

Diocese de Leiria-Fátima

**VIVER EM FAMÍLIA
COM A GRAÇA DE CRISTO**

Retiro Popular

Quaresma de 2014

■ **Ficha Técnica**

■ **Edição**

Diocese de Leiria-Fátima

■ **Elaboração dos textos e selecção de cânticos:**

D. António Marto

Cristiano Saraiva

Gonçalo Diniz

Jorge Guarda

Marco Daniel Duarte

Pedro Valinho

Vítor Coutinho

■ **Paginação e arranjo gráfico**

Paulo Adriano

■ **Tiragem**

6000 exemplares

■ **Impressão**

Tipografia de Fátima

■ **Depósito Legal**

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

Janeiro de 2014

APRESENTAÇÃO

Caros diocesanos,
Irmãos e Irmãs em Cristo:

No biénio 2013-2015, dedicado à família como “comunidade de fé, de amor e de vida”, centramos a nossa atenção, neste primeiro ano, sobre o amor conjugal como dom de Deus e vocação. Na minha carta pastoral, *A beleza e a alegria de viver em família*, lembrei a necessidade de os casais e respetivas famílias alimentarem “a espiritualidade do amor e da comunhão, para serem fiéis à sua vocação em cada dia”. A Quaresma é um tempo particularmente propício para tal finalidade. Daí que, uma vez mais, façamos a proposta da realização do retiro popular mediante a leitura orante da palavra de Deus. O título constitui um convite a fazê-lo em família ou grupos de famílias, investindo-se mais neste âmbito, indo assim além dos grupos habituais.

Caminho de conversão pessoal e familiar

Mediante a pedagogia anual de preparação espiritual para a Páscoa, a Igreja convida todos os fiéis a percorrerem um caminho de renovação na fé e na própria vida. Na mensagem do ano passado, escrevi: “A Quarta-Feira de Cinzas é o pórtico de entrada na Quaresma, a lembrar-nos, com o seu rito próprio, que não existe fé sem conversão. De facto, a imposição das cinzas é acompanhada pela primeira palavra de Jesus no início do seu ministério: ‘Converti-vos e acreditai no Evangelho’ (Mc 1, 14-15).

O caminho da fé é, ao mesmo tempo, um caminho de conversão, isto é, de orientação da vida que leva a Deus, ao reconhecimento do seu primado, à sua escuta, ao seu acolhimento, para fazer face à tentação do esquecimento de Deus.

Isto supõe, por sua vez, uma profunda purificação de nós mesmos, uma cura interior, uma renovação da mente e do coração, do pensamento e dos sentimentos. Perceber, com sincera humildade, a necessidade que temos, pessoal e comunitariamente, de nos convertermos é o primeiro passo a darmos, como discípulos e como Igreja de Cristo, para revitalizar a fé pessoal e das nossas comunidades e para reavivar o entusiasmo do testemunho. *O verda-*

deiro défice da Igreja não é tanto de organização, mas sobretudo de fé e de espiritualidade”.

À graça da conversão são chamados também os casais e as famílias para sarem as feridas da relação e da comunhão, mediante a reconciliação e o perdão mútuo, e ainda para alcançarem a “maturação progressiva do amor em todos os seus valores”, pois “quem ama deseja um amor maior, mais belo e gozoso”, como escrevi na mencionada carta pastoral.

Um “retiro espiritual” no quotidiano

Convido, então, todos os fiéis e em especial as famílias a fazerem o seu “retiro espiritual” com a ajuda dos temas aqui oferecidos. Trata-se de, em grupo, entregar-se durante algum tempo à leitura orante da palavra de Deus, e repetir tal exercício pessoalmente pelo menos uma vez por semana, ao longo de toda a Quaresma. Através da sua Palavra, Deus concede-nos o dom do seu Amor, que nos abre à experiência vivificante da comunhão com Ele, sólido fundamento para a vivência do amor nos casais e nas famílias. A partilha em grupo permite o enriquecimento e o estímulo mútuos, que fortalecem em cada um a sua fé, tornando-o mais capaz de a testemunhar no ambiente familiar e social.

Tenho agora a alegria de vos oferecer este instrumento para o retiro popular quaresmal em ordem a “viver em família com a graça de Cristo”. Foram preparados por uma equipa de colaboradores, a quem agradeço este serviço à Igreja diocesana.

Bom retiro a todos, sob o fogo do amor de Deus que suscita fé e enche de amor os nossos corações, tornando-nos mais capazes de o viver com generosidade e irradiação nas relações interpessoais e no ambiente familiar!

Leiria, 29 de dezembro de 2013, festa litúrgica da Sagrada Família

*+ António Marto
Bispo de Leiria-Fátima*

ORIENTAÇÕES GERAIS

1. “Viver em família com a graça de Cristo”

O título exprime bem o objectivo deste “retiro de povo de Deus”. Na sua carta pastoral, D. António Marto escreveu que o amor conjugal é um “tesouro em vasos de barro” e que, olhando para a fragilidade humana, precisamos de buscar a ajuda divina, pois como diz o salmista: “Se o Senhor não construir a casa, em vão se afadigam os que nela trabalham” (Sl 127,1). Assim, “só a comunhão com o Senhor pode ajudar a construir e a guardar a casa do amor dos esposos e da família. A sua graça é mais forte do que a nossa fragilidade”,

A leitura orante da palavra de Deus em comum permite uma gratificante experiência da luz divina, da sabedoria, do amor e da comunhão em Cristo, que gera abertura uns aos outros, partilha de dons espirituais e comunhão fraterna. Assim se fortalecem a fé e o amor que tornam mais fortes os vínculos familiares e cristãos que unem os membros das comunidades eclesiais.

Os **seis temas** proporcionam-nos um itinerário espiritual, quase um programa de espiritualidade familiar, para aprofundar a consciência dos dons de Deus, que constituem a base da vida em casal e em família animada pela graça de Cristo recebida no sacramento do matrimónio. Começamos pela tomada de consciência de que fomos **“criados para amar” (1)**, pelo que recebemos de Deus uma autêntica vocação ao amor. Tal vocação é uma das muitas expressões do amor de Deus por nós. Ora, não há dúvida, **“o amor de Deus é a fonte da vida familiar” (2)**. Ele abraça tanto os casais como os seus filhos e os demais membros da família. O tema 3 conduz-nos à (re)descoberta do **sacramento do matrimónio como sinal do amor de Cristo (3)**. O seguinte leva-nos a meditar nas condições para que se promova no casal e na família a **“comunhão no perdão e na caridade” (4)**. O penúltimo tema põe-nos diante da exigência de **“fortalecer-se nas fragilidades” (5)** que afetam as relações na família. O último encontro aborda o tema da **“oração em família” (6)** a partir do exemplo do próprio Jesus e do seu ensinamento aos discípulos.

2. A quem é proposto o retiro?

Aos fiéis cristãos, de qualquer idade, que participam na vida da Igreja.

Às famílias e ao povo de Deus em larga escala, mesmo aos que pouco frequentam as igrejas.

As pessoas que manifestam sede de espiritualidade e desejam encontrar na palavra de Deus ajuda para iluminar e ajudar a vivência da relação e amor na própria família.

3. Quem o organiza e como o há de fazer?

Qualquer pessoa (sacerdote, líder de comunidade, dirigente de movimento ou associação, animador de grupo, pessoa ou casal) pode promover o retiro popular, segundo uma destas modalidades:

- em **família ou grupo de famílias** vizinhas;
- nos **grupos já existentes** (coro, catequistas, ministros da comunhão...) ou **constituídos com base em alguma afinidade** (pais de crianças da catequese, pessoas convidadas, colegas de trabalho...);
- em **grupos** reunidos nos lugares de culto da paróquia.

Nas **paróquias** em que haja vários grupos, é bom **prever um ou dois encontros de todos em assembleia**, para se conhecerem, viverem juntos um momento de oração e comunhão, conviverem e partilharem as experiências.

A **proposta aqui apresentada foi feita a pensar no grupo**. Se se quiser fazer algum tema em assembleia, por exemplo o último, em forma de **celebração**, é preciso adaptá-lo, inserindo elementos e algum gesto que facilitem a participação de todos. Nesse caso, é preciso ver se e como fazer a partilha.

4. Com a Palavra de Deus que nos fala

Este retiro faz-se com base na Palavra de Deus, assumindo *“a forma de leitura familiar e orante (a chamada “Lectio divina”), que nos põe à escuta de Deus e nos faz sentir que a Sua Palavra não é longínqua nem impessoal, mas fala hoje, pessoalmente, ao coração de cada um”* (D. António Marto).

O **método da leitura orante em grupo** desenrola-se nos passos seguintes:

■ 1) **Invocação do Espírito Santo**

Para iniciar, canta-se um cântico e/ou, juntos, fazem uma prece proposta.

■ 2) **Leitura e compreensão da Palavra**

Em ambiente de silêncio, alguém lê o texto bíblico em voz alta. Depois, dá-se um ou dois minutos, para que cada um volte a lê-lo para si.

Em seguida, seguindo as notas do guião, o animador faz uma breve introdução ao texto para melhor se entender (no máximo 5 minutos). O objectivo não é o estudo, a pregação ou expor a própria reflexão, mas simplesmente ajudar a compreender o que se leu.

