

QUINTA-FEIRA / 2 DE MARÇO / 2023 WWW.ARQUIDIOCESE-BRAGA.PT



# IGREJA Viva

MENSAGEM PARA A QUARESMA

## ASCESE QUARESMA, ITINERÁRIO SINODAL

PAPA FRANCISCO

P. 04-05

## OPINIÃO

## Tragédia no Mediterrâneo

**CARLA RODRIGUES**

ADVOGADA

Mais um naufrágio. Mais vidas engolidas pelas águas do Mediterrâneo. Mais vidas arrancadas pela soberba e crueldade dos traficantes de seres humanos. Mais vidas assassinadas pela lentidão e indiferença dos governantes, nomeadamente da União Europeia, que tem de assumir com coragem e responsabilidade o encargo de governar o fenómeno migratório. O naufrágio ao largo da costa italiana, a mais recente e terrível tragédia, pode ter feito mais de 100 mortos, incluindo crianças. Chegam-nos imagens desoladoras da tragédia, números gritantes, estimam-se que tenham morrido afogadas mais de 20 crianças, entre elas conta-se um recém-nascido.

No Twitter multiplicam-se as mensagens de pesar. Desde Roberta Metsola, Presidente do Parlamento Europeu, a Ursula von der Leyen, Presidente da Comissão Europeia, a António Guterres, Secretário-Geral das Nações Unidas, passando por diversos Chefes de Estado, todos se manifestam solidários, chocados e sofrendores com esta tragédia. Mas será que isto chega para atenuar a (nossa) responsabilidade? Será suficiente para evitar futuras tragédias? Ficam bem as palavras de condolência, e na verdade são necessárias, mas a esta altura do campeonato sabem a pouco. São palavras necessárias mas insuficientes.

Impõe-se acção e execução. Impõe-se que os Estados Membros encontrem uma solução e que salvar vidas seja uma prioridade. Impõe-se o redobrar de esforços relativamente ao Pacto sobre migração e asilo e sobre o Plano de acção para o Mediterrâneo central, é que, desde 2014, já morreram mais de 25 mil pessoas no Mediterrâneo. É necessário e urgente que se tomem medidas eficazes, e que as medidas tomadas sejam executadas. É necessários que os esforços sejam verdadeiros e não para parecer bonito e calar os eleitores. Quiçá nessa altura se tornam desnecessárias as mensagens de pesar, quiçá nessa altura os noticiários não nos tragam imagens de corpos sem vida perdidos numa praia qualquer, quiçá nessa altura a nossa consciência não nos pese tanto.

Quando salvar vidas devia ser sempre prioritário nas políticas de migração, como nos lembrou António Vitorino, director geral da Organização Internacional para a Migração, deparamo-nos com o governo italiano, de extrema-direita, a adoptar medidas cada vez mais duras em relação à migração, entre as quais uma medida recentemente aprovada que força os barcos de salvamento a fazer apenas uma operação de resgate por missão, o que leva ao aumento chocante do número de vítimas mortais.

Na busca de uma vida com futuro, na esperança de proporcionar aos familiares melhores condições de vida, milhares de pessoas fogem da guerra, da fome, da perseguição e da morte, arriscando uma travessia que sabem difícil e tantas vezes trágica. São viagens ditadas pelo desespero, impulsionadas pela falta de formas legais e seguras de acesso ao asilo na Europa, e organizadas por redes de traficantes que se aproveitam de forma criminoso e sem escrúpulos da situação.

## SEMANA NACIONAL CÁRITAS

### O Amor que Transforma

Nos próximos dias 5 a 12 de março, a rede nacional Cáritas celebra a Semana Nacional Cáritas com o mote “O Amor que Transforma”. Esta é uma iniciativa que junta toda a rede Cáritas em Portugal dando visibilidade à ação da Cáritas no apoio direto a todas as pessoas que por alguma razão precisam de ajuda. Em todo o país, multiplicam-se atividades de reflexão sobre a ação social e atividades de animação pastoral.

A nível nacional o destaque está no Peditório Público Nacional. Nestes dias uma verdadeira onda de voluntários e amigos da rede Cáritas espalha-se por todo o país apelando ao contributo de todos os portugueses como forma de expressarem a sua solidariedade. Mas, seja na rua ou em formato online, todas as todos podem ajudar a reforçar a ação

da Cáritas no combate à pobreza e exclusão social.

