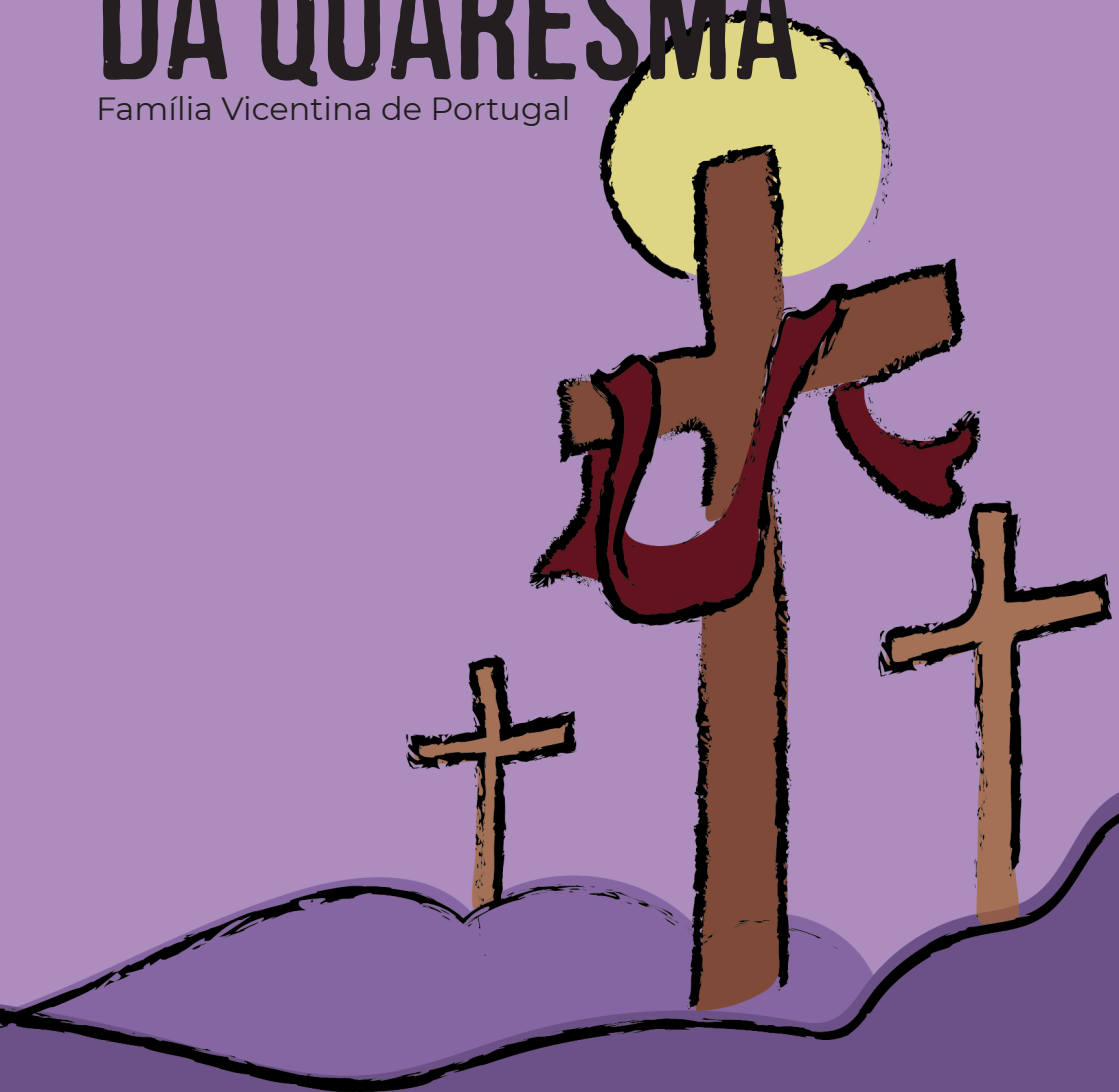


# PLANO ESPIRITUAL DA QUARESMA

Família Vicentina de Portugal



## Plano Espiritual da Quaresma\* – 2021 Família Vicentina

### **“A Escada da Ressurreição. Com São Vicente de Paulo, deixemo-nos tocar pela Misericórdia de Deus”**

«O Tempo da Quaresma destina-se a preparar a celebração da Páscoa: um caminho de 40 dias para que tanto os catecúmenos, através dos diversos graus da iniciação cristã, como os fiéis, por meio da renovação do Batismo e das práticas de penitência», conheçam, celebrem e testemunhem os mistérios da paixão, morte e ressurreição de Jesus.

Para te ajudar neste caminho, a Família Vicentina propõe-te este PEQ – Plano Espiritual da Quaresma. Um subsídio que te irá acompanhar, sobretudo, a partir do formato digital. Em tempo de pandemia, os meios digitais irão permitir, não só a partilha desta caminhada, como também alertar-te para a responsabilidade de teres presente todos aqueles que “lutam” pela nossa vida.

