



**A Comunidade Mundial
de Meditação Cristã**

MEDITAÇÃO CRISTÃ

O Caminho do Silêncio

SUMÁRIO NP Nº2

2ª PAG. AGENDA-ACTIVIDADES DA COMUNIDADE - GRUPOS DE MEDITAÇÃO- SITES DE INTERESSE NA INTERNET. 3ª PAG. GÉNESE DO 1º GRUPO DE MEDITAÇÃO - TESTEMUNHO DUMA MEDITANTE. 4ª 5ª 6ª PAG. "EUCARISTIA E SILÊNCIO" DE LAURENCE FREEMAN OSB - EDITORIAL "RECOMEÇAR". 7ª PAG. ENCONTROS INTER-RELIGIOSOS - TESTEMUNHO DUMA MEDITANTE HINDÚ - "O SABOR DE DEUS" DO PADRE TOLENTINO DE MENDONÇA - ENCONTROS DE MEDITAÇÃO CRISTÃ E ARTES ORIENTAIS 8ª PAG. NOTÍCIAS WCCM - PÁGINA INTERNACIONAL.

AGENDA

Encontros Inter-religiosos

dia 16 de Setembro às 18h30

União Budista

Calçada da Ajuda, 246-1ºDt

Telefone - 213 634 363

Dia de Retiro em Betânia

21 de Setembro das 11h às 17h30

Voltamo-nos a reunir neste local privilegiado junto ao mar. Vamos meditar, orar, ouvir os ensinamentos dos nossos mestres, reflectir, partilhar as nossas reflexões e conviver. Cada um deve trazer o seu pic-nic.

De carro: Tome a estrada para o Cabo da Roca. Vindo de Cascais, suba a serra, e depois de passar a saída para cabo da Roca/Azoia, tome a saída seguinte à esquerda, para Atalaia. Siga sempre em frente no caminho da Atalaia. No segundo cru-

zamento, vire à esquerda na Estrada Nova, e siga sempre em frente. No cruzamento seguinte, continue em frente, pela Travessa Deolinda Catarino. O Segundo portão à sua esquerda é o da Fundação Betânia.

Curso Místicos Crítãos I

4 de Outubro

Etty Hillesum

Padre José Tolentino de Mendonça

15h no centro de Estudos da Ordem do Carmo
Rua St. Isabel, 128-130 (R. defronte da Igreja),
telefone - 213875179

Missa periódica CMMC

Novembro

Curso Místicos Cristãos II

Só começa em Janeiro
programa no próximo NP

GRUPOS DE MEDITAÇÃO

Maria Amélia Ribeiro 2ª feira às 21,30h

Igreja S. João de Dues

Tm 968589736 m.a.r@netcabo.pt

Maria Manuela Nunes de Almeida 6ª feira às 21,30h

Igreja S. João de Deus

Tm 968897685 mmalmeida@dgita.min-financas.pt

Graça Amaral 3ª feira às 18,30h

Rua Rodrigues Sampaio, 170-5º Lisboa

Tm 917344940 amaral.graca@sapo.pt

Maria Cristina Guedes de Sousa 3ª feira às 21,00h

Nucha

Pc. Francisco Sá Carneiro, 8-5º Dto 1000-159 Lisboa

Tm 919264907 mcristinags@netcabo.pt

Maria Teresa Rocha 2ª feira às 15,30h

Rua da Estrela, 65-2º 1200-668 Lisboa

Tel.: 213960693 odetemploureiro@gmail.com

Dulce Rodrigues 6ª feira às 10,30h

Igreja P. Nª Sª do Amparo - Estrada de Benfica

Tm 969052496 dulce-rodrigues@netcabo.pt

Maria Magdala de Gusmão 4ª feira às 15,00h

Igreja S. Jorge de Arroios

Tm 916285095 lingzal@hotmail.com

Fernando Ferreira - Fátima Félix 6ª feira

Lar de S. João de Deus Tm 968068554

Maria José Salema 5ª feira às 15,00h

Alcabideche

Tm 919298602 mjsalema@netcabo.pt

Tatão Guimarães 2ª feira às 17,45h

Cascais

Tm 917601898 tataoguiaraes@hotmail.com

Maria Teresa Sousa Câmara 4ª feira às 10,30h

Igreja P. S. Pedro S. João do Estoril

Tm 918312871 dra@netcabo.pt

Teresa Cristóvão Sábado às 16,30h

S. Pedro de Moel - Marinha Grande

Tm 914500205 fmfaria@hotmail.com

Margarida Araújo 4ª feira às 21,30h

Porto

Tm 914095639 marg_araujo@sapo.pt

Maria Deolinda Coelho Vêloz 3ª feira às 18,30h

Centro Paroquial de Nova Oeiras

Al. Conde de Oeiras (R. Monsenhor Melo)

Tm 914900537 madedco3@sapo.pt

SITES DE INTERESE NA INTERNET:

Meditação Cristã Portuguesa

<http://meditacaocrista.weebly.com/index.html>

Meditação Cristã (centro Internacional):

www.wccm.org

Meditação cristã para crianças

www.meditationwithchildren.com

Dedicado a jovens 17-30 anos

www.thespiritualsolution.com

Meditação Cristã (página brasileira):

www.wccm.com.br

Equipa Editorial

Nena Leitão

nenaleitao@netcabo.pt

Tm 917224108

Mª Cristina Guedes de Sousa mcristinags@netcabo.pt

Tm 919264907 Envie comentários- participações

John Main tinha uma percepção profunda (insight) e uma visão profética, que o seu ensinamento do silêncio e quietude na oração, seria principalmente conduzido em pequenos grupos, como os primeiros cristãos, que se reuniam nas casas uns dos outros.

