

CAMINHAR COM MARIA



Departamento Diocesano da Catequese de Aveiro
Caminhada da Quaresma 2023
- Infância e Adolescência -

CAMINHAR COM MARIA - QUARESMA 2023

01 | Introdução

A Quaresma representa o tempo de preparação para a Páscoa que se avizinha. Apresenta-se como um caminho de conversão pessoal, onde *“a atitude primeira será sempre “ouvir o que o Espírito Santo diz à Igreja”* (da Carta Pastoral, 2022) e a cada um de nós. Este processo de renovação deve ser trilhado tendo presente a caridade e a paciência de Jesus. É este o caminho pessoal de cada um, que deve, também, ser vivido com todos os membros da comunidade.

A cada ano, a Quaresma recorda-nos a necessidade de um tempo de conversão, procurando apoio na graça divina e na comunhão da Igreja. O jejum prepara o terreno, **a oração rega** e a caridade fecunda-o.

Assim, na fé, temos a certeza de que a seu tempo colheremos e obteremos, com o dom da perseverança, os bens prometidos (*Heb 10, 36*), saboreando desde já a alegria do Reino dos Céus, quando Deus for «tudo em todos» (*1 Cor 15, 28*).

Jesus ensinou que é necessário **«orar sempre, sem desfalecer»** (*Lc 18, 1*). Precisamos de rezar, porque necessitamos de Deus. Que nesta Quaresma experimentemos o conforto da fé em Deus, e da Oração, sem as quais não poderemos subsistir (*Is 7, 9*).

02 | Contextualização

A *Oração do Terço* e a citação bíblica: «*Maria levantou-se e partiu apressadamente*» (Lc 1, 39), inspirou a caminhada que o Departamento Diocesano da Catequese da Infância e Adolescência preparou para a Quaresma.

Estas são duas referências à Jornada Mundial da Juventude de Lisboa, em 2023. Assim, a *Oração através do Terço*, pretende auxiliar-nos na reflexão e no processo de conversão pessoal.

As ações propostas para cada uma das semanas impelem-nos à saída e ao encontro das periferias, ao encontro do outro - onde está Jesus.

03 | Tema

Com Maria levamos Jesus, que por nós quer chegar a muitos. É por isso que a **Oração do Terço** é muito importante. Assim, propomos como lema desta caminhada da Quaresma - **CAMINHAR COM MARIA** - que foi a primeira a segui-Lo.

Vamos, *Caminhar com Maria*, contemplando os **Mistérios Dolorosos**, os mistérios da Paixão de Jesus até à Sua morte. Maria, que acompanhou o Seu Filho Jesus, em toda a Sua Vida, é a Mãe que caminha sempre ao nosso lado e nos ajuda a carregar a cruz de todos os dias.

04 | Proposta

Para a Liturgia...

Preparar e colocar na Igreja a cruz da JMJ ou uma Cruz com uma faixa roxa e o painel: «*Caminhar com Maria - Quaresma 2023*». Ao longo de cada Domingo podem ser colocados passos em direção à cruz.

Para as Catequeses...

Rezar, semanalmente, nas catequeses, uma dezena do Terço e realizar o desafio proposto.

Para as Famílias...

Rezar a *Oração do Terço* e meditar, semanalmente, num dos Mistérios Dolorosos.

Quarta-feira de Cinzas

22 de fevereiro

Leitura Bíblica

“Quando rezares, entra no teu quarto, fecha a porta e ora a teu Pai em segredo.”

- Mateus 6,6

Meditação

Hoje, começa um tempo novo, para reencontrarmos o entusiasmo, o ânimo e a vontade de aceitar o projeto que Deus tem para nós.

Mas valerá a pena tentar? Não ficará tudo na mesma? Não tenhas medo que esta Quaresma seja uma perda de tempo, porque Deus Pai, e Maria nossa Mãe, caminham a nosso lado em todos os momentos da vida.

Deus vê o nosso empenho, o esforço em querer mudar e sermos melhor. Comprometamo-nos a dar a Deus, o melhor de nós, durante estes quarenta dias.

