

fato & RAZÃO

127

Setembro: Mês da Bíblia



Evangelho: Luz do Mundo!

CONSELHO DIRETOR NACIONAL*Fátima e Zildomar - COORDENADORES NACIONAIS**Sílvia e Claudimar - VICE-COORDENADORES NACIONAIS**Irmã Alzimir - ASSESSORA ECLESIÁSTICA**Kleber - SECRETÁRIO EXECUTIVO**Maria Lúcia e Coutinho - CONDIR SUL**Dilva e Sílvia - CONDIR SUDESTE**Valdirene e Gildásio - CONDIR NORDESTE**Danielma - CONDIR NORTE**Neuzemi e Vando - CONDIR CENTRO-OESTE***CONSELHO EDITORIAL***Anderson Amorim Alves, Camila Contente Pavão, Gabryel Oliveira de Souza**Jorge Antônio Soares Leão, Lucilea do Socorro Souza Costa, Kleber José Oliveira Rodrigues, Maria Sebastiana Soares Leão**Solange Castellano Fernandes Monteiro/José Ailton Monteiro (CONDIR Sudeste, MFC - RJ)**Rainey Barbosa Marinho (CONDIR NORDESTE, MFC - AL)**Arte e diagramação Anderson Nogueira (amarartesvisuais@gmail.com) e João Borges**Circulação restrita sem fins comerciais***SUMÁRIO**

Seção Saúde Integral _____	3
Busca a serenidade na leveza ____	6
Textos para estudos Pré ENA ____	8
Sugestões de Leitura _____	14
O jarro quebrado _____	18
Reflexões com a sétima arte ____	20
Quando chegar a tempestade. ____	24
O Velho Joe e o Carpinteiro ____	25
A cultura do descarte _____	28
Observação atenta _____	30
O escândalo da fome _____	31
O Saco da História _____	33
O Velho Sábio _____	38
A casa da minha avó _____	40
Toque terapêutico _____	43
Todo credo é uma Luz _____	44



Meditar respirando

Para realizar esta meditação, procure uma posição confortável, mas não confortável demais, para não correr o risco de adormecer. Use roupas folgadas. Não é preciso sentar-se numa posição de ioga para meditar: basta uma cadeira de espaldar reto e firme ou qualquer lugar em que você possa ficar confortável com as costas apoiadas.

Sente-se numa posição ereta, mas relaxada. Mantenha a cabeça, o pescoço e a coluna vertebral alinhados, como se um grande balão de gás estivesse puxando sua ca-

beça para o alto. Manter a cabeça ereta ajuda a mente a permanecer alerta, o que é uma condição essencial na meditação.

Feche os olhos e mantenha-os fechados até o final da meditação... Muito bem, vamos começar...

Inicie prestando atenção na sua respiração, no fluxo natural do ar que entra e sai por suas narinas, ou no seu ventre, que sobe quando você inspira e desce quando expira.

Observe todas as sensações ligadas à sua respiração... o movimento do ar... o calor... tudo o que você sentir...



Não procure controlar a respiração... respire naturalmente prestando atenção no ar que entra e sai...

Se a respiração estiver superficial, deixe-a ficar assim. Se ela for mais rápida ou mais lenta, deixe-a ficar do jeito que está... A própria respiração se regula...

Enquanto medita, você só precisa prestar atenção nela...

Quando perceber que sua mente se dispersou, traga-a suavemente de volta para a respiração. Durante esta meditação, os pensamentos, os planos, as lembranças, os sons, as sensações – tudo que for diferente da sua respiração será considerado uma distração. Tudo que estiver na sua mente desviando a atenção da respiração é, a partir de agora, uma distração.

Não se preocupe nem se culpe se sua mente se distrair com outros pensamentos... Isso é natural. Cada vez que isso acontecer, basta trazer suavemente o foco da atenção para sua respiração...

Tente prestar atenção em cada respiração durante todo o tempo que ela durar: toda a inspiração, toda a expiração...

Para ajudar sua mente a se concentrar na respiração, repita em silêncio uma palavra para cada inspiração e para cada expiração: se você se concentrar no ar que entra e sai das narinas, diga em sua mente “dentro” para a inspiração e “fora” para a expiração. Se a concentração estiver no movimento de seu ventre, diga em silêncio “subindo” para a inspiração e “descendo” para a expiração.

Faça com que essas palavras sejam como uma suave música de fundo em sua mente... um murmúrio bem leve... Preste atenção no que você sente ao respirar, e não apenas na mera repetição das palavras.

Tome consciência de cada inspiração e de cada expiração...

Quando sua mente for ocupada por outros pensamentos, traga-a suavemente de volta para sua respiração...

Deixe a respiração seguir seu ritmo natural... Seja ela superficial ou profunda, lenta ou rápida, não interfira em seu ritmo... basta prestar atenção nela...

Observe toda a inspiração... toda a expiração... dentro... fora... subindo... descendo...

Mantenha sua atenção alerta...

Dentro... fora... subindo... descendo...

Observe cada respiração... toda a respiração...

Cada vez que sua mente se afastar da respiração, traga-a suavemente de volta...

Agora, pare um pouco... observe seu corpo... seja como ele se sente... como você se sente...

Quando quiser, abra os olhos...

Fonte: GOLEMAN, Daniel. A arte da meditação – aprenda a tranquilizar a mente, relaxar o corpo e desenvolver o poder da concentração.

Tradução de Domingos DeMasi. Rio de Janeiro: Sextante, 2018, p. 79 – 82.

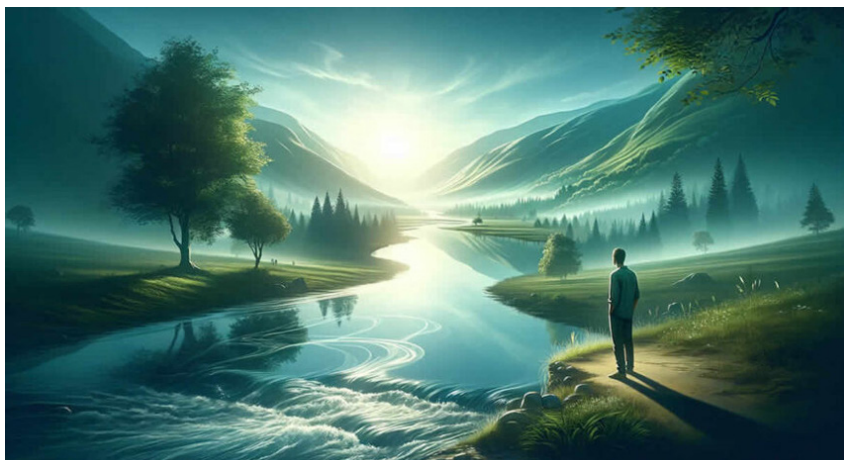
Para Refletir

***“Envie ondas de Amor pulsante para o Universo.
Faça isso hoje, aqui e agora... palavra em ação
transformadora gera cura para o mundo.
Seja um veículo da Paz no mundo, pulsando Amor...”***

Sabedoria dos Séculos



Busca a serenidade na leveza



O dia de hoje nos reserva experiências únicas, aproveitemos os momentos para adentrar na frequência daquilo que nos promove leveza.

A semente caída na Terra. O broto que floresce a traduzir a vida que segue sua rota. As gotas de orvalho nas primeiras horas da manhã...

Os cenários cotidianos, por vezes, canalizam situações em que perdemos o vínculo com o que é leve e duradouro. Um grande desafio é pensar como podemos realizar algo na vida que seja leve e duradouro...

Paremos um pouco e refletimos... Como se estrutura o nosso modo de ser atualmente? Não será difícil concluir que vivemos quase sempre

no automático dos acontecimentos, exigindo de nós metas, performances, resultados imediatos para dar suporte ao mecanismo da sobrevivência física. E assim vamos levando o curso da vida. Sem nos darmos conta de que estamos acumulando situações envolvidas às demandas externas e com raros momentos de desaceleração da mente para observar o que está acontecendo com o nosso ritmo rotineiro nas tarefas que têm gerado um saldo de adoecimento pessoal e coletivo.

É necessária a pausa, a fim de que possamos reorientar nosso modo de ser no mundo para um outro caminho, buscando serenidade nos passos e leveza no toque. Este é o campo do ousar sair da mesmice imposta pelas exigências

da perecibilidade material e acolher a experiência da leveza no sopro de vida que nos promove encantamento pela condução de um ser que não apenas possui necessidades instintivas básicas a serem supridas, mas que é também a abertura para a dimensão dos afetos simbólicos, isto é, tem fome de amorosidade, de paz espiritual e de beleza.

Adentrar no campo da vitalidade espiritual nos favorece três possíveis acessos à leveza da alma:

1) Nesta experiência, favorecemos um espaço para o contínuo alimento vital, a saber: eu acesso o portal da vida interior, e, ao fazê-lo, percebo que sou manifestação

do Sopro de Vida na condição de existência.

2) Eu reconheço que preciso soltar pesos excessivos na passagem da existência, reconhecendo que o desapego favorecerá o aprendizado com a leveza daquilo que precisa fluir.

3) Todos nós ampliamos pontos de confluência agregadores de luz, ao permitirmos que a amorosidade seja uma via de acesso à paz de espírito.

A gratidão nos encontra pelos encantos da leveza!

UBUNTU!

Jorge Leão

Membro participante do
MFC, em São Luís – MA.

Para Refletir

“Auxiliemos o companheiro a produzir quanto possa dar de melhor ao progresso comum, no plano, no ideal e na atividade em que se encontra.”

Francisco Cândido Xavier / Emmanuel:
“Fonte Viva”, p. 306.



TEXTOS PARA ESTUDOS PRÉ-ENA



TEXTO 5

O Papa Francisco nos fala sobre o princípio da capacidade de amar segundo “uma dimensão universal”, “Pensar e gerar um mundo aberto”: Francisco exorta cada um de nós a “sair de si mesmo” para encontrar nos outros “um acrescentamento de ser”, abrindo-nos ao próximo segundo o dinamismo da caridade que nos faz tender para a “comunhão universal”. Afinal a estatura espiritual da vida humana é medida pelo amor que nos leva a procurar o melhor para a vida do outro. O sentido da solidariedade e da fraternidade nasce nas famílias que devem ser protegidas e respeitadas na

sua “missão educativa primária e imprescindível”.

