# **QUARESMA 2010 RENOVAR A ALIANCA**

# Caros amigos:

Olá a todos. Eis-nos no início da nossa peregrinação quaresmal. Tal como no ano passado, este ano usarei o método da reflexão quotidiana baseada numa palavra do Evangelho. O tem de fundo que proponho este ano é "Renovar a Aliança". Antes de mais, renovar a Aliança com Deus, estabelecida no dia do nosso baptismo. Depois, renovar todas as alianças que fizemos com diversas pessoas, sobretudo através dos laços familiares, do matrimónio, da amizade, do emprego, da escola, etc. Há depois o renovamento da Aliança com Deus, através de Jesus, no sacramento da Eucaristia: "Este é sangue da nova e eterna Aliança, derramado por vós e por todos para a remissão dos pecados". Facamos o propósito de viver esta Quaresma com o desejo profundo de renovar as Alianças que nos unem a Deus e aos outros.

Invoquemos o Espírito Santo para que este renovamento nos torne ainda mais verdadeiros discípulos e missionários de Cristo.

A todos os votos de uma boa peregrinação.

#### **OBRIGADO, PAI**

Deus Pai, queremos começar esta peregrinação Agradecendo-te pela tua presença e pelo teu amor. Queremos também agradecer-te pela fidelidade à Aliança Que estabeleceste com cada um de nós. Aiuda-nos a crescer como teus filhos E irmãos de toda a humanidade. Infunde sobre nós o teu Espírito Santo Para que este caminho quaresmal seja verdadeiramente Um renovamento sincero do nosso pensar, agir e amar. Ámen.

#### Clique sobre o título para ir directamente para a reflexão:

ORAÇÃO (17 Fev)

SI MESMO (18 Fev)

DISCÍPULOS (19 Fev )

DEIXANDO (20 Fev)

DESERTO (21 Fev)

REVELAR (22 Fev)

PAI (23 Fev)

SABEDORIA (24 Fev)

PEDI (25 Fev)

MAS (26 Fev)

INIMIGO (27 Fev)

GLÓRIA (28 Fev)

MEDIDA (1 Março)

SERVO (2 Março)

DAR A VIDA (3 Março)

POBRE (4 Março)

PEDRA ANGULAR (5 Março)

PORCOS (6 Março)

DEIXA-O AINDA (7 Março)

CIMO DO MONTE (8 Março)

ASSIM TAMBÉM (9 Março)

ENSINAR (10 Março)

COMIGO (11 Março)

COM TODO (12 Março)

FARISEU (13 Março)

TORNOU A VIVER (14 Março)

MILAGRE (15 Março)

QUERES FICAR CURADO? (16 Março)

IGUAL (17 Março)

TESTEMUNHO (18 Março)

JUSTO (19 Março)

COMO ESTE HOMEM (20 Março)

DAQUI POR DIANTE (21 Marco)

LUZ (22 Março)

DESTE MUNDO (23 Março)

ESCRAVOS DO PECADO (24 Março)

CONTIGO (25 Março)

ACREDITARAM (26 Março)

MATÁ-LO (27 Março)

PAIXÃO (28 Março)

PRECIOSO (29 Marco)

JUDAS ISCARIOTE (30 Março)

TRAIDOR (31 Março)

VÓS TAMBÉM (1 Abril)

NÃO SOU EU (2 Abril)

RECORDARAM-SE (3 Abril)

VIU E ACREDITOU (4 Abril)

# **ORAÇÃO (17 Fev – Quarta Feira de Cinzas)**

#### **Palavra**

Mateus 6:6

### Meditação

A oração é um dos elementos fundamentais da nossa relação com Deus e com o próximo. Mas muitas vezes pensamos que ela seja especialidade dos padres e freiras. Pensamos que não sabemos rezar, esquecendo que a oração é uma relação de intimidade profunda com Deus. Assim, devemos dirigir-nos a ele com a mesma confiança e simplicidade com que uma criança fala com a mãe. Que devemos então apresentar a Deus na nossa oração? Antes de mais, a nossa vida, nós próprios e os que amamos. Louvemos Deus pelos seus dons e façamos o propósito de rezar também com a vida, sobretudo com os actos de amor e serviço. Sim, porque se a oração não se transforma em acção, ela não passa de palavras sem sentido.

# Oração

Jesus, mestre da oração Obrigado porque nos ensinaste a rezar. Ajuda-nos a saber passar das palavras à acção Para tornar o teu Evangelho vivo e atractivo. Ámen.

### Acção

Preparar um programa de oração pessoal para a minha Quaresma.

### SI MESMO (18 Fev)

#### **Palavra**

Lucas 9:23

#### Meditação

A conversão que Jesus nos pede deve começar por uma pessoa muito especial: eu próprio. Porém, muitas vezes queremos que sejam os outros a converter-se, a mudar o modo como se relacionam connosco. Encontramos facilmente defeitos e limites neles e muitas vezes acusamo-los sem compaixão. Mas quando alguém nos faz o mesmo, tornamo-nos agressivos e queremos vingança. Devemos então fazer o esforço por nos convertermos, de modo a relacionarmo-nos com os outros como amigos e irmãos. Que as atitudes do nosso coração sejam marcadas pela humildade e serenidade, não pelo orgulho e arrogância.

#### Oração

Jesus, mestre humilde e pacífico, Ajuda-nos a reconhecer humildemente os nossos defeitos Para os corrigir com firmeza, tornando-nos modelos De fé e amor para os outros. Ámen.

#### Acção

Sou capaz de reconhecer os meus defeitos? Que faço para os corrigir?

# DISCÍPULOS (19 Fev )

### Oração

Mateus 9:14

### Meditação

Pode ser que alguém hoje alguém nos pergunte: "Porque razão vocês jejuam?" Podemos responder que, como católicos e discípulos de Jesus, estamos a viver um tempo muito especial. Podemos também dizer que com o jejum queremos recordar os nossos irmãos e irmãs que sofrem. Mas por vezes esquecemos que o jejum deve aproximar-nos mais a eles. É servindo os outros que o jejum tem sentido. Recordemos, portanto, as palavras de Jesus: "Vós sereis meus amigos se fizerdes o que vos mando" (João 15:14). É o amar, o ajudar e o servir o próximo que nos identifica como discípulos e amigos de Jesus. Como tal, é preciso fazer também jejum da nossa indiferença para com o sofrimento dos outros.

### Oração

Jesus, mestre do serviço, Ajuda-nos a esvaziar o coração de tudo o que nos afasta de ti. Ajuda-nos a ter uma fé fértil de actos de amor para com todos. Ámen.

### Acção

Sou discípulo de Jesus só porque sou baptizado ou porque faço a sua vontade?

# **DEIXANDO (20 Fev)**

#### **Palavra**

Lucas 5:28

#### Meditação

Seguir Jesus implica deixar de lado muitas coisas, sobretudo o nosso orgulho e egoísmo. Sim, Jesus convidou-nos a segui-lo porque ele sabe como nos fazer felizes. Mas por vezes não o queremos seguir, porque sabemos que ele se dirige a Jerusalém para dar a vida pela humanidade. Eis o que significa segui-lo: dar a vida pelos outros como ele deu a sua por nós. Significa também pôr a felicidade dos outros no centro da nossa vida, dos nossos interesses e preocupações. Neste mundo onde cada vez mais a felicidade depende dos bens materiais, devemos propor a felicidade baseada na partilha, na solidariedade, na amizade verdadeira, na fraternidade. Só assim poderemos semear a paz, alegria e esperança à nossa volta.

