



A paz de Jesus!

“Convertei-vos e crede no Evangelho!” (Mc 1,5). Essa é uma das admoestações dirigida aos fieis enquanto o sacerdote ou ministro impõe as cinzas no alto da cabeça, na Celebração das Cinzas. Ela expressa perfeitamente o modo como devemos viver o tempo litúrgico da quaresma: um tempo privilegiado para a conversão.

A Quaresma insere-se no ciclo Pascal como um tempo de preparação para a grande celebração do mistério da morte e ressurreição do Senhor. Essa preparação não se dá através de meros gestos exteriores. Antes, esse tempo é privilegiado para a purificação do coração e da mente.

“Eis o tempo de conversão!” Será assim a clássica canção que ouviremos na celebração das cinzas. E essa será a moção que deve ecoar repetidamente durante toda a quaresma. É tempo de conversão, é tempo de santidade!

Irmãos e irmãs, filhos e filhas da Comunidade Kénosis, a fim de vivermos bem nosso tempo quaresmal, gostaria de convidá-los ao exercício da penitência. A penitência é uma forma de reconhecermos nossa natureza pecadora. Conscientes do pecado e arrependidos de nossas faltas, é justo oferecer algum sacrifício de reparação como sinal de nosso desejo de mudança de vida.

Gostaria de recordar aqui as palavras do Papa Francisco a respeito da [quaresma 2015](#) :

“Para superar a indiferença e as nossas pretensões de onipotência, gostaria de pedir a todos

para viverem este tempo de Quaresma como um **percurso de formação do coração**, a que nos convidava Bento XVI (Carta enc.

Deus Caritas est

, 31). Ter um coração misericordioso não significa ter um coração débil. Quem quer ser misericordioso precisa de um coração forte, firme, fechado ao tentador mas aberto a Deus; um coração que se deixe impregnar pelo Espírito e levar pelos caminhos do amor que conduzem aos irmãos e irmãs; no fundo, um coração pobre, isto é, que conhece as suas limitações e se gasta pelo outro.”

A quaresma deve ser um tempo oportuno para percorrermos o “percurso de formação do coração”. Significa dizer que esses dias devem ser repletos de docilidade ao Espírito e de empenho pela mudança de nossas atitudes. Pela força do Espírito, esforçar-nos para viver uma vida nova.



Durante este tempo, em comunhão com toda a Igreja realizaremos os "exercícios quaresmais" do jejum, esmola e oração. Embora esses exercícios façam parte da vida do cristão ao longo de todo o ano, durante a quaresma devemos praticá-los mais intensamente, sobretudo como forma de penitência.

JEJUM – Quero recordar aqui das orientações dadas no ano anterior. Durante a quaresma, muitas pessoas seguem a tradição de se absterem de carnes vermelhas, conforme orienta a Santa Igreja. Outros preferem renunciar a algum tipo de alimento ou bebida que gostam, como forma de sacrifício. Há ainda aqueles que preferem renunciar a algo que lhes dá muito prazer como, por exemplo, não assistir a determinado programa de TV, filme, ou frequentar determinados lugares de diversão etc. Sobre isso, penso que cada um deva discernir a melhor forma de oferecer um sacrifício por amor de Jesus Crucificado. Gostaria apenas de recordar que o sacrifício somente tem sentido se for “por amor”. Sempre que possível, que o sacrifício escolhido seja acompanhado por um gesto de caridade para com o próximo. (Por exemplo, se decidir não comer carne, encontre uma forma de ajudar alguma família a ter alimento/carne em sua mesa; se renunciar a algum filme, transforme o tempo que iria gastar assistindo ao filme, em oração ou praticando o bem...).

ESMOLA / CARIDADE – Convém viver intensamente a partilha neste tempo quaresmal. Proponho que todos os membros da Comunidade Kénosis realizem um gesto concreto de caridade nesta quaresma. (Visitar algum doente, idoso ou encarcerado; doar sangue em algum hospital; desfazer-se de tudo o que é supérfluo no guarda-roupa; ajudar alguma família carente ou irmão de rua, etc).

ORAÇÃO – Aproveitemos estes dias para intensificar nossa vida de oração. Tenham em vista, não apenas a oração vocal de intercessão, mas sobretudo, a oração mental e contemplativa, buscando uma verdadeira união do coração com o Senhor. Será nesta intimidade com Jesus que nosso coração e mente serão transformados e poderemos, certamente, ver nascer o novo homem, forjado no amor, capaz de viver e agir segundo o Espírito (Cf. Gl 5,25).

Irmão e irmãs, consideremos essas proposições como instrumentos para ajudar-nos a viver bem nossa quaresma. Que essas atitudes possam vir acompanhadas pelo desejo de conversão e que, de alguma forma, nos ajudem a crescer em nossa vocação à santidade.

Uma santa Quaresma a todos!

Que a Virgem das Dores interceda por nós!

Em Cristo,

Rogério Santos e Edna Santos

Fundadores Comunidade Kénosis