O direito a viver com dignidade não pode ser negado a ninguém, afirma ainda o Papa, e uma vez que os direitos são sem fronteiras, ninguém pode ser excluído, independentemente do local onde nasceu. Deste ponto de vista, o Papa lembra também que é preciso pensar numa “ética das relações internacionais”, porque cada país é também do estrangeiro e os bens do território não podem ser negados àqueles que têm necessidade e vêm de outro lugar. O direito natural à propriedade privada será, portanto, secundário em re-

lação ao princípio do destino universal dos bens criados.

A Encíclica “Fratelli Tutti” coloca uma ênfase específica na questão da dívida externa: embora se mantenha o princípio de que toda a dívida legitimamente contraída deve ser paga, espera-se, no entanto, que isto não comprometa o crescimento e a subsistência dos países mais pobres. “Pensar e gerar um mundo aberto”.

- Como o MFC está hoje trajando as vestes da justiça?

- Como “Mefecista” está trabalhando na construção do reino de Deus no aqui e agora?

REFERENCIAS:

- FRANCISCO, Papa. Fratelli Tutti: sobre a fraternidade e amizade social. São Paulo: Paulus, 2020.

- [Vatican.va/content/pt/encyclicalo](https://vatican.va/content/pt/encyclicalo).

- [Estadodedireito.com.br/papa-francisco-carte-enciclica-fratelli-tutti](https://estadodedireito.com.br/papa-francisco-carte-enciclica-fratelli-tutti).

- [Cnbb.org.br/fratelli-tutti](https://cnbb.org.br/fratelli-tutti)

Para Refletir

“Uma bomba atômica destrói uma cidade inteira em poucos segundos, ao passo que uma semente viva leva séculos inteiros para construir uma árvore no seio da floresta. Aqui, a força suave da vida – acolá a força brutal da morte.”

Huberto Rohden: “De Alma para Alma”, p. 41 – 42.



TEXTO 6

Como seres humanos, somos irmãos e irmãs de coração aberto ao mundo inteiro, mas as fronteiras contêm limites. No quarto capítulo do documento Fratelli Tutti, o Papa Francisco afirma que é preciso tratar os migrantes com quatro verbos: acolher, proteger, promover e integrar. A integração dos migrantes nos países de acolhimento é fundamental e, ao mesmo tempo, é preciso favorecer o desenvolvimento dos países de origem com políticas solidárias, para evitar a necessidade de migração.

Quando se acolhe com todo o coração a pessoa diferente, permite-se que mantenha sua identidade, concomitantemente ao mesmo tempo que se lhe dá a possibilidade dum desenvolvimento novo. Hoje nenhum Estado nacional isolado é capaz de garantir o bem comum da própria população. E é preciso mudar a ideia de sempre receber vantagem: "Quem não vive a gratuidade fraterna, transforma a sua existência num comércio cheio de ansiedade: está sempre a medir aquilo que dá e o que recebe em troca. Em contrapartida, Deus dá de graça, chegando ao ponto de ajudar mesmo os que não são fiéis e fazer com que o Sol se levante



te sobre os bons e os maus” (Mt 5, 45).

- De que forma o MFC está vivendo a fraternidade universal e a amizade social?

- E eu como “Mefecista”, o que estou fazendo para promover a Fraternidade Universal e a Amizade social?

REFERÊNCIAS:

- FRANCISCO, Papa. Fratelli Tutti: sobre a fraternidade e amizade social. São Paulo: Paulus, 2020.

- Vatican.va/contente/pt/encyclical.

- Estadodedireito.com.br/papa-francisco-carte-enciclica-fratelli-tutti.

- Cnbb.org.br/fratelli-tutti

TEXTO 7

Para alcançar um mundo aberto, devemos ter, da mesma forma, um coração aberto. Precisamos experimentar a amizade social, buscar o que é moralmente bom e praticar uma ética social, porque sabemos que fazemos parte de uma fraternidade universal.

Somos chamados à solidariedade, ao encontro e à gratuidade. Acolher, proteger, promover e integrar as pessoas migrantes e todos os marginalizados; desenvolver a consciência de que ou nos salvamos todos/as, ou não se salva ninguém; buscar um ordenamento jurídico, político e econômico mundial que tenda para o desenvolvimento solidário de todos os povos; são algumas medidas que permitirão trabalhar em buscas da FRATERNIDADE UNIVERSAL.

Acreditamos que, seguindo JESUS CRISTO, a nossa vida deverá ter ações guiadas pela Gratuidade, fazendo coisas pelo simples fato de serem boas; agindo sem esperar êxitos, ou algo em troca e incluindo todos, não só aqueles que trazem benefícios tangíveis.

Toda cultura saudável é, por natureza, aberta e acolhedora. Abrir a mente e o coração ajuda-nos a perceber o diferente. Na comunhão uni-



versal, cada grupo humano encontra a sua beleza. • O ser humano é fronteiriço, que não tem qualquer fronteira.

- O MFC tem demonstrado a capacidade de se abrir ao vizinho, ao próximo nas diversas configurações familiares?

- Como “Mefecista” você conhece ou vivenciou alguma situação de acolhida em sua casa, família e/ou equipe base?

REFERÊNCIAS:

- FRANCISCO, Papa. Fratelli Tutti: sobre a fraternidade e amizade social. São Paulo: Paulus, 2020.

- Vatican.va/contente/pt/encyclicalo.

- Estadodedireito.com.br/papa-francisco-carte-enciclica-fratelli-tutti.

- Cnbb.org.br/fratelli-tutti

TEXTO 8

O Papa Francisco ao abordar o tema das migrações expõe os grandes desafios de assumir de forma prática que todos os seres humanos são irmãos. Admitindo que o ideal seria evitar a migração criando oportunidades de desenvolvimento em cada país, o Papa compromete-se a respeitar a decisão e o direito de emigrar quando estas condições não existam, e exige da comunidade internacional respostas alinhadas com a dignidade do ser humano, especialmente para aqueles que fogem de graves crises humanitárias.

Enfatizando a dignidade e a igualdade de todas as pessoas como filhos de Deus, o Papa Francisco convida-nos a valorizar os aspectos positivos das diferentes tradições culturais, históricas e religiosas do Oriente e do Ocidente, mergulhando no valor da gratuidade e da generosidade, que não só devem ocorrer a nível pessoal, mas também como pessoas e países comprometidos com o bem comum. Para o Papa Francisco, esta é a única forma possível de enfrentar os grandes desafios da humanidade e construir um futuro digno para todos os povos da terra.



- Será que o Jesus que o MFC acredita rompe a lógica opressora do mundo ou se rende a ela?

- Eu como "Mefecista" tenho como ideal viver a prática de Jesus?

REFERÊNCIAS:

- FRANCISCO, Papa. Fratelli Tutti: sobre a fraternidade e amizade social. São Paulo: Paulus, 2020.

- Vatican.va/contente/pt/encyclical.

- Estadodedireito.com.br/papa-francisco-carte-enciclica-fratelli-tutti.

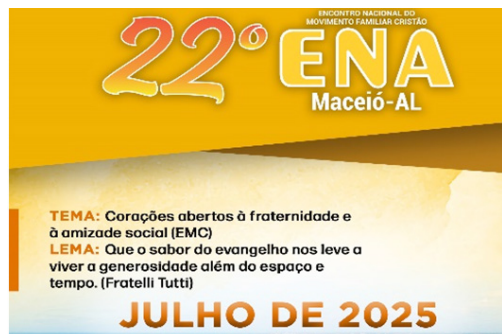
- Cnbb.org.br/fratelli-tutti

TEXTO 9

Ao descrever os problemas criados pelas migrações atuais que criam situações críticas nas nações de acolhimento, o Papa Francisco na encíclica “Fratelli Tutti” descreve o processo pelo qual os imigrantes devem ser integrados no país de acolhimento em quatro palavras: “acolher, proteger, promover e integrar”. Por baixo de cada um destes termos existe um mundo de escolhas políticas relativamente a soluções legais e à resposta dos cidadãos às populações imigrantes, à medida que se tornam enculturadas no seu novo lar.

A encíclica passa então a considerar as dificuldades que surgem quando as culturas estão em conflito ou são uma fonte de divisão dentro de uma comunidade, seja ela uma localidade ou uma nação inteira. Aqui não há tendência para ignorar o verdadeiro trabalho que implica a criação de um clima saudável de unidade e diversidade combinadas.

O Papa Francisco aponta para os problemas criados quando um grupo é vítima de “esclerose cultural” – a incapacidade de acolher e de se beneficiar do que o “outro” lhe traz. Ele também aponta para a evidência do “narcisismo local” que se recusa a aceitar que enriquecimento pode ocorrer através de uma troca real de bens culturais. O antídoto seria encontrado na “mutualidade universal e na amizade social”. Podemos sentir que esses termos estão carre-



gados de significado. São uma “abreviação” de um compromisso sustentado para criar o tipo de governação inteligente que possa superar as crises criadas pela migração forçada. A proposta final é que os humanos se concentrem no verdadeiro amor ao próximo – o tipo de caridade política que sabe que o “bem comum” deve ser realizado na solidariedade entre as nações e dentro das nações. Nenhum povo, cultura ou indivíduo pode alcançar tudo sozinho: para alcançar a realização na vida precisamos dos outros.

- Descreva uma experiência em que o MFC foi enriquecido por um encontro real com outra cultura.

- Você foi obrigado a “desistir” de alguns preconceitos ou crenças pessoais?

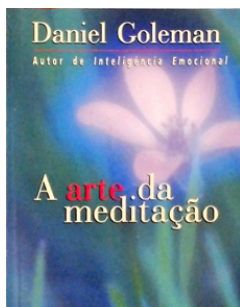
REFERENCIAS:

- FRANCISCO, Papa. Fratelli Tutti: sobre a fraternidade e amizade social. São Paulo: Paulus, 2020.

- Vatican.va/contente/pt/encyclicalo.

- Estadodedireito.com.br/papa-francisco-carte-enciclica-fratelli-tutti.

- Cnbb.org.br/fratelli-tutti.



1 - A arte da meditação. Daniel Goleman. A tradução de Domingos DeMasi. Rio de Janeiro. Sextante, 2018.