A rede nacional Cáritas desenvolve atividade e projetos com vista ao bem-estar e integração das pessoas com multífragilidades. As principais áreas de intervenção da rede nacional Cáritas são: inserção social e empregabilidade; resposta a necessidades básicas; pagamento de despesas de emergência; acompanhamento a vítimas e pessoas vulneráveis; integração de migrantes e refugiados.

“Estamos empenhados em dar esperança, promovendo a proximidade e a dignidade de todos aqueles a quem servimos. Esta é a nossa missão e a força da nossa identidade que não nos permite desistir. Para isto, trabalham todos os dias os muitos voluntários, colaboradores e dirigentes e este é também o momento de celebrar esse seu empenho e de agradecer.” Rita Valadas, presidente da Cáritas Portuguesa.

Hoje, podes dar apoio alimentar a pessoas em situação vulnerável

**Ou podes contribuir para a Cáritas.**

DE 5 A 12 DE MARÇO  
Peditório Nacional da Cáritas

Mesmo quando não podes dar o teu tempo, nós transformamos o teu donativo em amor.

IBAN: PT50 0036 0324 99100009236 53 MBway: 910 66 11 33 MB: Entidade: 33333 Referência: 333 333 333



o Amor que transforma caritas.pt



# VIVE O TEMPO DA QUARESMA COM A JMJ LISBOA 2023

A Quaresma “orienta-nos para a Páscoa: o «retiro» não é um fim em si mesmo, mas prepara-nos para viver – com fé, esperança e amor – a paixão e a cruz, a fim de chegarmos à ressurreição”, disse-nos o Papa Francisco na sua Mensagem para a Quaresma 2023. Neste sentido, para que possamos viver um caminho conjunto, deixamos-te uma reflexão para cada domingo da Quaresma. Estas reflexões foram escritas pelo Pe. Tiago Melo, da Direção da Comunicação do Comité Organizador Local (COL) da Jornada Mundial da Juventude (JMJ) Lisboa 2023.

## I DOMINGO DA QUARESMA

A pessoa humana deseja alimentar-se de coisas que não convém. A tentação dos primeiros homens continua até aos dias de hoje, pois deseja ver, ter e consumir inúmeras coisas, mas esquece o essencial: A Palavra de Deus.

Jesus no Evangelho convida-nos a superar os desejos primários e entregar-nos aos desejos mais profundos, entregar-nos aquele que verdadeiramente nos alimenta: Deus. Se olharmos para os projetos de Deus seremos capazes de superar os desejos menores e abraçar algo que transcende, que supera as pequenas realidades e impulsiona às coisas do alto, à comunhão com Deus e com os irmãos.

## II DOMINGO DA QUARESMA

É sempre importante estabelecer uma diferença teológica entre duas ações: olhar e ver. Muitas vezes olhamos para muitas coisas, mas não conseguimos ver o que elas representam e as situações em que se encontram.

Hoje, o Evangelho convida-nos a ver somente a Jesus, que se transfigurou para revelar aos seus discípulos a grandeza da glória. Esta iluminação ser-nos-á também possível, quando seguirmos fielmente a Cristo. A nossa transfiguração acontece em dois momentos: no primeiro, quando fazemos resplandecer a nossa luz no mundo (cf. Mateus 5,14), sendo reflexo do Cristo; o segundo será quando estivermos com Ele.

## III DOMINGO DA QUARESMA

O pecado não termina a vida de uma pessoa, mas a conversão, sim. Jesus chama a atenção para isso quando ensina que a Samaritana não pode ser o instrumento expiatório do pecado, mas pode ser sinal da salvação.

Ao expressar a sua sede, Jesus está a dirigir uma mensagem à mulher e a nós: Deus tem sede, mas sede de nós. Ele sacia o coração humano ao derramar o seu amor (cf. Rm 5,5) e convida-nos a revigorar as forças na verdadeira Água-Viva que jorra para a Vida Eterna. Neste Evangelho, expressa-se a intenção de Jesus em revelar um Deus que infunde nova vida para tornar-nos adoradores em Espírito e Verdade.

## IV DOMINGO DA QUARESMA

O cego de nascença que aparece no Evangelho é a figura da pessoa que precisa de ter a vida iluminada por Cristo. Todo aquele que experimenta encontrar-se com o Senhor, recebe tal graça que a sua vida não consegue mais ser a mesma, passa a ser iluminada diante das dificuldades e diante das grandes decisões.

