

SAUDAÇÃO

No alto do monte ou no alto-mar, somos desafiados a perscrutar o silêncio e a palavra de Deus, a pôr a nossa confiança no Senhor. Celebramos a Semana Nacional das Migrações e o Papa alerta-nos para o drama dos deslocados dentro da nação, forçados a fugir dentro da sua própria terra. Façamos desta oração um encontro sereno com o Senhor que nos chama à sua presença. Entremos em intimidade com ele, pois prefere a mansidão misericordiosa ao tumulto do aparato e da violência.

Em nome do Pai, e do Filho, e do Espírito Santo. TODOS: Ámen.

PEDIMOS PERDÃO

Peçamos a Deus que fortaleça em nós a confiança no seu amor.

> Pelos nossos gritos de protesto, sem confiança em ti:

Senhor, misericórdia. *TODOS: Senhor, misericórdia.*

> Pelos nossos medos e crises, sem oração nem esperança:

Cristo, misericórdia. *TODOS: Cristo, misericórdia.*

> Pelas nossas dúvidas e incertezas, sinal da nossa pouca fé:

Senhor, misericórdia. *TODOS: Senhor, misericórdia.*

ACOLHEMOS A PALAVRA

*[Ver/ouvir a primeira parte do vídeo/áudio disponível no Laboratório da fé;
Quem não tem acesso aos meios digitais pode ler o texto da folha em anexo]*

LEITURA DO SANTO EVANGELHO SEGUNDO SÃO MATEUS

[capítulo 14, versículo 22 a 33]

Depois de ter saciado a fome à multidão, Jesus obrigou os discípulos a subir para o barco e a esperá-l'O na outra margem, enquanto Ele despedia a multidão. Logo que a despediu, subiu a um monte, para orar a sós. Ao cair da tarde, estava ali sozinho. O barco ia já no meio do mar, açoitado pelas ondas, pois o vento era contrário. Na quarta vigília da noite, Jesus foi ter com eles, caminhando sobre o mar. Os discípulos,

vendo-O a caminhar sobre o mar, assustaram-se, pensando que fosse um fantasma. E gritaram cheios de medo. Mas logo Jesus lhes dirigiu a palavra, dizendo: «Tende confiança. Sou Eu. Não temais». Respondeu-lhe Pedro: «Se és Tu, Senhor, manda-me ir ter contigo sobre as águas». «Vem!» – disse Jesus. Então, Pedro desceu do barco e caminhou sobre as águas, para ir ter com Jesus. Mas, sentindo a violência do vento e começando a afundar-se, gritou: «Salva-me, Senhor!». Jesus estendeu-lhe logo a mão e segurou-o. Depois disse-lhe: «Homem de pouca fé, porque duvidaste?». Logo que subiram para o barco, o vento amainou. Então, os que estavam no barco prostraram-se diante de Jesus, e disseram-lhe: «Tu és verdadeiramente o Filho de Deus».

[Ver/ouvir a segunda parte do vídeo/áudio...]

PARTILHAMOS A PALAVRA

No meio das dificuldades, onde procuras a segurança? Como costumavas reagir perante as amarguras da vida? Nesta 'série' (durante as próximas semanas) vamos 'atravessar o sofrimento' para refletir sobre as nossas experiências de sofrimento e descobrir o amparo e a força que nos são oferecidas por Jesus Cristo.

Tem confiança, diz agora Jesus Cristo a cada um de nós, se não controlas a situação da tua saúde ou daqueles que te são mais próximos. Não temas, se os teus familiares e amigos se derem conta das tuas imperfeições e fraquezas... Só te peço que não duvides do meu amor por ti, e que, em família, avancem juntos, mesmo quando tudo parece incerto e pouco confiável, mesmo quando é preciso caminhar sobre as águas.

Naqueles momentos em que te apetece ficar revoltado contra Deus, lembra-te de que também lhe podes pedir ajuda. Este 'episódio' ensina-nos que a presença salvadora de Jesus Cristo não nos livra das tormentas. O que acontece é que se torna presente, no meio das aflições, e nos dá a mão para sermos vencedores.

APRESENTAMOS AS NOSSAS PRECES

Oremos a Deus, nosso Pai, que sempre nos escuta, quando o invocamos, e apresentemos-lhe as nossas preces, dizendo: Fortalece a nossa fé.

