

Meditações: segunda-feira da V semana da Quaresma

Reflexão para meditar na segunda-feira da V semana da Quaresma. Os temas propostos são: Jesus é a luz do mundo; um olhar luminoso; o Senhor é meu pastor.

- Jesus é a luz do mundo.
 - Um olhar luminoso.
 - O Senhor é meu pastor.
-

«EU SOU A LUZ do mundo – disse Jesus aos fariseus ao ensinar no Templo –; quem Me segue não caminha nas trevas, mas terá a luz da Vida» (Jo 8,12). Possivelmente, em mais de uma ocasião tivemos de enfrentar a escuridão da noite. Aí desaparecem as formas das coisas que nos rodeiam e perdemos a orientação. Mas no momento em que, de repente, a luz regressa, sentimos um grande alívio, porque tudo retoma o seu contorno e sentido.

Nessas palavras em que o Senhor se proclama como sendo a nossa luz, encontramos um refúgio para aqueles momentos de escuridão em que nos pode invadir o pessimismo ou a tristeza. «Certamente, quem acredita em Jesus nem sempre vê apenas o sol na vida, como se fosse possível poupar-lhe o sofrimento e as dificuldades; mas há sempre uma luz clara que lhe indica um caminho, o

caminho que conduz à vida em abundância (cf. Jo 10, 10). Os olhos de quem acredita em Cristo vislumbram, mesmo na noite mais escura, uma luz, e veem já o fulgor de um novo dia»^[1].

«Fica connosco, Senhor, porque se faz tarde e o dia já declina» (Lc 24, 29), diz a Cristo um dos discípulos de Emaús. Também nós podemos sentir muitas vezes ao dia a necessidade de pedir ao Senhor que não se afaste da nossa vida. As nossas dúvidas, feridas e inquietações precisam de ser expostas à luz do seu olhar. Por isso, compreendemos bem que aqueles seguidores de Cristo, que caminhavam desanimados para casa após o aparente fracasso, se dessem conta de que, «no meio da penumbra do crepúsculo e da obscuridade que os embargava, aquele Caminhante era um raio de luz que despertava a sua esperança e abria o seu espírito ao desejo da luz plena»^[2].

NECESSITAMOS da luz de Cristo para descobrir a beleza que se esconde nos múltiplos acontecimentos e pessoas que fazem parte das nossas vidas. Por vezes, podemos sentir-nos frustrados quando um plano que nos entusiasmava particularmente não resulta; damos demasiada importância à discordância com alguém próximo de nós; ou temos a impressão de que a sociedade sofre de muitos problemas difíceis de resolver. Além disso, durante algumas temporadas podemos experimentar com maior consciência as nossas próprias limitações. No entanto, se nos deixarmos invadir pela luz de Cristo, não só encontraremos o conforto para superar com espírito sobrenatural aquilo que nos custa e desagrada, como também nos ajudará a adquirir esse «olhar para o mundo que, para além do simples carácter natural, nos

permite ver o lado positivo – e, se necessário, divertido – das coisas e das situações»^[3].

Normalmente, num recém-nascido é difícil identificar a cor dos seus olhos. No início têm geralmente uma cor acinzentada que, só gradualmente, vai dando lugar à sua verdadeira tonalidade. Algo semelhante acontece na nossa oração. Cada vez que nos voltamos para o Senhor, queremos que Ele transforme o nosso olhar, por vezes cinzento, numa contemplação luminosa e agradecida de tudo o que nos rodeia. «Permaneçamos alguns momentos em recolhimento, um pouquinho todos os dias, fixemos o nosso olhar interior no seu rosto e deixemos que a sua luz nos invada e se irradie na nossa vida»^[4].

Numa ocasião, Jesus sublinhou a importância dos olhos para a vida interior: «O olho é a lâmpada do

corpo. Se o teu olho for são, todo o teu corpo terá luz» (Mt 6, 22-23). Não só queremos ver a luz do Senhor, mas, além disso, desejamos irradiar essa luz de Cristo a todos os que nos rodeiam. Por isso, S. Josemaria ensinou-nos a repetir uma jaculatória que pressupõe uma visão profunda da vida: «Que eu veja com os teus olhos, meu Cristo, Jesus da minha alma»^[5].

«O SENHOR é meu pastor, nada me falta – reza o salmista –; Ele me apascenta em verdes prados; conduz-me às águas refrescantes e restaura as minhas forças» (Sl 22, 3). Se Cristo é o nosso Pastor, que escuridão nos pode assustar? «Aquele que vai com o Senhor, mesmo nos vales escuros do sofrimento, da incerteza e de todos os problemas humanos, sente-

se seguro. Tu estás comigo: esta é a certeza que nos sustenta»^[6].

Esta realidade influi no modo de enfrentar as situações de cada dia. Jesus está sempre ao nosso lado e quer iluminar os melhores e os piores momentos do dia. «Esta é a grande luz que ilumina as nossas vidas e que, no meio de dificuldades e misérias pessoais, nos anima a seguir em frente com coragem»^[7].

Por isso, cada lar cristão reflete, para além das pequenas ou grandes contrariedades que tem de enfrentar, uma serenidade profunda, fruto da confiança em Deus. É a mesma tranquilidade que sente uma criança quando, no meio da escuridão, não se deixa vencer pelo medo, porque sabe que o seu pai está perto.

«Se somos almas de fé, daremos aos acontecimentos desta terra uma importância muito relativa, como fizeram os santos... O Senhor e a sua

Mãe não nos deixam e, sempre que for necessário, estarão presentes para encher de paz e segurança o coração dos seus»^[8]. Se alguma vez sentirmos que esta escuridão se torna mais patente, recorreremos como bons filhos à nossa Mãe e gritar-lhe-emos, com a certeza de que nos escuta: «Mãe, não me deixes!»^[9].

[1] Bento XVI, Discurso, 24/09/2011.

[2] S. João Paulo II, *Mane nobiscum Domine*, 07/10/2004.

[3] Fernando Ocáriz, Carta pastoral, 09/01/2018.

[4] Francisco, Angelus, 17/03/2019.

[5] S. Josemaria, apontamentos de uma meditação, 19/03/1975.

[6] Bento XVI, Audiência, 05/10/2011.

[7] S. Josemaria, *Cristo que passa*, n. 22.

[8] S. Josemaria, *Via Sacra*, IV estação, n. 5.

[9] *Ibid.*, n. 3.

.....

pdf | Documento gerado
automaticamente a partir de [https://
opusdei.org/pt-pt/meditation/
meditacoes-segunda-feira-da-v-semana-
da-quaresma/](https://opusdei.org/pt-pt/meditation/meditacoes-segunda-feira-da-v-semana-da-quaresma/) (11/08/2025)