O cristão é chamado a ser luz para os que não veem; assim como Cristo foi luz para o cego e para nós, porque nos arrancou das trevas, vencendo-as (cf. Efésios 5,8). A consagração do cristão é régia, porque todos fomos iluminados no Batismo e devemos exercer a missão profética e ministerial.

## V DOMINGO DA QUARESMA

A morte é a experiência extrema da dor humana. Jesus chorou ao ver que seu amigo havia morrido. A morte emociona o próprio Deus. É importante destacar: emociona, mas não o impede.

Jesus é o Deus que promove e sustenta a vida, por isso, a sua mensagem é clara: “todo aquele que vive e acredita em mim nunca morrerá” (João 11,26). Jesus faz a experiência do choro para mostrar aos seus discípulos e a nós que Ele é o Deus consolador. Sendo nós seguidores deste Deus, devemos ser consoladores das dores de todos os que choram e buscar promover a Vida.

JMJ Lisboa 2023 - [www.lisboa2023.org](http://www.lisboa2023.org)

3 de Março | 17h00

Sé de Braga

BRAGA

AVEIRO

Passagem Símbolos JMJ23  
Braga > Aveiro

JMJ LISBOA 2023

# ASCESE QUARESMA, ITINERÁRIO SINODAL

## ■ MENSAGEM DO PAPA FRANCISCO PARA A QUARESMA DE 2023



*Queridos irmãos e irmãs!*

Os Evangelhos de Mateus, Marcos e Lucas coincidem em narrar o episódio da Transfiguração de Jesus. Neste acontecimento, vemos a resposta do Senhor a uma falta de compreensão manifestada pelos seus discípulos. De facto, pouco antes, registara-se uma verdadeira divergência entre o Mestre e Simão Pedro; este começara professando a sua fé em Jesus como Cristo, o Filho de Deus, mas em seguida rejeitara o seu anúncio da paixão e da cruz. E Jesus censurara-o asperamente: «Afasta-te, satanás! Tu és para Mim um estorvo, porque os teus pensamentos não são os de Deus, mas os dos homens» (Mt 16, 23). Por isso, «seis dias depois, Jesus tomou consigo Pedro, Tiago e seu irmão João, e levou-os, só a eles, a um alto monte» (Mt 17, 1).

O evangelho da Transfiguração é proclamado, cada ano, no II Domingo da Quaresma. Realmente, neste tempo litúrgico, o Senhor toma-nos consigo e conduz-nos à parte. Embora os nossos compromissos ordinários nos peçam para permanecer nos lugares habituais, transcorrendo uma vida quotidiana frequentemente repetitiva e por vezes enfadonha, na Quaresma somos convidados a subir «a um alto monte» juntamente com Jesus, para viver com o Povo santo de Deus uma particular experiência de ascese.

A ascese quaresmal é um empenho, sempre animado pela graça, no sentido de superar as nossas faltas de fé e as resistências em seguir Jesus pelo caminho da cruz. Aquilo precisamente de que Pedro e os outros discípulos tinham necessidade. Para aprofundar o nosso conhecimento do Mestre, para compreender e acolher profundamente o mistério da salvação divina, realizada no dom total de si mesmo por amor, é preciso deixar-se conduzir por Ele à parte e ao alto, rompendo com a mediocridade e as vaidades. É preciso pôr-se a caminho, um caminho em subida, que requer esforço, sacrifício e concentração, como uma excursão na montanha. Estes requisitos são importantes também para o caminho sinodal, que nos comprometemos, como Igreja, a realizar. Far-

-nos-á bem refletir sobre esta relação que existe entre a ascese quaresmal e a experiência sinodal.

Para o «retiro» no Monte Tabor, Jesus leva consigo três discípulos, escolhidos para serem testemunhas dum acontecimento singular; Ele deseja que aquela experiência de graça não seja vivida solitariamente, mas de forma partilhada, como é aliás toda a nossa vida de fé. A Jesus, seguimo-Lo juntos; e juntos, como Igreja peregrina no tempo, vivemos o Ano Litúrgico e, nele, a Quaresma, caminhando com aqueles que o Senhor colocou ao nosso lado como companheiros de viagem. À semelhança da subida de Jesus e dos discípulos ao Monte Tabor, podemos dizer que o nosso caminho quaresmal é «sinodal», porque o percorremos juntos pelo mesmo caminho, discípulos do único Mestre. Mais ainda, sabemos que Ele próprio é o Caminho e, por conseguinte, tanto no itinerário litúrgico como no do Sínodo, a Igreja não faz outra coisa senão entrar cada vez mais profunda e plenamente no mistério de Cristo Salvador.

