



FÉ E COMPROMISSO

comunicacao@diocesedebarretos.com.br

Porque jejuar nas sextas-feiras da Quaresma?

Durante a Quaresma – período de preparação para a festa da Páscoa – a Igreja recomenda que os fieis façam jejum e abstinência, principalmente às sextas-feiras. A prática é muito comum durante este tempo litúrgico, mas também no decorrer do ano. Mas porque jejuar nas sextas-feiras quaresmais?

“Para tornar mais verdadeira, autêntica e transparente a nossa vida diante de Deus”, explica o bispo de Livramento de Nossa Senhora (BA) e presidente da Comissão Episcopal Pastoral para a Liturgia da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB), Dom Armando Buccioli.

O bispo ressalta ainda que sexta-feira na tradição da Igreja é o dia da morte do Senhor. Portanto, desde os primeiros séculos se tornou um dia litúrgico. Isto é, em que se recordava a morte do Senhor de uma maneira especial.

De acordo com o Código de Direito Canônico – leis que orientam a Igreja Católica – o jejum é a “forma de penitência que consiste na privação de alimentos”. Para tal prática, a orientação tradicional é que se faça apenas uma refeição completa durante o dia e, caso haja necessidade, pode-se tomar duas outras pequenas refeições, que não sejam iguais em quantidade à habitual.

Segundo dom Armando, a Igreja enriquecida por uma longa história documentada pela Bíblia, fala muitas vezes da necessidade de jejuar. Na Sagrada Escritura, o profeta Isaías insiste que não basta um jejum como obra exterior. É importante jejuar como purificação interior.

Conforme as orientações da Igreja, o jejum e a abstinência são obrigatórios na Quarta-feira de Cinzas e na Sexta-feira Santa e estão obrigados ao jejum os que tiverem completado 18 anos até os 59 completos. Os outros podem fazer, mas sem obrigação. Grávidas e doentes estão dispensados do jejum, bem como aqueles que desenvolvem árduo trabalho braçal ou intelectual no dia do jejum.

Sobre a abstinência, o Direito Canônico diz que “consiste na escolha de uma alimentação simples e pobre”. Segundo o documento, a tradição da Igreja indica a abstenção de carne, pelo menos nas sextas-feiras da Quaresma. “Mas poderá ser substituída pela privação de outros alimentos e bebidas, sobretudo os mais requintados e dispendiosos [caros] ou da especial preferência de cada um”, orienta o documento.

Para Dom Armando, o jejum quaresmal é um momento para entrar em si mesmos e ver na transparência do mistério de Deus a proposta cristã o que torna a vida mais bela, transparente.

Fonte: CNBB

www.diocesedebarretos.com.br / comunicacao@diocesedebarretos.com.br



Artigo

7 DICAS PARA AS MULHERES GERENCIAREM MELHOR O TEMPO

Às vésperas de mais um Dia Internacional da Mulher, é importante retomar a discussão sobre um dos maiores dilemas enfrentados por elas nos dias atuais: a falta de tempo. As mulheres assumem inúmeros papéis e responsabilidades, que vão muito além da jornada de trabalho e incluem obrigações com familiares e atividades de casa. E, para dar conta de tantas missões diárias, muitas acabam se anulando e deixam de lado as atividades pessoais.

Aliás, essa é uma das grandes diferenças entre as mulheres e os homens. Raramente, eles se anulam diante de uma atividade rotineira (ou você já viu um homem deixar de ir ao futebol com os amigos?). No mundo em que vivemos, as mulheres se cobram cada vez mais por serem capazes de liderar o próprio sucesso. Elas cresceram na carreira e assumiram rapidamente sua independência, porém isso tem um valor muito alto: o tempo delas.