TESTEMUNHO DUMA MEDITANTE

Há 31 anos, pela mão de uma amiga que me viu em profundo sofrimento, iniciei a meditação: meditação transcendental em que a postura, o mantra em silêncio, a prática de 20 a 30 min. de manhã e tarde, são semelhantes à meditação cristã.



Durante um ano fui rigorosa, reencontrando o equilíbrio físico/emocional, mas... faltava-me algo!!!

Saltei para a prática da meditação budista, pratiquei *zazen* durante algum tempo e sempre a falta de algo... sentia sempre a ausência da Alma (?), de algo que eu nem sabia dar nome; de união; e de quem era eu?

Tudo se foi, aos poucos fui deixando de praticar, esquecendo o mantra.

Há cerca de 3 anos, também pela mão de uma amiga, conheci a meditação cristã e ao iniciar a sua prática, senti algo diferente:

- o "não segredo" da palavra-mantra
- a unidade do corpo/alma
- o Amor do que significa Maranatha – Vem comigo Vamos juntos
- a partilha das dificuldades em praticar diariamente a meditação (observando a oportunidade de evolução)
- a subtilidade de sentir a alma e o intelecto evoluírem
- à determinação de não desistir, abriu-se a realidade de ter sempre "o tempo" para fazer meditação

Hoje posso afirmar que, apesar de um dia ou outro a "regra" de meditar de manhã e à tarde falhe, o mantra a cada dia surge na minha mente: sentada no autocarro, como canção de embalar os netos, antes de entrar nas aulas, sentada a ver o pôr-do-sol e sempre, sempre, quando chega a hora do repouso da noite.

Bem hajam a todos os que não desistiram e me ajudam, pois lentamente tenho feito as pazes com Deus.

Maria do Carmo Ribeiro Corrêa

GÉNESE DO 1º GRUPO DE MEDITAÇÃO

O grupo de meditação da Estrela reuniu pela primeira vez em 17-3-93, em casa da Teresa Rocha (continua a reunir no mesmo local).

Ao longo destes anos houve muitas entradas e saídas (algumas para a formação de novos grupos). Do grupo inicial mantém-se, além da Teresa, a Maria Luisa e o Manuel Lancastre.

(...) Um pouco de história para traz...

Em 1980 a Teresa teve conhecimento da meditação cristã e foi fazer a sua experiência, durante uma semana, na Abadia Ealing (Londres). Gostou tanto que repetiu em 1982.

Passou uns dias na nova sede da CMMC, em Londres, onde teve o privilégio de conhecer John Main e com ele meditar.

No curto período entre este encontro e o seu falecimento, John Main escreveu quatro cartas a Teresa, respondendo a dúvidas, que, hoje, são autênticas relíquias.

No Verão de 92 voltou a Inglaterra, para participar numa assembleia do R.C.C. A caminho, o grupo, em que ia integrada, ficou alojado num hotel em Londres, na zona de Kensington.

A Teresa lembrou-se que a sede, onde tinha ficado instalada dez anos antes, estava situada naquela zona. Tinha uma ideia do nome da rua e sabia que nela só havia moradias em banda e muitas árvores. A Maria Luisa e eu ajudamos a procurar... encontrar agulha num palheiro....

A sede estava a pouco mais de 200 metros.

Quando lá chegámos vimos a comunidade (5 ou 6 pessoas) à porta a receber as pessoas que iam à missa (era domingo), que iria começar dentro de 10 minutos.

Entre eles estava o Padre Laurence Freeman!

Fomos recebidos com a maior simpatia e levados para a sala onde se celebrou a missa-mesa rente ao chão a fazer de altar, muitas almofadas e algumas cadeiras.

O Padre Laurence, a comunidade e a maioria dos visitantes sentaram-se nas almofadas em posição de lotus...nunca tínhamos visto!

Pediram aos que lá iam pela primeira vez que se mantivessem sentados durante a celebração.

Antes da comunhão o Padre Laurence informou que, logo após, se iria fazer 1/2 hora de meditação, e deu uma breve explicação (costas direitas, mantra...)... nova surpresa!

No final a comunidade ofereceu chá, refrescos e biscoitos, e o Padre Laurence, com a maior simpatia, lançou o desafio para formarmos o primeiro grupo em Portugal.

(...)Um pouco de história para a frente...

Pouco tempo depois do arranque apareceu a Tomásia Santa Clara, que deu ao grupo um dinamismo inesperado.

