

**ALELUIA. 3ª SEMANA. ALELUIA.
TEMPO PASCAL**

**(RE) DESCOBRIR A REVELAÇÃO
DE DEUS,
EM NOSSA AVENTURA DE VIVER
O TEMPO DA COVID-19.**

Um itinerário de meditação e prece.

*O SOL DA VIDA, um dom a nós.
O SAL DA VIDA, escolhas nossas.*



PARTE PRIMEIRA

Meditação sobre o contexto bíblico da LUZ.

Murmura este canto:

A nós descei, Divina Luz
em nossas almas acendei
o Amor, o amor de Jesus.

Divino Espírito Santo, descei!
Os corações vinde inflamar
e as nossas almas preparar
para o que Deus nos quer falar.

Releia Jo 1,1-5.

ACLARANDO o texto.

Eis o que se afirma: o Pai pronunciou sua Palavra, o Verbo, para tirar a vida do abismo da destruição. A Palavra, o Verbo, se fez vida humana (em Jesus de Nazaré: **apareceu como a LUZ dos homens, brilhando em meio às trevas dos tempos**).

CONSEQUÊNCIA: Cada pessoa, humana criatura, dispõe de pequenas luzes tanto no espírito como nas mãos. Estas luzes focam a realidade e os outros. Mas isto cria sombras! O que nos é oferecido (e dado) como DOM (gratuidade!) é uma oferta diferente, nova: *ser luz a partir de dentro de nós mesmos. Iluminar nossas próprias sombras. Jo 1,9.*

A BOA NOTÍCIA, então: Jesus é a LUZ em nossa condição humana, peregrinos que somos. Todo o ser de Jesus está iluminado a partir de dentro. Seus gestos iluminam, suas mãos operosas de Vida reestabelecem a luz em cada pessoa por Ele tocada.

- "Teus pecados estão perdoados"; as sombras se diluem. Daí em diante a pessoa vive e faz diferente.

Jo 1, 16: essa LUZ é a possibilidade da vida em plenitude. *Vim para que tenham vida e a tenham plenamente. Jo 10,10.*

Jesus e a mulher apanhada em adultério. Não a olha a partir da Lei. Olhando-com a luz do Amor, fez com que os acusadores (varões!) desistissem das pedras em suas mãos. Jo 8.

A DECLARAÇÃO. Depois do episódio com a mulher adúltera, libertada, Jesus proclama: - *Eu sou a LUZ DO MUNDO; quem me segue não caminhará nas trevas, antes terá a luz da Vida. Jo 8,12.*

REVISÃO DE VIDA

Como você lida com suas sombras?

PARTE SEGUNDA

Contexto Litúrgico.

Vigília pascal. (Evoque suas lembranças), pois desta Vigília já participou muitas vezes. (Ou não?!)

A bênção do fogo novo. O círio pascal. A caminhada com ele igreja adentro.

O canto: *A LUZ DE CRISTO.*

- *Demos graças a Deus.*

As velas se acendendo. O Batismo rememorado. Toda a Igreja cantando: *Sim, eu quero que a LUZ de Deus...*

Agora, pausa sua. Respira fundo.

E canta o mantra:

*Ó Luz do Senhor, que vem sobre a terra,
Inunda meu ser, permanece em nós.*

Cantou? Ótimo. Vale também só rezar três vezes.

Acrescente:

**A LUZ de Cristo que ressuscita resplandescete
dissipe as trevas
do nosso coração e de nossa mente.**

PARTE TERCEIRA

A LUZ como símbolo persistente na cultura dos povos. Simbolizando tudo o que é vitalizante.

(APENAS PARA AMPLIAR CONHECIMENTO).

INFORME 01:

Sol irradiante que vence as trevas. Sol o lutador vitorioso. Todos os povos pensaram assim.

Havia até o medo de que, alguma vez, o sol pudesse ser tragado pelas trevas. Contos, lendas, poesias dão conta desse medo de não mais haver amanhecer.

INFORME 02:

Os povos criaram rituais e festas para celebrar a vitória do sol. Em Roma, a festa do SOL INVICTUS (sol invencível). Esta festa serviu de base, posteriormente, para os cristãos escolherem celebrar o nascimento de Jesus: um 25 de dezembro. O Deus-criança foi assumido como "o Sol da Justiça". "E a LUZ brilhou nas trevas". Natal, festa da LUZ, de luzes!

INFORME 03:

Os povos, e no conjunto da humanidade, encontra-se a percepção de que no sujeito humano há irradiação de luz. Já ouviu falar de AURA? Pois é, os yogis falam de “prana”. A mística das religiões alude a esta percepção, falando de “chama interior” ou “luz essencial”.

INFORME 04:

Em algumas espiritualidades, mundo afora, a luz e o sol são apresentados como memória da divindade. A palavra Deus, radical DI, em sânscrito, significa iluminar e brilhar. Deus-Dia. “Bom dia” talvez aponte para: Deus Ihe seja benfazejo ou o bom Deus o acompanhe. Ou a luz de Deus o siga.

PARTE QUARTA

Pontos de luz espiritual.

Ponto 01

É parte da tradição espiritual cristã incluir cada amanhecer com um louvor agradecido. É como se a gente, despertando para um novo dia, ouvisse de Deus: - “Mais um dia. Mais uma vez! Renove seu renascer.” Aleluias, pois. Lembremo-nos que quando nascemos é comum dizer da mãe: - Ela deu à luz.

