

dascalía Ap., V, 20, 18). Também hoje esta prática deve ser redescoberta e encorajada, sobretudo durante o tempo litúrgico quaresmal.

De quanto disse sobressai com grande clareza que o jejum representa uma prática ascética importante, uma arma espiritual para lutar contra qualquer eventual apego desordenado a nós mesmos. Privar-se voluntariamente do prazer dos alimentos e de outros bens materiais, ajuda o discípulo de Cristo a controlar os apetites da natureza fragilizada pela culpa da origem, cujos efeitos negativos atingem toda a personalidade humana. Exorta oportunamente um antigo hino litúrgico quaresmal: «Utamur ergo parcius, / verbis, cibis et potibus, / somno, iocis et arcitius / perstemus in custodia – Usemos de modo mais sóbrio palavras, alimentos, bebidas, sono e jogos, e permaneçamos mais atentamente vigilantes».

Queridos irmãos e irmãs, considerando bem, o jejum tem como sua finalidade última ajudar cada um de nós,

como escrevia o Servo de Deus Papa João Paulo II, a fazer dom total de si a Deus (cf. Enc. Veritatis splendor, 21). A Quaresma seja portanto valorizada em cada família e em cada comunidade cristã para afastar tudo o que distrai o espírito e para intensificar o que alimenta a alma abrindo-a ao amor de Deus e do próximo. Penso em particular num maior compromisso na oração, na lectio divina, no recurso ao Sacramento da Reconciliação e na participação activa na Eucaristia, sobretudo na Santa Missa dominical. Com esta disposição interior entremos no clima penitencial da Quaresma. Acompanhe-nos a Bem-Aventurada Virgem Maria, Causa nostrae laetitiae, e ampare-nos no esforço de libertar o nosso coração da escravidão do pecado para o tornar cada vez mais «tabernáculo vivo de Deus». Com estes votos, ao garantir a minha oração para que cada crente e comunidade eclesial percorra um proveitoso itinerário quaresmal, concedo de coração a todos a Bênção Apostólica.

## Baptismos

### Curso de Preparação para o Baptismos (CPB)

DIAS: 21 e 28 de Março  
HORA: 4pm  
LOCAL: 62 Rylston Road,  
LONDON SW6 7HW



#### Para mais informações, contacte:

Rosa Rosa, Bayswater  
Maria José, Camden Town  
Isabel Floris, Clapham  
Fátima Santos, Fulham

Os dois Encontros são obrigatórios para Pais e Padrinhos.

## Lectio Divina

### Semana II da Quaresma

Domingo ..... Mc 9, 2-10  
Segunda ..... Lc 6, 36-38  
Terça ..... Mt 23, 1-12  
Quarta ..... Mt 20, 17-28  
Quinta ..... Lc 16, 19-31  
Sexta ..... Mt 21, 33-43.45-46  
Sábado ..... Lc 15, 1-3.11-32

### Semana III da Quaresma

Domingo ..... Jo 2, 13-25  
Segunda ..... Lc 4, 24-30  
Terça ..... Mt 18, 21-35  
Quarta ..... Mt 5, 17-19  
Quinta ..... Lc 2, 41-51a  
Sexta ..... Mc 12, 28b-34  
Sábado ..... Lc 18, 9-14



"Guardai-me,  
Senhor,  
nos Vossos  
caminhos..."

**Propriedade:** Missão Católica Portuguesa no Reino Unido

**Responsável:** Pe. Pedro Rodrigues

#### Redacção:

6 Minerva Close - LONDON SW9 6NZ  
Tel. / Fax 020 7587 0881

E-mail: pedrorodrigues@rcdow.org.uk

8 de Março de 2009

nº 5

## a Mulher

### Dia Internacional da Mulher

PORQUÊ O DIA 8 DE MARÇO

Neste dia, do ano de 1857, as operárias têxteis de uma fábrica de Nova Iorque entraram em greve, ocupando a fábrica, para reivindicarem a redução de um horário de mais de 16 horas por dia para 10 horas. Estas operárias que, nas suas 16 horas, recebiam menos de um terço do salário dos homens, foram fechadas na fábrica onde, entretanto, se declarara um incêndio, e cerca de 130 mulheres morreram queimadas. Em 1910, numa conferência internacional de mulheres realizada na Dinamarca, foi decidido, em homenagem àquelas mulheres, comemorar o 8 de Março como "Dia Internacional da Mulher". De então para cá o movimento a favor da emancipação da mulher tem tomado forma, tanto em Portugal como no resto do mundo.