Graças à sua iniciativa foi possível trazer a Portugal o Padre Laurence (1995 e 1999), e organizar vários encontros orientados por pessoas muito interessantes, entre elas o Padre Lino Marques (Mosteiro de Singeverga) e o Sérgio Azevedo Morais (coord. do núcleo do Rio de Janeiro).

Estes encontros foram imprescindíveis para desbravar um caminho, até essa data, totalmente desconhecido.

Manuel Lancastre

Eucaristia e silêncio

Conferência proferida na Escola de oração da Arquidiocese de Melbourne 2005

LAURENCE FREEMAN



(...) Quando falamos de silêncio na Eucaristia, falamos da «lei dos espaços brancos». Certo dia um grupo de estudantes rabinos discutia o sentido de um texto bíblico. Chamaram o mestre que lhes pediu para ver a página e lhes perguntou: «O que é que querem?» Eles responderam: «As palavras que nós estávamos a discutir.» «Essas marcas a negro sobre a página branca, retorquiu o velho rabino, contêm metade do sentido da passagem. A outra metade encontra-se nos espaços brancos entre as palavras.» É a margem de silêncio que envolve cada página. É também a pausa necessária entre cada respiração, a imobilidade

entre os pensamentos, o repouso entre os períodos de actividade.

Os ensinamentos recentes do Papa que realçam a importância de restaurar a experiência do silêncio na liturgia do altar, chamam-nos a atenção para o respeito por esta lei universal. Ajudam-nos igualmente a reencontrar a plenitude do culto litúrgico nas suas três dimensões distintas mas sobrepostas: a terra, o céu e o coração. Trata-se de uma necessidade, uma vez que para um número crescente de contemporâneos nossos, a Eucaristia é um rito que desde há muito a pouco a pouco se vai esvaziando do seu sentido. Há os que nunca experimentaram nem inspiração nem consolação.

Para esses, não se trata de modo nenhum dum rito sacramental comunitário que dá sentido à existência. A afirmação do sentido transcendente da vida humana escapa-lhes totalmente, mesmo no que ela tem de mais terreno e mortal. Não há qualquer ligação com o sentido que podem ter as alegrias, as dores, as esperanças e as decepções da existência. Não é um alimento para o trabalho quotidiano. Para muitos, a missa é algo de estranho e pouco acolhedor. Ora, nesta hora da nova evangelização, deveríamos lembrar-nos do poder que a liturgia tem de transmitir o Evangelho aos não crentes. Quando assistem ao funeral de um colega de trabalho ou à missa da cerimónia de casamento de um amigo, a maneira como a Eucaristia é celebrada pode transmitir alguma coisa que os surpreenda e que nunca mais esquecerão. Pode oferecer-lhes um rosto do cristianismo de que nunca antes se tinham apercebido e levá-los a *reconhecer* o que até então tinham ignorado.

Depois há também aqueles que já haviam sentido anteriormente o mistério e a mística da Eucaristia antes de perderem contacto com ela. Assim que a sua vida espiritual amadureceu, partiram em busca da interioridade exprimida na Eucaristia – essa graça interior de que ela é um sinal exterior – e sentiram que não a podiam encontrar na Igreja. Para estas pessoas, a descoberta de uma via de oração contemplativa pode voltar a ligá-las à sensibilidade sacramental perdida e trazê-las de volta à Igreja. Há também aqueles que mantêm uma prática regular do culto eucarístico,

muitas vezes por causa dos filhos, outras com a finalidade de conservar um laço com o universo da espiritualidade; mas, lamentavelmente, consideram que a espiritualidade parece não estar presente no culto dominical. E, finalmente, há aqueles que apesar de todas as suas imperfeições pessoais e eclesísticas, têm a graça de ver a eficácia misteriosa e mística da Eucaristia quaisquer que sejam os lugares e circunstâncias da sua celebração.

Para todas estas categorias de pessoas, o silêncio como dimensão da Eucaristia é uma coisa preciosa e necessária. Antes de avançar mais neste tema aparentemente inexistente e abstracto do silêncio, gostaria de apresentar um testemunho que foi dado recentemente num retiro em Sidney. O assistente pastoral dum paróquia da Nova Gália do Sul (Austrália) contou-me que o padre local pôs em prática as recomendações de João Paulo II, sublinhadas nas «linhas gerais» da nova edição da *Apresentação Geral do Missal Romano*. Este padre introduziu o silêncio litúrgico no culto paroquial. Não foi o facto em si que me surpreendeu mas a sua força: foram criados tempos de silêncio depois das leituras, cinco minutos depois da homília e quinze minutos depois da comunhão. Inquiri como tinham reagido os paroquianos e informaram-me que não só ninguém se tinha ido embora, como muitos tinham mostrado a sua concordância. Todavia, não gostaria de reduzir esta questão a um número de minutos de silêncio – verão por que razão.

(...) Como lembra João Paulo II nas *Sugestões e propostas para o ano da Eucaristia* «devemos passar da experiência litúrgica do silêncio à espiritualidade do silêncio, à dimensão contemplativa da vida». Por outras palavras, e como era bem compreendido pela igreja primitiva, «*assim como oras, assim vives*». Nos dias de hoje as pessoas, mais do que nunca, buscam a dimensão contemplativa, e quando vêm à

Recomeçar

Este segundo NP de Meditação Cristã sai depois de férias, quando descansados iremos recomeçar as actividades do ano.