E chegamos ao momento culminante. O Evangelho narra que Jesus «Se transfigurou diante deles: o seu rosto resplandeceu como o sol, e as suas vestes tornaram-se brancas como a luz» (Mt 17, 2). Aqui aparece o «cimo», a meta do caminho. No final da subida e enquanto estão no alto do monte com Jesus, os três discípulos recebem a graça de O verem na sua glória, resplandecente de luz sobrenatural, que não vinha de fora, mas irradiava d'Ele mesmo. A beleza divina desta visão mostrou-se incomparavelmente superior a qualquer cansaço que os discípulos pudessem ter sentido quando subiam ao Tabor. Como toda a esforçada excursão de montanha, ao subir, é preciso manter os olhos bem fixos na vereda; mas o panorama que

se deslumbra no final surpreende e compensa pela sua maravilha. Com frequência também o processo sinodal se apresenta árduo e por vezes podemos até desanimar; mas aquilo que nos espera no final é algo, sem dúvida, maravilhoso e surpreendente, que nos ajudará a compreender melhor a vontade de Deus e a nossa missão ao serviço do seu Reino.

**“O caminho ascético quaresmal e, de modo semelhante, o sinodal, têm como meta uma transfiguração, pessoal e eclesial.”**

A experiência dos discípulos no monte Tabor torna-se ainda mais enriquecedora quando, ao lado de Jesus transfigurado, aparecem Moisés e Elias, que personificam respetivamente a Lei e os Profetas (cf. Mt 17, 3). A novidade de Cristo é cumprimento da antiga Aliança e das promessas; é inseparável da história de Deus com o seu povo, e revela o seu sentido profundo. De forma análoga, o caminho sinodal está radicado na tradição da Igreja e, ao mesmo tempo, aberto para a novidade. A tradição é fonte de inspiração para procurar estradas novas, evitando as contrapostas tentações do imobilismo e da experimentação improvisada.

O caminho ascético quaresmal e, de modo semelhante, o sinodal, têm como meta uma transfiguração, pessoal e eclesial. Uma transformação que, em ambos os casos, encontra o seu modelo na de Jesus e realiza-se pela graça do seu mistério pascal. Para que, neste ano, se possa realizar em nós tal transfiguração, quero propor duas «veredas» que é necessário percorrer para subir juntamente com Jesus e chegar com Ele à meta.

A primeira diz respeito à ordem que Deus Pai dirige aos discípulos no Tabor, enquanto estão a contemplar Jesus transfigurado. A voz da nuvem diz: «Escutai-O» (Mt 17, 5). Assim a primeira indicação é muito clara: escutar Jesus. A Quaresma é tempo de graça na medida em que nos pusermos à escuta d'Ele, que nos fala. E como nos fala Ele? Antes de mais nada na Palavra de Deus, que a Igreja nos oferece na Liturgia: não a deixemos cair em saco roto; se não podermos participar sempre na Missa, ao menos leiamos as Leituras bíblicas de cada dia valendo-nos até da ajuda da internet. Além da Sagrada Escritura, o Senhor fala-nos nos irmãos, sobretudo nos rostos e vicissitudes daqueles que precisam de ajuda. Mas quero acrescentar ainda outro aspeto, muito importante no processo sinodal: a escuta de Cristo passa também através da escuta dos irmãos e irmãs na Igreja; nalgumas fases, esta escuta recíproca é o objetivo principal, mas permanece sempre indispensável no método e estilo duma Igreja sinodal.