■ 3) **Meditação pessoal em silêncio**

Cada participante retoma o texto, realizando o que é próprio da meditação: coloca-se como ouvinte, perguntando-se: *O que me diz a mim esta Palavra? Qual a mensagem que Deus hoje me quer transmitir com ela para a minha vida? Como é que posso ser interpelado e iluminado pelas personagens, pelas ações, pelos gestos, pelas palavras, pelo diálogo do texto?* Isto pode durar mais ou menos 15 minutos, conforme o grupo e a capacidade dos membros para aprofundar. Se for conveniente e ajudar, pode pôr-se música de fundo, instrumental e suave, de modo a favorecer a interiorização.

■ 4) **Partilha da Palavra**

É o elemento característico da *leitura orante* em grupo: passa-se do momento pessoal ao comunitário mediante a partilha, num ambiente de conversa espiritual, onde *cada um pode manifestar o mais significativo da sua meditação, mostrando como a Palavra toca, queima, transforma, consola, converte, etc.* Não se trata de discussão ou confronto, mas enriquecimento mútuo, partilha da riqueza da Palavra pessoalmente experimentada, e maravilhar-se pelo que ela realiza nos outros. Pode até consistir simplesmente na leitura de uma frase mais significativa, acompanhada talvez de breve explicação.

Aqui a *intervenção do animador* limita-se a procurar que todos possam partilhar, que se mantenha o ambiente próprio do momento, e a esclarecer alguma questão que eventualmente se levante e que possa conduzir a engano.

■ 5) **Oração**

O que foi partilhado é de novo apresentado ao Senhor em forma de oração. Pode ser proposto algum tipo de *oração litânica* na linha do texto bíblico meditado, reutilizando o seu próprio vocabulário. Também pode haver espaço para a *oração espontânea*, um *salmo* ou um *cântico*.

■ 6) Conclusão/propósito de ação

Se for possível, tendo em conta o que foi partilhado, tenta-se *formular um propósito concreto do grupo*. É bom também que, num momento de silêncio, *cada pessoa possa formular o seu propósito pessoal*.

Como conclusão, canta-se um cântico.

5. Onde e como realizar os encontros?

Lugar: igrejas ou salas da paróquia ou outras; mas também em **casas particulares**; neste caso, é importante que seja num ambiente propício, sem interferências ou interrupções.

Preparação: como ambientação, poderá haver elementos simbólicos e decorativos (*a Bíblia em destaque, uma cruz, uma vela e flores...*), procurando que o ambiente seja o mais simples e recolhido possível. Os participantes poderão dispor-se em círculo ou em semicírculo, se o lugar o permitir.

Acolhimento: é um aspecto a cuidar pelo animador ou os donos da casa, para que as pessoas se sintam bem recebidas e integradas no grupo.

A **duração** prevista para cada encontro é de cerca de **uma hora**.

No **final**, pode haver um momento de **confraternização**.

Finalidade: qualquer que seja a forma utilizada, tenha-se na devida conta de que não se trata de lições ou reflexões teóricas, mas **de escuta de Deus, de meditação e de experiência da fé**, que implica a pessoa toda, a mente e o coração. Deverá alimentar e revigorar a fé, ajudar a viver melhor a relação pessoal com Deus e conduzir à experiência da beleza da fé, à comunhão fraterna, ao compromisso maduro da vida cristã, na Igreja e no mundo, e ao testemunho do amor de Deus no quotidiano.

A **função do animador** do grupo (*sacerdote, religioso/a ou leigo*) deve ser:

- preparar o encontro e distribuir por diferentes participantes as tarefas a executar;
- facilitar o decorrer do encontro, anunciando brevemente o que fazer em cada momento e controlando o tempo, tendo o cuidado de não dominar ou dirigir tudo;
- fazer a introdução ao texto apoiando-se no material fornecido;

- promover a participação de todos, respeitando a sensibilidade de cada um.

6. Orações e outros elementos

As **orações e cânticos** são apresentadas como sugestão. Há uma seleção de cânticos em anexo, numerados. O grupo pode escolher outros que considere mais adequados. O mesmo cântico pode repetir-se em diferentes momentos do encontro de modo a estabelecer a continuidade.

Será útil cada participante levar **um caderno de apontamentos**, para tirar algumas notas do que ouviu e descobriu no encontro. Pode servir para lembrar em casa.

É bom que cada pessoa tenha o **seu exemplar do guião do retiro**, ou pelo menos a fotocópia do tema de cada encontro, pois assim pode usá-lo em casa para o momento de continuidade recomendado.

Em casa, recomenda-se que a pessoa leia o texto bíblico a partir da sua própria Bíblia, familiarizando-se assim com o livro sagrado.

7. Percurso do retiro e avaliação

A proposta é de seis encontros. Onde não for possível realizá-los todos durante a Quaresma, podem reduzir-se ou prolongar para além do período mencionado.

Os temas são também utilizáveis noutras ocasiões: por exemplo, na preparação para as festas dos padroeiros das comunidades cristãs.

Apresenta-se uma **ficha de avaliação** no final do guião (anexo C). Pode fazer-se em grupo, no último encontro, e depois reunir o contributo de todos no âmbito paroquial, para melhor percepção da experiência vivida e aperfeiçoamento futuro.

Tema 1

CRIADOS PARA AMAR

Acolhimento e saudação entre os participantes

■ 1. Invocação do Espírito Santo/oração inicial

■ 1.1. Cântico (*a escolher; propostas no anexo B*)

■ 1.2. Prece (*cf. liturgia do matrimónio*):



Senhor, Tu fizeste o homem e a mulher à tua imagem,
e puseste-lhes no coração

o amor que os une um ao outro
para que sejam um só.

Através dos sofrimentos e das alegrias da vida,
nas fadigas e nas maravilhas quotidianas,
dizes-lhes que estás com eles.

Pela sua comunhão de vida e de amor
fazes crescer neles a tua própria vida,
até ao dia em que satisfarás todas as suas esperanças,
em Jesus Cristo, teu amado Filho.

Dá-nos a graça da escuta e entendimento da tua Palavra,
para que a acolhamos no coração
e a ponhamos em prática na vida.

Ámen

■ 2. Escuta e compreensão da Palavra

■ 2.1. Leitura do livro dos Génesis (2, 18-24)

¹⁸O SENHOR Deus disse:

«Não é conveniente que o homem esteja só;
vou dar-lhe uma auxiliar semelhante a ele.»

¹⁹Então, o SENHOR Deus,

após ter formado da terra todos os animais dos campos
e todas as aves dos céus,

conduziu-os até junto do homem, a fim de verificar como ele os chamaria,

para que todos os seres vivos fossem conhecidos pelos nomes que o homem lhes desse.

²⁰O homem designou com nomes todos os animais domésticos, todas as aves dos céus e todos os animais ferozes; contudo, não encontrou auxiliar semelhante a ele.

²¹Então, o SENHOR Deus fez cair sobre o homem um sono profundo; e, enquanto ele dormia, tirou-lhe uma das suas costelas, cujo lugar preencheu de carne.

²²Da costela que retirara do homem, o SENHOR Deus fez a mulher e conduziu-a até ao homem.

²³Então, o homem exclamou:

«Esta é, realmente, osso dos meus ossos e carne da minha carne. Chamar-se-á mulher, visto ter sido tirada do homem!»

²⁴Por esse motivo, o homem deixará o pai e a mãe, para se unir à sua mulher; e os dois serão uma só carne.

Palavra do Senhor

■ 2.2. Leitura pessoal (voltar a ler, em silêncio: o que diz o texto?)

■ 2.3. Notas para a compreensão do texto

Este relato da criação, num estilo exuberante e colorido, recorre a imagens sugestivas. A finalidade do autor é afirmar que na origem da vida e do homem está Deus. Trata-se de uma página de catequese e não de uma lição para explicar cientificamente as origens do mundo e da vida.

O texto situa-nos no “jardim do Éden”, um espaço ideal de felicidade onde Deus pôs o homem que criou. Tinha este, então, tudo para ser feliz? Ainda não. Faltava-lhe alguém com quem partilhar a vida e a felicidade. Foi criado não para estar sozinho mas para viver em relação. E esse é o problema que Deus, com solicitude e amor, vai resolver em seguida. Como?

Num primeiro momento, faz desfilar diante do homem “todos os animais do campo e todas as aves do céu”, a fim de que ele os chamasse “pelos seus nomes” (v. 19). Isto significa a autonomia do homem e a sua associação à obra criadora e ordenadora de Deus. Ficará então resolvido o problema da solidão? Não! O homem não encontra ainda “uma auxiliar semelhante a ele” (v. 20). Precisa de uma ajuda e complemento que o mundo posto à sua disposição não satisfaz. Deus vai então intervir de novo.

Começa com o “sono profundo” do homem. Depois, como hábil cirurgião, Deus tirou parte do corpo do homem (o texto fala da “costela”; contudo, a palavra pode significar “lado” ou “costado”) e com ela faz a mulher (v. 21-22). O ser formada de uma costela do homem pretende mostrar que a mulher é tão humana como ele, pois é feita da mesma carne. Porquê o “sono profundo”? Porque criar era segredo de Deus e o homem não podia testemunhar esse momento solene e misterioso; restava-lhe admirar a criação de Deus e adorá-l’O pelas suas obras admiráveis... Depois de ter “criado” a mulher, Deus acompanha-a à presença do homem; este, acolhe-a com um grito de alegria e reconhece-a como a companhia que lhe fazia falta, o seu complemento, o seu outro eu: “Esta é realmente osso dos meus ossos e carne da minha carne” (v. 23a). O homem (v. 23b) dá-lhe o nome de “mulher” (em hebraico: 'ishah) porque foi tirada do homem (em hebraico: 'ish). A proximidade das duas palavras sugere a igualdade fundamental entre o homem e a mulher, a sua complementaridade, o seu parentesco, ambos criados para amar.

