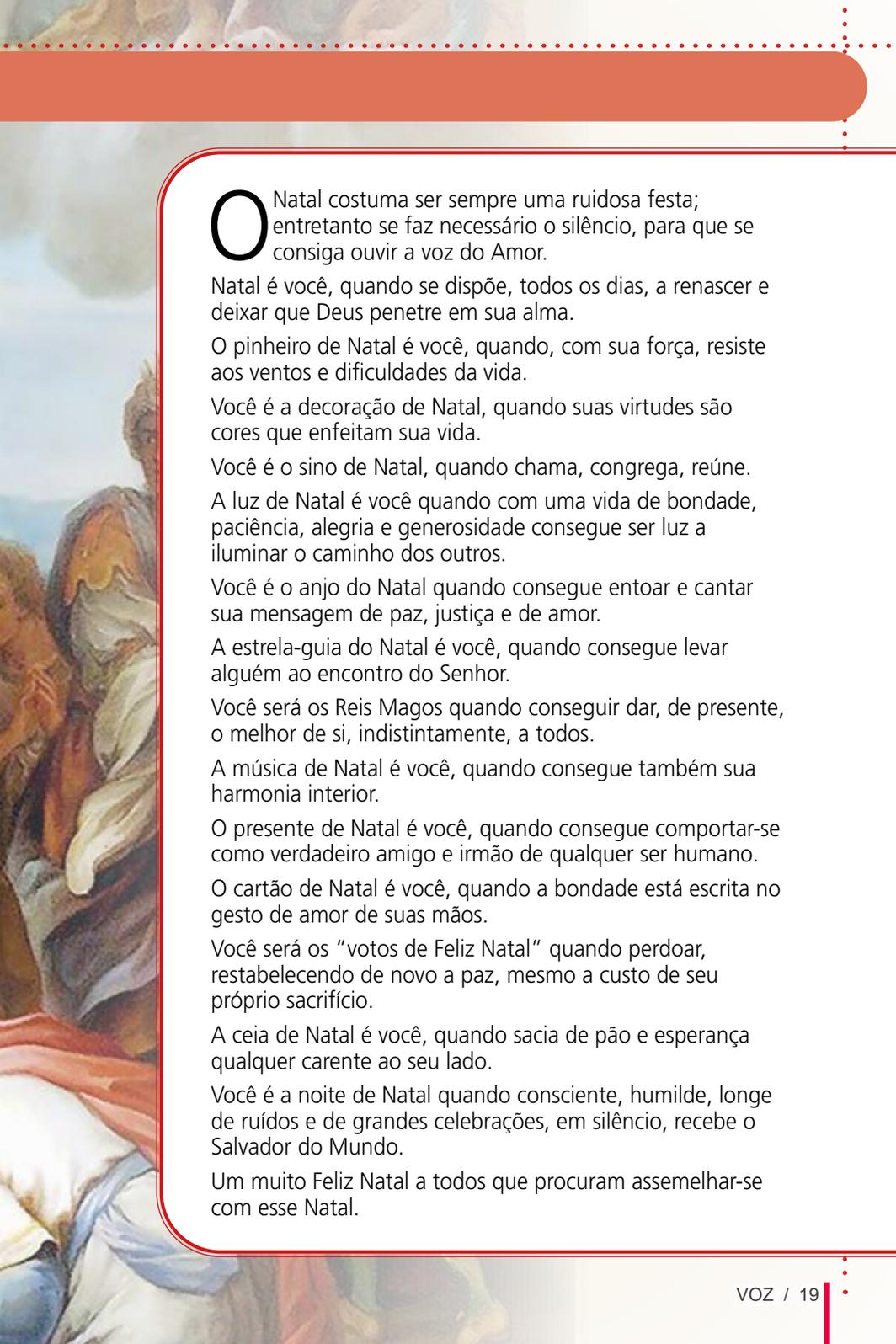
Deterioram, pelo contrário, o clima e o ambiente. Tudo o que é vida desaparece ao redor delas. Formam, realmente... um mar morto.