Concretamente, propomos-te que prepares um espaço na tua casa, um espaço onde te possas recolher sempre que necessário, para rezar, para te encontrares, no qual possas estar desligado do mundo e conectado com Deus. Apenas necessitas de uma cruz, uma vela, a Bíblia ou meios de leitura, e um caderno para exprimir os teus pensamentos. E também te pedimos que tenhas presente os seguintes objetivos:

- Preparar para receber Cristo Ressuscitado;
- Caminhar com os diversos ramos da Família Vicentina;
- Refletir semanalmente com a ajuda de desafios diários, de modo a provocar uma atitude ativa durante este caminho.

## Quarta-Feira de Cinzas

Caminhar (descobrimo a oração, o jejum, a caridade)

“A Quarta-Feira de Cinzas, que a Igreja hoje celebra, é um dia simbolicamente muito forte. Através do convite à oração, ao jejum e à caridade, coloca-te diante da tua fragilidade e até da tua mortalidade: não vives para ti mesmo, nem a vida é fechada em si mesma. Mas, nesta preparação para a Páscoa de Jesus, descobres que Ele não te deixa sozinho, pois conforta-te com a certeza de que partilha a tua fragilidade e vai contigo até ao fim, abrindo a tua vida à eternidade. Pede ao Senhor a coragem de olhares para ti sem artifícios, de te veres como realmente és... e começa assim a tua oração.”

E como às vezes nos fechamos a Deus, o gesto das cinzas sagradas, colocadas sobre a nossa cabeça, simbolizam a frágil condição do homem diante do Senhor, sendo também um sinal concreto de quem se arrependeu e com o coração renovado retoma o próprio caminho para o Senhor.



**Evangelho:** Mt 6, 1-6.16-18

**Reflexão:** Juventude Mariana Vicentina

Através das reflexões da Juventude Mariana Vicentina, damos início à caminhada quaresmal, um caminho de aprofundamento da nossa fé, através do arrependimento, procurando na oração as orientações para o nosso caminho. Este tempo convida-nos também a olhar o próximo, como diz o Evangelho, sendo misericordioso para com ele. Mas quer a oração, quer a ajuda ao próximo devem partir do coração. É este o convite de Jesus que escutamos neste Evangelho: gostar de fazer aquilo que só Deus vê, não procurando ser visto pelos homens nem esperando os seus louvores, mas tendo-O como primeiro e essencial companheiro de viagem até ao fim, até à Cruz e à Ressurreição.

Somos, assim, convidados a prepararmo-nos a nível espiritual, recorrendo sempre à oração e praticando as boas obras, descobrimo se o fazemos para nos valorizar a nós próprios ou para encontrar Jesus Cristo no nosso irmão.



## Desafios:

**Quarta-feira:** Vive a celebração, identificando aquilo que sentes que Deus te chama a fazer para viveres uma verdadeira conversão pessoal.

**Quinta-feira:** Reza pela tua Associação, para que viva uma verdadeira Quaresma.

**Sexta-feira:** Procura conhecer as obras de misericórdia corporais e põe em prática uma delas.

**Sábado:** Procura uma das obras de misericórdia espirituais e põe em prática uma delas.

## I Domingo da Quaresma

Arrepende



**Evangelho:** Mc 1, 12-15

**Reflexão:** Juventude Mariana Vicentina

Tal como Jesus, por vezes, experimentamos o deserto, no qual a existência de poeiras pode colocar-nos dúvidas sobre o verdadeiro caminho. Devido à atual situação do mundo, o estar confinado também nos leva para um deserto, no qual estamos privados de muitas coisas, as quais necessitamos para ter uma vida dita “normal”. Estamos privados do contacto físico com os outros, de ter uma vida académica, sofremos alterações no trabalho, bem como a própria rotina é diferente, incluindo o rezar em comunidade, o estar em grupo/Associação... É um deserto, muitas vezes, cheio de tentações, mas temos de ter a capacidade de nos desviar destas, e aproveitar estes momentos para nos encontrarmos com Deus. Devemos reconhecer que estamos diante de uma oportunidade para que seja um tempo de discernimento espiritual em relação às nossas atitudes, aos nossos limites existenciais e à nossa fidelidade ao Senhor. Assim, podemos percorrer um caminho de conversão e confiança, tendo como exemplo Jesus. Este tempo serve para purificar a nossa vida, deixando o deserto, afastando as tentações, levando a uma atitude de arrependimento e conversão. Por isso, nesta semana somos convidados a identificar o que nos afasta de Deus, aquilo que nos inquieta e nos afasta do próximo.



## Desafios:

**Domingo:** Vive a Eucaristia em grupo/Associação.

**Segunda-feira:** Tens um amigo(s) que não tem fé? Reza por ele(s).

**Terça-feira:** Faz um dia de silêncio interior. Pensa. Reflete. Escuta-O!

**Quarta-feira:** Partilha nas redes sociais uma foto do espaço de oração que preparaste.

**Quinta-feira:** Sentes-te arrependido com alguma atitude para com o próximo? Fala com ele e pede-lhe perdão!

**Sexta-feira:** Convida um grupo do teu ramo e organizem um momento, por exemplo, de formação, de oração, uma via sacra, rezar o terço, ou outro que considerem importante.