O texto termina com um comentário do próprio autor sagrado: “Por isso, o homem deixará pai e mãe para se unir à sua esposa, e os dois serão uma só carne” (v. 24). É uma ratificação da atração sexual-amorosa entre o homem e a mulher, capaz de fundar uma nova união, reconhecida como mais forte que os próprios laços de parentesco. Responde à questão: de onde vem essa força poderosa, o amor, mais forte do que o vínculo que nos liga aos pais? Para o autor sagrado, o amor vem de Deus. Homem e mulher buscam a unidade, a comunhão um com o outro, pois foram criados para amar.

(Cf. www.dehonianos.org comentário à 1ª leitura do 27º domingo comum, ano B).

■ 3. Tópicos para a meditação pessoal (o que me diz o texto?)

“Não é conveniente que o homem esteja só; vou dar-lhe uma auxiliar semelhante a ele”. Estas palavras do Criador definem a vocação mais profunda do homem e da mulher: “a vocação ao amor, à comunhão, à solidariedade, ao apoio recíproco” (D. António Marto).



Que homem ou mulher sou e desejo ser para a minha esposa ou para o meu marido? Reconheço que Deus me concedeu a vocação ao amor? Como a estou a viver nas variadas relações da vida (família, grupo, comunidade...)?

“Esta é, realmente, osso dos meus ossos e carne da minha carne”. “É um canto de alegria perante o ‘tu’ humano, perante a humanidade e feminilidade da mulher. Agora, o homem descobre-se, na sua identidade, como ser de relação, de diálogo, de encontro, de comunhão, de amor” (D. António Marto).



Quais são as principais ameaças ou dificuldades para a concretização deste projeto de Deus que homem e mulher vivem de forma singular no matrimónio e na família? Trato o outro, mulher ou homem, com o mesmo respeito e amor que desejo para mim?

“O homem deixará o pai e a mãe, para se unir à sua mulher”. Pela sua “comunhão íntima e total, na dimensão corpórea e espiritual (em que já vem incluído o filho)”, o homem e a mulher unidos em matrimónio dão “origem a uma nova comunidade de vida e de amor”, a família. “O casal é chamado a ser concriador com Deus: antes de mais, na transmissão da vida, mas também enquanto criadores de amor, de cultura, de progresso e de promoção humana” (D. António Marto)



Que pai e mãe somos ou queremos ser para os nossos filhos? Reconhecemos que a transmissão e educação da vida é missão confiada por Deus àqueles que chama ao amor conjugal?

Na Bíblia, “o Matrimónio e a família aparecem como imagem, isto é, participação e irradiação da bondade e da beleza do amor de Deus e do Deus-Amor no mundo” (D. António Marto)



É deste modo que vejo o matrimónio e a família? Que me inspira a palavra de Deus hoje meditada para a minha vivência em família?

■ 4. Partilha da Palavra (do dom recebido, o que posso oferecer aos outros?)

Cada pessoa, de forma espontânea e breve, poderá repetir uma palavra ou frase do texto bíblico que mais a tenha interpelado, dizer o motivo pelo qual a frase a tocou ou apresentar algo do que tenha meditado ou sentido.

■ 5. Oração (a partir da Palavra, que digo eu ao Senhor?...)

Cada um pode fazer uma oração espontânea a partir da Palavra, ou dizer juntos a que a seguir se indica: o salmo 8.



Refrão: Como sois grande em toda a terra Senhor nosso Deus!

²*Ó SENHOR, nosso Deus,*

como é admirável o teu nome em toda a terra!

Adorarei a tua majestade, mais alta que os céus.

³Da boca das crianças e dos pequeninos
fizeste uma fortaleza contra os teus inimigos,
para fazer calar os adversários rebeldes.

⁴Quando contemplo os céus, obra das tuas mãos,
a Lua e as estrelas que Tu criaste:

⁵que é o homem para te lembrares dele,
o filho do homem para com ele te preocupares?

⁶Quase fizeste dele um ser divino;
de glória e de honra o coroaste.

⁷Deste-lhe domínio sobre as obras das tuas mãos,
tudo submeteste a seus pés:

⁸rebanhos e gado, sem exceção,
e até mesmo os animais bravios;

⁹as aves do céu e os peixes do mar,
tudo o que percorre os caminhos do oceano.

¹⁰*Ó SENHOR, nosso Deus,*

como é admirável o teu nome em toda a terra!

■ 6. Conclusão/ação (a que mudanças me convida o Senhor?)

Momento de silêncio para cada um formular um propósito pessoal e, se for o caso, propor um gesto ou iniciativa comunitária.

Compromisso

Cântico final (a escolher; propostas no anexo B)

Em casa: *No seguimento do encontro de grupo, cada pessoa procurará dedicar algum tempo (15-20 minutos), num ou mais dias da semana, para retomar a meditação e contemplação da Palavra de Deus e nela encontrar a luz e a força de Deus para a sua vida no dia a dia.*

Tema 2

O AMOR DE DEUS, FONTE DA VIDA FAMILIAR

■ 1. Invocação do Espírito Santo/oração inicial

■ 1.1. Cântico *(a escolher; propostas no anexo B)*

■ 1.2. Prece



Senhor, que quiseste fazer a tua morada no meio do teu povo,
e enviaste o teu Filho para, por Ele,
habitares em cada um de nós e no meio de nós,
torna-me dócil ao teu Espírito de amor,
para Te acolher na tua Palavra e Te amar nos irmãos.
Por Cristo, Nosso Senhor. Ámen.

■ 2. Escuta e compreensão da Palavra

■ 2.1. Leitura da Primeira Epístola de São João (4, 7-12)

⁷Caríssimos:

Amemo-nos uns aos outros, porque o amor vem de Deus;
e todo aquele que ama nasceu de Deus e chega ao conhecimento de Deus.

⁸Aquele que não ama não chegou a conhecer a Deus, pois Deus é amor.

⁹E o amor de Deus manifestou-se desta forma no meio de nós:

Deus enviou ao mundo o seu Filho Unigénito,
para que, por Ele, tenhamos a vida.

¹⁰É nisto que está o amor:

não fomos nós que amámos a Deus,
mas foi Ele mesmo que nos amou,
e enviou o seu Filho como vítima de expiação pelos nossos pecados.

¹¹Caríssimos, se Deus nos amou assim,
também nós devemos amar-nos uns aos outros.

¹²A Deus nunca ninguém o viu;
se nos amarmos uns aos outros,
Deus permanece em nós e o seu amor chegou à perfeição em nós.

Palavra do Senhor.

■ 2.2. Leitura pessoal (*voltar a ler, em silêncio: o que diz o texto?*)**■ 2.3. Notas para a compreensão do texto**

Esta carta do Novo Testamento não tem destinatários designados, mas procura corrigir afirmações incompatíveis com a fé cristã. Já no tempo em que foi escrita, tal como hoje, surgem pessoas que pretendem ter um conhecimento de Deus apenas a partir das suas inspirações pessoais, sem fundamento na revelação bíblica, sem referência a Jesus Cristo e sem confronto com a comunidade cristã. Outros pretendem viver uma fé espiritualista, sem a prática do mandamento do amor aos irmãos e sem uma relação pessoal com o Senhor Jesus.

Este texto parte da convicção de que “Deus é amor”. Com isto o autor não quer fazer uma definição abstracta da essência divina, mas dizer-nos que Deus se revelou no seu Filho como um Deus que ama. A forma de Deus ser e de agir é amando. Porque ama, Deus age com bondade para conosco, olha-nos com ternura e aceita-nos com misericórdia.

Percebemos ainda que não há forma de conhecer e de ter acesso a Deus a não ser pelo amor. Só pode acreditar em Deus quem ama os irmãos. Quem ama realiza a vontade de Deus, porque “Deus é amor”. Por outro lado, todo aquele que ama está, sem dúvida, no caminho para Deus, “porque o amor vem de Deus”.

O cristão sabe que pode viver deste amor de Deus, mas para isso tem de aceitar Jesus Cristo, como o Filho enviado do Pai, e viver ao seu estilo, na doação plena de si próprio. Só quem acredita que Jesus é o Filho de Deus é que pode conhecer e amar a Deus. No Senhor Jesus revela-se a medida com que Deus nos ama – até às últimas consequências, de forma total e sem condições. N’Ele encontramos também o modelo de todas as nossas formas de amar: amar como Ele nos amou.

Para o cristão, o amor é essencial tanto para a sua fé, porque Deus é amor, como para a sua vida, porque ela só faz sentido no amor.

■ 3. Tópicos para a meditação pessoal (*o que me diz o texto?*)

A afirmação de que “Deus é amor” é determinante para toda a vida cristã, naturalmente também nos diversos espaços de família em que nasce e se desenvolve a vida humana.

“A verdadeira alegria que se experimenta na família não é algo superficial, não vem das coisas, das circunstâncias favoráveis... A alegria verdadeira vem da harmonia profunda entre as pessoas, que todos sentem no coração, e que nos faz sentir a beleza de estarmos juntos, de nos apoiarmos uns aos outros no caminho da vida. Mas, na base deste sentimento de alegria profunda está a presença de Deus, a presença de Deus na família, está o seu amor acolhedor, misericordioso, cheio de respeito por todos.” (Papa Francisco)

“*O amor vem de Deus*”. Se **Deus é a fonte do amor**, todas as expressões de amor verdadeiro revelam a beleza de Deus, conduzem para a comunhão com Deus e abrem-nos ao conhecimento do mistério de Deus. Nenhuma forma de amor verdadeiro está fora do plano de Deus.