Assim pensamos que cada NP, mas principalmente este, devia fazer uma proposta à comunidade.

Começámos por escolher um artigo teológico que tratasse de um tema central. Escolhemos uma conferência proferida pelo Padre Laurence Freeman sobre a Eucaristia, «Eucaristia e silêncio».

Este artigo muito interessante precisa ser bem refletido por nós. Pensámos que depois da leitura e reflexão deste texto, seria bom que o vivêssemos na nossa comunidade.

Por isso estamos a pensar periodicamente organizar uma missa para toda a comunidade, rodando a responsabilidade dela por cada grupo que se disponibilizar.

O silêncio na Eucaristia conduz-nos ao âmago da nossa fé e é um estímulo à evangelização contemporânea.

E assim como diz o Padre Freeman «Aprender a orar num nível contemplativo contribuirá para nos ensinar a viver melhor no Espírito, pois assim como oramos vivemos, e assim como oramos celebramos a Eucaristia».

igreja para celebrar a Eucaristia, esperam encontrá-la e com razão.

«Nada se assemelha mais a Deus do que o silêncio», dizia Mestre Eckhart, e Madre Teresa, que insistia na importância capital de duas horas de oração silenciosa na vida das suas irmãs apostólicas; declarava que para ela «o silêncio é Deus que nos fala». Todas estas palavras ilustram uma maneira de compreender o silêncio. Porque é que Deus se assemelha tanto ao silêncio? Eckhart não refere que Deus ama o silêncio ou aqueles que o adoram em silêncio mas que Deus é semelhante ao silêncio. São Bento utiliza duas palavras que nós traduzimos por silêncio: *quies* e *silentium*. A *quies* é o silêncio físico, a ausência de barulho – não bater com as portas, não arrastar as cadeiras, não tossir nem amachucar papeis de rebuçados. É o silêncio que é suposto os bons pais ensinarem aos filhos: discrição e modéstia materiais em que se respeita a presença do outro. A *quies* torna o mundo habitável e civilizado. Faz infelizmente muitas vezes falta na cultura urbana moderna em que o barulho invade até os elevadores e onde é raro, tanto no tempo como no espaço, podermos encontrar fora do alcance de barulho de origem humana. Até já se vendem capacetes dispendiosos, especialmente concebidos, não para escutar música, mas para nos isolar de barulhos exteriores.

O *silentium*, pelo contrário, não designa uma ausência de barulho mas um estado de espírito e uma atitude consciente da presença dos outros e de Deus. É atenção. Quando uma pessoa se dirige a um padre ou conselheiro para lhe falar de um problema ou de um desgosto, o padre sabe que acima de tudo o que lhe deve dar é atenção. Pode dar-se o caso do seu problema não ter solução e, na maior parte das vezes, as palavras que se espera que tenham alguma utilidade passam ao lado da dor. Escutar com atenção, dar-se a si mesmo, totalmente, no acto de prestar atenção, não se trata de julgar, colocar-se no lugar do outro ou condenar, mas amar. De facto, deste ponto de vista, nada se assemelha mais a Deus do que o silêncio, porque Deus é amor.

Mais tarde examinaremos o sentido do sacrifício da Eucaristia e como este se revela no silêncio. Para já, gostaria de relacionar o acto de atenção com o dom de si. Alguns filósofos deram pouco espaço ao valor do homem, se bem que tenham chegado à conclusão que o acto humano por excelência, o que dá valor e sentido à vida é o dom de si. Interrogam-se, no entanto, sobre a sua existência real. Dar-se a si mesmo, de uma ma-

neira geral, implica uma condição ou uma exigência. Nós buscamos o reconhecimento, uma recompensa, gratidão ou algum benefício. A pureza do dom de si está à partida comprometida. Para os cristãos, a Encarnação é o dom de si divino; a vida, a morte e a ressurreição de Jesus são este dom divino manifestado na sua humanidade. Um dom de si perfeito confere àquele que o recebe, não o peso de uma dívida, mas a capacidade de se dar por sua vez. É este o ensinamento da Eucaristia, que ela renova e alimenta. Todo o dom de si – mesmo imperfeito – impõe o silêncio por respeito e reverência. Assim, o silêncio é tantas vezes ne-

SEGUNDO SANTO INÁCIO DE ANTIOQUIA, SE NÃO SOMOS CAPAZES DE COMPREENDER O SILÊNCIO DE CRISTO, NÃO SEREMOS TAMBÉM CAPAZES DE COMPREENDER AS SUAS PALAVRAS.

cessário na Eucaristia para se poder apreciar o sacrifício perfeito do amor.