> Pela Igreja: no meio da tempestade, lance a âncora da esperança na Cruz de Jesus Cristo, Senhor da História, nós te pedimos: *TODOS: Fortalece...*

> Pelos que governam: encarem a crise pandémica como desafio de mudança nas suas políticas, lutando pela inviolável dignidade da pessoa humana e pela busca do bem comum, nós te pedimos: *TODOS: Fortalece...*

> Pelas pessoas deslocadas dentro da sua nação, e por quantas atravessam experiências de precariedade, abandono, marginalização e rejeição, por causa da crise pandémica: sejam acolhidas, protegidas, promovidas e integradas, nós te pedimos: *TODOS: Fortalece a nossa fé.*

> Pela nossa família: cultivemos o silêncio interior e exterior, para discernirmos os teus sinais e apelos, tu que queres ser o nosso refúgio, no meio das tempestades da vida, nós te pedimos: *TODOS: Fortalece a nossa fé.*

> *[acrescenta a tua intenção]*, nós te pedimos: *TODOS: Fortalece a nossa fé.*

Rezemos confiantes a oração dos filhos de Deus. TODOS: Pai nosso...

ASSUMIMOS UM COMPROMISSO

O silêncio ajuda a colocar a confiança no Senhor. Esta semana, vamos experimentá-lo com a respiração: ao acordar e/ou ao deitar, centramos a atenção na inspiração e expiração, três ou cinco vezes; deixamos que Deus nos tome pela mão e nos faça sentir amados e confiantes.

Bendigamos o Senhor! TODOS: Graças a Deus!

BÊNÇÃO DA FAMÍLIA E DA MESA [PARA REZAR ANTES DA REFEIÇÃO EM FAMÍLIA]

Senhor, Deus da doçura e da mansidão: dá-nos o pão que restaura as nossas forças, a água que refresca e mata a nossa sede, os bens da terra e do mar. Abençoa esta refeição familiar: fortalecidos por este alimento, enfrentemos juntos as tempestades, e caminhemos corajosamente para ti, sobre as águas agitadas da nossa vida. Ámen.

ATRAVESSAR O SOFRIMENTO

DÉCIMO NONO DOMINGO

LITURGIA FAMILIAR

Como conciliar a confiança com as situações de provação próprias desta experiência terrena? O Décimo Nono Domingo (Ano A) indica-nos que é preciso estar atento para reconhecer que, no meio das tempestades, Jesus Cristo está presente e tem sempre a mão estendida.

[PROPOSTA A PARTIR DA FERRAMENTA 'TER UMA SÓ MENSAGEM'
E DOS SUBSÍDIOS PUBLICADOS PELO PADRE AMARO GONÇALO LOPES]

ACOLHEMOS A PALAVRA [ANEXO À LITURGIA FAMILIAR]

[primeira parte do vídeo/áudio]

Como reconhecer os sinais de Deus? Como conciliar a confiança com as situações de prova próprias desta experiência terrena? O Décimo Nono Domingo (Ano A) indica-nos que é preciso estar atento para reconhecer que, mais do que em manifestações espetaculares, do tipo rajada de vento, terremoto, fogo, Deus prefere ser percebido numa «ligeira brisa». Estar atento para reconhecer que, no meio das tempestades, Jesus Cristo está presente e tem sempre a mão estendida: «Tende confiança. [...] Não temais». Deus dá a paz e a salvação «a quantos de coração a Ele se convertem». Nos momentos em que «sinto uma grande tristeza e uma dor contínua no meu coração, quando parece que faltam todas as seguranças, há sempre uma possibilidade para a esperança.

[segunda parte do vídeo/áudio]

A violência do vento exprime toda a espécie de tempestades que podem agitar a nossa vida, tudo aquilo que pode abalar a nossa confiança. As sensações prazerosas dos momentos felizes permitem-nos perceber a vida com um enorme potencial de plenitude. Porque é que não podemos fazer o mesmo com as dores que acompanham as situações desagradáveis? Fugir do sofrimento não resolve a vida. Quando nos decidimos atravessá-lo com confiança, conseguimos mergulhar cada vez mais profundamente no oceano da nossa existência e perceber a mão estendida do Senhor. Precisamos de atravessar as dores com a nossa mão bem presa à mão do Senhor. Sairemos da tempestade ainda mais fortes.



Catequese familiar

Pintar o desenho para aprofundar o evangelho: *'Fano' apresenta um Pedro surfista que confia totalmente em Jesus Cristo.*

'Treinar' o silêncio, por exemplo, através da respiração: *ajuda a colocar a confiança no Senhor.* Centramos a atenção na inspiração e expiração, três ou cinco vezes; deixamos que Deus nos tome pela mão e nos faça sentir amados e confiantes.