#### Oração

Jesus, mester do amor verdadeiro, Obrigado porque te fizeste um de nós. Torna-nos capazes de deixar tudo o que nos impede de amar Para poder usar os nossos dons na construção do teu Reino. Ámen.

# Acção

Sou mais atacado a Deus e aos outros ou às minhas coisas?

# **DESERTO (21 Fev - Primeiro Domingo da Quaresma)**

#### **Palavra**

Lucas 4:1

### Meditação

O deserto tem, na Bíblia, um significado muito variado. Podemos recordar os 40 anos que o povo de Israel demorou a purificar a sua relação com Deus no deserto. Recordemos também que João Baptista ali viveu para preparar a chegada do Messias. E com esta experiência no deserto, Jesus prepara a sua missão. Também nós temos necessidade de passar certos períodos de tempo no deserto, seja para purificarmos a nossa relação com Deus, seja para reflectir sobre a nossa relação com os outros. Caso seja possível, façamos um ou mais dias de retiro durante esta Quaresma; ou então façamos esta experiência de deserto na nossa oração pessoal. O importante é reforçar e aprofundar a nossa relação com Deus e com o próximo.

# Oração

Jesus, mestre fiel, Ajuda-nos a permanecer unidos a ti, resistindo à tentação De viver a vida centrados no nosso egoísmo. Alimenta-nos com a tua palavra e consolação. Ámen.

### Acção

Sei quais são as minhas tentações? Deixo-me tentar facilmente? Porquê?

# **REVELAR (22 Fev)**

#### **Palavra**

Lucas 16:17

#### Meditação

Jesus revelou-nos a verdadeira identidade do Pai: Deus é amor. Recordando o tema da Aliança, sabemos que com o baptismo nos tornamos discípulos de Jesus. Por isso, devemos revelar Deus a todos à nossa volta. A nossa vida deve falar de Deus tal como Jesus falou dele com as suas palavras e milagres. Como ele, devemos falar de Deus com actos de amor, serviço e solidariedade. Não basta rezar, ir à missa nem dizer com os lábios que acreditamos em Deus. O nosso mundo precisa de testemunhas, ou seja, de pessoas que praticam a caridade, de gente que tornam vivo o Evangelho. Recordemos o famoso ditado: "Uma acção fala mais que mil palavras". A nossa vida deve mostrar aos outros a nossa fé.

# Oração

Jesus, revelação do Pai, Obrigado porque nos chamaste a ser teus amigos e discípulos. Ajuda-nos a revelar o amor do Pai com actos concretos de amor, Para que muitos possam conhecer-te e amar-te. Ámen.

#### Acção

A minha vida e acções falam de Deus aos outros? E que Deus revelam elas?

# PAI (23 Fev)

#### **Palavra**

Lucas 6:9

### Meditação

A única oração que Jesus ensinou aos discípulos pode ser interpretada de vários modos. Um deles é o modo missionário. Ou seja, sempre que dizemos "Pai Nosso" estamos a falar em nome da humanidade. Sabemos que muitas pessoas no mundo não conhecem ainda Jesus. Eles não sabem que Deus os ama porque ignoram a sua existência. Nós, como filhos de Deus e missionários de Cristo, devemos falar dele com uma vida inspirada nos valores do Evangelho. A nossa oração deve ser também um instrumento missionário, pois com ela podemos chegar aos quatro cantos do mundo. Devemos então apresentar a Deus, na nossa oração, as necessidades e esperanças da humanidade.

# Oração

Jesus, missionário do Pai, Obrigado porque nos revelaste o Pai. Ajuda-nos a viver com um coração missionário como o teu, Revelando com obras de amor que Deus é pai de todos. Ámen.

### Acção

Em quem penso quando rezo o "Pai Nosso"? Só na minha família e país, ou também no resto da humanidade? Interesso-me pelo que acontece por esse mundo fora?

# SABEDORIA (24 Fev)

#### **Palavra**

Lucas 11:31

#### Meditação

A sabedoria é um dos dons mais importantes de Deus. Ela ajuda-nos a tomar as decisões correctas e as escolhas acertadas. Devemos, como tal, pedir a Deus o espírito de sabedoria para viver a vida segundo a sua vontade. No contexto da Bíblia, a sabedoria tem um significado diferente daquele a que estamos habituados. Ela não é associada ao nível académico da pessoa, mas à sua capacidade de amar. Ou seja, não é preciso andar na universidade para se ser sábio diante de Deus. Sabedoria implica saber viver com simplicidade e ao serviço dos outros. Assim fez Jesus e assim devemos fazer nós. Só quem ama e serve é verdadeiramente sábio.

#### Oração

Jesus, modelo da sabedoria, Obrigado pela sabedoria que nos comunicas no Evangelho. Ensina-nos a ser sábios no quotidiano da vida, Amando e servindo todos como tu. Ámen.

#### Acção

O que é para mim a sabedoria? Sou uma pessoa sábia, Segundo o modelo de Jesus?

# PEDI (25 Fev)

#### **Palavra**

Mateus 7:7

### Meditação

Normalmente, não resistimos à tentação de fazer da nossa oração uma longa lista de pedidos. Sim, Jesus diz-nos que podemos pedir, mas a nossa oração não pode ficar só neste nível. Devemos antes de mais agradecer a Deus por tantos dons recebidos. Devemos também recordar que Deus não é nosso escravo: ele não pode responder a todos os nossos pedidos e desejos. E não devemos só pedir: devemos também escutar o que ele tem para nos dizer, senão a oração deixa de ser um diálogo e passa a ser um monólogo. A sua vontade é simples: que vivamos como seus verdadeiros filhos e filhas. Peçamos, então, a coragem de lhe sermos fiéis, praticando o amor que devemos ter pelos outros.

# Oração

Jesus, resposta do Pai, Obrigado por seres nosso amigo fiel. Ensina-nos a desejar o bem dos outros E a sermos a tua resposta às necessidades dos outros. Ámen.

### Acção

De quem falo a Deus na minha oração? Só de mim mesmo? E deixo que ele me fale também?

# **MAS (26 Fev)**

#### **Palavra**

Lucas 5:22

### Meditação

Cada vez que Jesus usa a palavra "mas", está indicando uma mudança de mentalidade que devemos fazer. Ou seja, as suas palavras devem tornar-se a metodologia de vida que devemos adoptar para alcançar a felicidade e ajudar os outros a alcançarem a sua. De facto, ele disse: "Não penseis que vim revogar a Lei ou os Profetas. Não vim revogá-los, mas levá-los à perfeição" (Mateus 5:17). O seu evangelho é, como tal, a nossa regra de vida. Infelizmente, muitos dos que seguiam Jesus tinham dificuldade em perceber a sua mensagem, porque Ele convidava-os a uma conversão radical. Também nós temos esta dificuldade, porque por vezes não queremos mudar o nosso estilo de vida. Amar como Jesus não é fácil, mas também não é impossível.

# Oração

Jesus, verdade do Pai, Obrigado por nos teres ensinado o valor da humildade. Torna-nos promotores activos da reconciliação,

Praticando-a nós em primeiro lugar com um coração humilde. Ámen.

# Acção

Há alguém com quem me devo reconciliar? Estou disposto a fazê-lo?