Ao ouvir a voz do Pai, «os discípulos caíram com a face por terra, muito assustados. Aproximando-Se deles, Jesus tocou-lhes dizendo: “Levantai-vos e não tenhais medo”. Erguendo os olhos, os discípulos apenas viram Jesus e mais ninguém» (Mt 17, 6-8). E aqui temos a segunda indicação para esta Quaresma: não refugiar-se numa religiosidade feita de acontecimentos extraordinários, de sugestivas experiências, levados pelo medo de encarar a realidade com as suas fadigas diárias, as suas durezas e contradições. A luz que Jesus mostra aos seus discípulos é uma antecipação da glória pascal, e é rumo a esta que se torna necessário caminhar seguindo «apenas Jesus e mais ninguém». A Quaresma orienta-se para a Páscoa: o «retiro» não é um fim em si mesmo, mas prepara-nos para viver – com fé, esperança e amor – a paixão e a cruz, a fim de chegarmos à ressurreição. Também o percurso sinodal não nos deve iludir quanto ao termo de chegada, que não é quando Deus nos dá a graça de algumas experiências fortes de comunhão, pois aí o Senhor também nos repete: «Levantai-vos e não tenhais medo». Desçamos à planície e que a graça experimentada nos sustente para sermos artesãos de sinodalidade na vida ordinária das nossas comunidades.

Queridos irmãos e irmãs, que o Espírito Santo nos anime nesta Quaresma na subida com Jesus, para fazermos experiência do seu esplendor divino e assim, fortalecidos na fé, prosseguirmos o caminho com Ele, glória do seu povo e luz das nações.

Roma – São João de Latrão,  
na Festa da Conversão de São Paulo, 25 de janeiro de 2023  
† FRANCISCO



# “Dá-me de beber”

## III DOMINGO DA QUARESMA

### ITINERÁRIO

Num espaço adequado do presbitério, colocar-se-á a estrutura de uma tenda, sem cobertura, junto da qual será colocado o cartaz com a questão: “quais os teus desejos?”

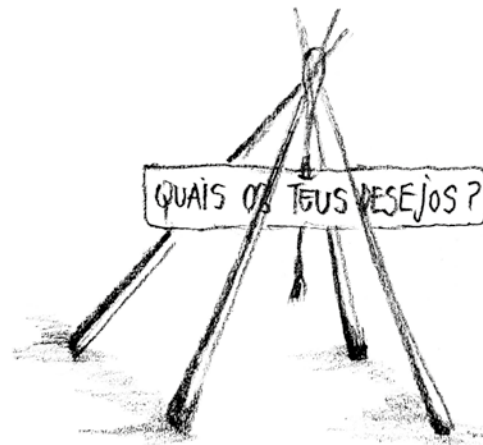


ILUSTRAÇÃO DA ARQ. MARIA TAVARES



### LITURGIA DA PALAVRA

#### LEITURA | Ex 17, 3-7

##### Leitura do Livro do Êxodo

Naqueles dias, o povo israelita, atormentado pela sede, começou a alterar com Moisés, dizendo: «Porque nos tiraste do Egito? Para nos deixares morrer à sede, a nós, aos nossos filhos e aos nossos rebanhos?». Então Moisés clamou ao Senhor, dizendo: «Que hei-de fazer a este povo? Pouco falta para me apedrejarem». O Senhor respondeu a Moisés: «Passa para a frente do povo e leva contigo alguns anciãos de Israel. Toma na mão a vara com que fustigaste o Rio e põe-te a caminho. Eu estarei diante de ti, sobre o rochedo, no monte Horeb. Baterás no rochedo e dele sairá água; então o povo poderá beber». Moisés assim fez à vista dos anciãos de Israel. E chamou àquele lugar Massa e Meriba, por causa da alteração dos filhos de Israel e por terem tentado o Senhor, ao dizerem: «O Senhor está ou não no meio de nós?».

#### Salmo responsorial

Salmo 94 (95), 1-2.6-7.8-9 (R. cf. 8)

**Refrão: Se hoje ouvirdes a voz do Senhor, não fecheis os vossos corações.**

#### LEITURA II Rom 5, 1-2.5-8

##### Leitura da Epístola do apóstolo São Paulo aos Romanos

Irmãos: Tendo sido justificados pela fé, estamos em paz com Deus, por Nosso Senhor Jesus Cristo, pelo qual temos acesso, na fé, a esta graça em que permanecemos e nos gloriamos, apoiados na esperança da glória de Deus. Ora, a esperança não engana, porque o amor de Deus foi derramado em nossos corações pelo Espírito Santo que nos

foi dado. Quando ainda éramos fracos, Cristo morreu pelos ímpios no tempo determinado. Dificilmente alguém morre por um justo; por um homem bom, talvez alguém tivesse a coragem de morrer. Mas Deus prova assim o seu amor para conosco: Cristo morreu por nós, quando éramos ainda pecadores.

