

«Ao Encontro da Vida»



Caminhada para a Quaresma

2024

APRESENTAÇÃO

Nesta Quaresma propomos caminhada intitulada “Ao Encontro com a Vida”. É um desafio para que nos próximos 40 dias nos tornemos peregrinos, propostos a um encontro com a Vida. Uma vida que nos leva à conversão. Uma vida proposta para um melhor relacionamento com este Deus que vem, em cada momento, ao coração de cada ser humano.

Jesus, na sua obediência ao Pai, ensina-nos a descobrir uma nova forma de vida. Tornando-se Ele o exemplo, o caminho e a proposta para uma Vida Nova!

Para cada domingo, propomos uma letra, acompanhada de uma palavra, vista como uma inspiração na vivência de cada semana. Cada letra, vai construindo uma palavra final que te levará a viver melhor o significado da Páscoa do Senhor. Irás construir a palavra “PÁSCOA”.

A palavra Páscoa, a qual irás trabalhar ao longo desta temporada, significa passagem. Assim tomamos consciência que cada um se torna peregrino num caminho que não temos de fazer sozinhos, mas acompanhados pelos nossos catequistas, pela nossa família, pela nossa comunidade e pelo nosso Pároco.

Os desafios propostos, como vais compreender com o decorrer desta caminhada, vão proporcionar-te um crescimento espiritual, enquanto cristão e também enquanto próximo do teu próximo. É uma caminhada que integra e envolve a tua família e a tua comunidade. Porque todos somos parte integrante do Amor e da Vida de Deus.

Lança-te neste caminho! Não tenhas medo de descobrir, a cada desafio um pedacinho de Deus! Não te esqueças que estás a caminho de um encontro com a verdadeira Vida!

Desejamos-te uma ótima Quaresma! Encontramos-te na Páscoa!

No entanto, e para finalizar, à que ler toda a caminhada de modo a cada catequista estar previamente «munido(a)» de material e diálogo necessário para uma boa execução de tarefas pelos catequizandos.

O material em anexo poderá ser ampliado para cópias em folhas A3 de modo que, na parede da sala da catequese e, na Igreja, num Placar, seja mais visível a construção desta caminhada. Às famílias pedimos ajuda para a execução de cada compromisso em prol de uma melhor compreensão, por parte dos seus filhos, da importância da Festa da Páscoa – A FESTA DA VIDA!

1.ª SEMANA DA QUARESMA

“Nem só de pão vive o homem,
mas de toda a Palavra que sai da boca de Deus”

PALAVRA

Evangelho segundo S. Mateus (4, 3-4)

O diábo aproximou-se e disse a Jesus: «Se és Filho de Deus, diz a estas pedras que se transformem em pães». Mas Jesus respondeu-lhe: «Nem só de pão vive o homem, mas de toda a Palavra que sai da boca de Deus».

PALAVRA “P” - PÃO

A Palavra de Deus, neste domingo, ajuda-nos a refletir sobre a importância do nosso Pão espiritual. Diz-nos Jesus que, «nem só de Pão vive o homem, mas de toda a Palavra que sai da boca de Deus». Isto quer ajudar-nos a compreender que a Palavra de Deus é alimento para a nossa alma. Sacia-nos e, ao mesmo tempo, aproxima-nos da mesa de Deus, que nos dá o alimento necessário para a nossa vida!

Afastar-nos dos materialismos que nos afastam de um Deus que no caminho consigo para com ele vivermos.

GESTO

Acompanhado com os teus familiares, esta semana, desafiamos-te a fazer pão para alimentares a tua família. Pede a ajuda para ofereceres um pão a uma pessoa.

ORAÇÃO

Ao longo desta semana, aproveita a refeição em família e faz a oração que te propomos abaixo.