Com esta celebração pretende-se, acima de tudo, chamar a atenção para o papel e a dignidade da mulher e levar a uma tomada de consciência do valor da pessoa e perceber o seu papel na sociedade.

A todas as mulheres dedico alguns versículos do Livro dos Provérbios:

#### Mulher Sábia

"Toda mulher sábia edifica a sua casa; a insensata, porém, derruba-a com as suas mãos." (Prov 14:1)

"Casa e riquezas são herdadas dos pais; mas a mulher prudente vem do Senhor." (Prov 19:14)

#### Mulher Virtuosa

"A mulher virtuosa é a coroa do seu marido; porém a que procede vergonhosamente é como apodrecimento nos seus ossos." (Prov 12:4)

"Enganosa é a graça, e vã é a formosura; mas a mulher que teme ao Senhor, essa será louvada. Prov 31:30)

## Agenda

### Dia 11 e 18

**8pm**, Seminário de Vida no Espírito Santo, pelo grupo de oração Pneuma Nova Vida, orientado pelo Pe. Pedro. LOCAL: 62 Rylston Road, LONDON SW6 7HW.

### Dia 13 e 20

**7:30pm**, Grupo de Oração SAGRADO CORAÇÃO DE JESUS E IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA, todas as sextas. LOCAL: Salão da Igreja Our Lady of the Rosary, Brixton Road, LONDON SW9 0TQ

### Dia 14

**3pm**, ensaio do Coro, FULHAM

**3pm**, celebração da unção dos doentes, Catedral de Westminster, pelo Cardeal

**5pm**, reunião dos Conselhos Económicos, residência da Missão.

**8pm**, via sacra, Igreja de CLAPHAM

**8:30pm**, ensaio do Coro, CLAPHAM

### Dia 15 e 22

**11am**, Missa, BAYSWATER

**12am**, Catequese, BAYSWATER

**2pm**, Catequese, FULHAM

**3pm**, Missa, FULHAM

**5pm**, Missa, CLAPHAM

**5pm**, Catequese, CAMDEN TOWN

**6pm**, Missa, CAMDEN TOWN

**6pm**, Catequese, CLAPHAM

## Passagem da Catequese

Aproveitando o **Bank Holiday de segunda-feira de Páscoa**, planeia-se um Passeio para as **crianças** e **Jovens** da Catequese, juntamente com os **pais** que desejarem. O local escolhido foi o **Parque de Ruislip**. Um Parque com um lindo lago e óptimos espaços verdes. Será um dia de convívio e actividades. Pede uma inscrição à tua Catequista.

**(Inscrições só até dia 29 de Março)**

## Atendimento

O Atendimento à Comunidade, para qualquer assunto, será feito na Casa da Missão, em horário a combinar com cada pessoa:  
CONTACTO: 020 7587 0881  
EMAIL: pedrorodrigues@rcdow.org.uk

## Confissões

O Tempo da Quaresma e propício para um encontro com Deus através do Sacramento da Confissão.

### MARCO

Dia 22 - Fulham, 2pm

- Clapham, 4pm

Dia 28 - Northwood, 7pm

Dia 29 - Fulham, 2pm

- Clapham, 4pm

- Camden Town

### ABRIL

Dia 3 - Bayswater, 5pm

Dia 5 - Camden Town, 5pm

**NOTA: Em todos os dias tentar-se-á que estejam dois sacerdotes para atender em confissão.**

## Renúncia Quaresmal

Como foi bastante referido ao longo do fim de semana passado, a Quaresma tem um dos pilares que é a Esmola. Chamamos-lhe Renúncia Quaresmal. A esse respeito o Cardeal de Westminster diz-nos:

"É normal na Quaresma recolher apoios para suporte de causas de caridade dentro e fora da Diocese. Peço este ano que a ajuda seja para a ajuda da Fundação St. John Southworth e para o Projecto de construção de uma escola organizado pela Igreja em Banglash.