Sinto que as relações que tenho me conduzem a Deus e que sou expressão da ternura de Deus para com aqueles que amo?

Porque “*Deus é amor*”, o amor é próprio dos filhos de Deus: **todos temos vocação para o amor!** Todo o ser humano é chamado ao amor, porque foi criado à semelhança de Deus (cf. Gn 1, 26ss) e “*porque Ele nos amou primeiro*” (1 Jo 4, 19). Fomos criados por amor e para o amor.



São as minhas opções na vida expressão de uma entrega amorosa?

Se “*Deus permanece em nós*”, Ele possibilita a **renovação do amor**. O Senhor “*renova-te com o seu amor*” (Sof 3, 18). Porque nos renova, o amor de Deus dá vida nova ao nosso amor frágil, abre-nos à criatividade própria dos amantes, purifica o amor, porque torna a entrega de si mesmo menos egoísta, conduz-nos a um amor maior, capacita-nos para o perdão e ensina-nos a recomeçar.



Que aspectos do meu amor precisam de ser renovados pelo amor de Deus?

“*Deus enviou ao mundo o seu Filho Unigénito*”. **Amar é doar-se**, porque o amor de Deus manifesta-se na entrega total, definitiva e incondicional de Si mesmo.



Vivo as minhas relações demasiado centrado em mim mesmo? Que sinais tenho de que me entrego com generosidade e de que me dou a mim mesmo nos sinais de amor que realizo?

O amor é fonte de vida, porque “*Deus enviou ao mundo o seu Filho Unigénito, para que, por Ele, tenhamos a vida*”. Do amor brota a verdadeira alegria da vida e com ele vem o sentido para todos os bens.



Na distribuição do meu tempo e nas energias que invisto, é claro que dou mais importância ao amor do que aos bens materiais?

■ **4. Partilha da Palavra** (*do dom recebido, o que posso oferecer aos outros?*)

Cada pessoa, de forma espontânea e breve, poderá repetir uma palavra ou frase do texto bíblico que mais a tenha interpelado, dizer o motivo pelo qual a frase a tocou ou apresentar algo do que tenha meditado ou sentido.

■ **5. Oração** (*a partir da Palavra, que digo eu ao Senhor?...*)

Pode fazer-se uma oração espontânea a partir da Palavra ou dizer juntos as preces seguintes.



Senhor Jesus, enviado pelo Pai para nos revelar o coração de Deus,
* ajuda-nos, com o Espírito de Sabedoria, a conhecer os mistérios divinos.

Bom Pastor da Humanidade, que guardas com amor todos os que o Pai Te entregou,

* acompanha-nos, com o Espírito Paráclito, quando sentirmos a solidão e o desânimo.

Filho Amado do Pai, que Te entregaste até à morte pela humanidade,

* ensina-nos, com o Espírito de Amor, um amor de doação total.

Cristo Jesus, sinal do amor de Deus no meio da humanidade,

* fortifica-nos, com o Espírito de Fortaleza, para sermos testemunhas do teu amor.

Verbo Eterno do Pai, por quem tudo começou a existir,

* anima-nos, com o Espírito Criador, a realizar a nossa vocação ao amor.

Salvador do Mundo, que vieste salvar os pecadores,

* dá-nos o Espírito de Misericórdia nas fragilidades do nosso amor.

Jesus Ressuscitado, que nos abriste as portas da eternidade,

* torna-nos dóceis ao Espírito de Vida para que o nosso amor dê frutos abundantes.

■ **6. Conclusão/ação** (*a que mudanças me convida o Senhor?*)

Momento de silêncio para cada um formular um propósito pessoal e, se for o caso, propor um gesto ou iniciativa comunitária.

Compromisso

Cântico final *(a escolher; propostas no anexo B)*

Em casa: *No seguimento do encontro de grupo, cada pessoa procurará dedicar algum tempo (15-20 minutos), num ou mais dias da semana, para retomar a meditação e contemplação da Palavra de Deus e nela encontrar a luz e a força de Deus para a sua vida no dia a dia.*

Tema 3

MATRIMÓNIO: SINAL DO AMOR DE CRISTO

Acolhimento e saudação entre os participantes

■ 1. Invocação do Espírito Santo/oração inicial

■ 1.1. Cântico *(a escolher; propostas no anexo B)*

■ 1.2. Prece



Senhor Jesus,

ajuda-nos a escutar a tua Palavra

para que a acolhamos na mente e no coração.

Dá-nos a graça de que o teu Espírito nos ilumine,

para que a caminhada desta Quaresma nos renove.

Pedimos-te que possamos descobrir

todos os dons que deste à tua Igreja,

sobretudo o dom do sacramento do matrimónio,

sinal vivo e transparente do teu amor.

Ajuda-nos a aprofundar nesses dons e a fazê-los crescer. *Ámen.*

■ 2. Escuta e compreensão da Palavra

■ 2.1. Leitura da Carta de São Paulo aos Efésios (5, 21-33)

²¹Submetei-vos uns aos outros, no respeito que tendes a Cristo:

²²as mulheres, aos seus maridos como ao Senhor,

²³porque o marido é a cabeça da mulher,

como também Cristo é a cabeça da Igreja - Ele, o salvador do Corpo.

²⁴Ora, como a Igreja se submete a Cristo,

assim as mulheres, aos maridos, em tudo.

²⁵Maridos, amai as vossas mulheres,

como Cristo amou a Igreja e se entregou por ela,

²⁶para a santificar, purificando-a, no banho da água, pela palavra.

²⁷Ele quis apresentá-la esplêndida, como Igreja sem mancha nem ruga, nem coisa alguma semelhante, mas santa e imaculada.

²⁸Assim devem também os maridos amar as suas mulheres,

como o seu próprio corpo.

Quem ama a sua mulher, ama-se a si mesmo.

²⁹De facto, ninguém jamais odiou o seu próprio corpo; pelo contrário, alimenta-o e cuida dele, como Cristo faz à Igreja;

³⁰porque nós somos membros do seu Corpo.

³¹Por isso, o homem deixará o pai e a mãe, unir-se-á à sua mulher e serão os dois uma só carne.

³²Grande é este mistério;

mas eu interpreto-o em relação a Cristo e à Igreja.

³³De qualquer modo, também vós:

cada um ame a sua mulher como a si mesmo;

e a mulher respeite o seu marido.

Palavra do Senhor

■ **2.2. Leitura pessoal** (*voltar a ler, em silêncio: o que diz o texto?*)

■ **2.3. Notas para a compreensão do texto**

Este texto situa-se na parte final da Carta aos Efésios, onde o apóstolo Paulo dá algumas indicações concretas para a vida dos cristãos. Ao falar do matrimónio, faz um paralelo com a relação de Cristo com a sua Igreja. Deste modo, o centro do texto deixa de ser o matrimónio propriamente dito, para se focar no amor de Cristo pela Igreja, por quem Ele se entrega, constituindo uma realidade inseparável: Cabeça e Corpo.

Assim, a partir do exemplo da relação de Cristo com a Igreja e da imagem da ligação e união da cabeça e do corpo, acabamos por ter uma visão sobre a grandeza do matrimónio. À primeira vista, este texto parece desvalorizar o papel da mulher, colocando-a num nível inferior, submetida ao homem. No contexto histórico em que São Paulo escreve, de facto, era essa a visão que se tinha do casamento. Apesar de partir dessa visão, o Apóstolo apresenta uma concepção radicalmente distinta: o marido e a esposa formam uma só realidade e o marido deve amar a sua esposa entregando a própria vida por ela! Apesar de aparentemente defender o esquema social vigente no seu tempo, na realidade, São Paulo altera-o profundamente, apresentando o homem e a mulher em igualdade de dignidade e de mútua entrega, valorizando o respeito pelas suas diferenças.

Mas o que mais sobressai deste texto é a dimensão do matrimónio como sinal

do amor entre Cristo e a Igreja. O matrimónio é sacramento porque participa e revela algo do ser e do agir de Deus. Neste caso, revela a relação profunda entre Cristo e a Igreja. Um casal que vive em matrimónio é assim um sinal de Deus e de Jesus Cristo: na relação e comunhão mútua entre o marido e a esposa podemos reconhecer ao vivo, visivelmente, uma faceta importante de Deus: o seu amor e o cuidado pela humanidade, por cada pessoa humana.

■ 3. Tópicos para a meditação pessoal (*o que me diz o texto?*)

“Submetei-vos uns aos outros, no respeito que tendes a Cristo”. A submissão, na perspectiva cristã, baseia-se na relação que temos com Cristo e entende-se não como inferioridade mas sim como atitude de serviço, de ser suporte e ajuda ao outro.



A minha vivência espiritual e a fé leva-me a querer servir os outros, numa lógica, não de superioridade, mas de autêntico serviço desinteressado e humilde? Encontro satisfação em que os outros sejam valorizados ou só me preocupo comigo e com os que me estão mais próximos?

“Maridos, amai as vossas mulheres, como Cristo amou a Igreja e se entregou por ela”. Esta exortação dirige-se, não só aos maridos, mas a ambos os esposos e a todos os cristãos na variedade de relações com outros.



Medito com frequência no modo de amar de Cristo para encontrar aí a força que necessito? No meu matrimónio ou nos que conheço, a lei fundamental é a do amor e da entrega?

“Serão os dois uma só carne”. O amor entre os esposos leva à sua união íntima e total, incluindo tanto a dimensão física como a espiritual. É a comunhão profunda entre as pessoas, que as pode encher de gozo e de alegria, fortalecendo o seu amor e a doação mútua nas variadas circunstâncias da vida de cada dia.



