

SAUDAÇÃO

Jesus Cristo pede-nos a prontidão do serviço e a luz da fé, para caminhar vigilantes, na direção da Pátria Prometida, ao encontro do Senhor. Começemos por reconhecer os nossos medos, fugas e indiferenças em relação aos últimos das nossas sociedades, a quem devíamos justamente dar o primeiro lugar.

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

PEDIMOS PERDÃO

- > Hóspede entre nós: Senhor, misericórdia! *TODOS: Senhor, misericórdia!*
- > Peregrino entre nós: Cristo, misericórdia! *TODOS: Cristo, misericórdia!*
- > Nossa esperança: 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 12, versículos 32 a 48]*

Disse Jesus aos seus discípulos: «Não temas, pequenino rebanho, porque aprouve ao vosso Pai dar-vos o reino. Vendei o que possuíis e dai-o em esmola. Fazei bolsas que não envelheçam, um tesouro inesgotável nos Céus, onde o ladrão não chega nem a traça rói. Porque onde estiver o vosso tesouro, aí estará o vosso coração. Tende os rins cingidos e as lâmpadas acesas. Sede como homens que esperam o seu senhor ao voltar do casamento, para lhe abrirem logo a porta, quando chegar e bater. Felizes esses servos, que o senhor, ao chegar, encontrar vigilantes. Em verdade vos digo: cingir-se-á e mandará que se sentem à mesa e, passando diante deles, os servirá. Se vier à meia-noite ou de madrugada, felizes serão se assim os encontrar. [...] Em verdade vos digo que o porá à frente de todos os seus bens. [...] A quem muito foi dado, muito será exigido; a quem muito foi confiado, mais se lhe pedirá».

PARTILHAMOS A PALAVRA

Nos 'episódios' anteriores, aprendemos a importância da compaixão e do acolhimento, da oração e da alegria e vontade de viver. Hoje, o Mestre reforça os conteúdos, no sentido de purificar os nossos desvios e assinalar as prioridades da vida cristã.

Há falsos tesouros sobre os quais precisamos de estar vigilantes, porque nos seduzem com facilidade e desviam o nosso coração do essencial. Podemos, a título de exemplo, enumerar três desses falsos tesouros: o dinheiro, a vaidade e o poder. Precisamos de uma vigilância ativa, para que estes e outros semelhantes falsos tesouros não nos roubem o coração!

«Onde estiver o vosso tesouro, aí estará o vosso coração». Esta afirmação de Jesus Cristo incita-nos a responder a estas questões: Quais são os meus desejos? O que é que condiciona a minha maneira de viver? Como é que eu procuro o sentido da vida? O que é que me faz feliz?

Verdadeiros tesouros são, como aprendemos nos 'episódios' anteriores, a compaixão que deixa tudo para se tornar próximo e aliviar o sofrimento do outro, o acolhimento e a escuta atenta do irmão, a alegria e a vontade de viver testemunhadas pelo espanto face às pequenas coisas e pelo cultivo da fraternidade, sem esquecer a oração confiante e frequente, a maior de todas as vitaminas, porque nos dá força para ir em frente neste caminho da vida.

Uma pessoa 'vitamina' é uma pessoa luminosa. Primeiro, uma pessoa 'vitamina' permite que o seu coração se encha da luz de Deus (oração); então, depois, torna-se um coração luminoso para iluminar os outros (compaixão, acolhimento e escuta, alegria e vontade de viver). Importa reconhecer que este processo não vem de fora para dentro; antes, para ser eficaz, tem de começar dentro de nós, pela autoestima, a consciência de que somos amados.

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

APRESENTAMOS AS NOSSAS PRECES

Vigilantes na fé, em comunhão com todos os peregrinos, migrantes e refugiados, confiemos ao Senhor as preces do povo que escolheu para sua herança, dizendo: Escuta a nossa oração!