A meditação é uma das ferramentas mais antigas da humanidade na busca pela paz interior. No mundo de hoje, ela é um recurso inestimável para quem quer aprender a lidar melhor com as pressões do dia a dia, gerenciar o estresse e ter mais qualidade de vida.

Em *A arte da meditação*, Daniel Goleman, o consagrado autor de *Foco e Inteligência emocional*, nos ensina a tranquilizar a mente, relaxar o corpo, fortalecer o sistema imunológico e aumentar o nosso poder de concentração. Através de quatro tradicionais técnicas de meditação.

Com o CD que acompanha o livro, você vai aprender a:

- Meditar respirando: uma das técnicas mais simples e acessíveis, encontrada em quase todas as tradições espirituais antigas.
- Meditar relaxando o corpo: um recurso poderoso para promover o alívio das tensões corporais, especialmente nos pontos onde mais costumamos acumular tensão.
- Meditar se concentrando: um valioso instrumento para desenvolver uma percepção mais rica do mundo e conhecer o funcionamento da mente.
- Meditar caminhando: uma alternativa útil para quem tem dificuldade em permanecer imóvel na hora de praticar.

*“Todos nós nascemos
para amar; o amor é o
princípio da existência e
o seu único fim.”*

Disraeli



Matheus Macêdo

OS 4

PILARES

DA

SAÚDE

Como a medicina milenar do Ayurveda já ajudou
milhões de pessoas e também pode ajudar você

academia

2 - Os 4 pilares da saúde.

Como a medicina milenar Ayurveda já ajudou milhões de pessoas e também pode ajudar você. Matheus Macedo. São Paulo, planeta do Brasil, 2023.

Você já tirou um momento para pensar em como está se sentindo? Para se perguntar como acordou, se bem ou cansado, se tem se concentrado no trabalho ou ficado estufado depois de comer? Independentemente das respostas, tudo isso tem a ver com saúde – e hoje pode ser o dia em que você dará a atenção de que a sua precisa.

Buscando facilitar o acesso ao conhecimento milenar sobre hábitos de saúde da medicina Ayurveda, Matheus Macedo, idealizador do Vida Veda, escreveu Os 4 pilares da saúde, um guia para compreender como o sono, a alimentação, o movimento e o silêncio devem ser prioritários para um novo jeito de enxergar o corpo e a mente.

Neste livro você descobrirá o quanto a vida pode mudar por meio de práticas simples, sem dietas malucas, regras, dogmas ou restrições. A jornada contida nestas páginas é um ponto de virada para você aproveitar a tranquilidade de um sono restaurador, de ter um corpo cheio de energia, de cultivar a atenção plena e de desfrutar a vida plena e saudável que você deseja e merece.



3 - O livro de Mirdad.

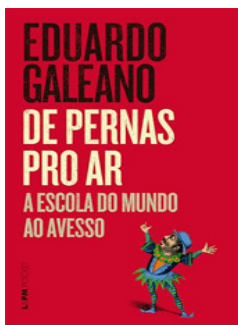
Um farol e um refúgio. Mikhail Naimy. 7ª. edição. Jarinu, São Paulo. Pentagrama, publicações, 2023.

A lenda O Livro de Mirdad é um dos muitos textos que têm sido legados à humanidade desde o princípio e que pertencem à doutrina universal. Sendo assim, ela também traz a assinatura da verdade vivente.

O Livro de Mirdad foi escrito para aqueles que buscam uma resposta às eternas questões fundamentais como: Quem sou, de onde venho e para onde vou? Nele, Naimy faz-nos reconhecer que as respostas para estas perguntas podem ser encontradas aqui e hoje.

Este livro contém uma mensagem da luz e indica o caminho para essa luz.

Alcançando a sétima edição brasileira, esta obra pode ser considerada um dos grandes clássicos da literatura espiritual do século XX.



4 - De pernas pro ar. A escola do mundo ao avesso. Eduardo Galeano. Tradução de Sérgio Faraco. Com gravuras de José Guadalupe Posada. Porto Alegre. RS: L&PM Editores, 2011.

No século XXI, o mundo ao avesso está à vista de todos; o mundo tal qual é, com o umbigo nas costas e a cabeça nos pés.

Eduardo Galeano nasceu em Montevideu, Uruguai, em 1940. Jornalista e escritor, esteve exilado na Argentina e na Espanha, entre 1973 e 1985. É autor de vários livros, traduzidos em mais de 20 línguas, e de uma profusa obra jornalística. Recebeu diversos prêmios, entre eles o Casa de las Américas em 1975 e 1978, e o American book Award (Washington University, Estados Unidos) em 1989.



5 – Dos Delitos e das Penas. Cesare Beccaria. Tradução, Torrieri Guimarães. São Paulo: Martin Claret, 2000.

Beccaria foi a primeira voz a levantar-se, em nome da humanidade e da razão, contra a tradição jurídica e a legislação penal de seu tempo, denunciando os julgamentos secretos, as torturas empregadas como meio de se obter a prova do crime, a prática de confiscar os bens do condenado. Uma de suas teses é a igualdade, perante a lei, dos criminosos que cometem o mesmo delito.

Suas ideias se difundiram rapidamente em todo o mundo civilizado, sendo aplaudidas por Voltaire, Diderot e Hume, entre outros, e sua obra exerceu influência decisiva na reformulação da legislação vigente da época, estabelecendo os conceitos que se sucederam.



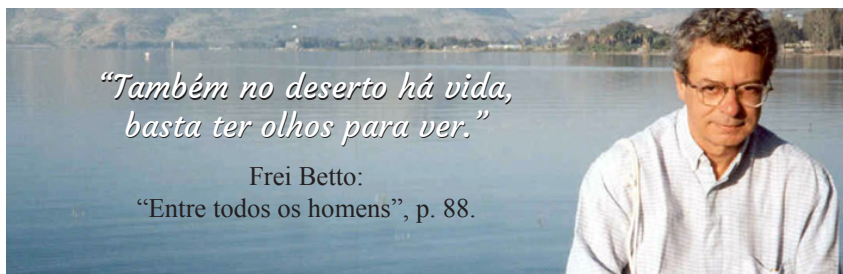


6 - O processo. Franz Kafka. Tradução. Torriero, Guimarães. 4ª. edição. São Paulo: Martin Claret, 2000.

A desesperança e a alienação do homem moderno, imerso num mundo que não consegue compreender, estão magistralmente descritas na obra de Kafka, escritor tcheco de expressão alemã.

O Processo (1925), publicado postumamente, conta a história do bancário Josef K, que, por razões que nunca chega a descobrir, é preso, julgado e condenado por um misterioso tribunal.

Neste romance, a ambiguidade onírica do peculiar universo kafkiano e as situações de absurdo existencial chegam a limites insuspeitados. A ação desenvolve-se num clima de sonhos e pesadelos, misturados a fatos corriqueiros, que compõem uma trama em que a irrerealidade beira a loucura.



O JARRO QUEBRADO



China, Marrocos, Índia, Zen Budismo...

Nas montanhas da Mongólia vivia uma velha numa yurt. Ela morava sozinha e não possuía muita coisa, exceto a yurt, uma cama para dormir e uma mesa com um vaso e flores frescas.

Havia também uma pequena prateleira na parede e na prateleira dois jarros. Um deles era novo e brilhante, e tinha detalhes dourados. O outro era velho e surrado, com uma lasca aqui e um arranhão ali, uma rachadura na borda e geralmente inutilizável.

Todos os dias, a velha tirava os jarros da prateleira, fixava-os no mastro que estava cruzado sobre os ombros e ia até o lago próximo buscar água. Mas quando regressou, enquanto o jarro novo levava a água quase até à borda (e

ele tinha muito orgulho disso), o jarro velho e partido chegou meio vazio, tendo derramado e vazado o seu conteúdo pela fenda.

E assim a mulher foi buscar água durante dois anos ou mais, enquanto a jarra quebrada ficava cada vez mais envergonhada. Por fim, o arremessador reuniu coragem e falou com a velha, dizendo:

“Querida senhora, gostaria de me desculpar”, disse ele. Eu me sinto tão inútil desperdiçando toda a minha água dessa maneira ridícula! Por favor, deixe-me em casa na próxima vez que for buscar água, pois não estou fazendo nada além de lhe causar problemas.

A velha, que era sábia e gentil, respondeu:

“Vou te contar uma coisa, querido cantor. Venha comigo uma última vez e, enquanto caminhamos, observe bem o que está acontecendo.

E eles fazem assim.

A velha prendeu os jarros no mastro e eles partiram. E, enquanto caminhavam, o jarro quebrado viu a mulher colocar a mão no avental e depois, a cada poucos passos, jogar um punhado de sementes no chão. E, olhando mais de perto, viu que as flores cresciam do mesmo lado da estrada onde a velha semeava as sementes, enquanto, do outro lado, a terra estava nua, árida e poeirenta.

Quando a velha encheu os dois jarros e voltou para sua yurt, o jarro olhou novamente e viu que a água que jorrava de sua lateral caía no chão e regava suavemente as lindas flores à beira da estrada.

“Você percebe”, disse a velha, “eu sabia que você era especial, que tinha qualidades que o outro jarro não tem. E aproveitei essas qualidades, colocando você exatamente

onde você pode fazer muito bem. Você não percebeu que sempre há flores frescas no vaso em cima da mesa? Essas flores estão aí graças a você.

Daquele dia em diante, o jarro quebrado sentiu orgulho de cada viagem de ida e volta ao lago; E todas as manhãs ele se enchia de alegria porque a primeira coisa que via era o vaso sobre a mesa sempre coroadado com lindas flores.