# INIMIGO (27 Fev)

#### **Palavra**

Mateus 5:44

### Meditação

Costumamos pensar que o nosso inimigo é alguém de quem não gostamos ou que não nos quer bem. A nossa relação com esta pessoa ou pessoas torna-se difícil precisamente porque não há amor entre nós. O convite que Jesus nos faz é radical, porque normalmente só amamos quem nos ama e odiamos os "inimigos". Mas por vezes somos nós próprios o nosso maior inimigo, sobretudo quando traímos a nossa relação com Deus. Fazemos bons propósitos, mas depois estragámo-los com a nossa vaidade, com o nosso comodismo e orgulho. Há também ocasiões em que damos as culpas aos outros, não a nós próprios. O amor próprio implica desafiar-nos à conversão. Sim, devemos amar-nos tal como somos, mas fazendo o esforço de reconhecer, identificar e corrigir os nossos defeitos para que a nossa conversão seja autêntica e frutuosa.

### Oração

Jesus, nosso amigo, Obrigado pelos dons da tua amizade e fidelidade. Torna-nos capazes de viver em paz com nós próprios, Para amar a todos com humildade e gratuidade. Ámen.

### Accão

Estou em paz comigo mesmo? Que atitudes devo mudar para alcançar esta paz?

# **GLÓRIA (28 Fev – Segundo Domingo da Quaresma)**

#### **Palavra**

Lucas 9:32

### Meditação

Podemos imaginar a admiração de Pedro, João e Tiago diante de Jesus transfigurado. Finalmente, ele revelava a sua glória. Mas sabemos que o momento culminante da glória de Jesus è a sua ressurreição. Ele tinha vivido uma vida simples, humilde e inteiramente dedicado à felicidade dos outros. A sua mensagem convidava todos à renovação da sua relação com Deus e com o próximo. Os discípulos, porém, esperavam uma recompensa por terem deixado tudo e todos para o seguir. Mas, confrontados com Cristo crucificado, fugiram sem olhar para trás. Sim, a glória de Jesus passa pela cruz, sem a qual não pode haver ressurreição. A cruz não significa morte e derrota, mas sim solidariedade e partilha.

# Oração

Jesus, nossa glória, Obrigado porque deste a vida por amor à humanidade. Ensina-nos a redescobrir o significado glorioso da cruz, Para viver a vida com mais esperança e generosidade para com todos. Ámen.

### Acção

Sou consciente do significado da cruz? Procuro evitá-la ou consigo carregá-la com esperança?

# MEDIDA (1 Março)

#### **Palavra**

Lucas 6:38

### Meditação

Muitas vezes, esquecemos que devemos ser os primeiros a converter-se. Sim, é costume esperarmos que sejam os outros a faze-lo. Esperamos também que Deus responsa às nossas orações antes de nos dispormos a fazer a sua vontade. Quando não estamos satisfeitos, "vingamo-nos" dele e deixamos de rezar ou de ir à missa. No evangelho de hoje, Jesus recorda-nos que o que fazemos aos outros será feito a nós. Significa então que devemos olhar os outros com os olhos da fé: eles são meus irmãos e irmãs, não inimigos a abater. Dado que todos temos a capacidade de amar e ser amados, devemos amar com abundância, porque sem amor a vida não tem sentido.

# Oração

Jesus, amor generoso do Pai, Obrigado porque nos amas como amigos e irmãos teus. Ajuda-nos a partilhar com generosidade O amor que semeaste no nosso coração. Ámen.

### Acção

Sou uma pessoa generosa para com os outros ou só para comigo mesmo?

# SERVO (2 Março)

#### **Palavra**

Mateus 23:11

# Meditação

Jesus criticou sempre a atitude prepotente e vaidosa dos Escribas e Fariseus. Mas eles não eram os únicos com sede de poder e fama: os mesmos discípulos de Jesus esperavam que um dia ele se tornasse rei de Israel, oferecendo-lhes depois um lugar destacado no seu governo. Mais ainda: eles discutiam de vez em quando sobre quem era o mais indicado para líder do grupo. Mas Jesus, pelo contrário, diz-lhes que é servindo os outros que uma pessoa se torna grande. Isto é verdade, pois servir os outros dá-nos serenidade e paz de coração, bem como um sentimento grande de realização pessoal, o qual nasce porque fazemos felizes aqueles a quem servimos. A nossa fé em Deus deve manifestar-se precisamente no colocar a nossa vida ao serviço dos outros. Se pensarmos bem, damo-nos conta do quanto somos ricos, precisamente porque podemos servir e amar os outros com a nossa disponibilidade e várias capacidades.

#### Oração

Jesus, servo da humanidade, Obrigado porque nos amaste até à morte na cruz. Ajuda-nos a vencer a nosso orgulho e vaidade Para servirmos o próximo com um coração humilde e disponível. Ámen.

# Acção

Sei servir com gratuidade ou pratico a caridade só para dar nas vistas?

# DAR A VIDA (3 Março)

#### **Palavra**

Mateus 20:28

#### Meditação

Jesus anuncia a sua paixão e morte, mas nem os discípulos nem a mãe de João e Tiago percebem o que ele quer dizer. E nós? Compreendemos verdadeiramente o sentido da morte de Jesus? Ele não morreu só para nos livrar da morte que nasce do pecado, mas também para nos recordar que Deus é fiel à Aliança que estabeleceu connosco. Por isso, ser fiéis à Aliança não significa somente rezar muito, ir à missa e observar todos os preceitos da Igreja. Fidelidade significa também assumir e praticar o estilo de Jesus, a sua forma de estar e de se relacionar com as pessoas. Dar a vida significa fazer todos os possíveis para que os outros sejam felizes.

#### Oração

Jesus, nossa vida,

Obrigado, porque com a tua morte e ressurreição

Restabeleceste a Aliança de amor entre Deus e a humanidade.

Ajuda-nos a ser instrumentos do teu amor na vida de todos os que nos rodeiam. Ámen.

### Acção

Sou consciente da necessidade de ser fiel a Deus através do amor ao próximo?

### POBRE (4 Março)

#### **Palavra**

Lucas 16:20

#### Meditação

Normalmente, pensamos que os pobres são aqueles sem ou com pouco dinheiro, aqueles que vivem sem as condições necessárias para uma vida com um mínimo de dignidade. Ou então pensamos que são os que têm menos que os outros, incluindo nós próprios. E, então, começamos a lamentar a nossa falta de sorte. Mas esquecemos que a felicidade não depende somente dos bens materiais. Certo, eles são necessários, mas não são o mais importante. Senão, como justificar tantos suicídios, tantas pessoas vítimas da depressão e solidão em países considerados ricos ou desenvolvidos? O amor não tem preço, ou seja, não se pode comprar. Ele é o dom mais precioso que jamais podemos dar ou receber. Mais ainda: todos o podem dar e receber. Rico é então o que mais amor tem no coração e o partilha com o próximo.

#### Oração

Jesus, nossa riqueza,

Obrigado porque nos ofereces diariamente o teu amor

Através das pessoas que colocaste na nossa vida.

Ajuda-nos a criar com elas relações de verdadeira unidade e partilha. Ámen.

#### Acção

Com quem tenho mais dificuldade em criar relações de amor? Porquê?