**The St. John Southworth Fund** - Existe desde os anos 1850. É administrado pelo Departamento de Acção Pastoral da Diocese e está direccionado para assistir aos necessitados, migrantes, refugiados, educação infantil, deficientes, idosos, crianças e varios outros projectos ([www.rcdow.org.uk/pastoralaffairs](http://www.rcdow.org.uk/pastoralaffairs))

**The school building projects, Bangladesh** - Bangladesh é um dos países mais populosos do mundo. A pobreza é profunda. A maior parte da população vive com menos de 1 dólar por dia. Os bispos têm um total de 9 projectos de construção de novas escolas. Cada uma das obras custa cerca de £150000.

**A entrega da Renúncia Quaresmal será feita no dia 5 de Abril (Bayswater, Clapham e Fulham) e dia 12 de Abril (Camden Town).**

## Mensagem da Quaresma

### Mensagem de Bento XVI para a Quaresma 2009

"Jesus, após ter jejuado durante 40 dias e 40 noites, por fim, teve fome"  
(Mt 4, 2)



Nos nossos dias, a prática do jejum parece ter perdido um pouco do seu valor espiritual e ter adquirido antes, numa cultura marcada pela busca da satisfação material, o valor de uma medida terapêutica para a cura do próprio corpo. Jejuar sem dúvida é bom para o bem-estar, mas para os crentes é em primeiro lugar uma «terapia» para curar tudo o que os impede de se conformarem com a vontade de Deus. Na Constituição apostólica Paenitemini de 1966, o Servo de Deus Paulo VI reconhecia a necessidade de colocar o jejum no contexto da chamada de cada cristão a «não viver mais para si mesmo, mas para aquele que o amou e se entregou a si por ele, e... também a viver pelos irmãos» (Cf. Cap. I).

A Quaresma poderia ser uma ocasião oportuna para retomar as normas contidas na citada Constituição apostólica, valorizando o significado autêntico e perene desta antiga prática penitencial, que pode ajudar-nos a mortificar o nosso egoísmo e a abrir o coração ao amor de Deus e do próximo, primeiro e máximo mandamento da nova Lei e compêndio de todo o Evangelho (cf. Mt 22, 34-40).

A prática fiel do jejum contribui ainda para conferir unidade à pessoa, corpo e alma, ajudando-a a evitar o pecado e a crescer na intimidade com o Senhor. Santo Agostinho, que conhecia bem as próprias inclinações negativas e as definia «nó complicado e emaranhado» (Confissões, II, 10.18), no seu tratado A utilidade do jejum, escrevia: «Certamente é um suplício que me inflige, mas para que Ele me perdoe; castigo-me por mim mesmo para que Ele

me ajude, para aprazer aos seus olhos, para alcançar o agrado da sua doçura» (Sermo 400, 3, 3; L 40, 708). Privar-se do sustento material que alimenta o corpo facilita uma ulterior disposição para ouvir Cristo e para se alimentar da sua palavra de salvação. Com o jejum e com a oração permitimos que Ele venha saciar a fome mais profunda que vivemos no nosso íntimo: a fome e a sede de Deus.

Ao mesmo tempo, o jejum ajuda-nos a tomar consciência da situação na qual vivem tantos irmãos nossos. Na sua Primeira Carta São João admoesta: «Aquele que tiver bens deste mundo e vir o seu irmão sofrer necessidade, mas lhe fechar o seu coração, como estará nele o amor de Deus?» (3, 17). Jejuar voluntariamente ajuda-nos a cultivar o estilo do Bom Samaritano, que se inclina e socorre o irmão que sofre (cf. Enc. Deus caritas est, 15). Escolhendo livremente privar-nos de algo para ajudar os outros, mostramos concretamente que o próximo em dificuldade não nos é indiferente. Precisamente para manter viva esta atitude de acolhimento e de atenção para com os irmãos, encorajo as paróquias e todas as outras comunidades a intensificar na Quaresma a prática do jejum pessoal e comunitário, cultivando de igual modo a escuta da Palavra de Deus, a oração e a esmola. Foi este, desde o início o estilo da comunidade cristã, na qual eram feitas colectas especiais (cf. 2 Cor 8-9; Rm 15, 25-27), e os irmãos eram convidados a dar aos pobres quanto, graças ao jejum, tinham poupado (cf. Di-