

## SAUDAÇÃO

A humildade é o estilo de Deus. E a gratuidade é a sua marca. À mesa e à conversa com os convivas, Jesus Cristo introduz-nos, de novo, na sabedoria dos humildes e dos simples, na escola da humildade e da gratuidade, de que ele próprio é o exemplo mais sublime. Acolhamos o seu apelo e a sua presença de amor dado, sem troco nem preço.

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

## PEDIMOS PERDÃO

> Sendo rico te fizeste pobre, para nos enriqueceres com a tua pobreza:

Senhor, misericórdia! *TODOS: Senhor, misericórdia!*

> Sendo de condição divina, desceste à nossa condição, para nos elevar à glória divina: Cristo, misericórdia! *TODOS: Cristo, misericórdia!*

> Manso e humilde de coração: 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 SEG. LUCAS *[capítulo 14, versículos 1 e 7 a 14]*

Naquele tempo, Jesus entrou, num sábado, em casa de um dos principais fariseus para tomar uma refeição. Todos O observavam. Ao notar como os convidados escolhiam os primeiros lugares, Jesus disse-lhes esta parábola: «Quando fores convidado para um banquete nupcial, não tomes o primeiro lugar. Pode acontecer que tenha sido convidado alguém mais importante do que tu; então, aquele que vos convidou a ambos, terá que te dizer: 'Dá o lugar a este'; e ficarás depois envergonhado, se tiveres de ocupar o último lugar. Por isso, quando fores convidado, vai sentar-te no último lugar; e quando vier aquele que te convidou, dirá: 'Amigo, sobe mais para cima'; ficarás então honrado aos

olhos dos outros convidados. Quem se exalta será humilhado e quem se humilha será exaltado». Jesus disse ainda a quem O tinha convidado: «Quando ofereceres um almoço ou um jantar, não convides os teus amigos nem os teus irmãos, nem os teus parentes nem os teus vizinhos ricos, não seja que eles por sua vez te convidem e assim serás retribuído. Mas quando ofereceres um banquete, convida os pobres, os aleijados, os coxos e os cegos; e serás feliz por eles não terem com que retribuir-te: ser-te-á retribuído na ressurreição dos justos.

## PARTILHAMOS A PALAVRA

A humildade cristã é a virtude de quem aceita a própria fragilidade (e a dos outros) e procura viver em conformidade com essa condição, sempre aberto à ação da graça divina. Daí que a humildade e a misericórdia caminham de mãos dadas. Humildade e misericórdia são a força propulsora de uma pessoa 'vitamina'. O humilde tem as mãos e o coração abertos a Deus e aos irmãos.

Estamos aptos a perceber o caminho da felicidade. A este propósito, o Mestre recomenda: «Quando ofereceres um banquete, convida os pobres, os aleijados, os coxos e os cegos; e serás feliz por eles não terem com que retribuir-te: ser-te-á retribuído na ressurreição dos justos».

Esta meta da felicidade faz-nos pensar também na possibilidade de já a degustarmos, em todos os pequenos momentos do quotidiano. Em episódios desta 'série' referimos a importância da alegria e da vontade de viver, a necessidade de potenciar o positivo diante das situações de provação. São características que identificam as pessoas 'vitamina'. Pelo meio tivemos um episódio especial (na Solenidade da Assunção) dedicado à alegria e ao amor de Deus refletidos na vida de uma grande pessoa 'vitamina', Maria. A terminar esta 'série', lembramos a mais-valia do sentido de humor, como é próprio dos cristãos e dos santos.

*[Ver/ouvir/ler a segunda parte do vídeo disponível no Laboratório da fé]*

## APRESENTAMOS AS NOSSAS PRECES

*Ao Senhor nosso Deus, confiamos as nossas preces, por intermédio do seu Filho, mediador da nova Aliança, dizendo: Acolhe a nossa prece!*

> Pela Igreja: para que dê testemunho de uma entrega generosa e

humilde, no serviço aos últimos, nós te pedimos: *TODOS: Acolhe...*

> Pelos que, no mundo, têm o poder de governar e decidir: para que se revelem humildes e generosos, nós te pedimos: *TODOS: Acolhe...*