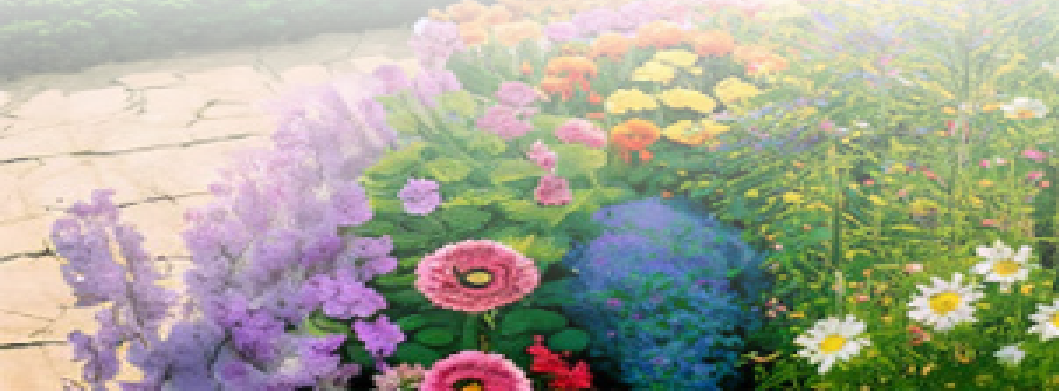
Adaptação de Catriona Blanke e Swantje Oetjen (2022).

Fonte da pesquisa:
<http://theearthstoriescollection.org/>

Questões para refletirmos em grupo:

1 – Em que medida a observação cuidadosa de uma mestra pode nos ajudar a compreender melhor nossas potencialidades criativas, afetivas e correlacionais?

2 – As aparências físicas nem sempre atestam do que levamos conosco em nosso interior. Como podemos perceber tal aspecto no desenrolar da narrativa?



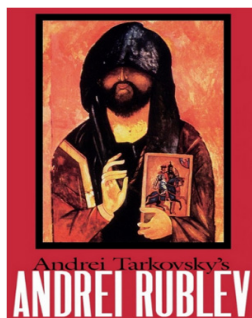


Reflexões com a

7ª Arte

1 – ANDREI RUBLEV (União Soviética, 1966). Direção: Andrei Tarkovski.

Na Rússia medieval, Andrei Rublev é um monge pintor de ícones escolhido para produzir os afrescos de uma catedral. Ao longo da missão, ele é confrontado com as violências do mundo, questiona a própria crença e, ao salvar uma jovem, termina matando seu agressor.



Depois de anos recluso em silêncio, Rublev será despertado pela força da crença de um jovem obstinado. Em vez de recriar de modo tradicional a biografia de um grande artista, Andrei Tarkovski refaz o retrato como alegoria da liberdade em um mundo regido por opressões. Com imagens sublimes, o diretor funde poesia e misticismo e estabelece seu estilo único, com o qual sonda a alma por meio da natureza e faz do cinema um instrumento que revela mais do que vemos a olho nu.

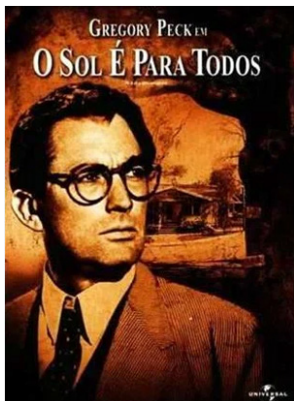
2 – VIDA DE CACHORRO. EUA, 1918. Direção, Charlie Chaplin.

O vagabundo Carlitos salva vida de Scraps, um cachorro que está sendo atacado por outros cães. Com Scraps escondido dentro de suas calças, o vagabundo entra num salão de baile, onde uma cantora é explorada pelo proprietário do estabelecimento. Quando ladrões roubam uma carteira de um milionário bêbado, Carlitos tem a chance de mudar de vida.



3 – O SOL É PARA TODOS – EUA, 1962. Direção: Robert Mulligan, baseado no romance de Harper Lee “To kill a mockingbird”.

Gregory Peck ganhou um Oscar por sua brilhante atuação como o advogado que defende um negro acusado de estupro, nesta versão para o cinema do romance vencedor do Prêmio Pulitzer. A maneira de retratar uma época, um lugar e, acima de tudo, o ambiente, fazem deste filme uma obra-prima.



O local é uma poeirenta cidade sulista durante a depressão. Uma mulher branca acusa um homem negro de estupro. Apesar dele ser obviamente inocente, a imputação de culpa num julgamento é tal que nenhum advogado vai mexer um dedo para defendê-lo, exceto Peck, o mais ilustre cidadão. Sua apaixonada defesa custa-lhe muitas amizades, mas traz o respeito e a admiração de suas duas crianças órfãs de mãe.

4 – VERMELHO COMO O CÉU. Itália, 2006. Um filme de Cristiano Bortone.

A película expõe a saga de um garoto cego durante os anos 1970, que luta contra tudo e todos para alcançar seus sonhos e sua liberdade. Mirco é um jovem toscano de dez anos apaixonado pelo cinema, que perde a visão após um acidente. Uma vez que a escola pública não o aceitou como uma criança normal, é enviado para um instituto de deficientes visuais em Gênova. Lá, descobre um velho gravador e passar a produzir histórias sonoras. Baseado na história real de Mirco Mencacci, um renomado editor de som da história cinematográfica italiana.



5 - NO TEMPO DAS BORBOLETAS.

Baseado no livro de Julia Alvarez. Direção, Mariano Barroso.

Baseado em fatos reais, No tempo das borboletas retrata o período de ditadura militar (1930 – 1961) na República Dominicana, onde por trinta e um anos o povo esteve refém das atrocidades cometidas pelo general Rafael Leônidas Trujillo.

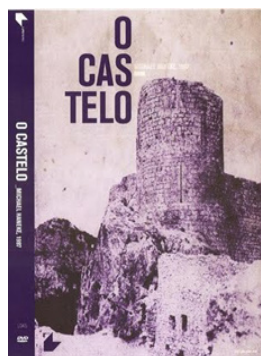
Sob seu lema “ou estás comigo ou contra mim” e com o beneplácito da igreja, Trujillo mandava matar todos os que se opunha ao seu regime. Foi responsável direto pelo assassinato de mais de trinta mil pessoas. Mas a jovem Minerva decide fazer alguma coisa para mudar isso. Inspirada pelo amor que sente pelo líder rebelde Lio e com a ajuda de suas irmãs conhecidas como As borboletas, Minerva enfrenta a opressão das forças de Trujillo até as últimas consequências.



6 – O CASTELO. Áustria, 1997. Diretor: Michael Haneke.

O agrimensor K chega a uma aldeia coberta de neve e procura abrigo num albergue. No dia seguinte, vê no pico da colina gelada o castelo. K nunca conseguirá chegar até o alto, nem os donos do poder permitirão que o faça.

Em vez disso, o suposto agrimensor (mesmo a esse respeito não se tem mais certeza) busca reivindicar seus direitos a um verdadeiro cortejo de burocratas maliciosos, que o atiram de um lado para outro com argumentos que desenham o labirinto intransponível em que se entrincheira à dominação. Baseado no livro de Franz Kafka e dirigido pelo fantástico Michael Haneke.



8 – TOMATES VERDES E FRITOS. EUA, 1991. Direção: Jon Avnet.

Evelyn Couch é uma dona de casa emocionalmente reprimida, que é habitualmente afoga suas mágoas comendo doces. Ed, o marido dela, quase não nota a existência de Evelyn. Toda semana eles vão visitar uma tia em um hospital, mas aparente nunca permite que Evelyn entre no quarto.



Em uma ocasião, enquanto ela espera que Ed termine sua visita, Evelyn conhece Ninny Threadgoode, uma debilitada mas gentil senhora de oitenta e três anos, que ama contar histórias. Através das semanas, ela faz relatos que estão centrados em duas jovens, Idgie e Ruth Jamison, que provocam a ira dos cidadãos menos tolerantes de WhistleStop.

Mas elas fazem um tomate frito que é reconhecido como uma iguaria por todos da região. Assim, cativam até os mais hostis, como também a senhora Evelyn Couch, que ouve a história e a partir de então resolve mudar algumas coisas em sua vida.

9 – O OVO DA SERPENTE. EUA, Alemanha, 1977. Um filme de Ingmar Bergman.

Um dos filmes mais famosos do mestre Ingmar Bergman e o único ambientado na Alemanha da República de Weimar, poucos anos antes da ascensão de Hitler. No elenco, ótimas atuações de Liv Ullmann e David Carradine.

Berlim, novembro de 1923. Acompanhamos uma semana na vida de Abel Rosenberg, um trapezista judeu desempregado, após o suicídio de seu irmão. Nessa semana, seu mundo irá virar de cabeça para baixo.

Bergman reconstitui meticulosamente a Berlim da época, para tecer uma profunda reflexão sobre as origens do nazismo.



Quando chegar a tempestade...

Na travessia do mar agitado, ventos velozes fazem a embarcação ondular com mais ímpeto...

A condição humana na passagem pela existência física é também, em muitos momentos, marcada pela experiência das tempestades.

O barco da viagem é colocado a perigo, o medo de não chegar ao destino almejado aflora em nosso modo de sentir o perigo iminente... Quais alimentos devem ser acionados quando vem a tempestade na travessia da existência?...



Manter-se calmo e confiante... A tempestade vai passar... Tudo passa, nada é definitivo nesta breve travessia...

Aprende-se muito nos momentos de tormenta e turbulência, inclusive a perceber melhor onde está o ponto de equilíbrio que sustenta a tua viagem. Reconhecer que precisamos de ajuda e da experiência de navegantes já vividos em condições similares. Não há nenhum equívoco em reconhecer os nossos limites diante de situações adversas.

O caminho desta viagem vai certamente exigir um mínimo planejamento de rota, com mapas e instrumentos de observação, a fim de apontar novos caminhos para o prosseguimento da travessia.

Quando chegar a tempestade, saiba também, ó alma navegante, que não viajas solitária... O mar observa cada movimento de seus moradores... e os navegantes aprendem, depois de tantos movimentos de travessia, a ler as estrelas e apontar novos horizontes, quando os ventos começam a soprar com mais intensidade.