#### EVANGELHO Jo 4, 5-15.19b-26.39a 40-42

##### Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São João

Naquele tempo, chegou Jesus a uma cidade da Samaria, chamada Sicar, junto da propriedade que Jacob tinha dado a seu filho José, onde estava o poço de Jacob. Jesus, cansado da caminhada, sentou-Se à beira do poço. Era por volta do meio-dia. Veio uma mulher da Samaria para tirar água. Disse-lhe Jesus: «Dá-Me de beber». Os discípulos tinham ido à cidade comprar alimentos. Respondeu-Lhe a samaritana: «Como é que Tu, sendo judeu, me pedes de beber, sendo eu samaritana?». De facto, os judeus não se dão com os samaritanos. Disse-lhe Jesus: «Se conhecesses o dom de Deus e quem é Aquele que te diz: ‘Dá-Me de beber’, tu é que Lhe pedirias e Ele te daria água viva». Respondeu-Lhe a mulher: «Senhor, Tu nem sequer tens um balde e o poço é fundo: donde Te vem a água viva? Serás Tu maior do que o nosso pai Jacob, que nos deu este poço, do qual ele mesmo bebeu, com os seus filhos e os seus rebanhos?». Disse-lhe Jesus: «Todo aquele que bebe desta água voltará a ter sede. Mas aquele que beber da água que Eu lhe der nunca mais terá sede: a água que Eu lhe der tornar-se-á nele uma nascente que jorra para a vida eterna». «Senhor, – suplicou a mulher – dá-me dessa água, para que eu não sinta mais sede e não tenha de vir aqui buscá-la. Vejo que és profeta. Os nossos pais adoraram neste monte e vós dizeis que é em Jerusalém que se deve adorar». Disse-lhe Jesus: «Mulher, acredita em Mim: Vai chegar a hora em que nem neste

monte nem em Jerusalém adorareis o Pai. Vós adorais o que não conheceis; nós adoramos o que conhecemos, porque a salvação vem dos judeus. Mas vai chegar a hora – e já chegou – em que os verdadeiros adoradores hão-de adorar o Pai em espírito e verdade, pois são esses os adoradores que o Pai deseja. Deus é espírito e os seus adoradores devem adorá-l’O em espírito e verdade». Disse-Lhe a mulher: «Eu sei que há-de vir o Messias, isto é, Aquele que chamam Cristo. Quando vier há-de anunciar-nos todas as coisas». Respondeu-lhe Jesus: «Sou Eu, que estou a falar contigo». Muitos samaritanos daquela cidade acreditaram em Jesus, por causa da palavra da mulher. Quando os samaritanos vieram ao encontro de Jesus, pediram-Lhe que ficasse com eles. E ficou lá dois dias. Ao ouvi-l’O, muitos acreditaram e diziam à mulher: «Já não é por causa das tuas palavras que acreditamos. Nós próprios ouvimos e sabemos que Ele é realmente o Salvador do mundo».

### REFLEXÃO

O Terceiro Domingo da Quaresma (Ano A) introduz-nos na contemplação da sede de amor, através do encontro de Jesus Cristo com a samaritana. Da fonte do Amor jorra a única água que sacia a sede humana mais profunda.

#### “Dá-me de beber”

Todos precisamos de beber; a água é o elemento mais importante do nosso organismo, mais vital até do que o pão. Podemos aguentar algumas semanas sem comer, mas dificilmente resistimos a uma semana sem ingerir água. A sede de Jesus encontra-se com a sede da samaritana. Ao início, parecem ter a mesma necessidade fisiológica. Surge,

porém, o anúncio de um tipo diferente de água, uma água com a capacidade de saciar para sempre, porque brota da nascente de vida eterna. Percebemos, entretanto, que Jesus Cristo amplia o âmbito da sede até chegar ao desejo de encontro com Deus, à adoração em espírito e verdade.

Nos dois ‘episódios’ anteriores, aprofundamos o valor do jejum, que nos conduz ao alimento da palavra de Deus. Voltamo-nos agora para a experiência da sede e para a água que jorra do coração de Deus. Com este episódio, entramos no segundo ponto de esforço: a oração. Guardemos estas duas belas imagens: o pão como símbolo da palavra que sai da boca de Deus; a água como símbolo do amor que jorra do coração de Deus. Deus é a fonte da água que procura a nossa sede. Jesus Cristo é a água viva que vem ao nosso encontro, pronto a saciar a nossa sede, antes mesmo de lhe pedirmos ou de reconhecermos nele a água viva que jorra para a vida eterna.