# PEDRA ANGULAR (5 Março)

#### **Palavra**

Mateus 21:42

### Meditação

A nossa sociedade actual está atravessando uma crise profunda, não só económica, mas sobretudo a nível de valores morais. A cultura capitalista está destruindo lentamente os valores da solidariedade, da gratuidade e da generosidade, substituindo-os pelos da concorrência, da agressividade, da lei do "só tens valor enquanto consumidor" e da "lei do mais forte". Mais ainda: as pessoas são reduzidas a meros números, valores e estatísticas. Dá-se mais valor ao que se tem, não ao que se é. Como tal, hoje, mais do que nunca, a nossa sociedade precisa dos valores do Evangelho, os quais protegem e promovem a pessoa e a dignidade humana. Não podemos permanecer indiferentes ao desafio que o Evangelho nos coloca de sermos, no mundo, sementes do Reino de Deus. Os cristãos devem tornar-se "pedras angulares" da sociedade.

### Oração

Jesus, nossa pedra angular, Obrigado por estares sempre a nosso lado. Obrigado por nos enriqueceres com o teu Evangelho. Torna-nos defensores e promotores activos Dos valores da solidariedade e do serviço. Ámen.

#### Acção

Valorizo mais a minha relação com as coisas ou com as pessoas?

# PORCOS (6 Março)

#### **Palavra**

Lucas 15:16

#### Meditação

Jesus costumava contar parábolas para explicar, de modo simples, a sua mensagem. No evangelho de hoje, ele usa a imagem dos porcos para que compreendamos o quanto o pecado nos afasta de Deus. Para os Judeus, os porcos eram os animais mais imundos que há; como tal, podemos entender o porquê de Jesus usar a imagem do filho menor que nem sequer das bolotas que os porcos recebiam se podia alimentar. Ao mesmo tempo, Jesus faz-nos compreender quão grande é o amor de Deus Pai. Cada vez que nos arrependemos e a Ele regressamos, Deus recebe-nos como filhos amados, oferecendo-nos novamente a dignidade que tínhamos perdido com o pecado. Deus condena o pecado, não o pecador. Devemos aprender com Ele, porque muitas vezes condenamos o pecado e o pecador.

#### Oração

Jesus, abraço aconchegante do Pai, Obrigado porque nos perdoas sempre de todo o coração. Ajuda-nos a fazer do perdão o instrumento que restabelece Relações quebradas e faz de nós discípulos da unidade e da paz. Ámen.

#### Acção

Sei perdoar de coração? Há alguém a quem não consegui ainda perdoar? Porquê?

# **DEIXA-O AINDA (7 Março – Terceiro Domingo da Quaresma)**

#### **Palavra**

Lucas 13:8

### Meditação

Jesus revela-nos, mais uma vez, que a enorme paciência de Deus para connosco. De facto, basta pensar que repetimos quase sempre os mesmos pecados quando nos confessamos. Por esta mesma razão, há quem diga que nem vale a pena ir à confissão. Mas, pelo contrário, devemos confessarmo-nos precisamente porque fazemos quase sempre os mesmos erros ou pecados. Ou seja, repetimos muitos erros porque não paramos para pensar nos motivos que estão na sua origem. Só poderemos corrigir os nosso erros quando afrontar-mos as razões porque os fazemos. Entretanto, Deus acolhe-nos com paciência e amor. E dado que Ele faz assim connosco, devemos fazer assim com os outros. Sim, a conversão exige tempo e perseverança.

### Oração

Jesus, mestre da paciência, Obrigado porque nossas amas e és fiel, apesar das nossas traições. Ajuda-nos a usar a paciência e compreensão para com os outros, Tal como tu os usas connosco. Ámen.

### Acção

Sou uma pessoa compreensiva? Aceito os outros como são?

# CIMO DO MONTE (8 Março)

#### **Palavra**

Lucas 4:29

#### Meditação

Pobre Jesus: estamos ainda no início do Evangelho e já o querem matar. Pior ainda, estes são seus vizinhos, gente que o viu crescer. Certo, por um lado estavam admirados com tanta sabedoria, por outro não conseguiam aceitar a verdade das suas palavras. Sim, Jesus fez sempre discursos desconcertantes e incómodos, discursos que tocavam o coração das pessoas, fazendo com que tomassem consciência da necessidade de se converterem Mas ninguém queria converter-se. Nós também não. De facto, fazemos muitas vezes bons propósitos e belas orações, mas depois preferimos fazer a nossa própria vontade. Fazer a vontade Deus e viver segundo o Evangelho não é fácil. Amar como Jesus nos ama não é fácil, mas este é o modo mais profundo e verdadeiro de viver a vida.

# Oração

Jesus, palavra de Deus, Obrigado pelos teus ensinamentos e presença na nossa vida. Ajuda-nos a apaixonarmo-nos cada vez mais por ti e pelo Evangelho, Para ajudar os outros à nossa volta a descobrirem a verdadeira felicidade. Ámen.

#### Acção

Consigo ajudar os outros a serem felizes? Consigo comunicar-lhes Deus?

# ASSIM TAMBÉM (9 Março)

#### **Palavra**

Mateus 18:35

# Meditação

Jesus disse muitas vezes que a nossa não poder ser uma fé estática. Ou seja, não podemos viver a vida esperando que Deus ou os outros façam tudo. Devemos ser os primeiros a pôr em prática os valores do Evangelho, sobretudo o valor do perdão. Jesus insiste sobre a necessidade de perdoarmos sempre. Mas sabemos que nem sempre è fácil fazê-lo. Por vezes, para perdoar os outros devemos primeiro perdoar a nós próprios. Quantas vezes levamos no coração a recordação de pecados ou erros cometidos anos atrás? Se Deus nos perdoou naquela altura, é tempo de nos perdoarmos a nós próprios. Só com paz no coração é que podemos perdoar e viver em paz com todos.

# Oração

Jesus, nossa paz, Obrigado pelo dom do teu perdão. Ajuda-nos a viver a fé com dinamismo, Comunicando-a aos outros com actos concretos de amor. Ámen.

### Acção

Vivo a vida como uma pessoa de fé activa? Ou sou cristão só em teoria?

# ENSINAR (10 Março)

#### **Palavra**

Mateus 5:19

#### Meditação

Jesus escolheu doze discípulos para criar com eles a base e os pilares da nossa Igreja. Para tal, ele ensinou-lhes muitas coisas e enviou-os pelo mundo para anunciar o que tinham vivido e aprendido com ele. Ao longo da história da Igreja, o dom da fé chegou aos quatro cantos do mundo, mas são ainda muitos aqueles que não conhecem Cristo e o seu Evangelho. Algumas destas pessoas estão perto de nós. Dado que somos ao mesmo tempo estudantes e professores do Evangelho, ou seja, devemos aprender com ele para o ensinar aos outros, toca a cada um de nós viver de acordo com o estilo de vida de Jesus para que o seu Evangelho tenha credibilidade.

### Oração

Jesus, nossa lei de vida, Obrigado porque nos escolheste como teus discípulos. Torna-nos conscientes do dever de proclamar a nossa fé Amando, respeitando e servindo o próximo como fizeste tu. Ámen.

#### Acção

Conheço bem o Evangelho? Leio regularmente a bíblia?