(...) Muitas vezes, os padres têm receio ou desconfiam dos silêncios no altar – tal como os jornalistas na rádio. Soube recentemente que o arcebispo da Igreja anglicana, Rowan Williams, tinha dado uma entrevista na BBC sobre controvérsias actuais dentro da Igreja. No final da emissão, o jornalista acrescentou uma questão imprevista sobre o Iraque e a legitimidade moral desta guerra. O arcebispo fez uma pausa de dezanove segundos, o que é uma eternidade na rádio. O jornalista rompeu o silêncio e fez notar que ele tinha ainda muito tempo para responder. Longe de se desculpar, o arcebispo replicou que se lhe faziam uma pergunta tão importante, ele devia ponderar a resposta e que um tema tão sensível merecia mais do que palavras claras e francas. Surpreendido e verdadeiramente impressionado, o jornalista quis conservar esta pausa na versão radiodifundida, mas o redactor chefe cortou-a. Durante a Eucaristia, o medo do silêncio afecta geralmente mais o celebrante que a assembleia. Terá ele medo de ao abrir os olhos após um longo silêncio, encontrar a igreja vazia? Será o medo de perder o controlo? O medo do silêncio é muitas vezes o medo da ausência, do vazio que nos aflige, «o terror crescente de não ter nada em que pensar». Ou será também que a nossa formação teológica e litúrgica não nos preparou para esta outra me-

tade da Eucaristia, a metade mística, a dimensão apofática presente em todos os aspectos da vida espiritual?

O silêncio restaura e reconhece esta dimensão em falta, apofática e contemplativa. A Eucaristia não pode verdadeiramente constituir «a fonte e o ápice» da vida da Igreja se a celebração não exprimir este duplo mistério paradoxal catafático e apofático (do manifestado e do oculto) inerente a toda a vida cristã proveniente do facto da dualidade da natureza da pessoa única de Jesus. A linguagem dos místicos exprime este paradoxo como o cânon da própria missa: as trevas luminosas do mistério divino, o silêncio onde o Verbo é proferido e desce na carne e na encarnação, a imobilidade no centro de toda a acção. O silêncio, em certo sentido, afirma o que Deus não é: é a voz apofática. Mas também afirma com vigor o que as nossas palavras dizem acerca de Deus. O silêncio dá frescura à linguagem, restaura a precisão e o seu significado, em particular no caso de textos muitas vezes citados e que nos são familiares. Sem silêncio, até as palavras sagradas podem tornar-se ruído e discurso frívolo. O silêncio na Eucaristia não nos ameaça com o vazio e não realça a ausência, mas revela a presença e convida a uma resposta.

(...) O partir do pão, a fracção da hóstia, é um momento místico profundamente sagrado e é normal que seja acompanhado de silêncio. Mas, claro está que o momento de silêncio mais essencial e mais significativo é o que vem a seguir à comunhão. Se a Eucaristia no seu conjunto é o *culmen et fons* da Igreja, então este instante é certamente o epicentro místico. No entanto, passamos muitas vezes por cima sem outra pausa a não ser os intervalos entre os cânticos ou o tempo necessário à purificação dos vasos sagrados. Trata-se do momento em que o celebrante começa a temer reter demasiado tempo os fiéis, quando as crianças começam a agitar-se e os outros fiéis se começam a juntar no exterior para a missa a seguir. É nesta altura que nos devemos lembrar acima de tudo que o silêncio não é apenas a ausência de ruído, mas o espírito de atenção que ama. Na nossa paróquia monacal dos arredores de Londres, já me aconteceu ficar sentado durante um longo momento de silêncio depois da comunhão da missa dominical, enquanto se ouvia um coro de bebés a chorar, crianças pequenas distraídas e inventores de máquinas de fazer barulho. Isto não afectou materialmente o silêncio. Os pais e os outros fiéis apreciaram

no, e muitas crianças, senão todas, sossegaram. E assim que terminou a oração depois da comunhão, reinou na assembleia um sentimento de repouso e de agradecimento e não de alívio por ter terminado. No início do silêncio, o celebrante tem de ser senhor da situação, e naturalmente preparar a assembleia. O que se exige é um verdadeiro tempo de silêncio e não uma pequena pausa. Se necessário, pode-se fixar uma duração que será marcada no início e no fim com um toque de gongo ou o som de uma campainha.

(...) O silêncio durante a Eucaristia não faz da liturgia uma cerimónia privada, como se podia rezear, e acontece muitas vezes no rito trinitário. Os fiéis sentiam que se passava algo de sagrado e de muito misterioso, sem se sentirem pessoalmente implicados. Assim, faziam as suas orações ao mesmo tempo que o padre prosseguia no seu ofício. O silêncio enquanto experiência litúrgica, pelo contrário, aproxima os membros da comunidade e concentra a sua atenção de modo que, unidos em coração e espírito, possam escutar a Palavra e tomar parte no Mistério. Segundo Santo Inácio de Antioquia, se não somos capazes de compreender o silêncio de Cristo, não sere-mos também capazes de compreender as suas palavras. Só podemos entender o silêncio se nós próprios fizermos silêncio. Vivendo juntos o silêncio, fazemos a experiência de um silêncio que constrói a comunidade.

Para concluir, gostaria de relembrar as palavras de João Paulo II que atrás mencionei. Depois de ter sublinhado a importância do silêncio na Eucaristia, explica que não se trata de um silêncio artificial e autónomo: «Devemos passar da experiência litúrgica do silêncio, à espiritualidade, à dimensão contemplativa da vida». São Francisco encorajava os seus discípulos a pregar o Evangelho em todas as ocasiões e a todos os que encontrassem. Se for absolutamente necessário, acrescentava, façam-no com palavras. Parece-me que ele não pensava somente no silêncio mas no testemunho silencioso ou implícito da nossa vida.

