



TODOS AQUI
RENASÇEMOS

Caminhada da Quaresma à Páscoa 2020 | Diocese do Porto

TODOS AQUI RENASÇEMOS!

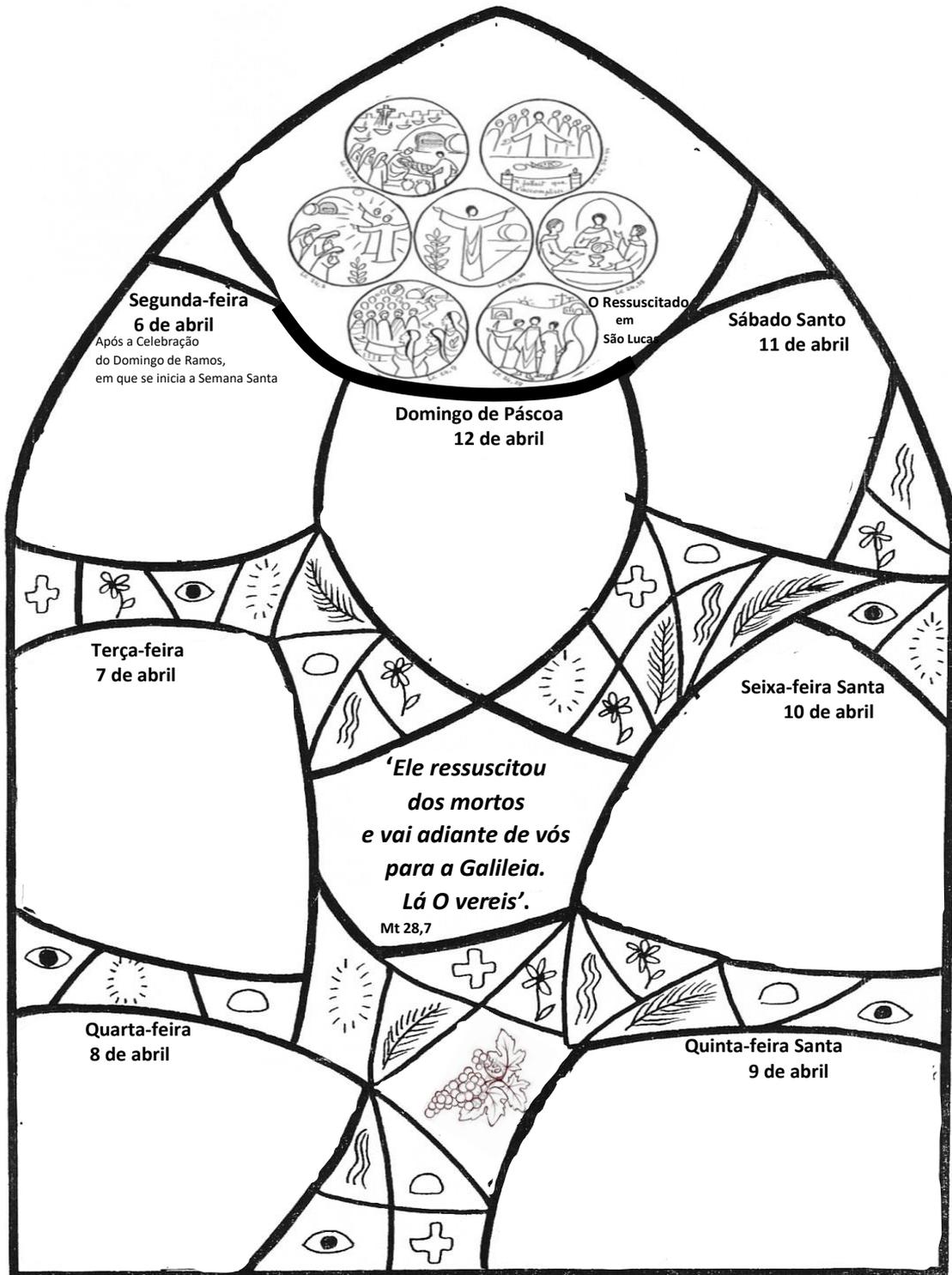
VITRAL da SEMANA SANTA, da VIDA NOVA

– ANO A – 2020

Viver e celebrar em família, na comunhão eclesial

REINAR – RESSUSCITAR

«A proposta para esta semana é esta: deixarmos Cristo REINAR, tornando-Se Ele mesmo o rosto da nossa atração, o centro do nosso coração e da nossa vida.»





