

# MESA

Continuamos 2025 com mais um tema central à nossa fé: a Eucaristia. A série **MESA** é uma jornada espiritual que convida os jovens a aprofundarem sua relação com Jesus Cristo por meio da Eucaristia, reconhecendo-a como o centro pulsante da vida cristã. Inspirada em reflexões teológicas e testemunhos de santos, esta série busca integrar a doutrina da Igreja com a vivência cotidiana da fé.

Como expressou São João Paulo II, **“a Missa constitui o centro de minha vida e de todos os meus dias”**. Para ele, celebrar a Eucaristia era mais do que um dever sacerdotal – era um encontro vivo e transformador com Cristo, um **sacrifício de amor oferecido ao Pai**. Esse mesmo chamado se estende a cada fiel: a Santa Missa é o lugar onde **Cristo nos convida a sua mesa, nos alimenta e nos envia ao mundo como testemunhas de seu amor**.

Santa Teresinha de Lisieux via-se **como um pequeno passarinho**, incapaz de voar tão alto quanto as águias da santidade, mas **com o olhar e o coração fixos no Sol do Amor**. Para ela, **a Eucaristia era esse Sol Divino, que aquecia sua alma frágil e lhe permitia, mesmo com quedas e distrações, sempre retornar ao olhar amoroso de Jesus**. Teresinha não temia sua pequenez, pois sabia que não era sua força que a elevaria ao Céu, mas sim a misericórdia daquele que se esconde sob a aparência da Hóstia Santa. **Com essa confiança, somos chamados a nos aproximar da mesa do Senhor**, certos de que ali encontramos sustento para nossa jornada e a promessa do abraço eterno do Pai.

Para Carlo Acutis, que será canonizado durante o Jubileu, **a Eucaristia era ‘sua estrada para o Céu’**. Ainda jovem, compreendeu que **o maior milagre estava ao seu alcance todos os dias: a presença real de Cristo na Hóstia Consagrada**. Fascinado pelo poder desse mistério, dedicou sua vida a torná-lo conhecido, catalogando os milagres eucarísticos pelo mundo para que outros também descobrissem esse tesouro da fé. Assim como Carlo, **somos chamados a reconhecer na Santa Missa o encontro transformador com Cristo e, ao nos aproximarmos da mesa do Senhor, deixar que Ele nos conduza pela via expressa do amor que leva ao Céu**.

*Mesmo não sendo digno  
Você decidiu me amar  
E me fez assim  
Uma alma que, espera por ti*

*Mesmo frágil e ferido  
Misericórdia em minhas veias  
E me fez assim  
Uma alma que, anseia por ti*

*Não me dê os arrepios  
E nem as emoções  
Ou acordes perfeitos  
Que seja verdade*

*Quem já se sentou  
À mesa uma vez  
E olhou nos olhos de Jesus  
Não consegue sair da mesa  
Sem ser tocado, ser encontrado*

*Me mostra a tua face  
Derrama a tua glória  
Quero te ver  
Quero te ver*

**Mesa - Colo de Deus**  
*Composição: Maycom César*

## **História de uma Alma**

### **Santa Teresinha de Lisieux**

*Como pode uma alma tão imperfeita como a minha aspirar à plenitude do Amor? Ó Jesus! Meu primeiro, meu único Amigo, Tu que amo UNICAMENTE, dize-me que mistério é esse. Por que não reservas essas imensas aspirações para as grandes almas, para as águias que planam nas alturas?*

*Considero-me apenas um mero passarinho coberto de leve penugem, não sou uma águia, só tenho dela os olhos e o coração, pois apesar da minha extrema pequenez ousou fixar o Sol Divino, o Sol do Amor, e meu coração sente em si todas as aspirações da águia...*

*O passarinho quer voar para esse Sol brilhante que encanta seus olhos, quer imitar as águias, suas irmãs, que vê chegar ao lar divino da Trindade Santíssima... ah! o que pode fazer é bater as asinhas, voar, porém, não está em seu pequeno alcance! O que será dele? Morrer de tristeza por se ver tão impotente?*

*Oh não! o passarinho nem vai ficar aflito. Com total abandono, quer ficar olhando seu divino Sol; nada poderá assustá-lo, nem o vento nem a chuva, e se nuvens escuras vierem esconder o Astro de Amor o passarinho não trocará de lugar. Sabe que, além das nuvens, seu Sol continua brilhando, que seu brilho não cessará.*