É fundamental ligar a Eucaristia à nossa maneira de viver se queremos compreender ou experimentar o seu significado e o seu valor. Se fazemos da Eucaristia uma simples obrigação eclesial ou uma reunião simpática, não nos fará avançar para uma vida mais em conformidade com o evangelho. Se durante esta celebração, não nos reunirmos num nível profundo, o envio final «Ide em paz» não terá outro efeito a não ser reenviar cada

um para casa no mesmo estado em que chegou. O silêncio permite que o sentido pleno da Eucaristia se manifeste nas nossas vidas, até níveis de eficácia sacramental transverbais os mais profundos. Isto significa, que daqui em diante, sabemos que depois de termos partilhado simbolicamente os frutos da terra, estamos em estado de melhor servir o Reino de justiça na nossa vida e no nosso trabalho. Todos tomámos a mesma quantidade de pão e de vinho. Havia suficiente para todos – se o sacristão tiver feito bem o seu trabalho. Por conseguinte, se queremos que a nossa vida seja eucarística, não deveríamos trabalhar por uma repartição justa da riqueza, pela ajuda aos oprimidos e atenção aos marginais? O nível místico da Eucaristia tem implicações políticas imediatas. Thomas Becket e Óscar Romero não foram assassinados durante o silêncio da consagração?

O silêncio eucarístico faz-nos compreender igualmente o verdadeiro sentido da paz como fruto da não violência. Da mesma maneira que o silêncio não é a ausência de barulho, a paz não é uma suave retirada da agitação da praça pública. O sacrifício da missa relembramos tudo o que René Girard trouxe recentemente à luz respeitante ao vínculo entre a violência e o sagrado. Na Igreja romana primitiva anterior a Constantino, parece que muitos padres pagãos pediram o baptismo. Os pagãos não se consideravam como ministros de uma religião mas como funcionários que cumpriam, nos altares romanos, os sacrifícios prescritos segundo os ritos prescritos. Se, por algum descuido, se enganavam nas fórmulas que pronunciavam, deviam recomeçar desde o início. O importante era a oferenda sacrificial de sangue e a perfeita correcção de gestos e palavras.

Quanto aos cristãos, tinham compreendido que o sacrifício perfeito de Cristo celebrado na Eucaristia diferia totalmente dos ritos pagãos. A Eucaristia era o sacrifício de si mesmo no amor, o que punha fim ao sacrifício concebido como meio necessário para que Deus nos fosse favorável (o que na realidade equivalia a controlar a violência no seio da comunidade pela oferenda de bodes expiatórios). A cruz está representada sobre o altar da comunidade cristã e assinala o fim do ciclo da violência humana. «É a misericórdia que eu quero, não os sacrifícios», dizia o profeta Oseias citado por Jesus. Se nós celebramos a Eucaristia sem o silêncio exigido pelo respeito e pela revelação da sua profundidade mística, arriscamo-nos facilmente a fazer uma má interpretação teológica: a ver aí um rito

sacrificial necessário para acalmar um Deus colérico. O silêncio na Eucaristia, compreendido de uma maneira espiritual e não legalista, manifesta a força do sacramento enquanto força de paz e de justiça. A paz não se obtém nunca pela violência. Em Deus não existe nem violência nem cólera.

O último ensinamento público de João Paulo II e a sua última bênção, realizados da janela do Vaticano, foram silenciosos. É significativo que nos ensinamentos do fim do seu pontificado, do mesmo modo que insistia no carácter sagrado da vida, no carácter inaceitável da pena de morte e da imoralidade da guerra no Iraque, ele sublinhava com energia o sentido místico da Eucaristia. Nas suas últimas reflexões e declarações é evidente a ligação entre contemplação e não violência. Não serão estes os dois pilares do ensinamento de Jesus e da mensagem eterna do seu Evangelho?

Assim, o silêncio na Eucaristia conduz-nos ao âmago da nossa fé e é um estímulo à evangelização contemporânea. Não se trata apenas do que se passa durante a missa, mas da expressão do que é real no coração do nosso ser, na nossa vida e no nosso trabalho quotidiano. É por esta razão, segundo me parece, que João Paulo II associava «a experiência litúrgica do silêncio» à renovação contemplativa da Igreja. Num mundo cada vez mais dividido e repleto de ruído e de stress, ela reconhecia a necessidade da Igreja ir ao mais profundo das tradições contemplativas e extrair o seu ensinamento das vias da oração contemplativa. «É vital redescobrir o valor do silêncio, dizia». Seguia a visão de John Main, falecido em 1982, para quem a maior tarefa do homem moderno está em redescobrir o valor e o sentido do silêncio». Nos seus escritos sobre a Eucaristia, John Main também compreendeu a necessidade do homem moderno reencontrar a dimensão contemplativa da oração para poder viver os sacramentos na plenitude do seu significado.