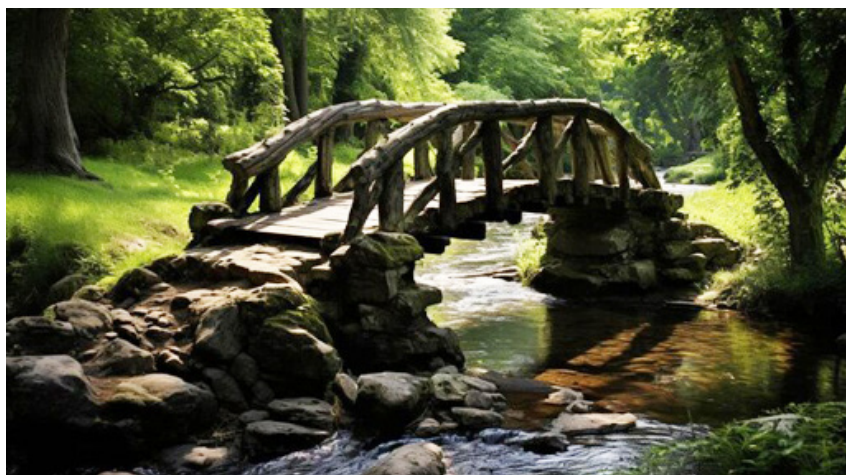
Naveguemos, pois precisamos passar pela travessia da existência, e quando chegar a tempestade, saibamos que tudo o que é vivido de modo intenso adquire o significado de perpétuo aprendizado...

NAMASTÊ !

Jorge Leão

*Membro participante do
MFC, em São Luís – MA.*

O Velho Joe e o Carpinteiro



EUA (Apalaches)

O velho Joe tinha um amigo com quem havia compartilhado as alegrias e infortúnios de uma vida. Eles tinham ido para a escola juntos, e eles tinham capturado e soltado sapos juntos em Hickory Creek. E quando se tornaram adultos e pensaram em se casar, compraram terras juntos e montaram suas fazendas lado a lado.

Mas um dia aconteceu algo que nunca tinha acontecido antes: eles tiveram uma discussão.

Foi uma discussão muito tola, sobre um bezerro que havia desaparecido da terra de Joe e reaparecido na terra de seu amigo. Joe sabia que o bezerro era dele, porque tinha as

mesmas marcas de sua vaca favorita, mas seu amigo estava convencido de que o bezerro era dele. O fato é que a discussão ficou cada vez mais acirrada, já que ambos eram muito teimosos, até que, no final, algumas palavras bastante duras foram ditas.

Fazia sete dias que não se discutia e eles não tinham conversado. Mas Joe não conseguia parar de pensar sobre isso, e seus pensamentos estavam alimentando seus sentimentos ruins contra a pessoa que havia sido seu amigo mais próximo ao longo de sua vida. Foi quando alguém bateu à sua porta.

Quando Joe abriu a porta, encontrou um jovem de trinta

e poucos anos, com um semblante sereno e confiável.

"Oi, sou carpinteiro", disse o homem, "estou procurando emprego. Você tem algo que precisa ser reformado ou construído? Vou fazer um bom trabalho".

"Bem... Sim!" Joe respondeu. "Tem alguma coisa que você pode fazer por mim, filho".

Joe convidou o jovem carpinteiro para sua cozinha. Derramou-lhe uma chávena de café e cortou-lhe um pedaço de pão-de-ló. Depois, sentou-se à sua frente, cruzou os braços sobre a mesa e disse:

"Se você olhar pela janela, vai ver um riacho que separa a minha fazenda daquela fazenda ali. Bem, o riacho não estava lá há uma semana. Meu vizinho cavou há alguns dias para me incomodar. Ele pegou seu cavalo em um arado, subiu aquela colina e cavou um sulco da lagoa, de modo que agora estamos separados por aquele pequeno riacho."

"Eu quero que você faça uma coisa por mim", continuou Joe. "Eu tenho que ir para a cidade comprar mantimentos, e eu quero que você me construa uma cerca de madeira lá em cima, alta o suficiente para que eu quando eu voltar eu não tenha que ver o rosto do meu vizinho nunca mais."

"Muito bom", disse o carpinteiro. "Se você me der as tábuas de madeira e os pregos, eu tenho minhas próprias ferramentas boas e acho que posso fazer um bom trabalho; um trabalho do qual você não vai se arrepender. Eu te garanto".

Joe levou o carpinteiro ao armazém, mostrou-lhe a madeira e os pregos que podia usar, e depois subiu em seu carrinho e partiu para a cidade.

O carpinteiro trabalhava incansavelmente o dia todo, tirando medidas, cortando madeira, encaixando e pregando-as, enquanto Joe fazia suas tarefas na cidade, e depois ia à taverna tomar uma cerveja e jogar uma mão de pôquer.

Quando voltou, sendo o sol no horizonte, Joe parou o carrinho, olhou na direção da casa do amigo... e sua mandíbula caiu como se uma mola tivesse se quebrado entre seus dentes.

O carpinteiro não tinha feito uma cerca, mas uma bela ponte de madeira, com corrimãos e tudo, atravessando o riacho de um lado para o outro!

Nesse momento, seu velho amigo vinha em direção à sua fazenda, do outro lado da ponte, sorrindo de orelha a orelha e de braços abertos.

"Meu velho Joe! Que gesto lindo!" Ele disse ao terminar

de atravessar a ponte. "Me perdoe, por favor. Tornei-me um velho rabugento teimoso. Não me importa quem é o bezerro. Mantenha-o. Tudo o que eu quero é que sejamos amigos novamente".

Os dois mais velhos se derreteram em um abraço, e Joe sussurrou para o amigo:

"Desculpe. Não foi ideia minha, mas do carpinteiro. Esse bezerro é seu. Não sei o que estava pensando, velho amigo. A única coisa que eu quero, é que a gente volte a ser amigo. Vamos esquecer esse sonho ruim".

Quando se viraram para agradecer ao carpinteiro pelo que fizera, viram que ele já tinha pego suas ferramentas e montado seu cavalo e estava prestes a partir.

"Ei! Espere um momento!" Joe disse. "Eu e meu amigo temos muito trabalho para te dar. Por favor, fiquem conosco".

Mas o carpinteiro riu e disse:

"Seria divertido passar alguns dias com você, acredite. Mas eu não consigo..."

E puxando os freios de seu cavalo para virar, acrescentou:

"Tenho muito mais pontes para construir."

Esta história foi registrada em 1951 por Manly Wade Wellman, contada a ele por um velho chamado Green, um caçador de abelhas que vivia perto de Bat Cave, no condado de Henderson, Carolina do Norte.

Fonte da pesquisa:
<http://theearthstoriescollection.org/>



***“Disponha-se a
oferecer atos de bondade
a outras pessoas.
Quando fizer cada um
deles, tome consciência
da luz em seu ser.
[...] Deixe que a luz
seja simples em
sua essência.”***

Cherry Gilchrist: “Os Nove Arquétipos da Alma Feminina”, p. 245.

A cultura do descarte



A cultura do descarte tende a se tornar a mentalidade comum, que contagia a todos. A vida humana, a pessoa, já não é sentida como um valor básico a ser respeitado e protegido, especialmente se é pobre ou deficiente, se ainda não é útil - como o nascituro - ou se já deixou de ser - como o idoso. Essa cultura do descarte também nos tornou insensíveis ao desperdício e aos restos alimentares, que ainda são mais criticáveis quando, em todas as partes do mundo, infelizmente, muitas pessoas e famílias sofrem devido à fome e à desnutrição.

Antigamente, nossos avós eram muito cuidadosos em não descartar a comida que sobrava. O consumismo nos induziu a nos habituarmos ao supérfluo e ao esbanjamento cotidiano de alimentos, aos quais às vezes já não somos

capazes de atribuir o devido valor, que vai além dos meros parâmetros econômicos. Recordemos bem: a comida que se descarta é como se fosse roubada da mesa de quem é pobre, daqueles que têm fome! Convido todos a refletir sobre o problema da perda e do desperdício de alimentos para tentar encontrar caminhos e modos os quais, enfrentando seriamente esse problema, sejam veículo de solidariedade e de partilha com os mais necessitados.

No relato do milagre da multiplicação dos pães, Jesus dá de comer a multidão, cinco pães e dois peixes. E a conclusão dessa passagem é importante. "Todos comeram e ficaram saciados, e foi recolhido o que sobrou dos pedaços: doze cestos!" (Lucas, 9 17). Jesus pede aos discípulos que nada se perca, nada se descarte!

Doze é o número das tribos de Israel e simbolicamente representa o povo inteiro. E isso nos revela que, quando o alimento é compartilhado de modo equitativo, com solidariedade, ninguém fica desprovido do que lhe é necessário, e cada comunidade pode ir ao encontro das necessidades dos mais pobres. Ecologia humana e ecologia ambiental caminham juntas.

Por isso, gostaria que todos nós assumíssemos seriamente o compromisso de respeitar e preservar a Criação, de prestar atenção em cada pessoa, de contrapor a cultura do desperdício e a do descarte, a fim de promover uma cultura da solidariedade e do encontro.

Fonte: PAPA FRANCISCO.
O Amor é contagioso – O Evangelho da Justiça.
Organização Anna Maria Foli.
2ª. reimpressão. São Paulo:
Fontanar, 2017, p. 60 – 61.

QUESTÕES PARA DEBATE:

1 – Como percebemos em nosso meio a cultura do descarte?

2 – Quais as pistas apontadas pelo Papa Francisco para um contraponto à cultura do descarte?

3 – Como tem sido a nossa dinâmica, enquanto movimento de pessoas inseridas na sociedade contemporânea, diante da cultura do descartável?

Para Refletir

***“Quando tudo parece
convergir para o que
supomos o nada, eis que a
vida ressurge triunfante e bela.
Novas folhas. Novas
flores... Na infinita bênção
do recomeço.”***

Chico Xavier
(1910 – 2002)



OBSERVAÇÃO ATENTA

Observas com atenção os sinais de manifestação do ritmo harmônico da vida no tempo de tuas andanças...

Observar para assimilar o conteúdo substancial no processo do aprendizado contínuo.



Observa cuidadosamente o movimento do teu alimento vital. Expande a consciência na respiração pausada. Vitalidade é dinâmica no equilíbrio entre o que assimilamos, transformamos e entregamos.

Qual a importância da observação para o compromisso com a saúde integral?

Eis alguns itens importantes:

1) Observar possibilita conhecer mais profundamente. O potencial de tempo que o corpo necessita para assimilar. Transformar e entregar. Do mesmo modo, com o nosso psiquismo. Observa quais os potenciais elementos que agregam o equilíbrio nas emoções.

2) Observadores são atentos aos sinais do tempo. Como costumamos, experienciar o ritmo das horas?