Valorizo o matrimónio como uma realidade indissolúvel ou relativizo esta dimensão? Esforço-me para a promover e valorizar na comunidade cristã e na sociedade? Na nossa comunidade, apoiamos e ajudamos os casais a viverem este dom como sinal da fidelidade de Deus para connosco?

“Grande é este mistério; mas eu interpreto-o em relação a Cristo e à Igreja”. Pelo sacramento do Matrimónio, Cristo torna-se presente na vida do casal com o seu amor e a sua graça. Esta presença divina, reconhecida e acolhida na

fé pelos casais, ajuda-os na sua relação e na vida familiar. O seu amor vivido “no Senhor” testemunha na sociedade o amor de Deus e os seus dons.



Reconheço a grandeza e dignidade da união matrimonial como sinal que ajuda a conhecer Deus? Na minha comunidade, valoriza-se a presença e a atuação dos casais como testemunho do Evangelho e meio para evangelizar? Agradeço a Deus pelos casais que são imagem clara desta relação de Cristo com a sua Igreja?

■ **4. Partilha da Palavra** *(do dom recebido, o que posso oferecer aos outros?)*

Cada pessoa, de forma espontânea e breve, poderá repetir uma palavra ou frase do texto bíblico que mais a tenha interpelado, dizer o motivo pelo qual a frase a tocou ou apresentar algo do que tenha meditado ou sentido.

■ **5. Oração** *(a partir da Palavra, que digo eu ao Senhor?)*

Pode fazer-se uma oração espontânea a partir da Palavra, ou dizer juntos a que a seguir se indica.



Mãe de Cristo, Mãe da Igreja,
Tu que viveste sempre unida ao teu Filho,
ajuda-nos a saborear o seu amor por nós:
porque nos amou, entregou-se por nós;
porque nos amou, fez de nós o seu Corpo,
porque nos amou, purificou-nos e santificou-nos.

Mãe de Cristo, Mãe da Igreja,
Tu que levaste o seu corpo humano no teu seio,
Tu que O protegeste, alimentaste, acarinhaste,
continua hoje a proteger, alimentar, acarinhar
o seu Corpo que somos todos nós.

Mãe de Cristo, Mãe da Igreja,
Tu que velaste pelo teu Filho,
Tu que o acompanhaste até ao calvário,
vela pelos casais da nossa Diocese,
sobretudo por aqueles que estão em dificuldade
ou deixaram arrefecer o seu amor conjugal.

Mãe de Cristo, Mãe da Igreja,
Tu que levaste o teu Filho escondido no teu seio
para que se manifestasse à tua prima Isabel,
ajuda os que celebraram o sacramento do matrimónio
a serem luz e sinal de Cristo
para a Igreja e para o Mundo.

Mãe de Cristo, Mãe da Igreja,
Tu que sempre estiveste atenta aos sinais de Deus,
ajuda as crianças, os adolescentes e os jovens
a descobrirem a grandeza e a beleza da vocação ao matrimónio,
como caminho de entrega e de felicidade,
sinal de esperança para a humanidade.

Mãe de Cristo, Mãe da Igreja,
com a tua ajuda,
queremos deixar-nos amar por Cristo,
amar como Cristo,
e ressuscitar com Cristo! Ámen.

■ 6. Conclusão/ação *(a que mudanças me convida o Senhor?)*

Momento de silêncio para cada um formular um propósito pessoal e, se for o caso, propor um gesto ou iniciativa comunitária.

Cântico final *(a escolher; propostas no anexo B)*

Compromisso

Em casa: *No seguimento do encontro de grupo, cada pessoa procurará dedicar algum tempo (15-20 minutos), num ou mais dias da semana, para retomar a meditação e contemplação da Palavra de Deus e nela encontrar a luz e a força de Deus para a sua vida no dia-a-dia.*

Tema 4

COMUNHÃO NO PERDÃO E NA CARIDADE

Acolhimento e saudação entre os participantes

■ 1. Invocação do Espírito Santo/oração inicial

■ 1.1. Cântico *(a escolher; propostas no anexo B)*

■ 1.2. Prece



Senhor Jesus,

concede-nos compreender e aderir de coração à palavra de Deus.

Inflama os nossos corações com a fé e o amor.

Torna-nos capazes de nos darmos uns aos outros na família,

de nos apoiarmos em todos os momentos,

de oferecermos o perdão mútuo sempre que haja razão de queixa

e de vivermos na alegria, dando glória a Deus. *Ámen.*

■ 2. Escuta e compreensão da Palavra

■ 2.1. Leitura da Carta de S. Paulo aos Colossenses (3, 12-17)

¹²Como eleitos de Deus, santos e amados,

revesti-vos, pois, de sentimentos de misericórdia,

de bondade, de humildade, de mansidão, de paciência,

¹³suportando-vos uns aos outros e perdoando-vos mutuamente,

se alguém tiver razão de queixa contra outro.

Tal como o Senhor vos perdoou, fazei-o vós também.

¹⁴E, acima de tudo isto, revesti-vos do amor, que é o laço da perfeição.

¹⁵Reine nos vossos corações a paz de Cristo,

à qual fostes chamados num só corpo. E sede agradecidos.

¹⁶A palavra de Cristo habite em vós com toda a sua riqueza:

ensinai-vos e admoestai-vos uns aos outros com toda a sabedoria;

cantai a Deus, nos vossos corações, o vosso reconhecimento,

com salmos, hinos e cânticos inspirados.

¹⁷E tudo quanto fizerdes por palavras ou por obras,

fazei-o em nome do Senhor Jesus, dando graças por Ele a Deus Pai.

Palavra do Senhor

■ 2.2. Leitura pessoal (*voltar a ler, em silêncio: o que diz o texto?*)**■ 2.3. Notas para a compreensão do texto**

A palavra escutada é parte do capítulo onde S. Paulo exorta os cristãos a viverem segundo o Evangelho de Cristo. Para tal deverão empenhar-se em corresponder à graça divina recebida no batismo, que fez deles criaturas novas. A vida de Cristo manifesta-se nos fiéis através de um estilo de vida e comportamento inspirados e animados por Ele. Deste modo, tanto a vida pessoal como as relações de uns com os outros, a vida familiar e a atuação na sociedade são motivadas pelo Espírito de Cristo com o propósito de em tudo O servir e Lhe ser agradável. Como frutos, os fiéis terão a plena comunhão com Cristo e n'Ele e a manifestação de uma vida em que brilha a sua luz, o amor e a paz.

No texto encontramos uma sequência de vários conselhos positivos para um estilo de vida cristã: revestir-se de misericórdia, bondade, humildade, mansidão e paciência nas relações interpessoais; perdoar-se mutuamente; revestir-se sobretudo de amor; ser agradecidos; acolher a palavra de Deus e partilhá-la de modo a ajudarem-se e edificar-se uns aos outros; fazer oração de louvor, reconhecimento e gratidão a Deus; por fim, nas palavras e nas ações, fazer tudo “em nome do Senhor Jesus”. O Apóstolo indica o comportamento dos cristãos e o ambiente que se deve respirar nas suas comunidades. Deste modo se irradia espontaneamente a beleza e a bondade da vida cristã.

É esta a graça que anima os cristãos também na sua vida familiar: na relação entre marido e esposa, de pais e filhos, entre irmãos e com os demais membros da comunidade familiar. Vivendo conforme a exortação de Paulo, a família experimenta a comunhão entre todos pelo amor que os une e pela graça de Cristo que neles habita. E mediante o perdão e a reconciliação serão capazes de superar tensões e conflitos.

■ 3. Tópicos para a meditação pessoal (*o que me diz o texto?*)

“Como eleitos de Deus, santos e amados, revesti-vos de sentimentos de misericórdia, de bondade”... O reconhecimento e a experiência pessoal, familiar e comunitária do amor de Deus e dos seus dons tornam-nos capazes de atitudes e relações positivas na vida familiar. Então, pela graça de Deus, os outros tornam-se mais amáveis por nós.



Sentimos que o amor de Deus move e anima o nosso amor em família? Que sinais temos desta experiência?

“Tal como o Senhor vos perdoou, fazei-o vós também”. Surgem facilmente motivos de queixa em casal ou na vida familiar, por não se corresponder ao que se espera de nós, não se compreender as faltas ou as atitudes dos outros, cair na tentação de se impor ou de exigir... O reconhecimento das próprias fraquezas e faltas e o perdão de Deus fazem experimentar a misericórdia que permite oferecer aos outros o dom recebido.



Pede-se desculpa e pratica-se o perdão mútuo na nossa casa? Acreditamos que pelo perdão obtemos a paz, reforçamos o amor, compreendemo-nos e ajudamo-nos melhor?

“Sede agradecidos”. A gratidão a Deus e a quem nos faz bem, nos dá algo ou fala connosco é expressão de amor e torna-o mais rico.



Agradecemos os dons de Deus? E sabemos também dizer obrigado uns aos outros na família? Cultivamos a gratidão e estimulamo-la na nossa casa?

“A palavra de Cristo habite em vós com toda a sua riqueza: ensinai-vos e admoestai-vos uns aos outros”. Pela sua Palavra, Deus ensina-nos e ajuda-nos a viver o amor. A Palavra meditada e vivida é fonte de vida e de sabedoria para partilhar as riquezas espirituais e aconselhar-se em família.



Lê-se e medita-se com frequência a Palavra de Deus na nossa casa? Que proveito tiramos dela para a vida de cada dia?

“Cantai a Deus, nos vossos corações, o vosso reconhecimento, com salmos, hinos e cânticos inspirados”. A oração pode exprimir-se de vários modos: o louvor, a ação de graças, a súplica... Podemos fazer oração espontânea, mas é importante usar também os textos da palavra de Deus e da liturgia da Igreja...