TODOS AQUI
RENASCEMOS

Caminhada da Quaresma à Páscoa 2020 | Diocese do Porto

TODOS AQUI RENASCEMOS!

REINAR – RESSUSCITAR
Da morte para a vida!

Caríssimas Famílias

A proposta para a **Semana Santa** é «***deixarmos Cristo reinar, tornando-Se Ele mesmo o rosto da nossa atração, o centro do nosso coração e da nossa vida.***¹»

O **VITRAL da SEMANA SANTA, da VIDA NOVA**, convida as famílias a:

1. Viver algumas atitudes que ajudam a crescer na vida interior, a **abrir-se ao ENCONTRO com Deus, em todas as horas do dia**, para se estar, como **FILHOS de DEUS**, em profunda relação com o PAI, o ABBA, como lhe chamava Jesus... DOM inefável recebido no batismo.
2. Viver a **liturgia da Semana Santa**;
3. Colocar junto da videira (ou num lugar de destaque), de acordo com a «Caminhada quaresmal», os símbolos do batismo para que, na Vigília Pascal, acompanhada e **vivida espiritualmente na Igreja doméstica, em comunhão com a Igreja Diocesana e Universal**, cada um renove as promessas do batismo. Gesto que revela o compromisso de acolher o RESSUSCITADO, a VIDA NOVA, o dinamismo de passar, com ELE e n'ELE da morte para a vida! Este é o ponto alto da nossa caminhada quaresmal!
4. Levar à prática **gestos e palavras que cuidem os laços familiares, bebendo na FONTE do amor que é o próprio Deus. Gestos que dizem a VIDA NOVA**;
5. Olhar e experimentar a **comunhão com toda a humanidade e procurar caminhos novos para um tempo em mudança, a partir de trechos da mensagem do Papa Francisco**, pronunciada na Bênção *Urbi et Orbi*, dia 27 de março 2020. Não podemos fechar os olhos sobre a «humanidade» e o desumano... **Toca a cada um dizer SIM ao TEMPO NOVO, com o RESSUSCITADO. Se lhe dermos a mão, ELE nos fará RENASCER e viver o projeto SONHADO pelo Pai!**

O **VITRAL da SEMANA SANTA, da VIDA NOVA**, acompanhará passo a passo, os dias mais longos do ano... Os dias em que fazemos memória de um JESUS que se ajoelha, nos lava os pés e se nos dá no PÃO e no VINHO. Um Cristo que proclama desde a cruz «Perdoa-lhes Pai, porque não sabem o que fazem. (LC 23,34)»! Longas horas em que o **PAI**, o nosso **DEUS se inclina** sobre o SEU FILHO e sobre **CADA UM DE NÓS** para nos fazer RENASCER e recordar a cada um... que nos ama na **desmesura do seu AMOR!**

¹ «Todos aqui renascemos», Caminhada da Quaresma à Páscoa 2020- Diocese do Porto

.....**Sugestões para viver a liturgia**.....