3) Com a observação atenta, encontraremos mais elementos para tomar decisões com maior amplitude de critérios. A fim de continuar a nossa jornada evolutiva.

Todo caminho trilhado pode e deve ser atentamente observado.

Extraindo da observação atenta e apurada as potenciais pontes entre o que sentimos, percebemos, compreendemos e comunicamos durante o tempo em que peregrinamos como aprendentes no percurso existencial da vida.

Observa tuas atitudes... e sente se nelas encontras sinais de expansão da vida.

Observa teus afetos, sentindo neles verdade, na energia emanada ao mundo que os recebe.

Observa os teus passos, vislumbrando neles caminhos de compartilhamentos e reencontros terapêuticos.

Observa o pulsar do coração, sintonizando com ele o oceano de pulsações cósmicas, na experiência do inspirar, acolher, transformar e entregar o que de melhor tiver sido processado no cultivo desta observação atenta.

NAMASTÊ!

Jorge Leão

*Membro participante do
MFC, em São Luís – MA.*

O escândalo da fome

Eum escândalo que ainda hoje haja fome e desnutrição no mundo! Não se trata só de reagir a emergências imediatas, mas de enfrentarmos juntos, em todos os níveis, um problema que desafia a nossa consciência pessoal e social, para chegar a uma solução justa e duradoura.

Que ninguém seja obrigado a deixar a própria terra e seu ambiente cultural pela falta de meios de subsistência! Paradoxalmente, em uma época em que a globalização permite conhecer as situações de necessidade no mundo e multiplicar o intercâmbio e as relações humanas, parece crescer a tendência ao individualismo e ao fechamento, que leva a cer-

ta atitude de indiferença – a nível pessoal, institucional e governamental – em relação a quem morre de fome ou sofre de desnutrição, como se esse fato fosse inevitável. Mas a fome e a desnutrição nunca podem ser consideradas um fato normal ao qual nos habituámos, como se fizesse parte do sistema.

Alguma coisa deve ser mudada em nós mesmos, em nossa mentalidade, em nossa sociedade. O que podemos fazer?

Penso que um passo importante seria derrubar com firmeza as barreiras do individualismo, do fechamento em nós mesmos, da escravidão ao lucro a qualquer preço, não só nas dinâmicas das relações humanas, mas



também nas dinâmicas econômico-financeiras globais. Penso que hoje, mais do que nunca, é necessário educar para a solidariedade, redesobrir o valor e o significado dessa palavra tão incômoda, e muitas vezes desprezada, e fazer dela uma disposição fundamental nas escolhas a nível político, econômico e financeiro, nas relações entre pessoas, povos e nações.

Só sendo solidários no plano concreto, superando visões egoístas e interesses de parte, é que poderemos alcançar o objetivo de eliminar as formas de indigência causadas pela falta de alimentos. Solidariedade que não se reduz às diversas formas de assistência, mas que

age para garantir que um número cada vez maior de pessoas possa ser economicamente independente.

*Fonte: PAPA FRANCISCO.
O Amor é contagioso – O
Evangelho da Justiça.
Organização Anna Maria Foli.
2ª. reimpressão. São Paulo:
Fontanar, 2017, p. 62 – 63.*

QUESTÕES PARA DEBATE:

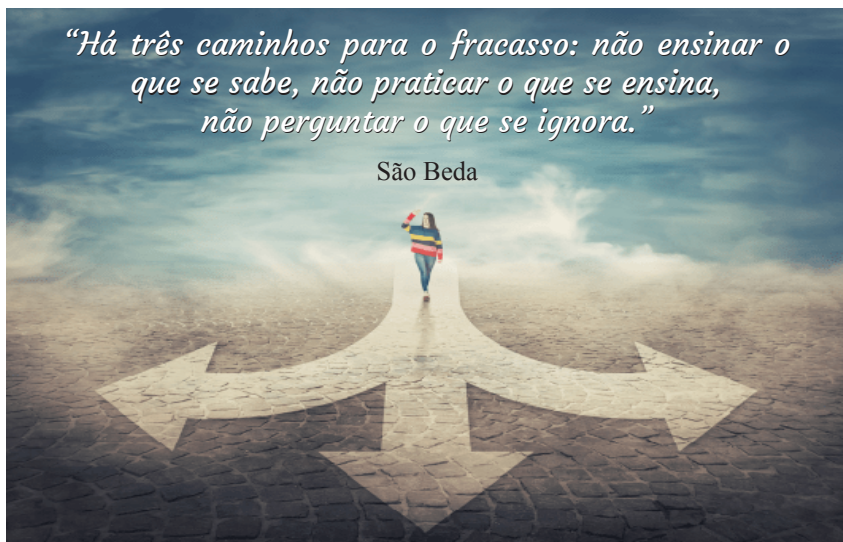
1 – Que reflexões podemos gerar sobre o tema proposto para nossa realidade enquanto Movimento Familiar Cristão?

2 – Elaborem um plano de ação e apresentemos à nossa equipe base sobre o tema em questão apresentado pelo Papa Francisco.

Para Refletir

“Há três caminhos para o fracasso: não ensinar o que se sabe, não praticar o que se ensina, não perguntar o que se ignora.”

São Beda



O Saco da História

Coreia

Há muito tempo, havia um menino que adorava ouvir histórias. A paixão pelas histórias lhe fora incutida pelo avô, que fora um grande contador de histórias e que desde muito cedo sentara o neto de joelhos, para lhe contar uma história atrás da outra. Dessa forma, o garoto desenvolveu um gosto tão grande por histórias que toda vez que encontrava alguém novo pedia que ela lhe contasse uma história. O garoto fez uma bolsa de couro para guardar todas as histórias que lhe foram contadas, para que, quando estivesse sozinho em seu quarto, pudesse ouvi-las novamente.

O garoto ficou muito ávido por histórias, recusando-se a compartilhá-las com ninguém. Sua bolsa ficou tão cheia que mal cabia novas histórias lá dentro. Ele teria que forçar muito para colocá-los e depois amarrar a alça na boca

da bolsa bem apertada para que nenhuma história pudesse escapar ou se perder.

Os anos se passaram e o menino se tornou um jovem bonito. Um dia, em uma festa em uma cidade próxima, ele conheceu e se apaixonou por uma jovem pequena. Após um breve namoro, o casal fez suas promessas e os preparativos do casamento começaram.

Todos na casa se ocuparam em colocar tudo em ordem antes que o casal chegasse para tomar posse de sua casa e comemorar a noite de núpcias. Até o avô do jovem quis ajudar nos preparativos. Ele estava andando pela cozinha, procurando algo para fazer quando, de repente, ouviu vozes sussurrando atrás da porta do jardim.

Quando olhou por trás da porta, encontrou o saco de histórias do neto. Inclinando-se mais para ouvir melhor, ouviu uma voz dizendo:

"Ouçam todo mundo. Amanhã, o homem que é nosso carcereiro vai se casar. Por muitos anos, ele nos manteve aqui trancados e superlotados, impedindo-nos de fazer nosso trabalho no mundo... Nem me lembro como me contaram pela primeira vez", lamentou a história. Depois, saindo de suas reflexões, acrescentou. "A tortura a que ele nos submeteu foi desumana, mas chegou a hora da nossa vingança."

"De acordo com os costumes nupciais", disse a voz de outra história, "amanhã, ele montará seu cavalo até a casa de sua noiva. Depois de receber a noiva de sua mãe e de seu pai, ele se casará com ela e a levará aqui para sua nova casa. Proponho que façamos deste casamento um evento que ele nunca esquecerá... mas por razões diferentes", acrescentou num sussurro. "Vou me transformar em uma suculenta amora em um arbusto à beira da estrada. Vou atraí-lo para mim. Mas, como amora, causar-lhe-ei cólicas terríveis nas entranhas, que o farão visitar a casa de banho o dia todo."

O avô ouviu risos de cumplicidade, após os quais outra voz foi ouvida.

"Eu me tornarei a água cristalina de uma fonte que está no caminho que leva à casa da noiva. Eu o atrairei de tal

forma que ele não poderá resistir; e, quando ele me beber, eu me tornarei álcool, para que ele chegue à casa da noiva completamente bêbado".

Mais risadas foram ouvidas dentro da bolsa.

"Tenho uma ideia melhor", disse uma quarta voz. "Eu me tornarei uma pedra, e vou esperá-lo no saco de palha que é colocado para o noivo na casa da noiva para que ele possa desmontar confortavelmente de seu cavalo. Quando ele descer de seus estribos e pisar em mim, ele torcerá o tornozelo e terá que passar o dia do casamento mancando como um velho coxo."

Desta vez, as gargalhadas foram mais altas.

"Vamos dar a ele a noite de núpcias mais inesquecível que alguém poderia imaginar", disse outra voz. "Vamos nos transformar em pulgas e esperar os noivos na cama de noiva!"

Uma gargalhada saiu da bolsa.

"Shhh!", exclamou uma voz. 'Cala a boca, eles podem nos ouvir!'

Mas já era tarde demais. O avô tinha ouvido tudo. Profundamente preocupado, ele voltou para casa e foi para seu quarto para pensar cuidadosamente sobre o que poderia

fazer para poupar seu amado neto de um momento tão difícil no dia de seu casamento.

Na manhã seguinte, depois que o jovem já havia montado seu cavalo e se preparava para sair com o cortejo de casamento, seu avô apareceu repentinamente entre sua comitiva de convidados e amigos. Seu avô arrebatou as rédeas de seu cavalo.

"Me permita, meu querido neto", disse ele segurando as rédeas com força. "Eu te acompanharei, como um príncipe em seu noivado."

"Não precisa, avô", respondeu o jovem, um tanto constrangido. "Eu sou perfeitamente capaz de andar a cavalo, como vocês sabem muito bem."

"De jeito nenhum!", respondeu o avô, já conduzindo o nobre animal ao longo da procissão. "Você chegará à casa da sua noiva como um grande cavalheiro!"

Então eles saíram pela estrada.

Enquanto caminhavam, a procissão passou por um grande arbusto e, embora não fosse época de amoras, o jovem viu um gordo pendurado ao alcance do braço.

"Pare por um momento, avô!", disse o noivo. "Eu quero comer essa amora. Parece chamar-me daquele mato."