(...) Um silêncio vivo depois das leituras, da homília e da comunhão despertará ou talvez até *identifique* a sede profunda que habita no coração da nossa Igreja e do mundo. Aprender a orar num nível contemplativo contribuirá para nos ensinar a viver melhor no Espírito, pois assim como oramos vivemos, e assim como oramos celebramos a Eucaristia. Esta sede de contemplação, é por conseguinte, a nossa maior esperança.

Laurenço

TESTEMUNHO DUMA MEDITANTE HINDÚ

Muitas são as coisas belas da vida: flores, estrelas, o sol, as crianças, e muitas mais, que poderia enumerá-las e o papel não chegava, mas, a coisa mais bela de todas é o AMOR. Este por sua vez é descrito como: maternal, paternal, filial, conjugal, de amizade e fraternal. O fraternal, para mim é o mais importante pois está acima de tudo e todos. Não vê: côr, religião, raça, credo, e nestes encontros faz-nos sentir numa união espiritual e mental a um nível que há anos era impensável. Gostava de dar um testemunho pessoal de criança, quando vivia em **Mozambique**, onde havia já esta comunhão da qual ninguém se sentia diferenciado e da qual ainda hoje eu e os meus amigos mais chegados recordamos com muita **Saudade**. Por tudo isto, estas meditações inter-religiosas são frutuozas e interessantes. Não é importante a técnica (pois existem várias - cada um adopta a mais útil e prática para si), pois a flexibilidade traz o equilíbrio. A técnica é útil e necessária, mas só para preparar a mente a enfrentar padrões de pensamentos negativos, harmonizando-os e elevando-a para uma frequência vibratória mais elevada. Através da meditação podemos erguermo-nos da terrível esfera de preocupações egocêntricas para o reino ditoso de um conhecimento mais elevado. Tudo isto proporciona-nos amplitude de visão e leva-nos a encontrar o que é essencial na nossa procura espiritual.

**--Que todos os seres de todos os mundos sejam felizes--
loka samastha sukhino bhavantu--**

OM SHANTI! OM SHANTI!... OM...SHANTI.....OM ..

PAZ PAZ PAZ

Saroj Parshotam

NOVOS ENCONTROS INTER-RELIGIOSOS

Continuámos os nossos encontros. Responsabilizámo-nos pelo 5º e o 6º foi organizado pela tradição Hare Krishna.

Acho que o balanço deste ano de encontros inter-religiosos foi francamente positivo. Houve uma progressão segura, houve um núcleo duro que aprofundou a união no silêncio do Deus comum.

Como projecto para o ano, seria bom, conseguirmos trazer aos encontros os representantes de outras comunidades que ainda não aderiram e mais leigos das várias comunidades.

A qualidade do silêncio da meditação destes encontros é cada vez mais profunda e é como se nos levasse a uma união maior. As leituras que os iniciam, apesar da riqueza da sua diversidade, apontam todas no mesmo sentido.

“O SABOR DE DEUS”

Pd. JOSÉ TOLENTINO DE MENDONÇA

CONFERÊNCIA NA IGREJA DE S. JOÃO DE DEUS A 31 DE MAIO

Eis algumas ideias-mestra da maravilhosa conversa que o Pd. Tolentino teve com a audiência...

"O livro dos salmos é onde aparece com mais frequência a palavra **sabor**. Este livro é um livro sobre a fé e também sobre o **sabor** da fé. É um livro que introduz mecanismos de lentidão na nossa vida, por isso é um modelo para a espiritualidade cristã. É todo um processo que exige degustação, depuração, ruminação... Deus na nossa vida tem de ser ruminado... A "fast-food" não é só dos "Macdonald's", é também da Igreja, é também da nossa espiritualidade...

A palavra de Deus é para comer, nós comemos Deus, não podemos viver sem a Eucaristia. Então a questão do sabor torna-se fundamental. A experiência de Deus não toca apenas a nossa alma, mas também o nosso corpo, não toca apenas a hora da meditação, mas o nosso dia.

Há que **saborear** a evidência de Deus. O **sabor** de Deus faz-me alegre, é um momento de expansão e inclusão de tudo aquilo que eu sou.

A nossa espiritualidade é muito de necessidades e precisamos de descobrir que Deus é inútil e que a oração é uma experiência de gratuidade e que é um Deus impotente aquele que nos salva.

A experiência do sabor tem a ver com isso: o **desejo** de Deus e não a necessidade...

Só quando nos tornamos pequeninos (mas não infantilizados) é que podemos descobrir o **sabor** de Deus. Pensarmos o sabor de Deus é pensar no sabor da nossa vida, na "sopa" que eu faço todos os dias com a minha vida...

"Tende sal em vós mesmos", diz-nos S.Marcos (9:50)... o sabor de Deus na boca de Jesus é este desafio de vivermos uma vida saborosa, ao invés da vida sensaborona que muitas vezes é a nossa."

Finda a conferência, a Maria Amélia Ribeiro (feliz promotora do evento com o apoio generoso do Sr. Cónego Carlos Paes, prior da Freguesia) fez em breves palavras uma introdução à meditação cristã, convidando a audiência a meditar durante dez minutos.