Vivência da liturgia em comunhão eclesial

Propõe-se:

1. que tomem conhecimento das orientações do nosso Bispo, Dom Manuel Linda, para este tempo : <https://www.diocese-porto.pt/pt/noticias/recursos/celebrar-a-quaresmapáscoa-em-tempo-de-quarentena/>
2. que participem na oração de Laudes e vésperas em direto com o Seminário Maior do Porto - encontrarão os horários e os vídeos no Facebook da Diocese do Porto;
3. que recordem as propostas da caminhada quaresmal da diocese com as propostas alusivas à semana Santa, adaptando-as à realidade do confinamento profilático: <https://www.diocese-porto.pt/pt/noticias/recursos/todos-aqui-renascemos-caminhada-diocesana-da-quaresma-à-páscoa-2020/>
4. que sigam as Cerimónias da Paróquia ou da Diocese, ou do Vaticano (nas redes sociais);

Para a vivência do Tríduo Pascal em família, divulgamos a proposta do Secretariado da Liturgia do Porto, «**Ideias para celebrar a Páscoa na igreja doméstica**», disponível no site:

<http://www.vozportucalense.pt/2020/04/02/covid-19-ideias-para-celebrar-a-pascoa-na-igreja-domestica/?fbclid=IwAR2e90ZuHJf2i0ZFNB5TZAU06VK3qYIBDr2MrjsqGijclFyclUGB49q5gc>

.....**Sugestões para serem vividas ao longo do dia, em família**.....

Atitudes para TREINAR A VIDA INTERIOR

Propõe-se:

1. Logo ao levantar, fazer o sinal da cruz e rezar a frase escolhida para o dia (*Ver a grelha*);
(*são apenas propostas... cada um poderá escolher a mais significativa para a sua vida*).
2. Ao longo do dia: repetir a mesma frase, inúmeras vezes...

Esta prática é antiga na Igreja, trata-se do dinamismo das jaculatórias. É uma forma de, desde o levantar ao deitar, disponibilizar-se, conscientemente, ao ENCONTRO com Deus, para que o coração e a inteligência, progressivamente se deixe trabalhar pelo Espírito Santo. Para que a vida se abra à graça de Deus. É necessário cuidar e exercitar o diálogo interior.

**Gestos e palavras para CUIDAR OS LAÇOS
E ALIMENTAR O AMOR na família e o ENCONTRO com Deus**

«Este não é um tempo assético, mas de afetos. Há que usar o telefone para a função primeira para o qual foi feito: para falar. Para dar palavras de conforto e amizade. Para enviar beijos e abraços. Esses beijos e abraços que, numa situação normal, tantos se esquecem...»

Dom Manuel Linda, 24 de mar de 2020

Propõe-se:

Que cada membro da família realize gestos que alimentem os laços e o amor (*Ver a grelha*), ao longo do dia, quer com as pessoas que vivem em casa, quer com as pessoas que fazem parte do quotidiano da família (claro, através das redes sociais ou telefone). Recordarmos que são propostas... O plano, para a semana pode ser adaptado, e serem escolhidos gestos que tenham em conta as necessidades concretas da família....

Para viver um tempo de ENCONTRO-ORAÇÃO EM FAMÍLIA

«Ganharemos a batalha do Coronavírus. Mas, neste momento, reclamam-se três atitudes: união, solidariedade e oração.» Dom Manuel Linda, 29 de março 2020.

Propõe-se:

Tempo de oração/encontro em família – que se adapte nos dias em que haja celebrações:

1º passo: Inicie-se o tempo de oração com o sinal da cruz e uma breve oração;

2º passo: leia-se o evangelho do dia, indicado (ver a grelha)

3º passo:

1. leia-se, cada dia, os textos do «**OLHAR – VIVER a COMUNHÃO e CUIDAR a humanidade**» para um **TEMPO NOVO**. Todos eles são trechos da mensagem do Papa Francisco, pronunciada na **Bênção *Urbi et Orbi***, dia 27 de março 2020;
2. estabeleça-se um diálogo sobre o sentido do texto bíblico e as interrogações do Papa Francisco.
 - Que dizem à vida pessoal de cada um?
 - Que aspetos interroga no que se refere ao jeito de ser e de viver da família?
 - Será possível assumir compromissos pessoais e familiares, neste tempo de isolamento, em que a humanidade e o planeta SUPLICAM que tenhamos uma outra forma de viver?