"Esquece!", respondeu o velho rapidamente. "Para onde vamos, você poderá provar iguarias muito mais deliciosas do que aquela humilde baga da floresta."

Assim que passaram pelo arbusto de amora, o desejo do noivo de comer a baga desapareceu.

Quando entraram no caminho que levava à casa da noiva, a água borbulhante de uma fonte chamou a atenção do noivo.

"Avô, pare por um momento, por favor", disse rapidamente. "Quero beber um pouco de água. Não sei porquê, mas agora estou com muita sede."

— Essa água não vai matar a sede — disse o avô, acelerando o ritmo do cavalo. "É água salgada e, em qualquer caso, em breve você poderá saborear as deliciosas bebidas do banquete nupcial. Com certeza você pode esperar um pouco'.

Passados dez segundos, o jovem já não tinha sede.

Por fim, entraram pelo pórtico da casa da noiva e foram ao encontro dos pais de sua noiva onde o esperavam, com uma almofada de palha no chão. Quando o noivo sorridente se desmontou e estava prestes a colocar o pé na almofada, o velho puxou o

freio do cavalo. O movimento brusco fez com que o jovem errasse a almofada e caísse no chão.

Ao deitar-se no chão, o noivo desejou que a terra o engolissem, mas seu avô sabia que aquela queda era apenas um mal menor em comparação com o que poderia ter sido um pesadelo de um dia.

Por fim, o jovem se levantou e, não querendo fazer uma cena na frente de seus futuros sogros, voltou a sorrir e continuou com os costumes do casamento.

O noivo levou a noiva com a bênção de seus pais, e ambos se casaram para a alegria das duas famílias e dos muitos amigos que vieram comemorar com eles... Enquanto isso, seu avô já se preparava para seu desafio final.

Após o casamento e a celebração, os noivos foram levados para sua nova casa para que pudessem finalmente desfrutar da companhia um do outro. Eles pensaram que estavam sozinhos ali, mas o avô do noivo estava escondido na varanda do lado de fora da porta do quarto.

Quando o casal entrou no quarto, pronto para ir para a cama, o avô apareceu de repente, para surpresa do neto.

"Saia daqui imediatamente!", disse o velho. Basta le-

var sua esposa e voltar para a sala de estar. Vou te ligar quando o perigo passar'.

O avô foi deixado sozinho com centenas, talvez milhares, de histórias todas transformadas em pulgas e todas desejando vingança. Mas, o avô tinha sido um contador de histórias a vida toda, então não demorou muito para entrar em um diálogo pacífico com eles.

Depois de conversarem por um tempo, os stories admitiram que perderam a cabeça depois de tantos anos confinados e isolados. Mas argumentaram que o que o neto lhes fizera ia contra a sua natureza. Disseram-lhe que as histórias nasceram para serem contadas, para serem compartilhadas de pessoa para pessoa, de geração em geração, e que desejavam, mais do que tudo, viajar até os confins da terra. A ganância de seu neto levaria a uma tortura que não podia ser compreendida por um ser humano. Só outra história poderia saber o imenso sofrimento que sentiram.

O avô nunca tinha perdido uma oportunidade de contar as histórias que conhecia. Ele reconheceu algumas dessas histórias de sua própria infância, algumas que ele se lembrou de compartilhar com seu neto. Ele podia ver agora

o quanto essas histórias haviam sofrido na bolsa.

Depois de conversar com o avô, as histórias ficaram um pouco melhores. O avô deixou-os e foi explicar ao neto o que tinha acontecido.

"Que tolo eu fui!", exclamou o neto sinceramente arrependido. "Como eu poderia ter feito isso com eles, com esses amigos que me deram tantos momentos de alegria e ilusão, que me ajudaram a viver?"

Imediatamente, o jovem entrou na cozinha, pegou a sacola e desatou o nó forte com o qual havia amarrado. As restantes histórias estavam finalmente livres da sua prisão, livres para encontrar alguns lábios, algumas mãos e alguns olhos que lhes pudessem dar vida novamente,

que pudessem partilhá-los novamente em frente às lazeiras e fogueiras, nas mesas das cozinhas e nos viveiros.

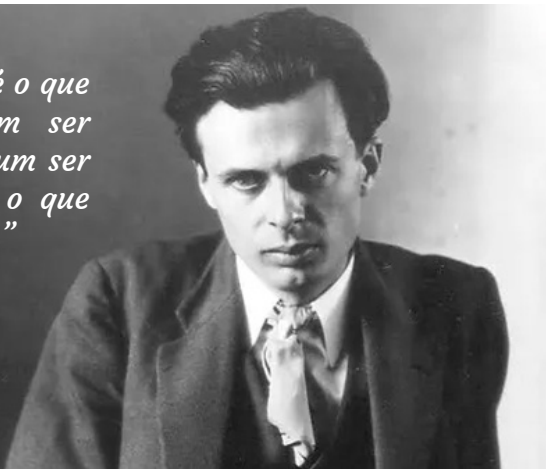
O jovem prometeu que nunca mais trancaria suas histórias em sua bolsa, que sempre deixaria o cordão de couro solto para que eles pudessem ir e vir como quisessem. Prometeu ao avô que, daquele dia em diante, ele também seria um contador de histórias. Ele também dava presentes como histórias não apenas para sua esposa e futuros filhos, mas para toda a comunidade e para qualquer pessoa que ele conhecesse e que estivesse disposta a ouvir uma história.

*Adaptado por Grian
A. Cutanda (2019).*

*Fonte da pesquisa:
theearthstoriescollection.org*

"Experiência não é o que acontece com um ser humano; é o que um ser humano faz com o que lhe acontece."

Aldous Huxley
(1894 – 1963)



O Velho Sábio

Mianmar / Sufismo turco / Judaísmo

O jovem príncipe não gostava da vida palaciana, então aproveitou todas as chances que teve para se esgueirar e tomar o caminho que levava aos campos verdes e florestas da região. Só ali se sentia em paz, ouvindo o canto dos fazendeiros arando a terra, absorvendo-se com os reflexos do sol nos riachos e observando os grilos batendo as asas como violinistas.

Um dia, passando por uma fazenda, quando voltava para o palácio, observou um velho plantando algumas mudas de cerejeira no pomar perto da casa. Foi um esforço considerável para o homem cavar a terra a fim de plantar as mudas, então o príncipe, intrigado, parou no muro de pedra que separava a fazenda da estrada.

"Velho!", disse o príncipe, chamando a atenção do velho fazendeiro. 'Posso te perguntar quantos anos você tem?'

— Claro, meu jovem amigo — disse o velho, que, embora não tivesse reconhecido o jovem príncipe, deduzira que ele deveria ser um jovem culto. 'Tenho oitenta e um anos'.

O príncipe abriu os olhos espantado.

"E, com a sua idade", disse o príncipe, "você não acha que o trabalho que está fazendo é fútil, já que, muito provavelmente, você nunca conseguirá provar as cerejas daquelas mudas?"

O idoso saiu da enxada e se aproximou do muro de pedra para conversar melhor com o jovem.



"Você vê aquelas cerejeiras que se estendem à esquerda da casa?", disse o homem apontando para além das paredes da casa da fazenda. "Essas árvores foram plantadas pelo meu avô. E você vê aquelas outras cerejeiras no morro?", virou-se para apontar para o outro lado. 'Essas foram plantadas pelo meu pai'.

"Eu comi deliciosas cerejas daquelas árvores toda a minha vida", continuou o velho, "e nem tive a chance de agradecer ao meu avô por isso. Não é justo que eu plante essas cerejeiras, mesmo sabendo que nunca provarei seus frutos?"

O príncipe ficou profundamente comovido com o raciocínio do velho.

"As cerejas dessas mudas não são para eu comer", disse o agricultor. "Eles são para minhas filhas, seus maridos e os filhos de minhas filhas, meus netos, comerem muito depois de eu ter saído deste mundo."

Quando, muitos anos depois, o príncipe se tornou rei, sempre prestou especial atenção ao cuidado das áreas rurais de seu reino, pois sabia que eram elas que forneciam alimentos e recursos para as cidades.

Deram a sua riqueza a todo o país. Mas, além disso, em todas as questões políticas e de Estado, ele sempre teve em mente em suas decisões não apenas a população que existia em seu reino naquele momento, mas também as gerações futuras, mesmo aquelas que só chegariam após sua própria morte. Com essas prioridades, o outrora jovem príncipe acabou entrando para a história como o melhor rei que seu povo já teve.

*Adaptado por Grian A.
Cutanda (2018).*

*Fonte da pesquisa:
<http://theearthstoriescollection.org/>*

QUESTÕES PARA REFLEXÃO:

1 – Como reverenciamos aquilo que nos foi legado pelas gerações que nos precederam?

2 – Que relações estabelecemos com os nossos ancestrais?

3 – Como cultivamos relações de cuidado, reverência e generosidade com os mais velhos?

4 – Qual o lugar da fala e da escuta atenta às palavras do velho sábio em nosso cotidiano?

A CASA DA MINHA AVÓ



Por Maria Clara Lucchetti Bingemer

Publicado em 31/08/2024 , em Jornal do Brasil

A pesar de haver vivido no exterior alguns esparsos anos e um ano em São Paulo não considero moradia nem chamo de casa a nenhum outro lugar em minha já longa vida senão a esta casa antiga e acolhedora que pertenceu a meus avós. Já eu pequena meus pais iam viajar e me deixavam com minha avó, com quem entretinha uma relação afetiva profunda. Subia e descia as escadas da casa, entrava em seus inúmeros quartos, andava de balanço no terraço de cima e de trás, ajudava Alice a portuguesa a fazer bolos na ampla cozinha.

A casa da minha avó era

grande e misteriosa, com portas onde menos se esperava e armários em espaços inusuais. Em alguns era proibido mexer e minha curiosidade infantil ardia de desejo de mexer justamente ali onde o interdito e a transgressão temperavam a vontade coibida. Na varanda de baixo da frente minha avó sentava-se quando caía a "fresca" da tarde tomando suco de laranja. E pelo muro, que naquele tempo de segurança e sossego era baixo, conversava com os vizinhos que por ali passavam e se detinham. Muitas vezes eu vinha fazer-lhe companhia.