Seguiu-se um animado convívio com uma mesa posta cheia de **sabores** variados...

Maria Cristina

Notícias da WCCM

PÁGINA INTERNACIONAL

SEMINÁRIO DE JOHN MAIN 2008 *Mainz*, ALEMANHA

UNIDADE: LOCAL E GLOBAL

Tal foi o lema do Seminário John Main que este ano teve lugar em Mainz, Alemanha, junto ao Reno. Nele estiveram representados meditantes da Comunidade Mundial para a Meditação Cristã dos cinco continentes, com relevo para seis novos países onde se iniciou recentemente a prática da Meditação Cristã: Noruega e Dinamarca, Letónia, República Checa, Polónia e Uganda. Mas vieram também meditantes da América do Norte (Estados-Unidos e Canadá) e do Sul (o Brasil e o México), de África, Ásia e Oceânia, como a República da África do Sul, Índia, Singapura, China, Filipinas, Ilhas Fidji, Austrália e Nova Zelândia. Entre os países europeus contavam-se, além da Alemanha, o Reino Unido, a Irlanda, a Irlanda do Norte, a França, a Holanda, a Bélgica, a Itália e Portugal.

As actividades do Seminário repartiram-se entre as quatro meditações diárias - na capela do centro diocesano onde estávamos instalados, o Erbacher Off, - e os testemunhos e conferências, de que foi convidado de honra o Cardeal Kasper, presidente do Conselho Pontifício para o Diálogo Inter-religioso, em redor do tema central que ali nos reuniu, abordado na dupla perspectiva católica e protestante...

As duas ideias fortes que sobressaíram de todas as intervenções foram, por um lado, a actualidade e essencialidade da oração contemplativa e, por outro, a de que a renovação da Igreja, sempre urgente quando a comunidade dos crentes se confronta com a radicalidade do modelo evangélico, se

fará a partir de pequenas comunidades de oração, em particular a oração contemplativa, radicada na vida de todos os dias.

Para a CMMC, essa nova perspectiva espiritual traduzir-se-á:

- . na meditação vivida como atitude de acolhimento da palavra de Deus e na consciência da Sua contínua presença na nossa vida;

- . na experiência da contemplação necessariamente ligada à promoção do serviço dos outros e a toda a vida da comunidade;

- . numa espiritualidade ecuménica, de regresso às fontes, pois a mensagem de Jesus, expressa no Pai-Nosso e nas Bem-aventuranças, pode resumir-se na ideia-chave: Que todos sejam um;

- . no seguimento da tradição mística: será também em pequenos grupos e comunidades de oração, os "mosteiros invisíveis", tal como a rede dos grupos de meditação espalhados pelo mundo, que essa realidade pentecostal, que é o ecumenismo, nos levará a crescer em Cristo, deixando-nos iluminar pelos santos que nos precederam.

Maria José Salema



WCCM POLÓNIA

Três oblatos do CMMC, dirigiram a 1ª escola de meditantes organizado na Polónia, com a coordenadora nacional, Pauline Szezecin.

Eles perceberam a importância deste tipo de encontros e estão prontos a organizar uma escola seguida dum programa de 6 semanas. O que surpreendeu principalmente os oblatos, foi a juventude dos participantes, a média não ultrapassava os 35 anos.

Pensou-se que seria interessante organizar um encontro com outros jovens meditantes doutros países em Monte Olivetti e a ideia de fazer uma peregrinação a Santiago de Compostela suscitou um grande interesse.

WCCM AUSTRÁLIA

JORNADAS MUNDIAIS DA JUVENTUDE

A convite do Cardeal Arcebispo de Sidney a WCCM foi convidada a abrir um centro durante todo o tempo do encontro.

Os jovens encontraram um lugar de silêncio e um sítio onde podiam discutir a sua vida de oração.

O P. Laurence esteve presente e iniciou-os á meditação; Giovanni Felicioni concluiu com uma sessão sobre o corpo e a oração e jovens meditantes de Sidney acolheram os peregrinos.

WCCM BRASIL

O centro de meditação de Jacareí, em São Paulo arranjou com um projecto social.

Com a ajuda dos meditantes preparamos "cestos de alimentação" que distribuimos pelas famílias necessitadas. Todos os meses levamos às suas casas a alimentação material e oferecemos dez minutos de meditação como alimento espiritual. Lemos uma curta passagem do Evangelho e transmitimos o ensinamento mais simples: a pobreza da mantra e a riqueza da presença do Espírito de Jesus nos nossos corações.

FRANÇA

ENCONTROS CRISTÃOS & BUDISTAS

AMORE ABSOLUTO

A convite do instituto Karma Ling o Pd. Laurence Freeman foi o convidado de honra para dialogar sobre o tema em referência.

Estamos em peregrinação em direcção ao Absoluto. Foi abordada uma experiência contemplativa por meio das práticas de meditação e dos métodos que permitem experimentar a nossa capacidade de amor e realização. A tónica deste encontro esteve na experiência contemplativa como denominador comum. Diálogos entre os dois mestres, seguidos de perguntas, alternaram com tempos de meditação orientados quer por Laurence Freeman quer pelo Lama Denys Rimpoché.