Quando houver celebrações, a leitura destes textos e o diálogo podem realizar-se numa das refeições do dia. Precisamos de refletir, em família estes tempos... a partir da fé!

4º passo: faça-se um tempo de oração de louvor e de súplica a partir do texto bíblico;

5º passo: realize-se a tarefa sugerida para o Vitral.

COMPOR VITRAL da SEMANA SANTA, da VIDA NOVA,

Propõe-se:

1. Que em cada dia, se escolha e escreva no VITRAL uma palavra, uma frase ou uma oração de louvor ou de súplica a partir do Evangelho ou das interrogações do Papa Francisco (espaço destinado a cada dia);
2. As crianças são convidadas a desenhar ou pintar cada parte do vitral de acordo com a experiência de cada dia.

Jesus é o amigo fiel “que enche a nossa vida de felicidade, mesmo em tempos difíceis”, que “nos acompanha e nunca dececiona”.

Nele e com ele não estamos sozinhos e na sua cruz, os nossos corações encontram “apoio e conforto no meio das tribulações da vida”.

Papa Francisco, Audiência Geral, dia 1 de abril 2020

Quadro dos gestos - para cada dia

	Atitudes para TREINAR a vida interior e o ENCONTRO com Deus	Gestos para CUIDAR os laços e alimentar o amor na FAMÍLIA e o ENCONTRO com Deus	Vivência da LITURGIA em comunhão eclesial	OLHAR – VIVER a COMUNHÃO e CUIDAR a HUMANIDADE <i>(Citações do Papa Francisco)</i>
Segunda	«Jesus, és o Meu Senhor!»	Dar elogios Não só a quem vive em casa, mas nas redes sociais aos que fazem parte do meu dia a dia.	Contemplar Jesus na intimidade dos amigos Jesus o SERVO, luz das nações	Caminhar juntos «não podemos continuar o caminho cada qual por conta própria»
Terça	«Jesus, peço perdão pelas minhas faltas e as faltas da humanidade!»	Pedir desculpa <i>Recipiente com água a recordar o batismo</i>	Contemplar Jesus traído pelo amigo Jesus chamado a entregar-se	Olhar... Rever... a vida «deixamos adormecido e abandonado aquilo que nutre, sustenta e dá força à nossa vida e à nossa comunidade.»
Quarta	«Senhor, abre os meus olhos, coração e inteligência à vontade do Pai»	Ter gestos de delicadeza <i>(sorrisos, oferta de mensagem, carta de amizade...)</i>	Contemplar Jesus que se prepara para a Páscoa	REVER... a vida- voltar o coração para ELE «Chamas-nos a aproveitar este tempo de prova como <i>um tempo de decisão.</i> »
Quinta-feira Santa	«Jesus dou-Te graças porque dás-Te a mim na Eucaristia»	Expressar a gratidão <i>Colocar a vela do batismo em lugar de destaque.</i>	Contemplar Jesus a lavar os pés Jesus que se dá na Eucaristia	ACOLHER o amor, desde a fé «uma vez invocado, salva os seus discípulos desalentados.»
Sexta-feira Santa	«Jesus sei que me amas e me curas. Aumenta a minha fé»	Expressar o amor Colocar a cruz em destaque	Contemplar Jesus que dá a vida por amor	ABRAÇAR O SENHOR, para abraçar a esperança «na sua cruz, fomos curados e abraçados, para que nada e ninguém nos separe do seu amor redentor.»
Sábado Santo	«Jesus ajuda-me a compreender a Tua presença neste tempo de dor»	Escrever frases de esperança (e) do Evangelho e afixar em vários locais da casa. <i>-Celebração da Vigília Pascal acender as velas do batismo</i>	Contemplar Jesus oculto no silêncio do túmulo»	ESCUTAR, no silêncio, Aquele que nos ama «A oração e o serviço silencioso: são as nossas armas vencedoras.»
Domingo de Páscoa	«Dou-Te graças, Jesus, porque estás vivo e vais à minha frente»	Saborear a vida que vem de DEUS <i>Durante a refeição, rezar a (fazer) ladainha de gratidão</i>	Contemplar Jesus ressuscitado	RESSUSCITOU está VIVO «desça sobre vós, como um abraço consolador, a bênção de Deus.»