> Pelas vítimas dos incêndios e da guerra: para que sejam socorridas, com eficácia, contando com a nossa generosidade e a gratuidade dos vários serviços de voluntariado, nós te pedimos: *TODOS: Acolhe...*

> Pela nossa família: para que, saboreando o dom gratuito do amor de Cristo por nós, vivamos esta humilde generosidade, na alegria e no serviço ao próximo, nós te pedimos: *TODOS: Acolhe a nossa prece!*

> [acrescenta a tua intenção], nós te pedimos: *TODOS: Acolhe a nossa prece!*

*Fiéis aos ensinamentos de Jesus Cristo, rezamos: [TODOS:] Pai nosso...*

## ASSUMIMOS UM COMPROMISSO

Rezar todos os dias: *Dá-me, Senhor, a saúde do corpo, com o bom humor necessário para a conservar. Dá-me uma alma santa que saiba aproveitar o que é bom e puro, que não conheça o tédio, as murmurações, os suspiros e os lamentos. Dá-me, Senhor, o sentido do humor. Dá-me a graça de entender os gracejos, para que conheça na vida um pouco de alegria e possa comunicá-la aos outros. Amen. Bendigamos o Senhor! TODOS: Graças a Deus!*

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

*Senhor Jesus, manso e humilde de coração, entras hoje em nossa casa, para tomares connosco esta refeição. Ocupa o primeiro lugar, para que tenham aqui lugar primeiro os pobres que não nos podem retribuir. Faz-nos aguardar a recompensa eterna, dá-nos a honra de irmos a tomar parte na abundância do teu banquete celeste. Ámen.*

# TER SENTIDO DE HUMOR VIGÉSIMO SEGUNDO DOMINGO

## LITURGIA FAMILIAR

*Deus rompe com os nossos esquemas e aponta caminhos que, embora menos frequentados, são os verdadeiros, os que enchem a vida de alegria. Jesus Cristo aponta como principais as atitudes da humildade e da misericórdia.*

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

## ACOLHEMOS A PALAVRA [ANEXO À LITURGIJA FAMILIAR]

[primeira parte do vídeo/audio]

**Deus** abençoa os pobres e os humildes, «aos abandonados Deus prepara uma casa, conduz os cativos à liberdade». Ele rompe com os nossos esquemas e aponta caminhos que, embora menos frequentados, são os verdadeiros, os que enchem a vida de alegria. «Em todas as tuas obras procede com humildade». Jesus Cristo aponta como principais as atitudes da humildade e da misericórdia: «convida os pobres, os aleijados, os coxos e os cegos; e serás feliz». Somos felizes quando damos a quem não pode retribuir, ou, como o Mestre, nos humilhamos para servir os irmãos; e seremos exaltados. Discípulos missionários do «mediador da nova aliança», seguiremos o caminho que nos conduz à Jerusalém celeste, onde se há de realizar o banquete eterno.

[segunda parte do vídeo/audio]

**O sentido de humor** identifica a 'pessoa vitamina'. Sem perder o realismo, com humildade e alegria, brilha com espírito sereno e rico de esperança. Rezemos com São Tomás Moro: «Dá-me, Senhor, uma boa digestão e também qualquer coisa para digerir. Dá-me a saúde do corpo, com o bom humor necessário para a conservar. Dá-me uma alma santa que saiba aproveitar o que é bom e puro, e não se assuste à vista do pecado, mas encontre a forma de colocar as coisas de novo em ordem. Dá-me uma alma que não conheça o tédio, as murmurações, os suspiros e os lamentos [...]. Dá-me, Senhor, o sentido do humor. Dá-me a graça de entender os gracejos, para que conheça na vida um pouco de alegria e possa comunicá-la aos outros. Assim seja».



## Catequese familiar

Pintar o desenho para aprofundar o evangelho

*Dá-me, Senhor, a saúde do corpo, com o bom humor necessário para a conservar. Dá-me uma alma santa, que não conheça o tédio, as murmurações, os suspiros e os lamentos. Dá-me, Senhor, o sentido do humor. Dá-me a graça de entender os gracejos, para que conheça na vida um pouco de alegria e possa comunicá-la aos outros. Amen.*