Compete, portanto, a cada pessoa se esforçar para se tornar um fecundo e enriquecedor mar da Galileia, rico em bondade, caridade, alegria, paz e fraternidade. Somente assim o Senhor gostará de passear ao longo de suas praias como o fez tantas vezes, para abençoar, frutificar, ensinar, curar e chamar novos apóstolos. E, ainda assim, o Senhor acalmará a tempestade que pode ocorrer. Andará sobre as águas para sustentar nossa fraqueza e pouca fé, a nossa falta de fraternidade. Com Ele e através Dele seremos cada vez mais humanos e cristãos, sinais de fraternidade, do Reino de Deus já acontecido. E deixaremos de ser ou parecer um... mar morto.

FELIZ NATAL

(Papa Francisco)





O Natal costuma ser sempre uma ruidosa festa; entretanto se faz necessário o silêncio, para que se consiga ouvir a voz do Amor.

Natal é você, quando se dispõe, todos os dias, a renascer e deixar que Deus penetre em sua alma.

O pinheiro de Natal é você, quando, com sua força, resiste aos ventos e dificuldades da vida.

Você é a decoração de Natal, quando suas virtudes são cores que enfeitam sua vida.

Você é o sino de Natal, quando chama, congrega, reúne.

A luz de Natal é você quando com uma vida de bondade, paciência, alegria e generosidade consegue ser luz a iluminar o caminho dos outros.

Você é o anjo do Natal quando consegue entoar e cantar sua mensagem de paz, justiça e de amor.

A estrela-guia do Natal é você, quando consegue levar alguém ao encontro do Senhor.

Você será os Reis Magos quando conseguir dar, de presente, o melhor de si, indistintamente, a todos.

A música de Natal é você, quando consegue também sua harmonia interior.

O presente de Natal é você, quando consegue comportar-se como verdadeiro amigo e irmão de qualquer ser humano.

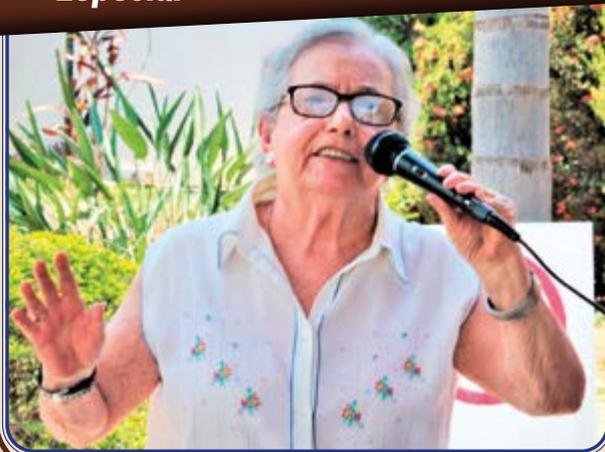
O cartão de Natal é você, quando a bondade está escrita no gesto de amor de suas mãos.

Você será os "votos de Feliz Natal" quando perdoar, restabelecendo de novo a paz, mesmo a custo de seu próprio sacrifício.

A ceia de Natal é você, quando sacia de pão e esperança qualquer carente ao seu lado.

Você é a noite de Natal quando consciente, humilde, longe de ruídos e de grandes celebrações, em silêncio, recebe o Salvador do Mundo.

Um muito Feliz Natal a todos que procuram assemelhar-se com esse Natal.



Conforme anunciamos na edição passada, este espaço é destinado a artigos da coleção da sra. Sebastiana Pupin, atualmente com 95 anos, participante do nosso Movimento em São José do Rio Preto (Comunidade 17 – Amor Fraternal).

ENVELHECER COM SAÚDE

Sim, caros amigos, todos nós vamos envelhecer e um dia deixar o palco deste teatro que chamamos Vida. Não, não vamos discutir aqui questões sobre o significado desta jornada, mas como podemos viver a vida de forma mais saudável, podendo desfrutar com prazer e alegria os anos que ainda temos pela frente.