OLHAR – VIVER a COMUNHÃO e CUIDAR a humanidade

(Os textos são trechos da mensagem do Papa Francisco...)

Segunda-feira, 6 de abril

1ª leitura- Is 42,1-7

Evangelho -Jo 12, 1-11

Salmo: 26 (27) – para a oração

(Os textos bíblicos e os salmos podem ser lidos/rezados a partir da Bíblia ou no Missal Ferial do tempo de Quaresma – anos pares. Podem ser encontrados no missal on-line a partir da p. 319 do PDF, no secretariado da Secretariado da liturgia http://liturgia.pt/leccionarios/lec4/4_03_Quaresma.pdf)

Contemplar:

**Jesus na intimidade da casa dos seus amigos,
Maria, Marta e Lázaro, ungido por Maria que derramou
uma libre de perfume nos pés de Jesus**

Saborear meditar:

Jesus o Servo, luz das nações

«Assim fala o Senhor: «Fui Eu, o Senhor, que te chamei segundo a justiça; tomei-te pela mão, formei-te e fiz de ti a aliança do povo e a luz das nações, para abrires os olhos aos cegos, tirares do cárcere os prisioneiros e da prisão os que habitam nas trevas».

Is 42,6-7

Caminhar juntos

«Demo-nos conta de estar no mesmo barco, todos frágeis e desorientados, mas ao mesmo tempo importantes e necessários: todos chamados a remar juntos, todos carecidos de mútuo encorajamento.

E, neste barco, estamos todos. Tal como os discípulos que, falando a uma só voz, dizem angustiados «vamos perecer» (cf. 4, 38), assim também nós nos apercebemos de que não podemos continuar estrada cada qual por conta própria, mas só o conseguiremos juntos.»

Terça-feira, 7 de abril

1ª leitura- Is 49,1-6

Evangelho -Jo 13, 21-33.36-38

Salmo: 70 (71) – para a oração

Contemplar:

Jesus traído pelo seu amigo, Judas: «Um de vós Me entregará»... « Não cantará o galo, sem que Me tenhas negado três vezes».

Saborear meditar:

Jesus chamado pelo Pai a entregar-se

«Terras de Além-Mar, escutai-me;
povos de longe, prestai atenção.
O Senhor chamou-me desde o ventre materno,
disse o meu nome desde o seio de minha mãe.
Fez da minha boca uma espada afiada,
abrigou-me à sombra da sua mão.» Is 49,1-2

OLHAR... a vida – para recriar um tempo novo

«Acordam-No; mas, depois de acalmar o vento e as águas, Ele volta-Se para os discípulos em tom de censura: «Porque sois tão medrosos? Ainda não tendes fé?» (4, 40). [...]

A tempestade desmascara a nossa vulnerabilidade e deixa a descoberto as falsas e supérfluas seguranças com que construímos os nossos programas, os nossos projetos, os nossos hábitos e prioridades. Mostra-nos como deixamos adormecido e abandonado aquilo que nutre, sustenta e dá força à nossa vida e à nossa comunidade.

A tempestade põe a descoberto todos os propósitos de «empacotar» e esquecer o que alimentou a alma dos nossos povos; todas as tentativas de anestesiar com hábitos aparentemente «salvadores», incapazes de fazer apelo às nossas raízes e evocar a memória dos nossos idosos, privando-nos assim da imunidade necessária para enfrentar as adversidades.»

Quarta-feira, 8 de abril

1ª leitura- Is 50,4-9a

Evangelho -Mt 26, 14-25

Salmo: 68 (69) – para a oração

Contemplar:

Jesus convida os discípulos a preparem a Páscoa

Saborear meditar:

«Quem é o meu adversário? Que se apresente!