*Às vezes, o coração do passarinho é vítima de tempestade, parece não acreditar que existem outras coisas além das nuvens que o envolvem. Esse é o momento da felicidade perfeita para o pobre serzinho frágil. Que felicidade ficar aí, assim mesmo; fixar a luz invisível que escapa à sua fé!!!... Jesus, até agora, compreendo teu amor para com o passarinho, pois ele não se afasta de Ti... mas sei e Tu sabes também, muitas vezes a criaturinha imperfeita, embora permaneça a postos, isto é, debaixo dos raios do Sol; distrai-se um pouco da sua única ocupação, cata um grãozinho aqui, outro acolá, corre atrás de um inseto... e, encontrando uma pocinha d'água, banha suas peninhas. Quando vê uma flor que lhe agrada, sua mente se prende a ela... enfim, não podendo planar como as águias, o passarinho ocupa-se com as bagatelas da terra.*

*Após todas essas indelicadezas, em vez de esconder-se num cantinho para chorar sua miséria e morrer de arrependimento, o passarinho volta-se para seu bem-amado Sol, expõe suas asinhas molhadas aos seus raios, geme como a andorinha e no seu canto suave confidencia, relata detalhadamente suas infidelidades, pensando, no seu temerário abandono, adquirir mais poder, atrair mais fortemente o amor Daquele que não veio chamar os justos, mas os pecadores... Se o Astro Adorado permanece surdo aos chilreios plangentes da sua criaturinha, se continua encoberto... pois bem! a criaturinha permanece molhada, aceita ficar gelada e alegra-se por esse sofrimento que não deixa de merecer...*

*Jesus! Como teu passarinho está feliz por ser fraco e pequeno, o que seria dele se fosse grande? Nunca se atreveria a ficar na tua presença, em dormir diante de Ti... sim, é mais uma fraqueza do passarinho quando quer fixar o Sol divino e as nuvens o impedem de ver um raio sequer. Contra sua vontade, seus olhinhos se cerram, sua cabecinha se esconde sob sua asinha e o pobre serzinho adormece, crente ainda de que está fixando seu Astro querido.*

*Com o despertar, não se perturba, seu coraçõzinho fica em paz, recomeça seu ofício de amor. Invoca os anjos e os santos que se elevam como águias para o foco devorador, objeto de seus anseios. Com pena do irmãozinho, as águias o protegem, o defendem e afugentam os abutres que querem devorá-lo. O passarinho não tem medo dos abutres, imagens dos demônios, não se destina a ser presa deles, mas sim da Águia que ele contempla no centro do Sol de Amor.*

**Ó Verbo divino, és tu a Águia adorada que amo e que me atrai, és tu que correndo para a terra do exílio tens querido sofrer e morrer para lançar as almas no seio do Eterno Lar da Santíssima Trindade. És tu que, subindo para a inacessível Luz que de agora em diante será tua morada, ainda permaneces no vale de lágrimas, oculto sob a aparência de uma hóstia branca...**

*Águia Eterna, queres alimentar-me com tua divina substância, eu, ser pobre e pequeno, que voltaria ao nada se teu divino olhar deixasse de me dar vida a cada instante... Ó Jesus! deixa-me no extremo da minha gratidão, deixa-me te dizer que teu amor vai até a loucura... Como queres que diante dessa loucura, meu coração deixe de se jogar em teus braços? Como pode minha confiança ter limites?... Ah! sei, para Ti, os santos cometeram loucuras também, fizeram grandes coisas, pois eram águias...*

*Jesus sou pequena demais para fazer grandes coisas... e minha loucura pessoal é esperar que teu amor me aceite como vítima... Minha loucura consiste em suplicar às Águias, minhas irmãs, que consigam para mim o favor de voar para o Sol do Amor com as próprias asas da Águia divina...*

*Enquanto quiseres, ó meu Bem-amado, teu passarinho ficará sem forças e sem asas, com os olhos sempre fixos em Ti. Quer ser fascinado pelo teu olhar divino, quer tornar-se a presa do teu Amor... Um dia, espero, Águia adorada, virás buscar teu passarinho e, subindo com ele ao Lar do Amor, mergulharás para sempre no ardente Abismo desse Amor a quem se ofereceu como vítima...*