> Pela Igreja, peregrina sobre a terra: para que seja uma casa aberta, pronta a acolher e a compadecer-se de quantos nela procuram uma pátria e um abrigo, nós te pedimos: *TODOS: Escuta a nossa oração!*

> Pelos que governam os povos: para que construam o mundo como Casa Comum, onde todos são acolhidos, protegidos, promovidos e integrados, nós te pedimos: *TODOS: Escuta a nossa oração!*

> Pelos homens e mulheres do nosso tempo: para que sejam capazes de compaixão com o sofrimento dos outros, nós te pedimos: *TODOS: Escuta...*

> Pela nossa família: para que saibamos dar o primeiro lugar aos últimos, de modo a construirmos uma comunidade cristã mais aberta, de acordo com o Evangelho, nós te pedimos: *TODOS: Escuta a nossa oração!*

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

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

ASSUMIMOS UM COMPROMISSO

Todos os dias somos brindados com palavras e gestos que traduzem afeto, bondade, cuidado, altruísmo, mas nem sempre estamos disponíveis para os valorizar. Esta semana, vamos prestar atenção a todos esses gestos e palavras, a fim de os guardar no tesouro do nosso coração. *Bendigamos o Senhor! TODOS: Graças a Deus!*

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

Jesus Cristo, estás à nossa porta e bates! De coração vigilante e prontos para servir, queremos acolher-te, para que sejas o anfitrião, que nos sentas e serves à mesa. Tu que dás a cada um o alimento necessário e pedes mais a quem dás muito, faz-nos solidários nos bens e nos perigos, irmãos e companheiros da pátria celeste. Ámen.

AUMENTAR A AUTOESTIMA DÉCIMO NONO DOMINGO

LITURGIA FAMILIAR

A Liturgia da Palavra revela-nos o verdadeiro segredo da felicidade. E projeta a nossa atenção para algo bastante revelador: «Onde estiver o vosso tesouro, aí estará o vosso coração» – adverte Jesus Cristo.

[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/audio]

Felicidade, palavra de ordem para o Décimo Nono Domingo (Ano C). A Liturgia da Palavra revela-nos o verdadeiro segredo da felicidade. E projeta a nossa atenção para algo bastante revelador: «Onde estiver o vosso tesouro, aí estará o vosso coração» – adverte Jesus Cristo. Depois, anuncia o segredo: «Felizes esses servos, que o senhor, ao chegar, encontrar vigilantes». Felizes os que são fiéis, mesmo na noite da provação: em qualquer circunstância, são chamados a viver «cheios de coragem». Felizes aqueles que tudo esperam de Deus, porque «os olhos do Senhor estão voltados para os que O temem, para os que esperam na sua bondade». Felizes aqueles que, como Abraão e Sara, colocam a sua confiança em Deus, pois «a fé é a garantia dos bens que se esperam».

[segunda parte do vídeo/audio]

A autoestima é o primeiro passo para alcançar a felicidade. Serás feliz, quando compreenderes e aceitares como é que funcionam as tuas capacidades e limitações, as tuas emoções e sentimentos. Porque «a felicidade consiste em ter uma vida conseguida, onde tentamos retirar o melhor partido dos nossos valores e aptidões. A felicidade consiste em fazer uma pequena obra de arte com a vida, esforçando-nos todos os dias por atingir a nossa melhor versão. [...] A felicidade tem a ver com a maneira como me vejo, analiso e julgo e com o que eu esperava de mim e da minha vida» (Marian Rojas Estapé). Aqueles que são capazes de fazer disto o seu tesouro, tornam-se 'pessoas vitamina', têm o coração inundado de autoestima e de felicidade.



Catequese familiar

Pintar o desenho para aprofundar o evangelho

Para valorizar a autoestima: escrever em pedaços de papel e colocar dentro de um frasco frases como estas, para ler uma por dia: *sou feliz com a família; brinco com os amigos; hoje, vou vestir a minha roupa preferida; já sei ler e escrever um pouco mais; gosto do meu cabelo (ou dos olhos, por exemplo); tenho férias para passear e descansar.*