Oração

Ajuda-nos, Senhor, a caminhar Contigo ao longo destas semanas da Quaresma. Queremos que Maria seja a nossa companhia e nos ajude a meditar melhor nos Mistérios Dolorosos de Jesus. Ámen.

Desafio para todos

Participar na celebração das Cinzas deste dia.

1º Domingo da Quaresma | 26 de fevereiro
A agonia de Jesus no Monte da Oliveiras

Leitura Bíblica

"Minha alma está triste até a morte. Permanecei aqui e vigiai."

- Marcos 14, 34

Meditação

No momento de maior angústia e desespero, o grito de Jesus dirige-Se ao Pai, sabe que Lhe esperam momentos difíceis. Ele refugia-se com humildade e confiança junto de Deus. É uma confiança que nasce do estar continuamente voltado para o Pai, em todas as circunstâncias da vida.

A Agonia de Jesus no Horto das Oliveiras é uma oportunidade para contemplarmos o Deus Santo, que Se revela sobretudo nos momentos difíceis e dolorosos da vida: é o Deus Compassivo, capaz de despertar nos corações atribulados uma confiança inabalável. Quantas "agonias", na nossa vida e nas vidas de tantos!

Como vivo os momentos dolorosos? Deixo que o desespero me invada? Será que nada faz sentido? Onde parar? Onde procurar conforto e paz?

Oração

Senhor, que em Jesus nos revelas o sentido profundo de uma dor vivida em união contigo, concede-nos, por intercessão de Maria, vivermos com confiança e liberdade os momentos dolorosos da nossa vida. *Ámen.*

Desafio

Infância - Preparar uma pequena oração que envolva rezar uma dezena do Terço (este terço deve ser construído na catequese, ou em casa, uma dezena por semana).

Adolescência - Rezar o terço em comunidade (pode ser preparado pelos diferentes grupos de adolescentes. Todos são desafiados a construir um terço de nós a partir de fio (ou corda). Podem levar alguns fios e cordas e distribuir pelos participantes na oração.

2º Domingo da Quaresma | 5 de março
A flagelação de Jesus

Leitura Bíblica

"Pilatos, então, tomou Jesus e mandou-O flagelar." - João 19, 39

Meditação

O relato que antecede a flagelação mostra claramente que a condenação e morte de Jesus são resultado, em grande medida, da liberdade humana. O povo pede a crucifixão: Pilatos acede, lavando as mãos.

Tantas vezes vivemos situações que nos magoam não só fisicamente, mas na nossa alma, no mais profundo do nosso ser. E, por vezes, somos nós com a nossa arrogância e orgulho que fazemos os outros sofrerem.

Sou capaz de perdoar quem me prejudicou, quem me fez sentir triste? Quando tomo consciência que as minhas ações prejudicaram e desgostaram os outros, procuro-os para obter o seu perdão?

A Flagelação de Jesus é uma oportunidade para contemplarmos o Deus Santo, cuja Palavra não volta atrás: é o Deus Fiel, que responde sempre com mais amor às nossas infidelidades.

Quantas condenações injustas! Quantas palavras duras gritadas em tempo de exaltação! Quantas mãos cobardemente lavadas de sangue inocente!

Como me situo perante as injustiças do mundo e à minha volta? Condeno? Denuncio? Calo?

Oração

Senhor, que entregaste nas mãos da humanidade pecadora o Teu Filho Jesus Cristo, concede-nos o dom da fidelidade à Sua entrega e a valentia para denunciarmos as injustiças deste mundo. *Ámen.*

Desafio

Infância - Celebração do Perdão (1º, 2º e 3º ano) ou Celebração do Sacramento da Reconciliação.

Adolescência - Escrever um texto onde, num diálogo franco, falam a Jesus das vossas fraquezas; - Celebração do Sacramento da Reconciliação.

3º Domingo da Quaresma | 12 de março Jesus é coroado de espinhos

Leitura Bíblica

"Os soldados, tecendo uma coroa de espinhos, puseram-lha na cabeça e, dobrando o joelho diante de Jesus, escarneciam-no, dizendo: "Salve, Rei dos Judeus!". - Mateus 27, 29

Meditação

A coroação de espinhos é uma oportunidade para contemplarmos o Deus Santo, que renuncia à violência como arma e responde com Amor.