Tudo já foi comprovado que estamos vivendo mais, chegando em alguns países médias próximas de 90 anos. No Brasil, em 2018, o IBGE teve uma expectativa de vida média de 76 anos, a maior da nossa história. Mas a questão mais importante não é se queremos viver mais, mas com qual qualidade de vida queremos chegar lá.

Algum tempo atrás, chegar aos 50 anos era considerado um marco para iniciar as restrições graduais de atividade. Alguns antigos diziam que era chegada a hora de “pegar o terço”. A expressão não tem nada de negativo em relação ao ato louvável de se orar usando um terço, era um sinal de que mais nada nos restava, a não ser ficarmos em casa, parados, nos preparando para o final da vida.

Hoje, um adulto de 50 anos está, ou poderia estar, em plena produtividade intelectual e física. O corpo humano não foi feito para ficar parado, a atividade física pode e deve ser praticada em todas as idades.

Além de todas as recomendações sobre a importância de nos cuidarmos fisicamente, com atividade física, alimentação saudável, qualidade de sono e tudo o mais para um envelhecimento saudável, é preciso cuidar também do que nós pensamos e acreditamos sobre o que significa “envelhecer”.

Quais mensagens você tem enviado ao seu corpo? Cada pensamento e sentimento que temos gera mudanças nas nossas células, produzindo mensagens bioquímicas que vão promover saúde ou doença nesse complexo mente-corpo.

Nós também já sabemos que possuímos uma idade cronológica, que é a idade que você tem baseada na data de seu nascimento. Mas temos também a idade biológica, que é a idade que você parece ter e, por fim, a idade psicológica, que retrata como você se sente internamente.

Será que todas essas idades coincidem em você? Quantos anos você tem? Quantos anos você parece ter? Com quantos anos você se sente internamente?

Que máximo ver hoje em dia pessoas entrando na universidade com quase 70 anos ou mais. Onde está escrito que não pode? Adoro a frase de George Eliot que diz: “Nunca é tarde para ser o que você poderia ter sido”.

Se você deseja envelhecer de forma saudável, siga as recomendações que a ciência já comprovou serem benéficas nesse processo, mas inclua também os cuidados com os seus pensamentos e sentimentos.

O MENDIGO E O RAPAZ

Numa estrada resplendente sob um céu de puro anil
Passava lesto e contente um pequenino gentil
Eram louros seus cabelos, seus olhos da cor do mar,
Seus modos meigos singelos, seu sorriso de encantar.

Debaixo de um sol ardente, sem um minuto parar,
Caminhava, alegremente, um fado a cantarolar.
Sem reparar no castelo, que perto da estrada havia,
O menino louro e belo ouviu uma voz que dizia...

*"Menino louro, menino que ao sol passas a cantar
Onde vos leva o destino que não podeis nos descansar?
Fui rico, fui poderoso, passei o tempo a gozar
Num castelo majestoso, que havia neste lugar.*

*Porém num dia sombrio, a minha sorte virou
Com uma enchente no rio, minha fortuna acabou.*

*Desde então, vivo de esmola,
chorando o tempo perdido,*

*Nunca fui a uma escola,
estudar, ser instruído".*

Calou-se o triste mendigo,
sufocado de emoção

E o moço louro, consigo, meditava
na lição que acabara de escutar.

De que valera o dinheiro, o prazer,
o bem-estar, que tivera o rico herdeiro.

A única coisa que a sorte,
que nunca pode vencer

Apesar de grande e forte,
é a instrução e o saber.



Falecimentos

FALECIMENTO

MARIA JOSÉ DE SOUZA

Dia 18/setembro/2020

Comunidade 4 (N.S. da Saúde) Campinas-SP

REZAR O VAZIO

Cardeal José Tolentino Mendonça
(Poeta e teólogo - Portugal)

Ensina-nos, Senhor, a rezar este vazio.

O vazio trazido por um medo que não conhecíamos e que parece agora um inquilino da nossa alma.