Na maioria dos casos, as mulheres focam grande parte do dia nos problemas, nas urgências do trabalho, de casa, dos filhos e do marido, o que resulta na falta de tempo para realizar as atividades que realmente gostariam de fazer, como ir à academia, sair com as amigas ou ler um livro. Uma forma de reverter esse cenário é aprender a gerenciar melhor o tempo. Pensando nisso, listei algumas ações

que vão ajudá-las nessa tarefa desafiadora:

1 – Entenda suas urgências para evitá-las: as mulheres têm mais urgências diárias, porém é preciso entender por que a urgência aconteceu e o que poderia ser feito para evitá-la em uma próxima oportunidade. Aprenda com essa urgência e antecipe futuros problemas. Isso irá reduzir o tempo perdido apagando incêndios;

2 - Delegue tarefas aos seus familiares: assumir todas as responsabilidades de casa sozinha faz com que as mulheres não tenham tempo e estejam sempre cansadas. Elas precisam compartilhar essas atividades com filhos e maridos. A casa não é apenas dela, é responsabilidade de todos;

3 – Exercite o uso da palavra “não”: você não precisa dizer sim para tudo. Se você não quer fazer algo, seja sincera. Ao dizer sim para os outros quando gostaria de dizer não, você está assumindo coisas circunstanciais que não gostaria de realizar. A regra é simples: nunca diga sim para alguém quando quiser dizer não;

4 – Decida a roupa na noite anterior: o período da manhã costuma ser de baixa produtividade para muitas mulheres. Para quem se enquadra nesse perfil, a dica é deixar toda a roupa do dia seguinte separada, passada e arrumada na noite anterior. Isso irá poupar um bom tempo. Tente também

expandir essas ações deixando pronto seu café da manhã, a bolsa, os documentos etc.;

5 – Utilize um sistema de pastas: não guarde os documentos jogados de qualquer jeito. Crie pastas com assuntos específicos - carro, IR, bancos, contas a pagar, contas a receber, imóvel, faculdade etc. Desta forma, você terá tudo o que precisar facilmente;

6 – Transforme seus filhos em aliados da produtividade: organize antecipadamente as tarefas da semana com as crianças. Imprima um quadro com todos os itens que devem ser feitos dia a dia e, quando algo for concluído, estimule-as a registrar no quadro. Isso acabará se transformando em uma brincadeira divertida e ajudará a criar hábitos de organização nas crianças;

7 – Organize seus acessórios: compre uma caixa pequena com divisões para guardar os acessórios. Coloque em cada divisão um item específico: anéis, brincos, colares, gargantilhas etc. Faça o mesmo procedimento com as maquiagens. A organização vai ajudar a poupar o tempo.

Christian Barbosa é o maior especialista no Brasil em administração de tempo e produtividade e CEO da Triad PS, empresa multinacional especializada em programas e consultoria na área de produtividade, colaboração e administração do tempo.



Artigo

Bitcoins e os desafios para sua regulamentação

Os desafios em relação às bitcoins são diversos. Desde a ausência total de regulamentação oficial, até a compra e venda da moeda, que hoje é feita diretamente entre os usuários ou com o auxílio de uma corretora de negociação de criptomoedas, sem qualquer controle oficial sobre estas movimentações.

Além disso, quando a Comissão de Valores Imobiliários (CVM) proibiu a compra de criptomoedas por fundos de investimentos, afirmou-se que tais criptomoedas não podem ser qualificadas como ativos financeiros. A dúvida quanto à natureza jurídica da bitcoin no Brasil também é um grande desafio para sua regulamentação.

Há quem sustente que sua natureza jurídica é definida como “camaleão”, pois se teria uma natureza jurídica que se adapta ao negócio, dependendo do tipo de transação, podendo ser considerada moeda, meio de pagamento ou bem, o que resulta em uma instabilidade, pois, para cada tipo de transação se verifica um impacto jurídico e tributário específico, dificultando ainda mais a regulamentação das bitcoins no Brasil.

Existe, ainda, quem defenda que bitcoin não pode ser tratada como moeda, pois o artigo 21, inciso VII da Constituição Federal, prevê a competência da União para emissão

de moedas e o artigo 164, também da Constituição, estabelece a competência exclusiva do Banco Central (Bacen) para tal emissão, de modo que, para se considerar moeda, a bitcoin deveria ser emitida por algum órgão governamental, nacional ou estrangeiro, o que não é o caso.

Outro desafio superável se vê na inexistência de lastro para a bitcoin. pois lastro é a garantia dada pelo governopara emissão de sua moeda, que na maioria dos casos é assegurada pelo ouro de suas reservas; no caso da bitcoin, inexistente lastro a lhe garantir, muito embora a lei da oferta e procura é que define seu valor de mercado, de modo que, é possível haver uma futura regulamentação, apesar da ausência de lastro.