**Sábado:** Já conheces as obras de misericórdia corporais? Então põe em prática uma outra.

## II Domingo da Quaresma

Escutar



**Evangelho:** Mc 9, 2-10

**Reflexão:** Filhas da Caridade de São Vicente de Paulo

Neste II Domingo da Quaresma temos como atitude base o “escutar”. Perante os discípulos que estavam com Jesus, Deus anuncia “Este é o meu Filho muito amado: Escutai-O”. Esta frase também é dirigida a nós como um convite para escutar a voz de Deus, voz esta que por vezes é abafada com os ruídos que existem na nossa vida. Para este domingo, as Filhas da Caridade de São Vicente de Paulo deixam-nos a seguinte reflexão:

Uma resposta de Jesus à incompreensão dos discípulos em relação ao seu caminho de entrega da vida aos desígnios do Pai. Três discípulos que tinham mais dificuldade em aceitar um messias sofredor e, por isso, necessitados de catequese.

A montanha é, por excelência, o lugar do encontro do ser humano com Deus. Nas culturas circunvizinhas a Israel, pensava-se que para comunicar com a divindade, o ser humano precisava de escalar um monte. Assim, a montanha era considerada como um espaço intermediário e necessário: o ser humano era incapaz de subir aos céus, e Deus grande demais para descer até à terra; daí a necessidade de um lugar intermédio para os dois se comunicarem. A montanha passou a ser o lugar de intercâmbio entre o mundo humano e o divino.

Jesus transfigurou-se, transformou-se diante dos discípulos. Diante da incredulidade e resistência em aceitar a morte, Jesus antecipa-lhes o resultado da paixão: a manifestação gloriosa do Filho do Homem e, portanto, de Deus nele. Não apenas o rosto brilhou, mas todo o seu ser: “As suas vestes tornaram-se resplandecentes, de tal brancura que nenhum lavadeiro sobre a terra as poderia assim branquear.” As mesmas imagens e cores da glória de Deus são reveladas em Jesus; a luz é também sinal do que é novo: à medida em que o Reino de Deus vai sendo implantado, o universo todo se renova, revelando que a vida em plenitude (condição gloriosa) desejada pelo ser humano não pode ser conquistada por esforço próprio, mas somente por graça de Deus, ou seja, existem coisas que só Deus pode fazer.

Não vendo mais ninguém como referencial além de Jesus, a comunidade renovada é convidada a descer da montanha e a encarar a realidade, continuar o caminho com os seus percalços e desafios até enfrentar o maior deles: a cruz! A ideia do comodismo não combina com a comunidade cristã, como soou absurda para Deus a sugestão das tendas por Pedro. Jesus pede que não contem nada a ninguém daquilo que experimentaram, pois deveriam esperar a Ressurreição, e também porque se a notícia daquela experiência se espalhasse, novamente grandes multidões emotivas e curiosas se aproximariam dele em busca de sinais e milagres, quando na verdade o verdadeiro sinal estava a eclodir: a cruz e a ressurreição.

A ressurreição não pode ser compreendida sem antes ser experimentada e celebrada. De facto, compreender o significado de “ressuscitar dos mortos” para quem tem dificuldade de conviver com a morte e a dor é um grande desafio. Bela sugestão de tema para as comunidades cristãs de todos os tempos:

- Ler a Palavra do Evangelho, meditar e contemplar, rezar os acontecimentos: da nossa vida pessoal, da comunidade, da família, do grupo, do trabalho, da paróquia e dos pobres;

· Refletir, estudar, e escutar atentos à voz do Espírito Santo.

Em conformidade com o nosso carisma, lançar-se na ação, como servo de Deus. É a nossa missão enquanto membros da Família Vicentina. Orar para agir e servir os irmãos, ser instrumento nas mãos de Deus para ajudar a transformar a nossa vida e a dos irmãos. Pedir o aumento da fé para acreditar na Ressurreição de Jesus e praticar com fidelidade os gestos de misericórdia de Jesus Cristo, manso e humilde de coração, que não se poupou ao sacrifício e se entregou por nós.



### **Desafios:**

**Domingo:** Vive a Eucaristia em família.

**Segunda-feira:** Conheces alguém que vive só? Reza por ele(s).

**Terça-feira:** Dedica uma parte do teu dia a ouvir alguém. Dá conforto e carinho.

**Quarta-feira:** Partilha nas redes sociais uma música que se enquadre na época em que nos encontramos.

**Quinta-feira:** Fica offline durante uns minutos. Escuta o Evangelho do dia e a sua mensagem.

**Sexta-feira:** Convida um grupo de um ramo diferente do teu e organizem um momento de encontro (por exemplo, de formação, de oração, uma via sacra, rezar o terço, entre outros).

**Sábado:** Já conheces as obras de misericórdia espirituais? Põe em prática uma outra.

## III Domingo da Quaresma

Acreditar



**Evangelho:** Jo 2, 13-25

**Reflexão:** Sociedade de São Vicente de Paulo

Situamo-nos no meio da nossa escada, no meio da nossa caminhada até à Páscoa, e a Sociedade de São Vicente De Paulo (SSVP) sugere-nos que nos foquemos na atitude “acreditar”.