Quando morreu meu pai

eu tinha nove anos de idade e morávamos, minha mãe, ele e eu em uma casa na mesma rua na esquina de cima. Meu avô então fez obras na casa e no andar de cima da garagem, construiu e reformou um quarto com banheiro para minha mãe e eu. Igualmente um escritório para que eu pudesse estudar. E ali transcorreu o que restava da minha infância, toda a minha adolescência até que aos 18 anos comecei a namorar o argentino que hoje é meu marido.

Desde a primeira vez que ele pisou na casa da minha avó enamorou-se das duas. Minha avó acabava de ficar viúva e queria vender a casa. Meu marido rebelou-se contra isso, disse que essa casa tinha que ficar na família. Ele havia acabado de perder o pai e dispunha de algum recurso. Com este comprou a parte do imóvel que não pertencia a minha mãe. E tornou-se mais um habitante da casa que fora minha desde sempre e que a partir daí passou a ser também nossa. Aqui nasceram e cresceram meus filhos, brincaram meus netos, frequentaram nossos amigos.

Estará o leitor a perguntar-se por que faço uma crônica tendo como personagem a casa da minha avó.

Vários argumentos justificam essa escolha. Primeiro, e mais que todos, o arquiteto que elaborou o projeto e acompanhou a construção da mesma? Lucio Costa. Primo irmão de minha avó, presenteou-a quando de seu casamento com desenhos e plantas da casa que se construiria no terreno que meu avô acabara de comprar em um bairro de Laranjeiras ainda com poucas construções. Recordo-me que Lucio nos visitava várias vezes e a cada vez dizia que éramos – dos que moravam em casas por ele projetadas – os que mais respeitavam seu projeto original e sua estética.

O outro argumento – mais recente – foi o fato de que há alguns anos fomos visitados por quatro arquitetas da UFRJ que elaboravam um livro sobre as casas de Lucio Costa em Laranjeiras. Era uma alegria para nós vê-las subindo no telhado a fim de fotografar a assinatura de Lucio Costa, fotografar vários ângulos do espaço, procurar a melhor iluminação etc. O livro, finalmente, ficou pronto e fomos convidados para o lançamento.

Foi uma emoção ver o belo produto daquele longo trabalho. Nossa casa, com o desenho original de Lucio Costa, figura na capa do livro que

se intitula Casas Cariocas de Lucio Costa, da Editora Paisagens Híbridas. O interior, em papel "couché", dedica um bom espaço a nossa casa e às outras projetadas pelo arquiteto, amigo e parente na cidade do Rio de Janeiro. As belas fotos destacam os melhores ângulos que a iluminação permite. E os desenhos testemunham o traço do arquiteto que marcou a história do país.

Voltando do lançamento, olhei para a casa da minha avó e meu olhar era diferente. Sentia-me habitando em meio a um lugar sagrado, que abrigou tantas gerações e cujas paredes transpiram vida, luta, amor e tantas emoções. Recordamos, meu marido e eu, as tantas e infinitas vezes em que nossos filhos insistiram para que saíssemos daqui, que nos mudássemos para um apartamento menor e mais moderno, em outro bairro mais valorizado e seguro.

Ficamos. Acreditamos na história e na memória. Valorizamos os legados. Não estávamos sozinhos. Conosco habitavam e habitam vários outros: os mais de 11000 livros que enchem paredes e estantes, as fotos que testemunham a passagem do tempo e a nossa inscrição nele. A escada de azulejos

que se projeta em curva, as vigas que decoram os tetos das salas, e os arcos, os arcos, marcam passagens. A pesada porta principal em madeira de lei encravada na pedra entalhada tem um porte nobre e imponente. Tudo fala de um tempo em que minha avó reinava da sala à cozinha e por onde agora passam alunos, amigos, família, dando seguimento ao bendito ato de habitar e viver.

Pareceu-me naquele momento escutar o piano onde minha avó enchia as noites com chorinhos de Ernesto Nazaré e outras peças de seu repertório. E tive a convicção de que moro em uma casa construída sobre a rocha, como diz o Evangelho de Mateus 7, 24-25: "Todo aquele, pois, que ouve estas minhas palavras e as pratica será comparado a um homem prudente que construiu a sua casa sobre a rocha. Caiu a chuva, transbordaram os rios, sopraram os ventos e bateram com força contra aquela casa, e ela não desabou, porque tinha sido construída sobre a rocha."

Maria Clara Lucchetti Bingemer é professora do Departamento de Teologia da PUC-Rio e autora de "Crônicas de cá e de lá" (Edições Subiaco), entre outros livros.



Toque terapêutico

Toque levemente neste momento o centro energético da cura interior: o teu coração.

Sinta-se convidado a sentir-se em casa, preparando os ouvidos para o suave encantamento melódico do acolher as nossas dores.

Sentar-se de modo tranquilo e sereno, sentindo calmamente o agora como o tempo presente da recondução ao centro de luz terapêutica do perdão.

Ondas esparsas de turvas constelações mentais ainda povoam a atenção. Entretanto, o toque terapêutico é gratuidade plena. Ele convida ao abraço com a criança perdida dentro de nós. Ele não julgará ou condenará o teu passado. Sua presença simplesmente mostrará a porta de entrada ao caminho terapêutico da reconciliação com as nossas dores mais profundas.

O toque terapêutico é experiência vivenciada no espaço das cantigas de roda. Das histórias encantadas de nossas avós. Das estrelas que iluminam o céu de nossa noite, do dia que nasce trazendo boas notícias.

O toque é abertura para o Sopro de Vida. O toque é terapêutico, pois é acolhedor de nossa humanidade perdida. O toque é vivacidade em movimento. O toque terapêutico é libertador, pois transforma a dor em caminho de aprendizado.

Sigamos em paz, hoje e sempre, na inspiração da luz e na transpiração do amor.

NAMASTÊ!

Jorge Leão – membro participante do Movimento Familiar Cristão, em São Luis, Maranhão.

Todo Credo é Uma Luz

Pe. Arnaldo Lima Dias
(1945 – 2017)

Creio no zelo pela vida como caminho de felicidade.

Creio que há um espaço em nós mesmos (as), de bem aventurada e perene confiança.

Creio que na importância do diálogo, como ponte de confraternização universal.

Creio que os cumes e vales são os contornos maravilhosos do caminho, mas o mais importante é o próprio caminhar.

Creio que somente quem se faz amável, pode ser feliz.

Creio que sem constância e fidelidade aos propósitos, o processo não logra o fruto amadurecido.

Creio que a melhoria é a seta condutora à grande alegria.

Creio que a felicidade de colaborar liberta as possibilidades para transformar.

Creio que educar é preparar a pessoa para responder à vida.

Creio que a suprema ciência é a ciência do Amor.

Creio que tudo é válido, quando nos leva ao gozo da Paz.

Creio que a bondade é o espaço sem fronteiras da humanidade.

Creio que a noite é sempre pequena quando nós fazemos serenata de amor.

Creio que a simplicidade é a seta que nos aponta à rua de Deus.

Creio que todos que nascem no berço do mundo têm o direito de ser bem acolhidos.

Creio que só é feliz quem se entrega em vida, porque acredita que o Amor é a Força maior!

Creio que a opção pela ignorância é o apagão da alma!

Creio que as estações se sucedem para nos ensinar que a mudança é sempre salutar.

Creio que os cuidados fraternais são mais curadores que os avanços medicinais...

Creio que a família e a vida só têm chances no Amor.

Creio que Amar é a forma mais simples de aproximar.

Creio que o Amor é uma arte de aprendizagem perene.

Creio que a Festa do Amor é artesanato, fé e sabedoria.

Creio que o silêncio é o terreno propício para o plantio do céu.

Creio que trabalhar com Amor é realizar o propósito de vida no conta gotas de cada dia.

Creio que ninguém chega ao céu, se não parte do chão.

Creio no mundo solidário tecido por todas as mãos.

Creio que os sonhos nos sustentam bem mais que as realizações, mas cada realização, é a plataforma para muitos sonhos...

Creio na urgência de um ecumenismo radicalmente aliado no Amor ao diferente...

Creio que tudo é passível de recriação quando o Amor é presente no impossível...

Fonte: DIAS, Arnaldo Lima. Todo Credo é uma luz – um credo no terceiro milênio. Salvador: Gráfica Amazonas Ltda, 2005.

Para Refletir

“A direção é mais importante que a velocidade.”

Sabedoria dos Séculos





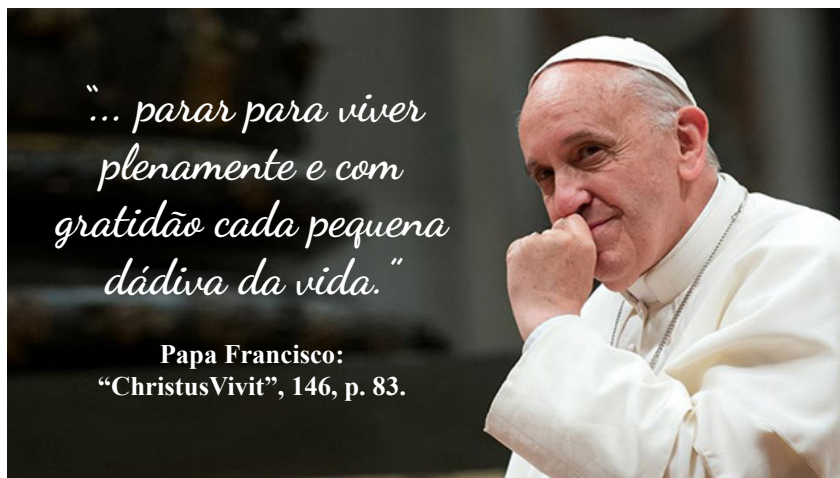
*“A identificação
com o desconforto é sofrimento...
Paz não é ausência de conflitos;
Paz é a não identificação
com os conflitos...”*

Marco Schultz



*“Quem sabe que o tempo
está fugindo descobre, su-
bitamente, a beleza única
do momento que nunca
mais será...”*

Rubem Alves – “Tempus Fugit”



*“... parar para viver
plenamente e com
gratidão cada pequena
dádiva da vida.”*

Papa Francisco:
“Christus Vivit”, 146, p. 83.