Além disso, a hipervalorização e a movimentação (utilizando-se do blockchain) são algumas barreiras transponíveis que serão enfrentadas para regulamentar as criptomoedas. A dúvida se a valorização da bitcoin se trata de uma bolha, também persiste.

A dificuldade se amplia, pois as criptomoeda-sultrapassam as fronteiras, podendo ser negociadas de qualquer parte do mundo.

No Projeto de Lei nº 2.303/2015, que tramita na Câmara dos Deputados, é possível verificar a tentativa de regulamentar as bitcoins, classificando-as como arranjos de paga-

mento sob a supervisão do Banco Central.

Quanto à ideia da regulamentação ser realizada por uma entidade internacional, como o FMI (Fundo Monetário Internacional), talvez seja mais prudente e adequado cada país regulamentar as criptomoedas de acordo com sua própria política e legislação local, como aconteceu no caso da utilização do aplicativo Uber. Hoje, existem mais de mil tipos de criptomoedas, que são negociadas pelo mundo na internet, sendo, portanto, muito difícil e complexo regulamentá-las de maneira geral a contemplar as expectativas e diretrizes políticas e econômicas de todos os países de forma universal.

Portanto, acredita-se que, futuramente, todos os problemas citados não impedirão uma regulamentação do tema, pois o tempo fará com que o mundo estude e entenda estas mudanças irreversíveis e, em breve, espera-se a regulamentação oficial brasileira para as moedas digitais.

Dr. Luiz Augusto Filizola D'Urso, Advogado Criminalista, Presidente da Comissão Nacional de Estudos dos Crimes da Associação Brasileira dos Advogados Criminalistas (ABRACRIM), Pós-Graduado pela Universidade de Castilla-La Mancha (Espanha) e integra o escritório D'Urso e Borges Advogados Associados.

GOTAS DE SERENIDADE

No silêncio encontramos Deus



Por quanto tempo conseguimos nos silenciar? Parece uma brincadeira de infância, ver quem fica por mais tempo em silêncio, mas como seria importante se ainda fizéssemos, como as crianças, essa brincadeira todos os dias. Não tenho dúvidas de que ouviríamos mais e melhor ainda, escutaríamos tudo que Deus tem para falar no íntimo do nossos corações.

Nosso dia a dia é tão cheio de barulhos e ruídos, com tanta informação nas TVs, rádios, internet e como tantos meios e tantas coisas que nos deixam inquietos e aflitos, que nos esquecemos que é no silêncio que sentimos e escutamos a Deus.

O silêncio é o ambiente onde pode brotar em nós algo novo. É por isso que na quaresma, esse tempo que estamos vivenciando, somos chamados ao silêncio. E ele não se faz às pressas. Quando nos aquietamos brota em nós uma grande quantidade de pensamentos, sentimentos e reflexões. Precisamos acolhê-los e contemplá-los. E depois despedimo-nos de tudo para nos expormos verdadeiramente ao silêncio.

Todas as vezes que Jesus realizaria algo, ia ao monte e rezava, se silenciava, ouvia o que Deus Pai tinha a dizer e o que esperava Dele. Quando realizava milagres pedia que fosse o silêncio reinasse nos lugares. O nosso coração só se converterá de verdade quando tivermos um encontro pessoal com nosso Senhor. E tenha a certeza de que esse encontro se dá no silêncio!

Agora precisamos refletir se estamos permanecendo em silêncio o tempo necessário para ouvir o que Deus quer. Estamos deixando que Ele faça morada nos nossos corações? Procuramos escutar o que Ele tem a nos dizer nos momentos de dúvida diante de algo que precisamos fazer?

É por isso que precisamos nos silenciar para encontrarmos com Deus, com nossos erros, com nossas dores e assim contemplarmos a paz.

Façamos a experiência do silêncio hoje para que Jesus não precise gritar conosco, e mesmo assim poderemos não ouvi-lo pelo abafamento de tantas outras vozes que o mundo nos oferece!

Carlos Moni Seminarista