Na primeira leitura, o Livro do Êxodo apresenta os 10 Mandamentos, como norma de vida para os judeus que saíram da escravidão do Egito e necessitavam de um guia para a sua conversão. Na Carta de São Paulo aos Coríntios (segunda leitura), o apóstolo dos judeus da diáspora (que migraram para fora de Israel) e dos gentios e pagãos (em particular gregos) prega que a única conversão verdadeira é aquela que leva a seguir a Cristo que foi “escândalo para os judeus e loucura para os gentios”, “pois o que é loucura de Deus é mais sábio do que os homens e o que é fraqueza de Deus é mais forte do que os homens”. Finalmente, no Evangelho, Jesus expulsa os comerciantes do templo (centro de referência dos judeus) e apresenta-se como um “Novo Templo”; aquele que, sendo o Corpo de Cristo, seria reconstruído em três dias, período que medeia a Sua própria morte e ressurreição.

Os 10 Mandamentos representam, segundo o Antigo Testamento, uma aliança de Deus com o povo libertado do Egito, para a séria preparação dos 40 anos de travessia do deserto, conduzindo-o à Terra Prometida; para o encontro de Moisés com Deus, no Monte Sinai. Esta aliança refere-se a uma série de relações entre o Povo de Israel e Deus (nos primeiros quatro mandamentos), assim como, as relações de cada membro desta comunidade “Povo de Deus” com o seu próximo (nos seis mandamentos seguintes).

Os primeiros quatro mandamentos sublinham a centralidade que o Deus verdadeiro deve assumir no coração e na vida do seu Povo, que não se deve deixar seduzir por outros deuses “do dinheiro, do poder e dos vícios”. Os seis últimos mandamentos convidam-nos a despojar-nos dos comportamentos que geram violência, egoísmo, agressividade, cobiça, intolerância, escravidão e indiferença face às necessidades dos outros.

Paulo, na sua Carta aos Coríntios desta semana, mostra a falta de lógica humana, na lógica do Deus verdadeiro, que veio ao encontro do Seu Povo, através da morte e ressurreição do Seu próprio Filho. Para os judeus,



isto era ilógico, porque esperavam exhibições espetaculares de um rei libertador do povo de forma vitoriosa e guerreira apanágio dos romanos. Para os gregos, a Cruz era ilógica, porque Jesus não se apresentou como um filósofo de dialética inatacável, mas sim, como o Mestre do Amor.

No Evangelho, João situa o episódio da expulsão dos vendilhões do templo, nos dias que antecedem a festa da Páscoa. Jesus não só mostra toda a sua raiva com a difamação do templo, quanto desafia os sacerdotes dizendo que o “verdadeiro Templo” seria destruído e reconstruído em 3 dias. Evidentemente, este desafio gerou uma violenta oposição dos sacerdotes do “templo de pedra” em relação a Jesus. Por outro lado, os discípulos só entenderam as Suas palavras após a Sua morte e ressurreição (ao terceiro dia).

Para nós ficam algumas questões para reflexão, durante a Quaresma. Que importância tem a Quaresma na vida de um cristão? Que sentido têm os 10 mandamentos para nós? Devemos fazer a nossa vida seguindo os mandamentos de Deus, através do amor aos que assistimos? Cristo vive em nós. Considerando que, somos “Templo do Espírito Santo”, que templo somos nós: o de pedra que abriga os vendilhões, ou Cristo que diariamente renovamos e reconstruímos?



### **Desafios:**

**Domingo:** Vive a Eucaristia com amigos.

**Segunda-feira:** S. João de Deus – Reza por todos os hospitais, pelas pessoas que neles trabalham e que diariamente lutam pela vida dos que mais necessitam. Se conheceres alguém que preste ou receba cuidados num hospital, conecta-te com ele e agradece ou presta conforto.

**Terça-feira:** Recorda os 10 Mandamentos de Deus e como podes praticá-los no teu dia a dia.

**Quarta-feira:** Publica nas redes sociais uma frase (de um santo/beato/da Bíblia) que toque o coração de quem a ler.

**Quinta-feira:** Tu, sendo Pedra Viva do Templo do Senhor, reflete como podes ajudar a nossa Igreja a manter-se firme e a crescer. Partilha com o teu grupo/ramo as tuas ideias e iniciativas.

**Sexta-feira:** Convida crianças/jovens da catequese da tua paróquia e organizem um momento de encontro conjunto (por exemplo, de formação, de oração, uma via sacra, rezar o terço, entre outros).

**Sábado:** Continua a colocar em prática as obras de misericórdia corporais.

## IV Domingo da Quaresma

Reconciliar



**Evangelho:** Jo 3, 14-21

**Reflexão:** Associação da Medalha Milagrosa

Neste domingo, a Associação da Medalha Milagrosa (AMM) apresenta-nos uma reflexão sobre a Reconciliação. Neste Evangelho, Jesus convoca-nos e convida-nos a ser mais autênticos na nossa relação com o próximo e conosco. Jesus mostra-nos como a essência da CARIDADE é a do AMOR:

- Ela está muito longe das luzes da ribalta;
- Ela não pode ser conduzida ao som da trombeta, nem do bronze ou do címbalo que retine - 1Coríntios 13;
- Ela não exige uma recompensa, nem se funda num interesse próprio ou em contrapartidas;
- Ela tem de ser vivida em permanente tentativa de RECONCILIAÇÃO entre nós e os outros, procurando sempre seguir pelos caminhos do Senhor em direção ao cimo da escalada. Fazemos de cada degrau que subimos um “hino à caridade”.