Senhor, nosso Deus,
Agradecemos este alimento que,
com o esforço de cada dia
colocamos nesta mesa para nos saciar
das nossas forças físicas.
Contudo, dai-nos o pão espiritual da Eucaristia
Para nos dar força e perseverança para a nossa vida espiritual.
Ámen

2.^a SEMANA DA QUARESMA

“Este é o Meu Filho muito amado:
Escutai-O!”

PALAVRA

Evangelho segundo S. Lucas (9, 28ss.)

Naquele tempo, tomou Jesus consigo, Pedro, Tiago e João e subiu ao monte para orar. Enquanto orava, tornou-se-lhe diferente o aspecto do rosto e as suas vestes ficaram de uma brancura resplandecente. Veio então uma nuvem que os cobriu com a sua sombra e da nuvem fez-se ouvir uma voz: «Este é o Meu Filho muito amado: Escutai-O!»

PALAVRA “A” - ABRAÇO

Abraçar alguém é acolher esta pessoa com tudo o que ela é. Abraçar fisicamente é tocarmos o espírito daquele que abraçamos. É integrar o outro no nosso mundo e, ao mesmo tempo, entrarmos no mundo do outro. Quantas vezes perdemos a oportunidade tanto de abraçar como de nos deixarmos abraçar.

GESTO

Esta semana aproveita para abraçares não somente os teus amigos, mas as pessoas que não gostas tanto. Aproveita a oportunidade para acolheres e para seres acolhido. Não tenhas medo de abraçar, pois um abraço caloroso é imagem do que todos queremos receber por Jesus.

ORAÇÃO

Senhor, nosso Deus,
Ensinai-nos a nos aproximarmos
do nosso próximo e,
escutarmos a Tua voz de Pai
que nos abraça e nos transporta para o bem.
Fazei-nos fiéis na relação com o Teu Filho
através no nosso próximo.
Ámen.

3.ª SEMANA DA QUARESMA

“Destruí este templo
E em três dias o levantarei”

PALAVRA

Evangelho segundo S. João (2, 13-25)

Jesus subiu a Jerusalém. Encontrou no templo os vendedores de bois, de ovelhas, de pombas e os cambistas sentado às bancas. Fez então um chicote de cordas e expulsou-os a todos do templo e disse: «Tirai tudo daqui; não façais da casa de meu Pai casa de comércio». Os judeus então tomaram a palavra e disseram-lhe: «Que sinal nos dás para procederes deste modo?» Jesus respondeu-lhes: «Destruí este templo e em três dias o levantarei».

LETRA “S” - SERVIÇO

Quaresma é servir! Principalmente aqueles que encontramos nos caminhos da nossa vida terrena. É abrir o nosso coração ao Amor com o outro. Tornamo-nos as mãos daqueles que não têm. Ser a força dos fracos. A esperança dos desanimados. Dar dignidade àqueles que não a têm. Saber que o pouco que fazes é sempre muito para aquele que não tem! Arregaça as mangas e vai ao encontro de quem precisa de ti!

“Tudo quando tens no mínimo que fazes e a luz no alto do lado brilhará”

Ricardo Reis

GESTO

Tal como sugerimos no texto acima, esta semana, torna-te servidor dos necessitados, dos mais pobres, daqueles que precisam sentir-se amados.

ORAÇÃO

Senhor Jesus,
Torna-me instrumento do teu amor.
Ajuda-me a olhar para cada situação
Estar atento para que possa ajudar e,
Sendo teu discípulo, possa levar-te
Nos meus gestos simples,
Mas construtores de uma sociedade melhor.
Ámen.

4.^a SEMANA DA QUARESMA

“Quem pratica a verdade aproxima-se da luz, para que as suas obras sejam manifestas, pois são feitas em Deus”

PALAVRA

Evangelho segundo S. João (3, 14-21)

Todo aquele que pratica más acções odeia a luz e não se aproxima dela, para que as suas obras não sejam denunciadas. Mas quem pratica a verdade aproxima-se da luz, para que as suas obras sejam manifestas, pois são feitas em Deus.