### COMIGO (11 Março)

#### **Palavra**

Lucas 11:23

### Meditação

Jesus foi sempre uma pessoa exigente e radical. Certo, não era um fanático ou maluco, embora muitos o considerassem como tal. Ele era exigente, mas respeitava sempre a liberdade das pessoas. Antes de mais, ele era exigente consigo próprio, actuando sempre em conformidade com o que ensinava, guiado pelo Espírito Santo. Só depois convidava as pessoas a segui-lo. Os que conseguiram negar-se a si próprios e a carregar a cruz com esperança compreenderam que só nele se encontrava o método da verdadeira felicidade. Ele convida-nos hoje a ser exigentes, a viver com fidelidade a nossa Aliança com o Pai. Ser radicais no nosso modo de viver a fé quer dizer pô-la em prática, sobretudo quando nos custa.

### Oração

Jesus, mestre radical, Obrigado pelo amor que tens pela humanidade. Obrigado porque te fizeste um de nós Para que possamos ser como tu. Ámen.

### Acção

Sou radical no modo de viver a minha fé?

### COM TODO (12 Março)

#### **Palavra**

Marcos 12:30

#### Meditação

Estamos todos conscientes das dificuldades em viver a nossa fé a cem por cento. Sim, acreditamos em Deus, conhecemos mais ou menos o Evangelho, vamos à igreja com regularidade, confessamo-nos de vez em quando, mas na vida do dia-a-dia nem sempre conseguimos ou queremos praticar a nossa fé. Deus é ciumento, isto é, quer que lhe demos completamente o nosso coração. Certo, dar a Deus o nosso coração e o nosso amor significa dá-los aos outros. Sim, porque não podemos dizer que amamos verdadeiramente a Deus se não amamos o próximo. Conversão significa também rever o modo como nos damos aos outros. Que lhes podemos dar? Por exemplo, o nosso interesse, o nosso tempo, a nossa consolação e solidariedade. Muitas vezes esquecemos os outros porque estamos preocupados e ocupados com coisas inúteis.

#### Oração

Jesus, nossa alegria, Obrigado porque te deste completamente a nós e por nós. Ajuda-nos a encontrar mais alegria no dar que no receber. Ensina-nos a darmos o melhor de nós, tal como tu. Ámen

#### Acção

Sei dar-me aos outros ou vivo fechado no meu egoísmo?

### FARISEU (13 Março)

#### **Palavra**

Lucas 18:11

### Meditação

Os Fariseus e outros que escutavam Jesus não ficaram certamente contentes com esta parábola. Ainda hoje existem Fariseus, ou seja, gente que se crê melhor, mais santo e mais justo que os outros. Ao mesmo tempo, há gente que se crê menos importante, menos válida que outros só porque não tem estudos ou vive numa situação de dificuldade económica ou num outro tipo de situação de inferioridade. Infelizmente, o ser humano sempre teve a mania de catalogar as pessoas, criando discriminação e sofrimento. Para Deus, o importante não é o título que temos, nem sequer o dinheiro que temos ou o nosso prestígio pessoal, mas sim o modo como usamos os talentos e qualidades que ele nos ofereceu. Todos as temos e, como tal, devemos colocá-las ao serviço e felicidade dos outros, sobretudo a capacidade de amar.

### Oração

Jesus, amor incondicional do Pai, Obrigado porque nos amas sem distinções. Ensina-nos a valorizar toda e qualquer pessoa, Partilhando com todos os frutos do amor. Ámen.

### Acção

Sei reconhecer as qualidades dos outros ou interessam-me só os seus defeitos?

# **TORNOU A VIVER (14 Março – Quarto Domingo da Quaresma)**

#### **Palavra**

Lucas 15:24

# Meditação

É confortante ver como Jesus, com esta parábola, nos revela quanto Deus nos quer bem, apesar do nosso pecado. Sempre que nos afastamos de Deus, sempre que escolhemos viver segundo outros evangelhos que não o de Jesus, sempre que não nos amamos como irmãos e irmãs uns dos outros, estamos morrendo pouco a pouco. Há pessoas que, mesmo estando vivas fisicamente, na verdade estão mortas interiormente. Falta-lhes a alegria de viver e a esperança; perderam a razão de viver, bem como o gosto pelas pessoas. Cabe a nós fazer com que redescubram a alegria de viver e as motivações para viverem com esperança e entusiasmo. A amizade é o melhor remédio contra muitos males do coração: de facto, a riqueza maior que podemos ter é ter um coração cheio de amor para dar e receber e pessoas com quem o pode partilhar.

#### Oração

Jesus, nossa ressurreição,

Obrigado pela vida nova que nos dás na Eucaristia

E no sacramento da reconciliação.

Ensina-nos a ser alegria, esperança e força para quem está triste e se sente abandonado. Ámen.

#### Acção

Sou consciente da dor dos outros ou preocupo-me somente com o meu bem-estar?

### MILAGRE (15 Março)

#### **Palavra**

João 4:54

### Meditação

Uma das razões pelas quais muitos seguiam Jesus eram os milagres que fazia. Jamais alguém tinha feito tais prodígios. Estes milagres tinham como função principal ajudar as pessoas a compreenderem a mensagem que Jesus lhes transmitia. Porém, a maior parte queria somente ser curada de algum mal ou esperava que Jesus lhes satisfizesse uma qualquer necessidade urgente. De facto, era cómodo seguir alguém que facilmente mudava água em vinho, ou que multiplicava 5 pães num instante, alimentando mais de 5 mil pessoas. Mas a atracção por Jesus começava a desaparecer à medida que ele ia anunciando a sua paixão e morte. Nem sequer os discípulos acreditavam verdadeiramente nele e na sua ressurreição. Nós acreditamos, se bem que por vezes nos custe aceitar e carregar a nossa cruz.

#### Oração

Jesus, nossa esperança, Obrigado porque nos prometeste o dom da ressurreição. Ajuda-nos a dar esperança a quem não a tem, A consolar quem sofre e a levantar quem está abatido. Ámen.

### Accão

Acredito na minha capacidade de fazer milagres?

# QUERES FICAR CURADO? (16 Março)

#### **Palavra**

João 5:5

#### Meditação

Não è a primeira vez que Jesus faz uma pergunta óbvia a uma pessoa enferma. Claro que ela queria ser curada. Mas Jesus faz esta pergunta para que a pessoas seja consciente do facto que as doenças não são físicas. De facto, cada vez que Jesus curava alguém, essa pessoa ficava curada no corpo e no espírito. Também nós temos várias doenças ou males no coração, mesmo que não tenhamos consciência delas. Por isso, Jesus hoje pergunta-nos "Queres ficar curado?" para nos ajudar a tomar consciência da necessidade que temos de conversão. Sabemos que é mais fácil acusar ou criticar os outros do que aceitar críticas que nos sejam feitas. Para curar os nossos males, temos à nossa disposição vários medicamentos, incluindo a Eucaristia e o amor, apoio e carinho dos nossos familiares e amigos.

#### Oração

Jesus, medico do nosso coração, Obrigado pela eficácia e gratuidade dos teus medicamentos. Ensina-nos a usá-los para curar os males dos outros, Tornando-nos instrumentos do teu amor e compaixão. Ámen.

#### Acção

Quais são os males de que me devo curar?

### IGUAL (17 Março)

#### **Palavra**

João 5:18

### Meditação

O trecho do Evangelho de hoje contém um dos ensinamentos mais belos e chocantes de Jesus. Só que os Fariseus e Escribas não pensavam desta maneira: de facto, consideravam estas palavras como uma heresia, um sacrilégio. Para eles, ninguém podia chamar "Abba" (Paizinho) a Deus. Dizendo-se igual a Deus, Jesus revela-nos a nossa verdadeira natureza: somos todos filhos e filhas de Deus. É esta lição que ele nos ensina através da única oração que nos deixou: o "Pai-nosso". Esta nossa filiação também é evidente no modo como Jesus tratava as pessoas, tratando-as com amor, como irmãos e irmãs. Há também a notar este elemento das parábolas: elas revelam sempre um Deus Pai, Mãe, amigo. É assim que o devemos sentir e, como tal, devemos tratar e amar os outros como nossos irmãos e irmãs.