“Porque eu quero o amor mais que os sacrifícios, e o conhecimento de Deus mais que os holocaustos.”

Nesta caminhada que queremos levar até ao cimo da escalada da nossa vida, procuremos viver em oração, ela dá-nos a segurança de ter Deus conosco. Caminhando com Ele encontraremos sempre um caminho que se descobre dia a dia, apesar de ele ser tantas vezes difícil e feito de incertezas, apesar de ele ser feito de avanços e recuos onde nos sentimos sós e às vezes quase perdidos, mas sabemos que Ele nos ama e nos acolhe, que espera por nós e nos quer salvar.

Nessa tentativa de RECONCILIAÇÃO entre nós e o próximo, sabemos que temos Deus Pai por perto e por isso, importa mergulharmos amorosamente n’Ele e fazermos sempre a nossa caminhada a exemplo dos santos.

Lembrando-nos de São Vicente de Paulo que iniciou a sua missão com a Confissão, ou seja, a Reconciliação, poderemos seguir como ele “A Escada da Ressurreição” contemplando a Deus e amando o próximo, os humildes, os mais necessitados e todos os que esperam e precisam da PALAVRA para se salvarem. O Amor (a Caridade) é a verdadeira melodia

do cristão: não aparece, é discreta, mas muito eficaz. “Não me basta amar a Deus, se o meu próximo também não o ama”.



## **Desafios:**

**Domingo:** Vive a Eucaristia. Como podes ajudar na divulgação da renúncia quaresmal da paróquia?

**Segunda-feira:** Prepara uma oração e convida os teus amigos para rezarem contigo.

**Terça-feira:** Precisas de te reconciliar com alguém? Liga-lhe!

**Quarta-feira:** Partilha nas redes sociais uma foto com a tua família, na qual floresceu a tua fé.

**Quinta-feira:** Lê o Evangelho do dia (Jo 5, 31-47) e reflete sobre a forma como te tens encontrado com Cristo.

**Sexta-feira:** S. José, Esposo da Virgem S. Maria – Já leste/partilhaste a Carta do Papa Francisco sobre o Ano de S. José (Patris corde\*)? Reza a seguinte oração:

Salve, guardião do Redentor  
e esposo da Virgem Maria!  
A vós, Deus confiou o seu Filho;  
em vós, Maria depositou a sua confiança;  
convosco, Cristo tornou-Se homem.

Ó Bem-aventurado José, mostrai-vos pai também para nós  
e guiai-nos no caminho da vida.  
Alcançai-nos graça, misericórdia e coragem,  
e defendei-nos de todo o mal. Amém.

**Sábado:** Continua a conhecer e a pôr em prática as obras de misericórdia espirituais.

## V Domingo da Quaresma

Partilhar



**Evangelho:** Jo 12, 20-33

**Reflexão:** Associação Internacional de Caridade

Neste V Domingo da Quaresma realçamos a atitude de partilhar e, como tal, somos convidados pela Associação Internacional da Caridade (AIC) a refletir sobre esta atitude e como podemos transpô-la para o nosso carisma.

O Evangelho de hoje narra um episódio ocorrido nos últimos dias da vida de Jesus. A cena desenrola-se em Jerusalém, onde Ele se encontra para a festa da Páscoa judaica. Para esta celebração ritual vieram também alguns gregos; tratam-se de homens animados por sentimentos religiosos, atraídos pela fé do povo hebreu e que, tendo ouvido falar deste grande profeta, se aproximam de Filipe, um dos doze apóstolos e lhe dizem: “Senhor, nós queremos ver Jesus!”. João realça esta frase, centrada no verbo ver, que no vocabulário do Evangelista significa ir além das aparências para colher o mistério de uma pessoa. O verbo que João utiliza, “ver”, é chegar ao coração, chegar com a vista, com a compreensão até ao íntimo da pessoa, dentro da pessoa.

A reação de Jesus é surpreendente. Ele não responde com um “sim” nem com um “não”, mas diz: “Chegou a hora em que o Filho do homem vai ser glorificado”. Estas palavras dão a verdadeira resposta, porque quem quiser conhecer Jesus deve olhar dentro da Cruz, onde se revela a Sua glória. Olhar dentro da cruz! O Evangelho de hoje convida-nos a dirigirmos o nosso olhar para o crucifixo, que não é um objeto ornamental, mas um sinal religioso a ser contemplado e compreendido. No imaginário de Jesus crucificado desvela-se o mistério da morte do Filho como gesto supremo de amor, fonte de vida e de salvação para a Humanidade de todos os tempos. Fomos curados nas suas chagas.