Sabemos variar os modos de oração conforme as situações vividas em família? Qual a oração que mais predomina e qual a que mais nos faz falta?

“Tudo quanto fizerdes por palavras ou por obras, fazei-o em nome do Senhor Jesus”. A família vive tanto mais de modo cristão, na sua casa e na sociedade,

quanto os seus membros estiverem animados pelo Espírito Santo, o evangelho e o amor de Jesus.



Que frutos de vida cristã reconhecemos na nossa família? Que outros poderemos vir a encontrar?

■ **4. Partilha da Palavra** *(do dom recebido, o que posso eu oferecer aos outros?)*

Cada pessoa, de forma espontânea e breve, poderá repetir uma palavra ou frase do texto bíblico que mais a tenha interpelado, dizer o motivo pelo qual a frase a tocou ou apresentar algo do que tenha meditado ou sentido.

■ **5. Oração** *(a partir da Palavra, que digo eu ao Senhor?)*

Pode fazer-se uma oração espontânea a partir da Palavra ou dizer juntos a que a seguir se indica.



Ó Deus, Trindade Santíssima,
comunhão e fonte de amor e de vida,
nós Te damos graças pela família que nos deste.

Faz-nos crescer no amor mútuo

e torna-nos mais capazes de compreensão e acolhimento,

de paciência e de entreaajuda,

de misericórdia e de perdão das nossas faltas.

Concede-nos que o calor do amor irradie para fora de casa,

de modo que outros desejem a tua graça para as suas famílias. Ámen.

■ **6. Conclusão/ação** *(a que mudanças me convida o Senhor?)*

Momento de silêncio para cada um formular um propósito pessoal e, se for o caso, propor um gesto ou iniciativa comunitária.

Compromisso

Cântico final *(a escolher; propostas no anexo B)*

Em casa: *No seguimento do encontro de grupo, cada pessoa procurará dedicar algum tempo (15-20 minutos), num ou mais dias da semana, para retomar a meditação e contemplação da Palavra de Deus e nela encontrar a luz e a força de Deus para a sua vida no dia-a-dia.*

Tema 5

FORTALECER-SE NA FRAGILIDADE

Acolhimento e saudação aos participantes

■ 1. Invocação do Espírito Santo/oração Inicial

■ 1.1. Cântico *(a escolher; propostas no anexo B)*

■ 1.2. Prece



Senhor Deus do encontro,
que és comunhão de amor,
vem habitar a fragilidade da nossa vida,
as nossas relações e as nossas rupturas,
os nossos encontros e os nossos desamores.
Porque Tu és força de Amor,
preenche-nos da certeza inconfundível
de que nada, absolutamente nada,
nos pode separar do teu amor. Ámen.

■ 2. Escuta e compreensão da Palavra

■ 2.1. Leitura da Carta de S. Paulo aos Romanos (8, 31-39)

³¹Que mais havemos de dizer? Se Deus está por nós, quem pode estar contra nós? ³²Ele, que nem sequer poupou o seu próprio Filho, mas o entregou por todos nós, como não havia de nos oferecer tudo juntamente com Ele?

³³Quem irá acusar os eleitos de Deus? Deus é quem nos justifica!

³⁴Quem irá condená-los?

Jesus Cristo, aquele que morreu, mais, que ressuscitou,
que está à direita de Deus é quem intercede por nós.

³⁵Quem poderá separar-nos do amor de Cristo?

A tribulação, a angústia, a perseguição, a fome, a nudez, o perigo, a espada?

³⁶De acordo com o que está escrito:

Por causa de ti, estamos expostos à morte o dia inteiro,
fomos tratados como ovelhas destinadas ao matadouro.

³⁷Mas em tudo isso saímos mais do que vencedores,

graças àquele que nos amou.

³⁸Estou convencido de que nem a morte nem a vida,

nem os anjos nem os principados,

nem o presente nem o futuro, nem as potestades,

³⁹nem a altura, nem o abismo, nem qualquer outra criatura

poderá separar-nos do amor de Deus

que está em Cristo Jesus, Senhor nosso.

Palavra do Senhor

■ **2.2. Leitura pessoal** (*voltar a ler, em silêncio: o que diz o texto?*)

■ **2.3. Notas para a compreensão do texto**

O texto que lemos é um hino ao amor de Deus. Situa-se no final de um capítulo onde o apóstolo Paulo ensina aos cristãos, já libertos “da lei do pecado e da morte” pela graça de Cristo, a viverem animados pelo Espírito de Deus. Assim não se deixarão levar pelas fraquezas humanas e pelas tendências carnis, pois tornam-se capaz de se dominarem, de serem verdadeiramente livres. Comportam-se então como filhos de Deus, participantes da vitória e da glória de Cristo, confiando que “Deus coopera em tudo para o bem daqueles que O amam, daqueles que são chamados segundo o seu desígnio” (8, 28).

Paulo tem presente que a vida do cristão tem adversidades e fragilidades, pelo que precisa de lutar para não ser vencido. Todavia, se vive unido a Cristo, movido pelo Espírito, torna-se vencedor graças ao amor que Deus manifestou em Cristo Jesus.

Há, na verdade, um amor que excede toda a nossa fragilidade, resgata a nossa existência e lhe oferece esperança e sentido. Um amor primeiro, inaugural, criador e criativo... Aquele que se descobre amado por Deus só pode ter um olhar de esperança sobre a vida. Se o amor que nos dinamiza é o amor criativo de Deus, é dele que recebemos a força que transforma a nossa fragilidade em criatividade, uma força que há de permear todas as nossas ações e relações. O apóstolo Paulo não duvida de tudo poder «naquele que me dá força» (Fl 4,13). E porque o Deus-Amor fortalece a nossa fraqueza, «quando sou fraco, então é que sou forte» (2 Cor 12,10).

“Depois de termos contemplado a grandeza e a beleza da vocação e da missão do Matrimónio e da família no desígnio de Deus, alguns poderão pensar: é

belo demais para ser vivido por seres humanos tão frágeis. Ainda por cima, a sociedade em que vivemos não ajuda nada; bem pelo contrário. É preciso remar contra a corrente.

Devemos, porém, recordar que uma sociedade perfeita nunca existiu. No tempo de Jesus, as coisas não eram mais fáceis. A ideia de Matrimônio vivido na entrega recíproca total e definitiva, sem reservas, era algo de inaudito. Até os apóstolos reagiram desconcertados: “Se é assim, é melhor não casar” (Mt 19, 10)! Afinal, as dificuldades e o temor já vêm de longe.

De facto, olhando para a nossa fragilidade, tomamos consciência de que trazemos um tesouro em vasos de barro. Mas também vale para nós o que diz o salmista: “Se o Senhor não construir a casa, em vão se afadigam os que nela trabalham” (Sl 127, 1). Só a comunhão com o Senhor pode ajudar a construir e a guardar a casa do amor dos esposos e da família. A sua graça é mais forte do que a nossa fragilidade.” (D. António Marto, A alegria e a beleza de viver em família, n. 8).

A fé é, antes de mais, e acima de tudo, um encontro, um abraço de confiança na certeza da presença de Deus. Este encontro com Deus guarda uma promessa, não de que a fragilidade e o sofrimento desapareçam, mas de que o encontro será permanente, isto é, que apesar de tudo o que possa advir, Deus estará presente, na alegria e na tristeza, na saúde e na doença. A partir dessa promessa que nasce do amor de Deus, o olhar do crente, do amado de Deus, consegue perceber que, apesar da tribulação e da angústia, da perseguição e da fome, da nudez, do perigo ou da espada, nada o pode separar do amor que Deus sempre oferece.

■ 3. Tópicos para a meditação pessoal (o que me diz o texto?)

«Que mais havemos de dizer?» O que haverá a acrescentar à palavra definitiva que é o amor de Deus? O tempo da nossa fragilidade é o tempo oportuno. É esse o tempo de reconhecer no amor de Deus o cimento de uma vida renovada. Vivemos vidas frágeis, mas a história não começa nem acaba conosco. Começa e acaba com Deus. É o seu amor a palavra definitiva.



A minha vida e a da minha família assentam verdadeiramente em Deus, no seu amor e na fé que nos acompanham em todas as circunstâncias, positivas ou negativas?

«*Se Deus está por nós, quem pode estar contra nós?*» Na vida do crente, há uma certeza fundadora de que Deus está próximo, de que Deus ama e nos resgata para a vida plena com o seu amor. Quando a vida é contemplada a partir deste olhar de fé, a confiança na presença de Deus permite-nos enfrentar as dificuldades e relativizar as nossas ansiedades e receios. É esta certeza de que Deus está por nós, que há de inspirar as nossas ações e as relações, incluindo a vida conjugal e familiar.



Vivo já esta certeza inaugural de que Deus está próximo, de que Ele me ama, e de que qualquer tribulação há de ser relativizada à luz desta certeza de que sou amado por Deus? Deixo que esta certeza contagie as minhas relações, particularmente as minhas relações familiares?

«*Jesus Cristo é quem intercede por nós.*» Jesus Cristo é a evidência do amor de Deus: o Deus feito homem para resgatar o homem para Deus. É Ele quem assume a fragilidade da vida e a converte em força de amor. É Ele quem continua a interceder por nós diante de Deus, particularmente nas nossas fragilidades.



Experimento, na minha vida e na família, esta relação de proximidade com Jesus Cristo? De que modo é Ele a referência definitiva da minha existência, ações e relações?