O Senhor Deus vem em meu auxílio.

Quem ousará condenar-me? » Is 50,9ª

REVER... a vida- voltar o coração para ELE

«Porque sois tão medrosos? Ainda não tendes fé?» Senhor, lançamos um apelo, um apelo à fé. Esta não é tanto acreditar que Tu existes, como sobretudo vir a Ti e fiar-se de Ti. Nesta Quaresma, ressoa o teu apelo urgente: «Convertei-vos...». «Convertei-Vos a Mim de todo o vosso coração» (Jl 2, 12). Chamamos a aproveitar este tempo de prova como *um tempo de decisão*. Não é o tempo do teu juízo, mas do nosso juízo: o tempo de decidir o que conta e o que passa, de separar o que é necessário daquilo que não o é. É o tempo de reajustar a rota da vida rumo a Ti, Senhor, e aos outros. E podemos ver tantos companheiros de viagem exemplares, que, no medo, reagiram oferecendo a própria vida. É a força operante do Espírito derramada e plasmada em entregas corajosas e generosas. É a vida do Espírito, capaz de resgatar, valorizar e mostrar como as nossas vidas são tecidas e sustentadas por pessoas comuns (habitualmente esquecidas), que não aparecem nas manchetes dos jornais e revistas, nem nas grandes passarelas do último espetáculo, mas que hoje estão, sem dúvida, a escrever os acontecimentos decisivos da nossa história: médicos, enfermeiros e enfermeiras, trabalhadores dos supermercados, pessoal da limpeza, curadores, transportadores, forças policiais, voluntários, sacerdotes, religiosas e muitos – mas muitos – outros que compreenderam que ninguém se salva sozinho.»

Quinta-feira Santa, 9 de abril
Ceia do Senhor

1ª leitura- Ex 12,1-8.11-14

Evangelho - Jo 13,1-15

Salmo: 115 (116) – para a oração

(Os textos bíblicos e os salmos podem ser lidos/rezados a partir da Bíblia ou no Missal Dominical, Tríduo Pascal ano A. Podem ser encontrados no missal on-line, do Secretariado da liturgia:

http://liturgia.pt/leccionarios/domA/1_0_4_A_Triduo.pdf

Contemplar:

Jesus lavando os pés aos discípulos e a convidar-nos a fazer o mesmo

Saborear meditar:

«Isto é o meu corpo, entregue por vós. Fazei isto em memória de Mim».

«Este cálice é a nova aliança no meu sangue.

Todas as vezes que o beberdes, fazei-o em memória de Mim». 1 Cor 11,24-25

ACOLHER o amor, desde a fé

«Procuremos compreender. Em que consiste esta falta de fé dos discípulos, que se contrapõe à confiança de Jesus? Não é que deixaram de crer N'Ele, pois invocam-No; mas vejamos como O invocam: «Mestre, não Te importas que pereçamos?» (4, 38) *Não Te importas*: pensam que Jesus Se tenha desinteressado deles, não cuide deles. Entre nós, nas nossas famílias, uma das coisas que mais dói é ouvirmos dizer: «Não te importas de mim». É uma frase que fere e desencadeia turbulência no coração.

Terá abalado também Jesus, pois não há ninguém que se importe mais de nós do que Ele. De facto, uma vez invocado, salva os seus discípulos desalentados.

[...Pois é este] «nosso mundo, que Tu amas mais do que nós...»