### Oração

Jesus, nosso amigo, Obrigado porque nos revelaste a verdadeira identidade de Deus. Obrigado porque nos deste a tua mesma missão. Ajuda-nos a ser verdadeiros irmãos e irmãs de todos. Ámen.

# Acção

A minha relação com os outros baseia-se em Deus?

# TESTEMUNHO (18 Março)

#### **Palavra**

João 5:31

#### Meditação

Um dos significados da nossa fé è o dar testemunho de Deus, do Evangelho de Jesus. Este dar testemunho implica, antes de mais, uma adesão e identificação profunda com Jesus. Para atingirmos este nível, devemos viver unidos a ele. Esta união deve exprimir-se não só com a vida de oração, mas com uma vida de entrega aos outros. A nossa sociedade precisa urgentemente de testemunhas do Evangelho, de gente que valoriza e defende a dignidade do próximo, que se preocupa com a felicidade dos outros, que faz da sua vida um dom para os outros. Somos discípulos de Cristo, isto é, a nossa vida e os nossos actos devem falar dele a todos.

#### Oração

Jesus, testemunha do Pai, Obrigado pelo amor que tens por nós, Obrigado por nos teres escolhido como teus discípulos. Ajuda-nos a corresponder com generosidade ao desafio do amor. Ámen.

#### Acção

Sou verdadeiramente um testemunha de Cristo?

# JUSTO (19 Março - Solenidade de São José)

#### **Palavra**

Mateus 1:19

### Meditação

Conhecemos pouco sobre a vida e pessoa de São José, ma sabemos que Deus o escolheu como a pessoa adequada para ser o guardião de Maria e Jesus. Uma das suas características mais típicas era a justiça. José era considerado justo por todos. Esta atitude é fundamental nas relações humanas e sociais. Infelizmente, todos os sistemas culturais, legais e sociais precisam de ser purificados da corrupção que tem causado injustiças graves nos quatro cantos do mundo. Há muitas injustiças praticadas em nome do progresso e da economia, e também em nome de Deus ou da religião. Também nós cometemos injustiças, e por vezes de forma inconsciente. Todos temos a obrigação de defender e promover a justiça.

# Oração

Jesus, filho de José,

Obrigado por seres, com Maria e José,

O modelo exemplar da família unida no Espírito Santo.

Bendiz a nossas famílias, sobretudo as que estão em crise ou Atravessando dificuldades. Ámen.

# Acção

Sou um elemento de unidade e coesão no seio da minha família?

# **COMO ESTE HOMEM (20 Março)**

#### **Palavra**

João 7:46

### Meditação

Jesus deixou a toda a humanidade um tesouro muito precioso: a comunidade dos cristãos, fundada pelos seus discípulos e amigos. Ao longo da história, houveram muitos cristãos que deram testemunho da sua fé num modo radical e profundo: chamam-se santos e mártires. Como Jesus, eles tornaram-se modelos excepcionais de fé em Deus e amor ao próximo. Nós, como membros desta comunidade cristã, devemos antes de mais agradecer a Deus pelo dom da fé. Segue-se o empenho por um estilo de vida humilde, solidário e fraterno que nos identifique como missionários de Cristo e do seu Evangelho. Jesus quer continuar a sua missão através de cada um de nós.

#### Oração

Jesus, missionário do Pai, Obrigado pela vida e exemplo dos nossos mártires e santos. Ajuda-nos a sermos como eles, fazendo da nossa vida Um instrumento eficaz do teu amor e presença no mundo. Ámen.

#### Acção

Sou missionário só em teoria ou também na prática?

# **DAQUI POR DIANTE (21 Março – Quinto Domingo da Quaresma)**

#### **Palavra**

João 8:11

### Meditação

Mais uma vez, Jesus revela-se compassivo para com alguém que tinha sido acusado de cometer um delito grave. A partir daquele momento, a vida desta mulher mudou radicalmente, porque o perdão e o amor de Jesus lhe deram nova esperança. Isto acontece também connosco, sempre que nos aproximamos a Deus através do sacramento da reconciliação. Pena é que nem sempre nos lembramos de nos perdoar a nós próprios. Após este encontro especial com o Pai, saímos renovados de tal forma a poder começar de novo a nossa relação com Deus e com o próximo.

### Oração

Jesus, perdão do Pai, Obrigado pela esperança que nos dás Sempre que nos confessamos. Renova em nós o desejo de amar mais e melhor o próximo. Ámen.

# Acção

A confissão é para mim uma obrigação ou a oportunidade de me reconciliar verdadeiramente com Deus, comigo mesmo e com o próximo?

# LUZ (22 Março)

#### **Palavra**

João 8:12

### Meditação

Estamos de tal modo habituados à luz e electricidade que não podemos imaginar a vida sem elas. A luz, por exemplo, faz-nos ver bem o mundo à nossa volta, ajuda-nos a situar-nos no espaço. Jesus faz o mesmo connosco: ele ajuda-nos a sabermos situar-nos na vida, a saber como usar os talentos que ele semeou nos nossos corações. Ele é a nossa luz, a nossa paz, a nossa consolação e esperança. Devemos então ser luz para quem está nas trevas da solidão, do desespero, da falta de alegria e sentido para a vida.

#### Oração

Jesus, nossa luz, Obrigado porque nos guias ao longo da estrada da vida. Ajuda-nos a ser luz para quem não sabe ou não pode Sair das trevas do pecado e da falta de esperança. Ámen.

#### Accão

Os outros vêem em mim luz ou trevas?

# **DESTE MUNDO (23 Março)**

#### **Palavra**

João 8:23

### Meditação

Somos deste mundo e não conhecemos outro. Certo, acreditamos no Reino de Deus, mas é neste mundo que temos de preparar a nossa vida eterna. Sendo deste mundo, devemos amar o que Deus nos ofereceu, desde a família à natureza. Infelizmente, a humanidade em geral está destruindo a natureza a um ritmo bastante acelerado. Basta ver que as quatro estações deixaram de ser regulares e, por vezes, nem quatro são. Há também muitas espécies animais que desapareceram para sempre do planeta. Devemos, como tal, tomar consciência da nossa responsabilidade individual e colectiva na protecção e defesa da criação. Desperdiçamos muito, desde água a comida, passando por outros tantos bens essenciais que escasseiam noutros pontos do globo. Devemos encontrar e amar Deus também na natureza.

#### Oração

Jesus, apaixonado pela humanidade, Obrigado por teres criado o nosso mundo Com tanta beleza e criaturas fascinantes. Ajuda-nos a proteger activamente a tua criação. Ámen.

# Acção

Sou uma pessoa que respeita a criação, usando os seus dons com sobriedade, responsabilidade e moderação?