Para explicar o significado da Sua morte e ressurreição, Jesus usa uma imagem e diz: “Se o grão de trigo, lançado à terra, não morrer, fica só; mas se morrer, dará muito fruto...” (v. 24). Quer fazer compreender que a sua vicissitude extrema – ou seja, a Cruz, morte e ressurreição – é um ato de fecundidade – as suas chagas sararam-nos – uma fecundidade que dará fruto para muitos. Deste modo, compara-se a si mesmo com o grão de trigo que, apodrecendo na terra, gera uma nova vida. Com a Encarnação, Jesus veio sobre a terra; mas isto não é suficiente: Ele deve

também morrer, para resgatar os homens da escravidão do pecado e dar-lhes uma nova vida reconciliada no amor, a fim de resgatar-nos. Ele pagou aquele preço. Este é o mistério de Cristo.

Este dinamismo do grão de trigo, que se realizou em Jesus, deve realizar-se também em cada um de nós, seus discípulos: somos todos chamados a fazer nossa esta lei pascal do perder a vida para a receber nova e também eterna. E o que significa perder a vida? O que significa ser o grão de trigo? Significa pensar menos em nós próprios, nos interesses pessoais, e saber “ver” e ir ao encontro das necessidades do nosso próximo, especialmente dos mais desfavorecidos, os pobres, a quem São Vicente de Paulo chamava “os nossos senhores e mestres”. Significa partilhar a nossa vida com os irmãos que precisam do nosso auxílio. Viver com alegria as obras de caridade a favor de quantos sofrem corporal e espiritualmente é o modo mais autêntico de viver o Evangelho, é o fundamento necessário para que as nossas comunidades cristãs possam crescer na fraternidade, proximidade e acolhimento recíprocos, encontrando Jesus Cristo na pessoa dos pobres, hoje mais do que nunca, perante as consequências da pandemia em que vivemos. Se queremos ver Jesus, mas vê-lo dentro, entremos nas suas chagas e contemplemos aquele amor do Seu coração por todos e cada um de nós, indo ao seu encontro: “uma Igreja em saída” (Papa Francisco).

E para nós, Família Vicentina, o dar significa dar-se, o partilhar significa partilhar-se. Procuremos, nos nossos grupos e individualmente, partilharmos os nossos bens e a nossa vida com todos os que precisam da nossa ajuda. São muitos os irmãos mais frágeis com os quais podemos partilhar-nos, de acordo com o dinamismo do grão de trigo, seguindo Jesus Cristo, ao jeito de São Vicente de Paulo. Veremos, no final, que nesta partilha receberemos muito mais do que damos, pois recebemos o agradecimento daqueles que socorremos e o amor de Jesus que se faz presente nessas relações. Não esqueçamos nunca aquela passagem do Evangelho em Mateus 25 que nos diz tanto a nós vicentinos: “Sempre que fizestes isto a um destes meus irmãos mais pequeninos, a mim mesmo o fizestes” (Mt 25, 40). Por isso, tudo o que partilharmos com os nossos irmãos mais frágeis, é com o próprio Jesus que partilhamos. E, assim, aprofundamos essa relação de amor entre nós e Jesus Cristo.



## Desafios:

**Domingo:** Organiza o grupo para participar e viver a Eucaristia.

**Segunda-feira:** Surpreende o teu grupo/associação com uma oração espontânea.

**Terça-feira:** Lê o Evangelho do dia (Jo 8, 21-30) e faz uma cruz para colocar à porta de tua casa.

**Quarta-feira:** Partilha nas redes sociais momentos em grupo/associação.

**Quinta-feira:** Anunciação do Senhor – Hoje a Igreja propõe-te que deixes o ritmo da Quaresma e celebres com alegria a Anunciação do Senhor. Reza pelas Filhas da Caridade, com o Magnificat\* (Lc 1, 46-55).

**Sexta-feira:** Convida um movimento da tua paróquia (por exemplo, acólitos, grupo coral) e organizem um momento, por exemplo, de formação, de oração, uma via sacra, rezar o terço, entre outros.

**Sábado:** Prepara um ramo de oliveira para usares na Eucaristia do Domingo de Ramos.

## VI Domingo da Quaresma Domingo de Ramos na Paixão do Senhor

Preparar



**Evangelho:** Mc 14, 1 – 15, 47

**Reflexão:** Colaboradores da Missão Vicentina

Hoje, os Colaboradores da Missão Vicentina (CMV) apresentam-nos como base de reflexão, a expressão “Meu Deus, meu Deus, porque me abandonastes?”.

**“Meu Deus, meu Deus, porque me abandonastes?”**

Estas palavras de Jesus na Cruz podem ajudar-nos a olhar para este tempo difícil que vivemos, com a pandemia que atinge toda a humanidade, com uma atitude de fé e esperança.

Jesus, um homem orante, colocava-se na presença do Pai para viver em comunhão de fé, de amor com o Pai. Esta atitude orante de Jesus esteve

presente ao longo da sua vida: no início da sua missão, no deserto, no Jardim das Oliveiras e no alto da Cruz.

Na hora da paixão e da morte, Jesus sente a angústia de qualquer ser humano, não só perante o sofrimento e a morte, mas também porque sente a experiência da traição e do abandono e até mesmo o “silêncio” de Deus. Mesmo sendo o Filho de Deus, sente-se angustiado perante a morte, mas aceita-a, submetendo a sua vontade humana à vontade Divina. Ele que sempre procurou submeter-se à vontade do Pai, que sempre procurou ser fiel aos seus projetos!