#### Desejar a sede

A oração, à semelhança do jejum, precisa de ser treinada, às vezes com esforço, outras vezes com entusiasmo, mas sempre como exercício vital para a nossa sobrevivência. Sem água, sem oração, ficamos sem vida. Não tenhamos ilusões: o encontro com Deus pode acontecer em muitas ocasiões do dia e de muitos modos; qualquer deles, porém, não dispensa a disciplina quotidiana da oração. Não menos importante é esta afirmação de Jesus: «o Pai procura os que assim o adoram». No fundo, confirma o primeiro pedido: «Dá-me de beber». É Jesus Cristo quem toma a iniciativa, é Deus quem nos procura, conosco estabelece uma relação de Pai.

Todos podemos sentir que somos procurados por Deus. Dito de outro modo pela Carta aos Romanos: «o amor de Deus foi derramado em nossos corações



## EUCOLOGIA

**Orações presidenciais:** Orações presidenciais do Domingo III da Quaresma

**Prefácio:** Prefácio “A Samaritana”

**Oração Eucarística:** Oração Eucarística II



## SAIR EM MISSÃO DE AMAR

Jesus falava de uma água e a mulher falava de outra. Sabemos que quanto maior for a intimidade com Jesus mais fácil é perceber a sua mensagem. Procuremos refletir sobre que águas procuramos beber. Será que desejamos e fazemos por beber a água viva, que Jesus promete?



## SUGESTÃO DE CÂNTICOS

- **Entrada:** *Olhai para mim, Senhor* - A. Cartageno
- **Rito de aspersão:** *Aspergi-me, Senhor* – A. Cartageno
- **Ap. dos dons:** *A minha alma tem sede* – M. Carneiro
- **Comunhão:** *Quem beber da água* – Az. Oliveira
- **Final:** *É dura a caminhada* - M. Faria

# 12 MAR 2023

pelo Espírito Santo que nos foi dado». Há uma dádiva que nos precede: é a fonte do Amor.

Da nossa parte, o esforço primeiro é o de dar espaço à presença de Deus na nossa vida, tornarmo-nos permeáveis à ação fecunda do Espírito Santo. O dom de Deus requer o nosso despojamento, outro modo de jejum. Relembramos o mote do primeiro episódio desta ‘série’: ser cristão começa pela consciência de que o Espírito Santo habita em nós, para tomarmos a decisão de permitir que Deus seja o motor da nossa vida.

Em cada dia desta semana, esforça-te por avivar dentro de ti a sede de água viva. Talvez possas dizer: «Senhor, tenho sede, dá-me de beber». A sede é o princípio da oração. Aceita que Jesus Cristo acorde no teu coração a fonte do Amor.

**Reflexão preparada por** Laboratório da Fé in [www.laboratoriodafe.pt](http://www.laboratoriodafe.pt)

## Semear caridade

### Acólitos

A vara de Moisés é figura da lança que abriu o lado de Jesus na Cruz e donde brotou sangue e água. No Cálice da

Eucaristia, onde o vinho é misturado com água, é sacramentalmente atualizado o sacrifício da Cruz e cumpridas todas as suas prefigurações no Antigo Testamento. Por uma boa formação bíblica, os ministros do altar devem poder ilustrar cada rito com episódios do Novo e do Antigo Testamentos.

### Leitores

A proclamação litúrgica da Palavra de Deus tanto é o grito do arauto do alto de um púlpito, como pode ser também uma conversa amena e intimista na borda de um poço no calor do dia. Quer seja um ou outro, o importante é fazer nascer dentro do coração dos ouvintes uma nascente que jorra para a vida eterna. Pelo ministério do leitor, Deus mata a sede da Palavra no seu povo, para que cada um se torne numa nascente.

### Ministros Extraordinários da Comunhão

No exercício do ministério de MEC há uma dupla alimentação. O MEC leva o Corpo eucarístico aos doentes que comungam assim o Pão do céu; o MEC alimenta-se, porque, exercendo o seu ministério, faz a vontade do Pai, podendo dessa forma exclamar como Jesus: “o meu alimento é

fazer a vontade d’Aquele que Me enviou e realizar a sua obra”. O MEC alimenta-se, alimentando o povo de Deus sedento de vida eterna.