# ESCRAVOS DO PECADO (24 Março)

#### **Palavra**

João 8:34

#### Meditação

Existem hoje inúmeras formas de escravidão, mesmo que não tenhamos consciência de algumas delas. Por exemplo, há gente que vive escrava do telemóvel, outros do dinheiro, outros da aparência física, outros do carro ou da casa, outros da internet. Há depois gente escrava do seu orgulho e vaidade,. Certo, os bens materiais são úteis, mas por vezes caímos na dependência parcial ou total delas. Basta pensar na publicidade com que os meios de comunicação nos bombardeiam continuamente. Por detrás dela está todo um sistema económico que nos quer tornar cada vez mais escravos do consumismo desenfreado. O que devemos consumir mais é o nosso tempo, partilhando-o com os outros: usar o nosso tempo para conversar com alguém, para consolar, para partilhar a vida e a cruz dos outros.

#### Oração

Jesus, nossa liberdade, Obrigado porque nos ofereces os métodos de libertação Da nossa escravidão do pecado, do conformismo, do cruzar os braços. Ajuda-nos a libertarmo-nos de tudo o que nos escraviza. Ámen.

#### Acção

Quais são hoje as minhas escravidões? Quero libertar-me ou é-me mais cómodo continuar escravo?

# CONTIGO (25 Março – Festa da Anunciação)

#### **Palavra**

Lucas 1:28

### Meditação

Maria é cheia de graça por vários motivos. O primeiro é o de ter sido escolhida para ser mãe do Messias. Segundo, ela é cheia de graça, porque respondeu "Sim" ao convite de Deus. Terceiro, Deus está com ela. Quarto, tornando-se mãe de Jesus ela tornou-se também a sua primeira discípula. Quinto, sendo mãe de Jesus tornou-se também mãe da humanidade. Deus faz também a cada um de nós a proposta de nos tornarmos mães, pais, irmãos e irmãs e amigos de Jesus. Tal acontece ouvindo e praticando a sua palavra. Deus está connosco, sempre. Cabe a cada um de nós corresponder ao seu amor tornando-nos cheios de graça, ou seja, discípulos e missionários credíveis e irmãos da humanidade.

### Oração

Jesus, fonte da graça, Obrigado por nunca nos abandonares. Obrigado pelo dom de Maria, tua e nossa mãe. Ajuda-nos a ser como ela, amando e servindo o próximo. Ámen.

### Acção

Consigo dizer "Sim" à vontade de Deus ou costume dizer "Não"?

# ACREDITARAM (26 Março)

#### **Palavra**

João 10:42

#### Meditação

Diz o Evangelho de hoje que muitos acreditaram em Jesus depois de terem visto os seus milagres e ouvido os seus discursos. Sabemos que as nossas acções devem corresponder à fé que professamos. Façamos então mais uma vez um exame de consciência sobre o modo como vivemos a nossa fé. Veremos que por vezes não somos verdadeiros cristãos. Muitos esperam de nós um estilo de vida diferente, um modo de pensar e agir que seja coerente com a mensagem do Evangelho. Se as nossas acções não falam de Deus, será difícil para quem não conhece acreditar nele.

#### Oração

Jesus, mensageiro credível do Pai,

Obrigado, porque permaneceste fiel ao Pai até à morte na cruz.

Obrigado pelo dom da ressurreição,

Obrigado porque acreditas em nós, mesmo sendo pecadores. Ámen.

### Acção

Consigo anunciar o Evangelho com a minha vida? Ou sou dos que vão à igreja para dar nas vistas?

# MATÁ-LO (27 Março)

#### **Palavra**

João 11:53

#### Meditação

Ainda hoje Jesus continua a morrer. Sim, porque ele próprio disse: "Em verdade vos digo: sempre que fizestes isto a um destes meus irmãos mais pequeninos, a mim mesmo o fizeste" (Mateus 25:40). Há muitos irmãos e irmãs nossos que são vítimas da violência, da guerra, da escravidão, da discriminação, da fome, da falta de acesso a estruturas médicas e sanitárias, da falta de liberdade e outras formas de injustiça e de morte. Também nós podemos matar Cristo na pessoa de quem ofendemos, odiamos, discriminamos e desprezamos. Se não conseguimos ver Cristo nos outros, não seremos nunca verdadeiros cristãos.

### Oração

Jesus, nosso irmão pobre e moribundo, Obrigado porque deste a vida para nos livrar da morte. Perdoa-nos a falta de atenção para com o sofrimento dos outros. Torna-nos mais disponíveis e atentos a quem sofre a nosso lado. Ámen.

### Acção

Sou consciente do sofrimento de milhões e milhões de pessoas ou preocupo-me somente com a felicidade dos meus familiares e amigos?

# PAIXÃO (28 Março – Domingo da Paixão)

#### **Palavra**

Lucas 22:15

#### Meditação

O sofrimento sempre foi e continua a ser um dos mistérios mais difíceis de aceitar e compreender. Ninguém gosta de sofrer. Mas infelizmente não nos é possível eliminar de uma vez por todos o sofrimento, seja ele pessoal ou de outra pessoa. Mas existem muitos tipos de sofrimento causados por vontade e acção nossa. Para evitar estes tipos de sofrimento, Jesus deixou-nos um método simples e eficaz: "O que quiserdes que vos façam os homens, fazei-o também a eles" (Mateus 7:12). Bastaria pôr em prática esta frase para eliminar do mundo todo e qualquer tipo de sofrimento causado pelo ser humano. Em vez de sonhar com um mundo mais justo, sejamos os primeiros a praticar este sábio conselho de Jesus.

# Oração

Jesus, morto por amor, Obrigado pelo dom da Eucaristia, Com o qual renovas connosco a Aliança do nosso amor. Ajuda-nos a celebrá-la sempre com um coração pronto para amar. Ámen.

# Acção

O que é para mim a eucaristia? Só um rito e uma obrigação? Ou é um encontro profundo com Deus, o qual restabelece a minha fé e esperança?

# PRECIOSO (29 Março)

#### **Palavra**

João 12:3

### Meditação

Jesus viveu sempre a vida dando o seu melhor a todos. Entre seus os amigos, haviam três especiais: Maria, Marta e Lázaro. Maria lava os pés de Jesus com óleo de nardo precioso. Outros teriam preparado água, mas ela preparou algo especial, precisamente para lhe exprimir o seu amor especial. Também nós devemos oferecer o melhor de nós próprios a todos, sobretudo no seio da nossa família. Infelizmente, muitas vezes vivemos a vida sem lhes manifestar o nosso amor. Damos tudo e todos por descontado, esquecendo que o amor dura só quando é alimentado com sinais concretos de afecto e apreciação. Por exemplo, ás vezes basta um sorriso, uma flor, um convite inesperado para uma janta ou passeio... ou simplesmente apagar a televisão ou o computador para estarmos com eles e escutarmos os seus problemas, ideias e projectos.

# Oração

Jesus, nosso óleo perfumado, Obrigado, porque nos dás sempre o melhor de ti. Ensina-nos a dar com generosidade e gratuidade, Enriquecendo a vida de todos com o perfume do nosso amor. Ámen.

### Acção

O óleo que levo no coração é perfumado ou cheira mal?

### JUDAS ISCARIOTE (30 Março)

#### **Palavra**

João 13:26

#### Meditação

Não haverá certamente ninguém que tenha sido baptizado com o nome de Judas Iscariotes. Ele é famoso por ter traído Jesus. Como podia um dos amigos mais próximos de Jesus tê-lo traído por um punhado de moedas? Mas mesmo que não tenhamos sido baptizados com o nome dele, por vezes temos atitudes semelhantes à de Judas. Ou seja, traímos Jesus e o próximo quando somos infiéis às promessas que fizemos. Por exemplo, as promessas que os esposos fazem um ao outro no dia do casamento, as promessas que os pais fazem aos filhos quando eles nascem, as promessas que fazemos aos nossos amigos, as promessas que fizemos a Deus no dia do nosso baptismo, entre muitas outras. Façamos então o propósito de viver uma vida baseada na fidelidade, tal como Jesus viveu.