LETRA “C” – CRUZ

Na cruz Cristo deu a vida por nós. Não para a vermos como algo pesado, mas sim para aliviar as nossas dores e sofrimentos. É na força da Cruz que nos sentimos levantados da nossa condição de pecadores e de seres frágeis. Nela ganhamos a força e a esperança de conquistar, não somente os nossos sonhos, mas os sonhos que Deus tem para nós.

GESTO

Esta semana, na tua casa, elabora um pequeno altar decorado com algumas flores e com uma vela. Ao longo desta semana ao passares pela cruz faz o sinal da cruz e pede a Deus para que Ele te ilumine nas tuas acções.

ORAÇÃO

Senhor Jesus,
que continuas presente
no meio de nós.
Inspira-nos com a Tua Cruz,
para que, ao olharmos para ela,
não nos abandonemos ao sofrimento,
mas às alegrias que nos trazes
com o Teu Amor.
Quero ser teu Amigo,
para que ao dares a Tua vida por mim,
não tenha sido em vão,
mas que possa retribuir livremente,
com o Amor que sinto por Ti em cada dia.
Ámen

5.^a SEMANA DA QUARESMA

“E quando Eu for elevado da terra,
atrairei todos a mim”

PALAVRA

Evangelho segundo S. João (12, 20-33)

«Chegou a hora em que este mundo será julgado. Chegou a hora em que vai ser expulso o príncipe deste mundo. E quando Eu for elevado da terra, atrairei todos a mim». Falava deste modo, para indicar de que morte ia morrer

LETRA “O” - ORAÇÃO

A oração é o alimento da nossa alma. Eleva-nos a Deus como incenso no altar. Faz-nos sentir próximos de Deus e uns dos outros. Ilumina o nosso coração e leva-nos ao encontro com a nossa comunidade.

GESTO

Na Eucaristia distribuam as vossas orações feitas no encontro de catequese. Leva uma oração para casa e durante esta semana pede aos teus pais para rezarem contigo ao pé da cruz. Arranja um cordão com crucifixo e usa-o ao pescoço dentro ou fora da roupa. À noite não o tires... beija-o antes de te deitares.

ORAÇÃO

Senhor nosso Pai,
Que pela cruz
Quisestes mostrar-nos
O caminho do Teu Amor,
Faz-nos ter um coração humilde,
Pacífico e cheio de Amor
Para compreender
O quanto nos amas a todos.
Ámen

6.^a SEMANA DA QUARESMA

Domingo de Ramos

“Tomai: isto é o meu corpo.
Depois tomou um cálice, deu graças e entregou-lho.
Todos beberam dele”

PALAVRA

Evangelho segundo S. Marcos (14, 1-15.47)

Enquanto comiam, Jesus tomou o pão, recitou a bênção e partiu-o, deu-o aos discípulos e disse: «Tomai: isto é o meu corpo». Depois tomou um cálice, deu graças e entregou-lho. Todos beberam dele. (...)

LETRA “A” - AGIR

A forma como ages, é o modo como se cumpre a esperança em ti. O cristão é o verbo ação em movimento. Move-te em função de todos os que precisam de ti. Jesus agiu em obediência ao Pai. O desafio do cristão, em cada dia, é o de fazer melhor, em prol da obediência de Amor de Jesus Cristo.

GESTO

Ao logo desta semana, participa, junto com os teus pais e familiares nas celebrações do tríduo pascal – na quinta feira santa, na Instituição da Eucaristia e Lava pés; na sexta feira santa, na Paixão e Morte de Jesus com Adoração à Cruz; no sábado santo, na Vigília Pascal, celebração da esperança e, no domingo, Jesus Vivo alegra-nos com a Sua Ressurreição, pois a Eucaristia é a continuidade do Amor de Jesus por cada um de nós.