Os romanos não percebem a condição de Jesus e procuram, além da dor física, desmoralizá-lo e desrespeitá-lo. Tantas vezes, quando nos cruzamos com pessoas que consideramos diferentes, rapidamente as desprezamos e as carregamos com os nossos preconceitos. Não pensamos no caminho que percorreram, nas dificuldades que viveram, nas opções que tiveram de fazer, temos tanta dificuldade em nos colocar no lugar do outro.

Os soldados, habituados a ser alvo de escárnio e humilhação, aproveitam a passividade de Jesus para fazerem o mesmo com Ele.

Em oposição, a coroa de espinhos que Cristo leva à cabeça é símbolo do poder que se faz serviço, "amor até ao extremo".

Oração

Deus de Infinita Bondade, que pelo Teu Filho vens trazer a paz ao mundo, concede-nos, por intercessão de Maria, a graça de sermos em todo o mundo construtores de paz. Ámen.

Desafio

Infância - Fazer um postal alusivo ao amor de Deus para conosco que deverá acompanhar o cabaz a partilhar com as famílias mais carenciadas (poderão também ser distribuídos no final da Eucaristia).

Adolescência - Organizar uma campanha de angariação de bens (alimentares e outros). Cada grupo prepara um cabaz a partilhar (juntamente com os postais da infância) com as famílias mais carenciadas da Paróquia, através dos grupos socio-caritativos.

4º Domingo da Quaresma | 19 de março
Jesus a caminho do Calvário

Leitura Bíblica

"Jesus saiu, carregando a sua cruz, e chegou ao lugar chamado "Lugar da Caveira" ou Calvário - em hebraico chamado Gólgota."
- João 19,17

Meditação

Jesus ao carregar aquela cruz, carrega por nós todo o sofrimento, todo o pecado. Então por que continuamos a sofrer...

Jesus assume e carrega a Sua cruz e, nela, todos os nossos pecados, infidelidades e sofrimento. A caminho do Calvário, Jesus deixa-Se ajudar e o Seu olhar cruza-Se com outros olhares, uns de ódio, outros de compaixão. A todos, Cristo responde com Amor.

O caminho de Jesus até ao Calvário é uma oportunidade para contemplarmos o Deus Santo, que, em Cristo, Se entrega em fidelidade até ao fim: é o Deus compassivo, que a todos oferece a Sua misericórdia.

Quanto caminho por percorrer! Quantas "cruzes" temos de ajudar a carregar. *O que me custa, neste momento, "levar até ao fim"? Ajudo a levar as cruzes dos outros ou fico sempre fechado na minha dor?*

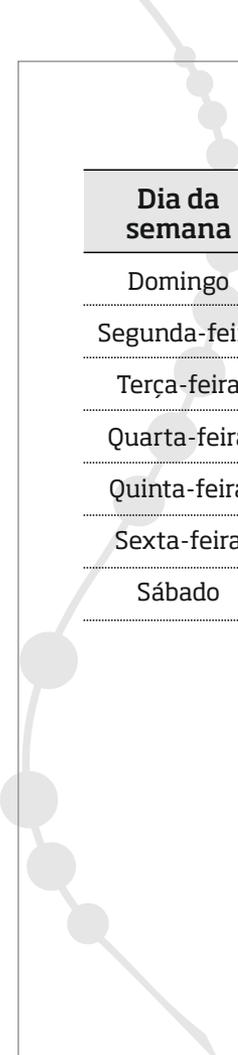
Oração

Deus de Bondade Infinita, Tu que, na Paixão do Teu Filho, Lhe deste força para carregar a Cruz, concede-nos carregarmos também as nossas com fidelidade e aliviarmos a cruz dos que estão ao nosso lado. **ÂMEN.**

Desafio

Infância - Pensar, todos os dias, numa pessoa idosa, doente, triste, que vive momentos difíceis e rezar por ela. (cf quadro em anexo).

Adolescência - Escrever uma mensagem de alento, de estima, de conforto para um idoso (pode ser da família do adolescente ou um que frequente o Centro de Dia/Lar).