O vazio dos espaços confinados.

O vazio da vida, de repente, em suspenso.

O vazio das horas que quem está sozinho conta de forma diferente.

O vazio das incertezas que se amontoam e das quais ainda não falamos.

O vazio dos olhos dos que vemos sofrer e o vazio dos muitos que sofrem sem que nós os vejamos.

O vazio dos cuidadores ao final de turnos extenuantes.

O vazio dos que tiveram de continuar expostos, dia a dia, para que outros ficassem a salvo.

O vazio de tudo aquilo que, de um momento para o outro, ficou adiado.

O vazio daquela mulher idosa que passa o dia com o rosto encostado à janela.

O vazio das ruas donde nos chega um silêncio que não é um silêncio, mas uma espécie de ação de despejo da vida quotidiana.

O vazio dos encontros e das conversas.

O vazio que os amigos pressentem.

O vazio das risadas.

O vazio de todos os abraços não dados.

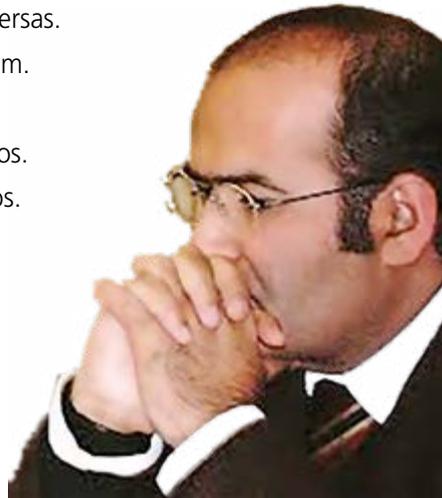
O vazio da espontaneidade dos gestos.

O vazio da proximidade interdita.

O vazio desta primavera que está a passar sem que notemos.

O vazio do sacerdote que celebra diariamente na igreja vazia.

O vazio de onde continuas presente, e dali nos ensinas a transformar os vazios.



A lição dos girassóis

Sobre a natureza dos girassóis, como o próprio nome diz, eles giram de acordo com a inclinação do sol, em outras palavras, eles perseguem a luz todo o tempo. Mas e nos dias nublados e chuvosos, quando o sol fica totalmente encoberto pelas nuvens, o que acontece? Podemos pensar que a flor do girassol fique murcha ou ainda virada para baixo. Mas nada disso acontece, pois quando o sol se esconde elas simplesmente se voltam umas para as outras a fim de dividirem entre si as energias acumuladas.

É impressionante como a perfeição da natureza nos leva para uma reflexão mais profunda de nossas vidas.

Todos nós queremos e buscamos essa luz de diversas maneiras: na família, nos amigos, na religião, no trabalho e em tantas outras situações, mas sempre acontecem os dias nublados, os dias de tristeza, os dias sem luz, e não tem como fugir deles. Nesses momentos, a maioria das pessoas fica desanimada, fragilizada e sem forças para prosseguir, resultando muitas vezes até numa depressão mais profunda.

E é aqui que os girassóis e a sua natureza têm tanto a nos ensinar! Porque se fizermos como essas lindas flores, na hora da dor, do desespero, da angústia, por que não olhar para dentro de nós mesmos com total sinceridade e buscar lá dentro onde existe muita luz, e a compartilharmos com quem amamos e respeitamos, talvez possamos assim como os girassóis transmitir e receber boas energias que irão nos ajudar a sair dos sentimentos mais difíceis e dolorosos. Porque sabemos muito bem que quando esses processos são constantemente reprimidos acabam mais cedo ou mais tarde se transformando em doenças. Aproveitemos pois a beleza e os ensinamentos dos girassóis em como viver melhor e com harmonia simplesmente acionando e compartilhando nosso interior.



Comunidades Nossa Senhora da Esperança

SEDE NACIONAL

Rua Oriente, 500 - 2º andar
03016-000 - São Paulo SP
cnse@cnse.org.br