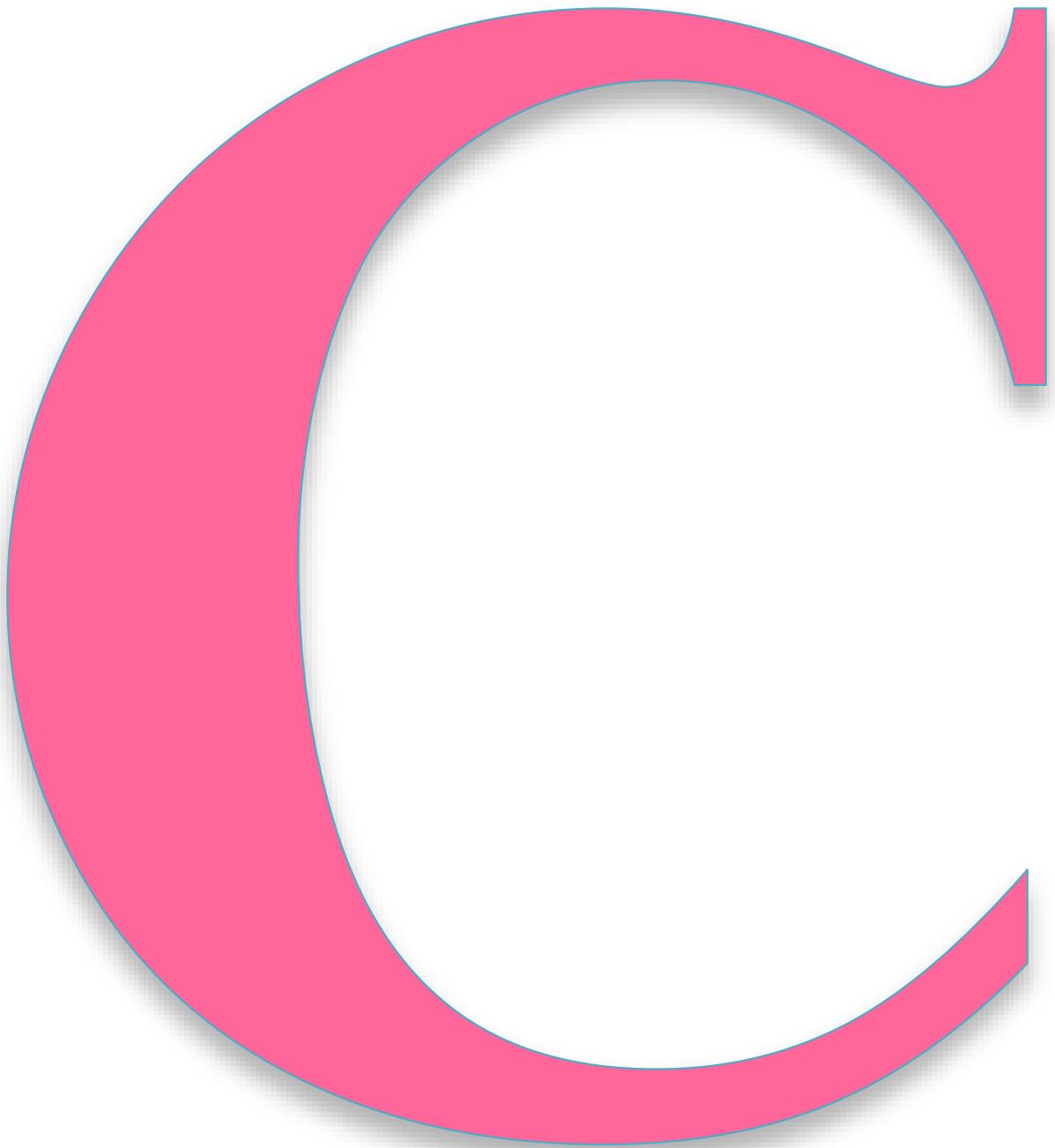
ORAÇÃO

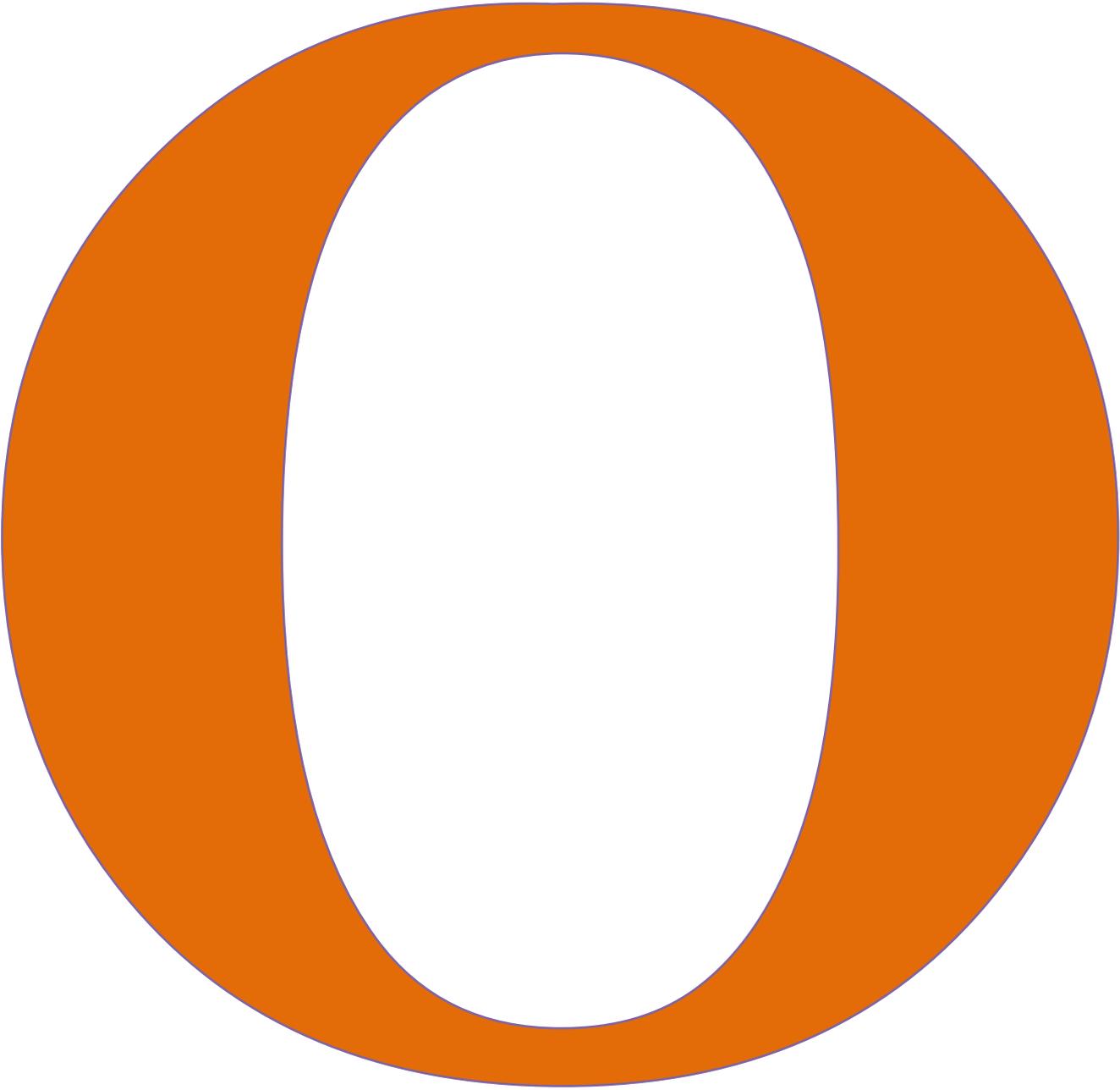
Em casa decora a cruz que está no teu altar com um arranjo de flores e, no domingo de Páscoa, pela manhã, coloca na janela com as Palavras “JESUS É VIDA”

P

A

S





A