## Referências e Fontes de Estudo

- Passagens Bíblicas
  - São Lucas, 22
  - 1 Coríntios 10, 16-23;
  - 1 Coríntios 11, 20-29;
  - Hebreus 9, 11-15;
  - Apocalipse 19, 9;
- Catecismo da Igreja Católica:
  - Parágrafos 1322 a 1419;
- Cartas e Encíclicas de São João Paulo II:
  - [Encíclica "Ecclesia de Eucharistia" \(17 de abril de 2003\)](#);
  - [Carta Apostólica "Mane Nobiscum Domine" \(7 de outubro de 2004\)](#);
- Artigos e Formações da Minha Biblioteca Católica:
  - [Eucaristia: o pulsar do coração de Cristo - Minha Biblioteca Católica](#);
  - [A Presença Real de Cristo na Eucaristia - Minha Biblioteca Católica](#);
  - [Milagres Eucarísticos: o que são e por que acontecem? - Minha Biblioteca Católica](#);
  - [Eucaristia: a autoestrada para o céu - Minha Biblioteca Católica](#);
- A Imitação de Cristo, Tomás de Kempis:
  - Livro IV - Do Sacramento do Altar;
- A Imitação de Cristo - Direção Espiritual com Frei Gilson:
  - [▶ Reverência que se deve ter para receber o Santíssimo Sacramento | A Imitação ...](#)
  - [▶ Sacramento de amor | A Imitação de Cristo | #224](#)
  - [▶ A importância da comunhão frequente | A Imitação de Cristo | #225](#)
  - [▶ Graças abundantes aos que comungam devotamente | A Imitação de Cristo | #...](#)
  - [▶ Dignidade da Eucaristia e do Sacerdócio | A Imitação de Cristo | #227](#)
  - [▶ Exame de consciência para a comunhão | A Imitação de Cristo | #228](#)
  - [▶ Oferecimento de si mesmo na missa | A Imitação de Cristo | #229](#)
  - [▶ Na missa devemos rezar por nós e por todos | A Imitação de Cristo | #230](#)
  - [▶ Não se deve deixar a Sagrada Comunhão sem causa legítima | A Imitação de Cr...](#)
  - [▶ A importância da mesa da Palavra e da Eucaristia | Série A Imitação de Cristo | ...](#)
  - [▶ Preparar-se com grande zelo para receber Jesus na Eucaristia | Série A Imitação...](#)
  - [▶ Eucaristia amor infinito reservado singularmente para o homem | A Imitação d...](#)
  - [▶ Receber Jesus na Eucaristia com fervor | A Imitação de Cristo | #235](#)
  - [▶ A graça da devoção | A Imitação de Cristo | #236](#)
  - [▶ Fervoroso desejo de receber Jesus na Eucaristia | A Imitação de Cristo | #237](#)
  - [▶ A Eucaristia está acima da compreensão do homem | A Imitação de Cristo | #238](#)

## Calendário:

- **Encontro 1: Testemunhas do Amor Eucarístico**

- **Tema:** Como viver a Eucaristia no cotidiano?
- **Referência Bíblica:** 1 Coríntios 10, 16-23
- **Doutrina:** CIC 1391-1419; *Eucaristia: o pulsar do Coração de Cristo*
- **Inspiração:** O testemunho de jovens santos que viveram intensamente a Eucaristia
- **Objetivo:** Levar os jovens a perceberem que a vida eucarística ultrapassa as paredes da Igreja e se expressa no amor e no testemunho diário.
- **Frase-chave:** "A Missa é o centro da minha vida e de todos os meus dias." (São João Paulo II)

- **Encontro 2: Presença Real - Um Deus que se faz Pão**

- **Tema:** Jesus está realmente presente na Eucaristia?
- **Referência Bíblica:** 1 Coríntios 11, 20-29
- **Doutrina:** CIC 1373-1381; *A Presença Real de Cristo na Eucaristia*
- **Inspiração:** Carlo Acutis e os Milagres Eucarísticos
- **Objetivo:** Compreender a doutrina da Presença Real de Cristo na Eucaristia e como Ele se doa inteiramente a nós neste sacramento.
- **Frase-chave:** "A Eucaristia é a minha autoestrada para o Céu." (Carlo Acutis)

- **Encontro 3: O Sacrifício e a Mesa da Reconciliação**

- **Tema:** Como a Santa Missa nos insere no sacrifício de Cristo?
- **Referência Bíblica:** Hebreus 9, 11-15
- **Doutrina:** CIC 1356-1368; *Mane Nobiscum Domine* (Cap. 2)
- **Inspiração:** Santa Teresinha e o abandono confiante na misericórdia
- **Objetivo:** Explicar a relação entre sacrifício, redenção e a necessidade da confissão para uma autêntica comunhão.
- **Frase-chave:** "O passarinho não teme sua pequenez, pois é o Sol do Amor que o atrai." (Santa Teresinha)

- **Encontro 4: O Banquete da Nova Aliança**

- **Tema:** O que é a Eucaristia e por que ela é o coração da nossa fé?
- **Referência Bíblica:** 1 Coríntios 10, 16-23; Hebreus 9, 11-15
- **Doutrina:** Catecismo da Igreja Católica (CIC 1322-1344); *Ecclesia de Eucharistia* (Cap. 1)
- **Inspiração:** *A Imitação de Cristo*, Livro IV
- **Objetivo:** Apresentar a Eucaristia como o verdadeiro banquete de amor, instituído por Jesus na última Ceia, e seu papel central na nossa relação com Deus.
- **Frase-chave:** "Felizes os convidados para o banquete das núpcias do Cordeiro!" (Ap 19, 9)