Não viveu “essa hora” em oposição a Deus, mas procurou, através desta súplica (oração), entrar em comunhão com o Pai, na certeza de que a sua Vida não seria para si mesmo, mas para aqueles a quem foi enviado pelo Pai. Mesmo no abandono extremo que sentiu ao mergulhar na morte, soube que a Sua morte era a passagem deste mundo para o Pai que O ama e em cujas mãos entrega a Sua vida. E mesmo sendo rejeitado, soube que morre amando, oferecendo-nos gratuitamente a Vida e a Vida em abundância.

### **“Meu Deus, meu Deus, porque nos abandonastes?”**

Vivemos num tempo marcado por grandes tribulações e muitos medos. A insegurança do presente e a incerteza do futuro alimentam os medos que habitam a nossa convivência, enfraquecem a confiança, e vão apagando as razões da nossa esperança.

Hoje, também é este o grito de nós todos. Com a pandemia que atinge a humanidade, sentimo-nos encurralados e parece estarmos num beco sem saída, e até que nem mesmo Deus responde a este grito de dor! Sentimo-nos abandonados.

Jesus experimentou o abandono total a fim de ser em tudo solidário connosco. Fê-lo por mim, por ti, por todos nós; fê-lo para nos dizer: “Não temas! Não estás sozinho”.

O Papa Francisco recorda-nos, na sua carta encíclica Fratelli tutti\*, que “ninguém se salva sozinho”. Mais do que nunca, precisamos uns dos outros. Na caminhada da vida e no meio das difíceis realidades do tempo presente, é possível encontrar motivos de esperança, ao olhar e contemplar a Cruz onde se manifesta o amor e a entrega de Jesus. Desse amor resultou a Vida, que Ele quis repartir connosco “até ao fim dos tempos”.

Jesus Cristo que tendo amado os seus até ao fim, tendo vivido praticando o bem e gastando a vida pelos pobres, os sofredores, os oprimidos, os

excluídos, e os pecadores, dá-nos o exemplo a seguir para o nosso modo de viver.

Olhar a Cruz significa aprender com Jesus a entregar a vida por amor. É percorrer com Cristo esse mesmo caminho de entrega da própria vida ao serviço dos que mais precisam.

Peçamos a graça de viver para servir. Procuremos dar atenção dos outros, tanto em família como na sociedade e cuidar de quem está sozinho e necessitado. Não pensemos só naquilo que nos falta, mas no bem que podemos fazer, porque a vida mede-se pelo amor.

Tantos homens e mulheres na história da Igreja, que gastaram e deram a sua vida pelos outros... Mas vamos guardar, como lema para a nossa vida de cristãos, esta máxima de São Vicente de Paulo: “Convém amar os pobres com um afeto especial, vendo neles a pessoa do próprio Cristo, e dando-lhes a importância que Ele mesmo dava”.

Fixemos o nosso olhar em São Vicente de Paulo que encontrou em Deus e nos pobres o sentido da sua missão. Toda a sua vida reflete a chama do amor a Deus e ao próximo. Assumiu o serviço aos pobres como compromisso de vida. São Vicente percebeu que as pessoas menos favorecidas e desprezadas pelo mundo, são, na verdade, os representantes de Jesus Cristo pobre, humilhado e abandonado. É o modelo do testemunho que nos inspira e que pode iluminar o percurso da nossa vida.

A atitude de Jesus é a mesma de São Vicente de Paulo: é a atitude de quem sabe que o Pai lhes confiou uma missão e estão decididos a cumprir essa missão, custe o que custar.

Porque a vida é um dom que se recebe;

E porque a maior alegria é dizer “sim” ao amor;

PREPARA a tua vida e diz “sim” ao amor, sem “se” nem “mas”, como Jesus fez por ti!



### **Desafios:**

**Domingo:** Vive a Eucaristia. É o Domingo de Ramos, «a porta que te abre à Páscoa»!.

**Segunda-feira:** Reza pelo Carisma Vicentino no mundo.



**Terça-feira:** Divulga os horários das celebrações da Semana Santa na tua comunidade.

**Quarta-feira:** Prepara a Semana Santa em tua casa: pano branco (quinta-feira), outro vermelho (sexta e sábado) e flores (sábado à noite e domingo) para ornamentar a cruz que tens à porta.

Iniciamos hoje o Tríduo Pascal, composto pela Quinta-Feira Santa, Sexta-Feira Santa e o Sábado Santo (neste propomos uma reflexão de como foi vivenciada esta caminhada). Durante estes dias até à Páscoa, a Congregação da Missão – Padres Vicentinos, propõe-nos as seguintes reflexões:

## Quinta-Feira Santa Missa da Ceia do Senhor

Servir



**Evangelho:** Jo 13, 1-15

**Reflexão:** Congregação da Missão – Padres Vicentinos

Só vendo para acreditar. Ver com os olhos da fé para compreender o que Deus foi capaz de fazer por cada um de nós. O filho de Maria, o nosso Deus, assumiu a condição de homem, mas não de um homem qualquer. Ele poderia ter ficado comodamente num dos muitos palácios de Jerusalém, sendo servido por um grupo de escravos e entretido por diligentes malabaristas, enquanto tratava de assuntos sérios para passar o tempo. Só vendo, como os olhos da fé, para acreditar o que Ele fez por nós: habitou a periferia e assumiu a condição de servo dos servos ao lavar os pés dos homens. E os homens, mais tarde, apenas alguns, compreenderam o gesto. Tornaram-se amigos de Jesus, lavadores de pés da humanidade ferida, especialistas na arte de servir.