«*Nem a morte nem a vida, nem os anjos nem os principados, nem o presente nem o futuro [...] poderá separar-nos do amor de Deus que está em Cristo Jesus, Senhor nosso.*» O que cimeta a vida do crente é o amor de Deus. Também as suas relações são alicerçadas neste amor primeiro e criativo, que dissipa o receio da solidão, do sofrimento, da rejeição. Porque Deus ama-me incondicionalmente, tal qual sou.



Deixo-me invadir por esta certeza de que o amor de Deus é mais forte do que qualquer circunstância que viva, e de que, amado incondicionalmente por Deus, posso viver fortalecido?

■ 4. Partilha da Palavra (do dom recebido, o que posso oferecer aos outros?)

Cada pessoa, de forma espontânea e breve, poderá repetir uma palavra ou frase do texto bíblico que mais a tenha interpelado, dizer o motivo pelo qual a frase a tocou ou apresentar algo do que tenha meditado ou sentido.

■ 5. Oração (a partir da Palavra, o que digo eu ao Senhor?)

Cada um pode fazer uma oração espontânea a partir da Palavra meditada, ou rezar/cantar juntos a seguinte oração.



Se me envolve a noite escura / E caminho sobre abismos de amargura,
Nada temo porque a Luz está comigo.

Se me colhe a tempestade / E Jesus vai a dormir na minha barca,
Nada temo porque a Paz está comigo.

Se me perco no deserto / E de sede me consumo e desfaleço,
Nada temo porque a Fonte está comigo.

Se os descrentes me insultarem / E se os ímpios mortalmente me odiarem,
Nada temo porque a Vida está comigo.

Se os amigos me deixarem / Em caminhos de miséria e orfandade,
Nada temo porque o Pai está comigo.

Se me envolve a noite escura / E caminho sobre abismos de amargura,
Nada temo porque a Luz está comigo.

■ 6. Conclusão/ação (a que mudanças me convida o Senhor?)

Momento de silêncio para cada um formular um propósito pessoal e, se for o caso, propor um gesto ou iniciativa comunitária.

Compromisso

Cântico final (a escolher; propostas no anexo B)

Em casa: *No seguimento do encontro de grupo, cada pessoa procurará dedicar algum tempo (15-20 minutos), num ou mais dias da semana, para retomar a meditação e contemplação da Palavra de Deus e nela encontrar a luz e a força de Deus para a sua vida no dia-a-dia.*

Tema 6

ORAÇÃO EM FAMÍLIA

Acolhimento e saudação entre os participantes

■ 1. Invocação do Espírito Santo/oração inicial

■ 1.1. Cântico (*a escolher; propostas no anexo B*)

■ 1.2. Prece



Senhor Jesus,

Mestre divino para a humanidade de todos os tempos,
abre os meus olhos, os meus ouvidos, a minha boca e o meu coração
para que, no meio dos irmãos que comigo fazem comunidade,
possa acolher o dom da escuta da tua palavra,
a fim de que os meus lábios, conduzidos pelo teu Espírito,
possam dizer: “Abbá, Pai”!

Ámen.

■ 2. Escuta e compreensão da Palavra

■ 2.1. Leitura do Evangelho segundo São Lucas (11, 1-4)

¹Sucedeu que Jesus estava algures a orar.

Quando acabou, disse-lhe um dos seus discípulos:

«Senhor, ensina-nos a orar, como João também ensinou os seus discípulos.»

²Disse-lhes Ele:

«Quando orardes, dizei:

Pai,

santificado seja o teu nome;

venha o teu Reino;

³dá-nos o nosso pão de cada dia;

⁴perdoa os nossos pecados,

pois também nós perdoamos

a todo aquele que nos ofende;

e não nos deixes cair em tentação.»

Palavra da Salvação

■ 2.2. Leitura pessoal (*voltar a ler, em silêncio: o que diz o texto?*)

■ 2.3. Notas para a compreensão do texto

O texto que lemos é um dos dois em que Jesus ensina aos seus discípulos como devem fazer oração e lhes dá um modelo. O outro vem em Mt 6, 9-15 e apresenta algumas diferenças em relação a este, que é mais breve. A forma como habitualmente fazemos a oração que o Senhor nos ensinou segue a versão do evangelho de S. Mateus.

Lucas conta-nos que Jesus ensinou os discípulos a orar a pedido destes. Depois de ensinar como orar, Jesus continua a falar sobre o mesmo tema, recomendando a insistência e perseverança na oração, pois quem assim faz será atendido (11, 5-13).

É a relação familiar com Jesus que leva os discípulos a pedir-lhe o alimento da oração. O evangelista Lucas confirma-nos que o valor da oração é assumido por essa vivência da relação comunitária: assim era para João Batista que tinha ensinado a orar os que o seguiam; assim é na nova família de Jesus.

O trecho do Evangelho deixa claro que é ao verem o exemplo daquele a quem seguiam que os discípulos pedem para serem ensinados: «ensina-nos a orar».

A primeira palavra que sai da boca do Mestre é “Pai”, deixando clara essa relação de intimidade que a oração exige.

E se já existia essa relação íntima entre a humanidade criada e o Pai Criador (assim se foi aclarando ao longo da Antiga Aliança até ao tempo de João Batista), só a partir dos lábios de Jesus Cristo poderemos dizer com toda a propriedade: “Pai”.

Somos nós hoje uma família nova, a Igreja, fundada nos laços íntimos que unem Jesus ao Pai. E podemos tomar essas palavras porque estamos, desde o dia do nosso batismo em que se estabelece essa relação de afeto filial, inundados do Espírito Santo. É por isso que podemos esperar o Reino de Deus e, até que ele venha em plenitude, pedir o pão de cada dia. É por isso que sentimos a presença de Deus na nossa comunidade, quer na família mais próxima, constituída pela comunidade que quotidianamente nos envolve, quer na família mais alargada da qual fazemos parte, a Igreja, que nasce da Cruz de Cristo que celebramos de uma forma especial em cada Páscoa. Pelo mistério da Páscoa que viveremos daqui a poucos dias, nós somos fiéis, isto é: filhos do

Pai que, através da Cruz Redentora, nos abraçou para sempre.

Também na comunidade familiar se deve praticar e ensinar a oração. Ela é indispensável para cada pessoa. Mas é igualmente importante ser feita em casal: marido e esposa juntos invocam a Deus. E também em família: pais e filhos unidos no louvor, na ação de graças e na súplica a Deus. Com efeito, “conscientes da grandeza do dom e da missão, por um lado, e das resistências do egoísmo, por outro, *os esposos sabem que é necessário alimentar a espiritualidade do amor e da comunhão entre eles e em família*, para serem fiéis à sua vocação em cada dia. A oração presente na vida do casal e da família (por exemplo, no início e no fim do dia, antes das refeições, ou noutros momentos e modos) e a fidelidade à Eucaristia dominical são caminho para manter viva e fazer brilhar na sua vida a intensidade e a beleza do amor que os habita. (...) Um Matrimónio sem espiritualidade é como um corpo sem alma, ou como uma planta sem água e sem sol. O bom vinho não provém duma vinha ao abandono e o amor também se cultiva e trabalha. (D. António Marto, *A alegria e a beleza de viver em família*, n. 8).

■ 3. Tópicos para a meditação pessoal (*o que me diz o texto?*)

Em Igreja, pertenço à família de Deus. A minha família é também ela Igreja de Deus.



Como está a minha relação com Deus? Serei capaz de dizer: “*Pai, santificado seja o teu nome*”? Na minha casa, como casal e em família, invocamos a Deus mediante a oração frequente?

Em Igreja, vivo em família e projeto o meu ser na promessa da vida futura.



Estarei disponível para acolher o reino que já começa na minha vida e na vida dos que me rodeiam? Serei capaz de dizer: “*Venha o teu Reino*”? Na minha casa, queremos e invocamos com fé o Reino de Deus em cada dia?

Em Igreja, confio na liberalidade de Deus que abraça a família humana e acompanha os seus filhos, alimentados pela mão que se abre e que sacia de todos os bens.



Acredito de verdade que “o pão” é, ao mesmo tempo, dom da “bondade de Deus” e “fruto da terra e do trabalho dos homens”, como rezamos na missa? Em minha casa, temos o hábito de implorar “*o nosso pão de cada dia*”?

Em Igreja, vivo o dom da paz e da unidade que sustenta toda a família humana.



Serei capaz de pedir perdão e estou disposto a perdoar a todos os que me ofendem? Existe na minha família a cultura da reconciliação, para serem saradas as feridas nos afetos e na relação?

Em Igreja, sinto-me membro de uma família que não se afunda nas tentações.



Serei capaz de pedir a Deus para não cair no pecado? No lar, fortalecemo-nos e ajudamo-nos a evitar e a vencer as tentações do egoísmo, da indiferença...?

Consciente de que pertenço a uma família especial, sinto que Deus é meu Pai.



Serei capaz de rezar todos os dias a oração dominical (a oração do Senhor)? Como posso contribuir para melhorar a oração na minha família?

■ 4. Partilha da Palavra *(do dom recebido, o que posso oferecer aos outros?)*

Cada pessoa, de forma espontânea e breve, poderá repetir uma palavra ou frase do texto bíblico que mais a tenha interpelado, dizer o motivo pelo qual a frase a tocou ou apresentar algo do que tenha meditado ou sentido.