<p style="text-align: center;"><i>Sexta-feira Santa, 10 de abril</i></p> <p>1ª leitura- Is 52, 13-53,12 2ª leitura- Hebr 4,14-16;5,7-9 Evangelho - Jo 18,1-10,42 Salmo: 30 (31) – para a oração</p> <p>Contemplar: A paixão de Jesus</p> <p>Saborear meditar: «Apesar de ser Filho, aprendeu a obediência no sofrimento. E, tendo atingido a sua plenitude, tornou-Se, para todos os que Lhe obedecem, causa de salvação eterna.» Hebr 5, 9</p>	<p>ABRAÇAR O SENHOR, para abraçar a esperança</p> <p>«Temos uma âncora: na sua cruz, fomos salvos. Temos um leme: na sua cruz, fomos resgatados. Temos uma esperança: na sua cruz, fomos curados e abraçados, para que nada e ninguém nos separe do seu amor redentor.</p> <p>No meio deste isolamento que nos faz padecer a limitação de afetos e encontros e experimentar a falta de tantas coisas, ouçamos mais uma vez o anúncio que nos salva: Ele ressuscitou e vive ao nosso lado. Da sua cruz, o Senhor desafia-nos a encontrar a vida que nos espera, a olhar para aqueles que nos reclamam, a reforçar, reconhecer e incentivar a graça que mora em nós. Não apaguemos a mecha que ainda fumeja (cf. Is 42, 3), que nunca adoece, e deixemos que reacenda a esperança.</p> <p>Abraçar a sua cruz significa encontrar a coragem de abraçar todas as contrariedades da hora atual, abandonando por um momento a nossa ânsia de onipotência e possessão, para dar espaço à criatividade que só o Espírito é capaz de suscitar. Significa encontrar a coragem de abrir espaços onde todos possam sentir-se chamados e permitir novas formas de hospitalidade, de fraternidade e de solidariedade.</p> <p>Na sua cruz, fomos salvos para acolher a esperança e deixar que seja ela a fortalecer e sustentar todas as medidas e estradas que nos possam ajudar a salvaguardar-nos e a salvaguardar.</p> <p>Abraçar o Senhor, para abraçar a esperança. Aqui está a força da fé, que liberta do medo e dá esperança.»</p>
<p style="text-align: center;"><i>Sábado Santo, 11 de abril</i></p> <p>Contemplar: Jesus oculto no silêncio do túmulo</p> <p>Saborear meditar: «Permaneço em mim, que Eu permaneço em vós.» Jo 14,4</p>	<p>ESCUTAR, no silêncio, Aquele que nos ama</p> <p>«Quantas pessoas dia a dia exercitam a paciência e infundem esperança, tendo a peito não semear pânico, mas corresponsabilidade! Quantos pais, mães, avôs e avós, professores mostram às nossas crianças, com pequenos gestos do dia a dia, como enfrentar e atravessar uma crise, readaptando hábitos, levantando o olhar e estimulando a oração! Quantas pessoas rezam, se imolam e intercedem pelo bem de todos! A oração e o serviço silencioso: são as nossas armas vencedoras.»</p>
<p style="text-align: center;">Domingo de Páscoa, Dia 12 de abril</p> <p>Contemplar: «Ressuscitou e vai adiante de vós para a Galileia»</p> <p>Saborear meditar: «Comemos e bebemos com Ele, depois de ter ressuscitado dos mortos»</p>	<p>RESSUSCITOU, está VIVO- palmilha os nossos caminhos...</p> <p>«Porque sois tão medrosos? Ainda não tendes fé?» Queridos irmãos e irmãs, deste lugar que atesta a fé rochosa de Pedro, gostaria nesta tarde de vos confiar a todos ao Senhor, pela intercessão de Nossa Senhora, saúde do seu povo, estrela do mar em tempestade.</p> <p>Desta colunata que abraça Roma e o mundo desça sobre vós, como um abraço consolador, a bênção de Deus. Senhor, abençoa o mundo, dá saúde aos corpos e conforto aos corações! Pedes-nos para não ter medo; a nossa fé, porém, é fraca e sentimo-nos temerosos. Mas Tu, Senhor, não nos deixes à mercê da tempestade. Continua a repetir-nos: «Não tendes medo!» (Mt 14, 27). E nós, juntamente com Pedro, «confiamos-Te todas as nossas preocupações, porque Tu tens cuidado de nós» (cf. 1 Ped 5, 7).»</p>

NOTA: Pode solicitar-se o documento em Word para o seguinte e-mail: portosdec@gmail.com