Lembramos hoje também a Última Ceia, na qual foi instituída a Sagrada Eucaristia, através da consagração do Pão e do Vinho.



**Desafio:** Hoje é o «dia da Eucaristia e do sacerdote»! Vive a celebração, reza pela missão dos Sacerdotes e a descoberta de novas vocações. Liga a um padre vicentino...

## Sexta-Feira Santa

### Celebração da Paixão do Senhor

Contemplar/Adorar (Cruz)



**Evangelho:** Jo 18, 1-19, 42

**Reflexão:** Congregação da Missão – Padres Vicentinos

Para os judeus, acostumados a manifestações extraordinárias e à intervenção salvífica de Deus em favor do povo, a morte do Messias na Cruz é um escândalo inadmissível. Para os gentios de origem grega, habituados à especulação filosófica, a visão de um Deus assim, tão enfraquecido e despojado, é algo sem sentido, motivo de gargalhada, uma autêntica loucura. Para nós, Jesus é Deus. Hoje é dia de adoração da cruz, de contemplação silenciosa do mistério do amor de Deus por cada um de nós.

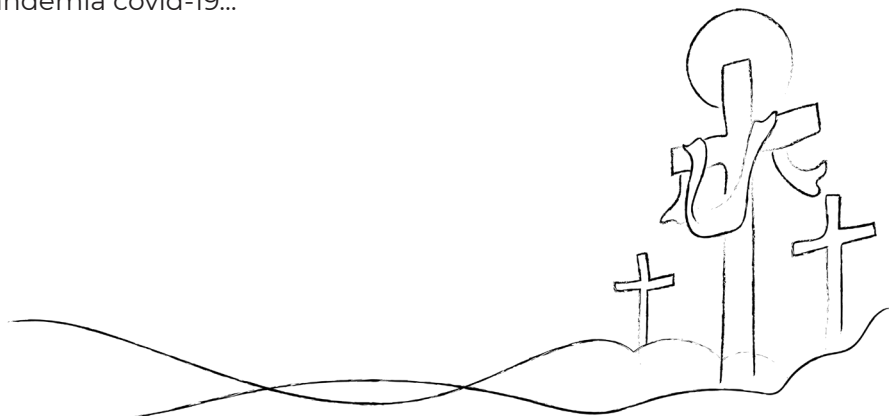
Sugerimos-te que releias a narrativa da paixão e da morte de Jesus e, através da imaginação, coloca-te diante de Jesus que ofereceu a vida para te salvar.



**Desafios:**

**Sexta-feira:** Vive a celebração. Tem um momento de silêncio. Reflete sobre esta caminhada até à Páscoa, fazendo uma pequena adoração à Cruz.

**Sábado:** Reza por aqueles que já partiram para junto de Deus e recorda os momentos vividos. Não podemos esquecer as vítimas da pandemia covid-19...



# Domingo de Páscoa da Ressurreição do Senhor

Anunciar



**Evangelho:** Jo 20, 1-9

**Reflexão:** Congregação da Missão – Padres Vicentinos

Já reparaste no entusiasmo das mulheres na manhã de Páscoa? Notaste a velocidade com os discípulos correm para sepulcro vazio? Vistes como os dois discípulos regressam mais leves de Emaús, depois de o terem reconhecido no partir do pão? Alguma vez imaginaste como seria se estivesses nesse lugar, nesse dia luminoso? Os evangelistas descrevem o impacto da ressurreição na vida de pessoas concretas naquele dia de Páscoa. Hoje, a história continua a ser escrita por ti e por todos os batizados que aceitam anunciar que Ele é um Deus vivo!



**Desafio:** Anuncia: “Cristo Ressuscitou!”. Sê criativo...

## \* ANEXOS



**Mens. Papa  
Francisco para a  
Quaresma**  
PAG. 2



**Patris Corde**  
PAG. 11



**Magnificat**  
PAG. 14



**Fratelli Tutti**  
PAG. 15

## MENSAGEM FINAL

Findamos este caminho em comunhão com a Família Vicentina presente em Portugal. Chegamos assim ao fim desta escada, “A Escada da Ressurreição”, renovados pelas atitudes que assumimos para preparar a celebração da Páscoa.

“Influenciados” por São Vicente de Paulo, figura do nosso carisma, procuramos realçar que a Caridade nos deve acompanhar como amor incondicional pelo próximo, pois atualiza a entrega de Jesus na Cruz.

Em nome da Família Vicentina desejamos uma Santa Páscoa, na esperança de que o encontro com Cristo Ressuscitado renove este nosso carisma tão característico. Mesmo neste tempo de incertezas e dificuldades, somos cada vez mais desafiados a encontrar novas formas de chegar àqueles que mais necessitam.

Um abraço em Jesus, Maria e Vicente!