■ 5. Oração *(a partir da Palavra, que digo eu ao Senhor?...)*

Nos momentos que antecederam a Sua Páscoa, o ponto culminante da história da Salvação, Jesus reza incessantemente. Toda a caminhada para a Cruz é a grande oração, pontuada por um impressionante diálogo, prova máxima do abandono nas mãos do Pai: “Pai, que todos sejam um!”; “Pai, se é possível, afasta de mim este cálice!”; “Pai, perdoa-lhes porque não sabem o que fazem!”; “Pai, nas tuas mãos entrego o meu espírito!”

O cumprimento da vontade do Pai, assumido voluntariamente pelo resgate da minha vida, é a prova do amor que Deus me tem. Alimentado pela força do Espírito Santo, também eu, juntamente com os meus irmãos na fé, e igualmente em família, quero dizer, seguindo o exemplo de Jesus: “Pai nosso”.

Com grande confiança em Jesus, que nos ensina e escuta, o grupo faz a seguinte oração:



Senhor Jesus,
que pelo mistério da encarnação
tomaste parte da família humana,
faz-nos viver no amor fraterno,
a fim de que possamos ser imagem da unidade entre Ti e o Pai.

Senhor Jesus,
que ensinaste os discípulos a orar,
envia o teu Espírito
para que possamos dizer: “Pai nosso”.

Senhor Jesus,
que pelo mistério da redenção
resgataste a família humana,
faz-nos participantes da vitória pascal.

A Ti, Senhor Jesus,
o louvor e a glória pelos séculos dos séculos.
Ámen.

■ 6. Conclusão/ação *(a que mudanças me convida o Senhor?)*

Momento de silêncio para cada um formular um propósito pessoal e, se for o caso, propor um gesto ou iniciativa comunitária.

Compromisso

Cântico final: Pai nosso (oração dominical cantada)

Em casa: *No seguimento do encontro de grupo, cada pessoa procurará dedicar algum tempo (15-20 minutos), num ou mais dias da semana, para retomar a meditação e contemplação da Palavra de Deus e nela encontrar a luz e a força de Deus para a sua vida no dia a dia.*

Anexo A: textos de apoio

Presença de Deus na família, fonte de alegria

Queridas famílias, como bem sabeis, a verdadeira alegria que se experimenta na família não é algo superficial, não vem das coisas, das circunstâncias favoráveis... A alegria verdadeira vem da harmonia profunda entre as pessoas, que todos sentem no coração, e que nos faz sentir a beleza de estarmos juntos, de nos apoiarmos uns aos outros no caminho da vida. Mas, na base deste sentimento de alegria profunda está a presença de Deus, a presença de Deus na família, está o seu amor acolhedor, misericordioso, cheio de respeito por todos. E, acima de tudo, um amor paciente: a paciência é uma virtude de Deus e nos ensina, na família, a ter este amor paciente, um com o outro. Ter paciência entre nós. Amor paciente. Só Deus sabe criar a harmonia a partir das diferenças. Se falta o amor de Deus, a família também perde a harmonia, prevalecem os individualismos, se apaga a alegria. Pelo contrário, a família que vive a alegria da fé, comunica-a espontaneamente, é sal da terra e luz do mundo, é fermento para toda a sociedade.

Papa Francisco, Homilia na Missa para a Jornada da Família, 27.10.2013

O amor, vocação originária do homem

O homem imagem de Deus Amor. Deus criou o homem à sua imagem e semelhança (cf. Gn 1,26 ss): chamando-o à existência por amor, chamou-o ao mesmo tempo ao amor. Deus é amor (1 Jo 4,8) e vive em si mesmo um mistério de comunhão pessoal de amor. Criando-a à sua imagem e conservando-a continuamente no ser, Deus inscreve na humanidade do homem e da mulher a vocação, e, assim, a capacidade e a responsabilidade do amor e da comunhão (GS 12). O amor é, portanto, a fundamental e originária vocação do ser humano.

João Paulo II, Familiaris Consortio, 11

Por isso a vocação para o amor é aquilo que faz com que o homem seja a autêntica imagem de Deus: ele torna-se semelhante a Deus na medida em que ama.

Bento XVI, Discurso na abertura do Congresso Eclesial Diocesano, 6.06.2005

Na vida, a família experimenta muitos momentos felizes: o descanso, a refeição juntos, o passeio até ao parque ou pelos campos, a visita aos avós, a visita a uma pessoa doente... Mas, se falta o amor, falta a alegria, falta a festa; ora o amor é sempre Jesus quem no-lo dá: Ele é a fonte inesgotável. Ele, no sacramento, dá-nos a sua Palavra e dá-nos o Pão da vida, para que a nossa alegria seja completa.

*Papa Francisco, Discurso às famílias em peregrinação
por ocasião do Ano da Fé, 26.10.2013*

Anexo B: cânticos

1. Ubi caritas / Onde houver amor

Laudate 88; <http://www.canticos.org/?p=9439>

Ubi caritas et amor, ubi caritas Deus ibi est.

Onde houver amor e caridade, onde houver amor: aí Deus está.

2. Deus enviou ao mundo

Laudate 277; <http://www.canticos.org/?p=879>

**Deus enviou ao mundo o seu Filho Unigénito,
para que vivamos n'Ele para que vivamos n'Ele.**

1. Bendito seja Deus,
Pai de nosso Senhor Jesus Cristo,
que do alto do Céu nos abençoou,
com todas as bênçãos espirituais em Cristo.

3. Onde há caridade e amor

Laudate 625; <http://www.canticos.org/?p=7705>

Onde há caridade e amor, aí habita Deus.

1. Aqui nos reuniu o amor de Cristo:
alegremo-nos e n' Ele rejubilemos.
Respeitemos amorosamente o nosso Deus
e amemo-nos na lealdade do coração.

4. Onde há caridade verdadeira

Laudate 626; <http://www.canticos.org/?p=9421>

Onde há caridade verdadeira, aí habita Deus.

1. Aqui nos reuniu o amor de Cristo:
alegremo-nos e exultemos em seu nome.
Com temor e amor cantemos ao Deus vivo
e amemo-nos de todo o coração.

5. Deus é amor

Laudate 275; <http://www.canticos.org/?p=8617>

Deus é amor.

**Aquele que permanece no amor permanece em Deus,
e Deus permanece nele.**

1. Ainda que eu fale a língua dos homens e dos Anjos
se não tiver caridade,
não passo de um bronze que ressoa
ou de um prato de metal que tange.

6. Se vos amardes uns aos outros

Laudate 749; <http://www.canticos.org/?p=7728>

**Se vos amardes uns aos outros, Deus permanece em vós.
Se vos amardes uns aos outros, Deus permanece em vós.**

1. É este o meu mandamento:
Amai-vos como Eu vos amei.

7. O amor de Deus repousa em mim

Laudate 546; <http://www.canticos.org/?p=8167>

**O amor de Deus repousa em mim,
o amor de Deus me consagrou!
O amor de Deus me enviou a anunciar a paz e o bem!
O amor de Deus me enviou a anunciar a paz e o bem!**

1. O amor de Deus me escolheu
para estender o reinado de Cristo entre as nações
e proclamar feliz Boa Nova aos seus pobres.
Por isso eu exulto em Deus meu Salvador.

8. Se cumprirdes os meus mandamentos

Laudate 740; <http://www.canticos.org/?p=8723>

**Se cumprirdes os meus mandamentos
permanecereis no meu amor.
Se guardardes a minha palavra
ficareis em Mim e Eu em vós.**

1. Permanecei em Mim e Eu permanecerei em vós:
o que permanece em Mim e Eu nele / esse dá muito fruto.

9. Quem fizer a vontade de meu Pai

Laudate 707; <http://www.canticos.org/?p=8051>

**Quem fizer a vontade de meu Pai,
esse é meu irmão, minha irmã e minha mãe,
esse é meu irmão, minha irmã e minha mãe.**

1. Não quisestes sacrifícios nem vítimas.
Então eu disse: /
“Eis-me aqui, ó Deus, para fazer a vossa vontade”

10. Tudo o que pedirdes na oração

Laudate 829; <http://www.canticos.org/?p=8727>

**Tudo o que pedirdes na oração
vos será concedido, vos será concedido, diz o Senhor.**

1. Em Vós, Senhor, me refugio, jamais serei confundido,
pela vossa justiça, salvai-me.

Anexo C: ficha de avaliação

Paróquia:

Lugar:

Animador:

Tel.

Mail:

Nº de Pessoas (média):

Dia:

Hora:

Avaliação da caminhada

Geral

Tema 1

Tema 2

Tema 3

Tema 4

Tema 5

Tema 6

Índice

APRESENTAÇÃO	3
ORIENTAÇÕES GERAIS.	5
Tema 1	
CRIADOS PARA AMAR.	10
Tema 2	
O AMOR DE DEUS, FONTE DA VIDA FAMILIAR.	15
Tema 3	
MATRIMÔNIO: SINAL DO AMOR DE CRISTO	20
Tema 4	
COMUNHÃO NO PERDÃO E NA CARIDADE	25
Tema 5	
FORTALECER-SE NA FRAGILIDADE	29
Tema 6	
ORAÇÃO EM FAMÍLIA	34
Anexo A: textos de apoio	39
Presença de Deus na família, fonte de alegria	39
O amor, vocação originária do homem.	39
1. Ubi caritas / Onde houver amor	41
2. Deus enviou ao mundo	41
3. Onde há caridade e amor	41
4. Onde há caridade verdadeira	41
5. Deus é amor	42
6. Se vos amardes uns aos outros	42
7. O amor de Deus repousa em mim	42
8. Se cumprirdes os meus mandamentos	43
9. Quem fizer a vontade de meu Pai	43
10. Tudo o que pedirdes na oração	43
Anexo C: ficha de avaliação	45