Dia da semana	Nome da pessoa em quem pensei	Rezei por ela?	
		sim	não
Domingo			
Segunda-feira			
Terça-feira			
Quarta-feira			
Quinta-feira			
Sexta-feira			
Sábado			

5º Domingo da Quaresma | 26 de março
Crucificação e Morte de Jesus

Leitura Bíblica

“Jesus disse: “Tudo está consumado”. E, inclinando a cabeça, entregou o espírito. (...) Vendo que Jesus já estava morto, um dos soldados trespassou-Lhe o peito com uma lança e logo brotou sangue e água.”

-João 19,30.33-34

Meditação

A Morte de Jesus é uma oportunidade para contemplarmos o Deus Santo, que na Cruz Se faz dom inesgotável: é o Deus da Vida Verdadeira, que se dá inteiramente e para sempre a cada um de nós. Jesus que se dá por nós. Quanta abundância! Quanta generosidade brota do Coração aberto de Jesus! Quanta Vida para acolher no nosso coração!

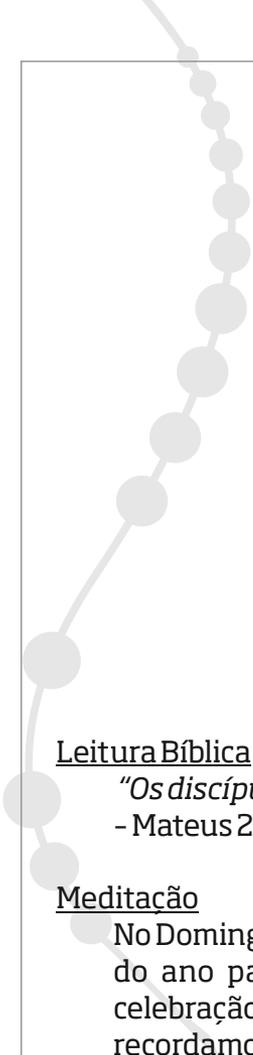
Oração

Deus da Vida Abundante, que permites que o Coração do Teu Filho seja para nós Fonte inesgotável do Teu amor, concede-nos, por intercessão de Maria, respondermos agradecidos a tanto bem recebido. Ámen.

Desafio

Infância - Colocar algumas sementes num recipiente e cuidar até à próxima catequese.

Adolescência - Desenvolver uma atividade de caráter ambiental.



Domingo de Ramos
2 de abril

Leitura Bíblica

“Os discípulos partiram e fizeram como Jesus lhes ordenara.”
- Mateus 21, 6

Meditação

No Domingo de Ramos, tem início a Semana Santa, a mais importante do ano para todos os cristãos. O nome completo desta grande celebração é, *Domingo de Ramos na Paixão do Senhor*. Na Eucaristia recordamos a entrada de Jesus em Jerusalém e os acontecimentos que levaram Jesus a morrer na Cruz. Vivamos este momento de oração desejando acompanhar Jesus, na semana mais difícil da Sua Vida.

Oração

Senhor, pedimos que também nós, saibamos procurar-Te e ir ao Teu encontro pelos caminhos mais exigentes da nossa vida. Queremos caminhar ao Teu lado e com Maria para que sejamos capazes de Te reconhecer e adorar.

Desafio para todos

- Fazer um ramo e levar à celebração do dia.
- Participar nas celebrações do Tríduo Pascal.

Domingo de Páscoa
9 de abril

Leitura Bíblica

"Maria Madalena e a outra Maria foram visitar o sepulcro."
- Mateus 28,1

Meditação

Jesus Cristo ressuscitou! Ele está vivo! Hoje é o grande Dia da passagem, o grande dia em que o Amor venceu a morte! Hoje, Jesus convida-nos a uma vida nova, uma vida que brota da Sua presença no nosso coração e faz de nós, a cada dia, uma pessoa nova, nascida do Alto. Alegremo-nos por isso e corramos ao Seu encontro.

Oração

Senhor, ajuda-nos a confiar mais nas Tuas incertezas, do que nas nossas certezas. Que saibamos correr para ir ao Teu encontro, à Tua procura. *Ámen.*

Desafio para todos

- Participar nas celebrações do dia de Páscoa
- Colocar uma faixa branca na cruz de casa, da Igreja, ...

