



**Descanso e compaixão, aponta o cardeal D. António Marto, para uma sociedade “afligida pela fadiga”**



## **Descanso e compaixão, aponta o cardeal D. António Marto, para uma sociedade “afligida pela fadiga”**

Na homilia da Missa deste domingo, o bispo emérito de Leiria-Fátima apelou à coragem para “desligar da agitação contínua e do turbilhão de ocupações e distrações que ameaçam sobrecarregar os dias”.

Na homilia da missa deste XVI Domingo do tempo comum, o cardeal D. António Marto deduziu do Evangelho proclamado a importância do descanso, na regeneração da mente e do coração, e da compaixão, diante de situações de fragilidade e dor, como meio para dar esperança ao mundo.

“O convite de Jesus ao descanso dos apóstolos é um gesto de ternura, de quem os quer saudáveis e felizes”, começou por afirmar o prelado, estabelecendo um paralelo com a atualidade. “Hoje, vivemos numa sociedade agitada e nervosa, afligida pela fadiga, pelo cansaço, por um esgotamento crescente que afeta cada vez mais a saúde mental”, constatou D. António Marto, para afirmar a importância do “repouso do coração, que, além de regenerar o físico, regenera também a mente, os pensamentos (...) e a relação com Deus e com os outros”.

A partir das palavras do Santo Padre, o cardeal português falou da necessidade de uma “ecologia do coração”, que englobe o repouso físico, da mente, do espírito e do coração,

apelando à coragem no sentido da mudança.

“Jesus convida-nos a ter a coragem e a força de parar, de desligar da agitação contínua, da corrida frenética do dia a dia, dos ruídos, por vezes ensurdecedores, da televisão e do telemóvel, do turbilhão de ocupações e distrações que ameaçam sobrecarregar os nossos dias”, exemplificou o bispo-emérito de Leiria-Fátima, apresentando como solução “um encontro em recolhimento e silêncio a sós com Deus, que ajude a descansar e a reprogramar a vida”.

“Para descansar a sós com Jesus é preciso reservar alguns momentos e espaços de recolhimento e silêncio, para pensar, meditar, rezar a vida com ele, num diálogo tu a tu, confiando-Lhe aquilo que nos traz inquietos e desassossegados”, clarificou o cardeal D. António Marto, reforçando a importância da compaixão como caminho para a esperança, sobretudo com aqueles que sofrem.

“Tal como Jesus, também nós somos chamados a parar perante situações de fragilidade e de dor, a escutar o grito da solidão e da angústia, para ajudar a levantar quantos estão caídos, abatidos e sem esperança”, exortou.

No início da celebração, na saudação aos peregrinos, o cardeal D. António Marto particularizou os peregrinos do Movimento da Mensagem de Fátima, que este fim de semana cumprem mais uma peregrinação à Cova da Iria.

---

[www.fatima.pt/pt/news/descanso-e-compaixao-aponta-o-cardeal-d-antonio-marto-para-uma-sociedade-afligida-pela-fadiga](http://www.fatima.pt/pt/news/descanso-e-compaixao-aponta-o-cardeal-d-antonio-marto-para-uma-sociedade-afligida-pela-fadiga)