#### Oração

Jesus, servo humilde e fiel, Obrigado porque nos amas mesmo quando te traímos. Ajuda-nos a observar honestamente os compromissos e promessas Que fazemos de vez em quando ou fizemos nos atrás. Ámen.

### Acção

Sou uma pessoa honesta, sincera e credível?

### TRAIDOR (31 Março)

#### **Palavra**

Mateus 26:25

#### Meditação

Meditemos mais uma vez sobre a pessoa de Judas Iscariotes. Podemos imaginar a surpresa e revolta dos discípulos quando descobriram que ele tinha traído Jesus. Mas devemos também recordar quer todos eles escaparam quando as guardas do templo prenderam Jesus. Aos pés da cruz de Jesus estavam só algumas mulheres e somente um deles. Ou seja, todos traíram o Mestre. Fizeram-no por vários motivos: um deles foi a desilusão. Sim, todos eles tinham feito projectos e sonhavam com um futuro de poder e fama, ao lado do novo Rei de Israel. Mas todos estes sonhos e projectos desapareceram com a morte de Cristo. Se os nossos sonhos e projectos não incluem a felicidade dos outros, jamais se tornarão realidade.

### Oração

Jesus, nosso projecto de felicidade, Obrigado por teres aceite e cumprido a vontade do Pai. Ensina-nos a conhecer cada vez mais a tua vontade Para viver a vida com sentido, paz, alegria e esperança. Ámen.

### Acção

Traí a amizade e amor de alguém? Porquê?

# **VÓS TAMBÉM (1 Abril - 5a Feira Santa - Ceia do Senhor)**

#### **Palavra**

João 13:15

#### Meditação

Podemos imaginar o quão surpreendidos ficaram os discípulos quando Jesus se pôs a lavar-lhes os pés. Era absurdo, porque um Mestre nunca faria tal aos seus discípulos, nem o poderia fazer. Imaginemos o Papa a preparar o almoço de uns quantos peregrinos e turistas em Roma, convidando-os à sua sala de jantar, servindo-os e lavando depois os pratos. Absurdo, verdade? Este momento da Última Ceia é a introdução de dois momentos fundamentais e culminantes da missão de Jesus: a sua morte e ressurreição. Os discípulos pensavam tratar-se de uma celebração da Páscoa igual a tantas outras. Mas não era. Jesus institui a Eucaristia como símbolo da Aliança eternal entre Deus e o seu povo. Deus não está só entre nós: ele está em nós, através da palavra e do corpo de Cristo. Este sacramento recorda-nos que devemos viver a vida por Cristo, com Cristo e em Cristo. Cada vez que celebramos a missa, renovamos a Aliança com Deus; antes de sairmos da igreja, Cristo envia-nos como seus discípulos e missionários. Devemos então lavar os pés do nosso próximo, ou seja, amá-lo e servi-lo como Jesus fez connosco.

# NÃO SOU EU (2 Abril - 6a Feira Santa - Paixão do Senhor)

#### **Palavra**

João 18:17

### Meditação

Já vimos a traição de Judas. Eis um outro traidor: poucas horas após ter prometido fidelidade até à morte, Pedro diz que não conhece Jesus. Isto quando os outros traidores já tinham fugido. Mas o amor de Jesus é mais forte que qualquer traição, incluso a nossa. Sabemos que ele era uma pessoa coerente, ou seja, não havia diferença entre o que dizia e o que fazia. Pelo contrário, nós muitas vezes dizemos uma coisa e fazemos outra, com Deus e com os outros. Mas façamos uma análise positiva do nosso comportamento, porque se pensarmos só nos erros que cometemos, a fé deixa de ter sentido. Deus ama-nos, mesmo se erramos, porque acredita em nós. Afinal, Cristo deu a vida por nós. Por isso, devemos renovar com Deus a vontade de ser fiéis, de dar o nosso melhor, de pôr em prática a vontade do Pai. Para conseguir tudo isto, devemos "matar" o nosso orgulho, bem como certos comportamentos e atitudes que nos impedem de sermos verdadeiramente cristãos. Se Deus acredita em nós, se ele se fia de nós, devemos acreditar em nós próprios.

# **RECORDARAM-SE (3 Abril – Sábado Santo)**

#### **Palavra**

Lucas 24:8

# Meditação

O túmulo vazio revela a ressurreição de Jesus às mulheres. Ao mesmo tempo, faz-lhes recordar e entender completamente a sua mensagem e missão. Jesus dá sentido e profundidade à nossa vida, mas mesmo assim dois mil e dez anos após a sua vinda ao mundo, há ainda muitas pessoas que não o conhecem, que não ouviram o seu Evangelho, que não conseguem encontrar o verdadeiro sentido da vida. Cabe a nós fazer como estas mulheres, ou seja, ir e dizer a todos que Ele está vivo. Mas para anunciar a verdade sobre Cristo, devemos antes de mais conhecê-la e compreendê-la bem. Infelizmente, uma das razões porque muitos deixam de ir à igreja é a falta de conhecimento e formação sobre o Evangelho e a vida da Igreja. Muitos neo-baptizados não sabem sequer confessar-se, nem entendem o sentido da Eucaristia. Cabe a nós também, e não só aos catequistas, ajudá-los neste processo de aprendizagem. A fé é um dom que recebemos para partilhar com os outros. Para tal, devemos formarmo-nos bem para ajudar os outros, cristãos e não-cristãos, a entenderem Deus, a fé e a nossa Igreja.

# VIU E ACREDITOU (4 Abril - Domingo de Páscoa)

#### **Palavra**

João 20:8

### Meditação

Chegamos ao grande dia da Páscoa. Hoje somos convidados a fazer festa num modo especial. A ressurreição de Cristo dá sentido à nossa fé e a todas as escolhas que somos convidados a fazer na vida. A nossa sociedade convida-nos a fazer certas escolhas: como cristãos, devemos escolher a vida, a alegria, a paz, a justiça, o perdão, a esperança, a solidariedade e a compaixão. Por outras palavras, devemos escolher as leis do Reino de Deus. Esta escolha deve tornar-se no nosso bilhete de identidade diante de todos. Certo, não se fala aqui de um documento, mas de um estilo de vida que transmite a todos a presença de Deus no nosso coração e a nossa identificação profunda com ele. Celebrar a Páscoa é celebrar também todos aqueles que no mundo lutam por melhorar as condições de vida de tantos pobres e marginalizados: os missionários, os voluntários, todos aqueles que fazem da sua vida um instrumento da consolação de Deus. Entre eles estão muitos que não são cristãos, que pertencem a outras religiões ou que simplesmente acreditam no valor da solidariedade. Recordemos então que dizermo-nos cristãos não chega: devemos transformar a morte causada pelo pecado em vida. De que modo? Segundo o modo de Jesus, nossa vida.

## A todos os votos de uma Santa e Feliz Páscoa!

Pe. Álvaro Pacheco\*

(\*) O padre Álvaro Pacheco é Missionário da Consolata, actualmente na Coreia do Sul.