PAUSA: REENCONTRE A CANÇÃO LIGADA A SÃO FRANCISCO DE ASSIS:

Refrão: *Irmãos, minhas irmãs,
Vamos cantar nesta manhã,
pois renasceu, mais uma vez,
a criação das mãos de Deus.
Irmãos, minhas irmãs, vamos cantar
aleluia, aleluia, aleluia.*

Ponto 02

O apóstolo João em 1Jo, 1-5 afirma: **Deus é LUZ. É preciso andar na LUZ para estar em comunhão com Ele.** Donde a consciência nossa de sermos **filhos da LUZ (Lc 16,8; Jo 12,36)**. Em Efésios 5,8: - **os que aderem a Cristo-LUZ devem viver como filhos da LUZ.** E recordando também Jo 1,4: **(o Verbo encarnado) é a LUZ verdadeira que ilumina todo ser humano que vem a este mundo.**

PAUSA. AVALIA SUA VIVÊNCIA COMO “FILHO DA LUZ”. PENSE NOS FRUTOS! EF 5,9 AFIRMA QUE OS FRUTOS DA LUZ SÃO TUDO O QUE É BOM, JUSTO E VERDADEIRO.

Ponto 03

Sobre ecologia espiritual. Considere o texto que segue.

“Nós todos somos seres de luz, formados originalmente do coração das grandes estrelas. Carregamos luz dentro de nós, no corpo, no coração (na forma de calor) e na mente (na forma de energia). Por isso, falamos de luz da mente que nos permite compreender os processos da natureza e penetrar no íntimo das coisas.” (L. Boff).

N.B. Havendo interesse, pesquise (Google) sobre a luz como partícula e onda energética. E veja também o que seja BIOFONOS: a luz das células).

Ponto 04

Veja se consegue após ler, rezar com Tomás de Kempes, em sua obra “A imitação de Cristo”...

- *Ó Luz Eterna, superior a toda luz criada, lançai do alto um raio que penetre todo o íntimo do meu coração. Purificai, alegrai, iluminai e vivificai a minha alma com todas as potências, para que a Vós se una em transportes de alegria...*

QUINTA PARTE

Um exercício de LUZ segundo a nossa condição de batizados.

Apresento um exercício de lúcida consciência de sermos batizados. Um conteúdo psico-espiritual a respeito da luz, como acesso de encontro com o Mistério da Ressurreição: o crucificado-ressuscitado Jesus de Nazaré, Cristo Senhor: o santo e o sagrado em nós e no Universo.

N.B Várias tradições religiosas têm rito sobre “Meditação da luz”, “oração à luz”, experiência da luz como purificação transfigurante.

TRADIÇÃO CRISTÃ

Um hino antigo, em latim, canta e reza na festa de Pentecostes:

*Ó Luz Beatíssima
purifique o interior do coração de teus filhos.*

Neste mesmo hino, o Espírito Santo é nomeado como
LUZ DOS CORAÇÕES.

E acrescenta:

*- Sem a tua iluminação
nada existe no ser humano,
nada que seja puro.*

O EXERCÍCIO SUGERIDO

Passo 01

Acenda uma bonita vela, de pavio forte. Como a recordar o Círio Pascal.

Ao acender, cante ou murmure à

*- A LUZ DE CRISTO.
Demos graças a Deus.*

Diante do círio aceso, sente-se a gosto.

Contempla a chama: cores, flamejamento.

Adora em silêncio – Deus que

ilumina você
ajuda-o (a) a aclarar as relações
é luz no seu caminho.

Passo 02

Diga lentamente 3 vezes:

A LUZ DE CRISTO ESTÁ EM MIM.

Tendo esta consciência, mentalmente, pela imaginação, leva a CHAMA para o alto de sua cabeça. Faça esta luz-chama (língua de fogo) se deslocar por cada um dos membros do seu corpo. Para a purificação, a cura, a pacificação. Faça-o de olhos fechados.

Passo 03

De olhos abertos, volta a contemplar o círio aceso.

3 vezes repete, lentamente:

EU ESTOU NA LUZ DE CRISTO.

Repetido o mantra, perceba os 3 níveis da chama:

o vermelho na base

o amarelo no meio

o azulado na ponta.

E entenda: na chama de seu gosto de viver o que é vermelho, o que é amarelo, o que é azulado. (Sem pressa!)

Passo 04

Levante-se. Tome a vela-círio. Caminha em direção à porta de saída para a rua.

E 3 vezes repita:

EU SOU A LUZ DE CRISTO NO MUNDO.

Reveja o sentido de sua vida. Revise sua missão. Faça-o retornando ao seu lugar. E tenha consigo a vela-círio, bem perto de você.

Então, medite esta prece:

*“Ó LUZ BEATÍSSIMA,
que perpassas todo o universo,
cada ser e a minha mais profunda intimidade.
Agradeço-te por me teres visitado
e revitalizado todas as minhas energias.
Mantenha viva minha mente espiritual
e sempre ativo o meu ponto Deus.*

*Tu que és o Espírito criador
e reúnes todas as coisas,
faça-me entrar em comunhão
com o Universo
e com todos os seres,
especialmente com aqueles que sofrem.
Conduze-me ao seio divino, para
descansar e louvar,
louvar e agradecer.
Agradecer e viver em comunhão.*

Amém.”

OBSERVAÇÃO

O essencial é

- A LUZ DE CRISTO ESTÁ EM MIM.

- EU ESTOU NA LUZ DE CRISTO.

- EU SOU A LUZ DE CRISTO NO MUNDO.

Isto assumido, crie a seu jeito e agrado, o modo de viver este exercício.

Faça-o quando o desejar. E como decidir.

ESCOLHE A PAZ E CAMINHA COM ELA.