### Músicos

“Outros trabalharam e vós aproveitais-vos do seu trabalho”. Esta frase de Jesus aplica-se bem ao ministério dos músicos, sempre que ele é exercido com responsabilidade. Quando um organista estuda as suas peças, quando um coro ensaia com esmero e quando o cantor se preocupa em aprender bem a sua parte, as coisas correm bem e o resultado sonoro final na liturgia é agradável para proveito não só do músico, mas de todos.

## Celebrar em comunidade

### Evangelho para os jovens

Jesus, cansado da caminhada, senta-se junto de um poço, enquanto os seus discípulos vão à cidade comprar mantimentos. Aí se encontra com uma samaritana e criam um diálogo tão absorvente que Jesus parece esquecer-se da sede e a mulher do motivo que a tinha levado até lá. Além de todos os

aspectos doutrinários e espirituais que se desenvolvem ao longo do diálogo, há um aspeto que se destaca e que deve ser a luta de todos, principalmente das gerações mais novas, que é a defesa pela fraternidade entre todos os povos. Jesus pede à mulher que lhe dê um pouco de água do poço. Este pedido é insólito para a época, dado que Jesus é um judeu que pede água a uma samaritana. Isto faz pensar, pois os judeus e os samaritanos “mal se podiam ver”. Efetivamente esta “luta” pela fraternidade entre todos os povos é uma necessidade que não terá fim. Os jovens devem sentir-se capacitados e enraizados na certeza de que Jesus nos pede que não discriminemos ninguém, que consideremos o outro igual a nós e amado do mesmo modo por Deus. Somos todos irmãos. Efetivamente, as JMJ são uma manifestação clara da união entre os jovens, ou não estivessem quase todas as nações representadas neste evento mundial. Somos um só.

(...)

A versão completa do subsídio litúrgico encontra-se disponível em [www.arquidiocese-braga.pt/liturgia/](http://www.arquidiocese-braga.pt/liturgia/)

# “Dá-me de beber”

## TERCEIRO DOMINGO QUARESMA ANJA - 2023



LABORATORIODAFE



## SERVIÇOS PASTORAIS

Dom José Manuel Garcia Cordeiro, Arcebispo Metropolitano de Braga e Primaz das Espanhas, perante novas necessidades pastorais e procurando responder às suas exigências, procedeu às seguintes nomeações:

- **D. Nuno Manuel dos Santos Almeida, Bispo Auxiliar**, nomeado Vigário Episcopal para os Leigos, Família e Vida.
- **D. Delfim Jorge Esteves Gomes, Bispo Auxiliar**, nomeado Vigário Episcopal para a Educação Cristã.
- **Conselho Permanente do Conselho Presbiteral:**
  - Cón. Manuel Joaquim Fernandes da Costa
  - P. Rui Manuel Gomes Sousa
  - P. José Miguel da Silva Neto
  - P. António de Magalhães Sousa
  - P. Jorge Filipe Vilaça Barbosa

Braga e Cúria Arquiepiscopal, 23 de fevereiro de 2023  
Cónego João Paulo Coelho Alves, *Chanceler*

## NOMEAÇÕES ECLESIASTICAS

Havendo necessidade de reconfigurar a **Comissão de Proteção de Menores e Adultos Vulneráveis da Arquidiocese de Braga - CPMVAB**, Dom José Manuel Garcia Cordeiro, Arcebispo Metropolitano de Braga e Primaz das Espanhas, procedeu à seguinte constituição:

- Dra. Carla Manuela Ferreira da Silva Rodrigues, *Advogada, Coordenadora*
- Dra. Liliana Fernandes da Silva Limpo Trigueiros, *Psicóloga*
- Dra. Maria Lúcia de Barros Soares, *Psiquiatra*
- Cor. Manuel Picas de Carvalho, *GNR Aposentado*
- Dr. Carlos Alberto Pereira, *Professor*
- P. Bruno Miguel Monteiro Nobre, *SJ, Assistente Espiritual*

Braga e Cúria Arquiepiscopal, 23 de fevereiro de 2023  
Cónego João Paulo Coelho Alves, *Chanceler*

**AGENDA Viva**

**3 MAR**

CENTRO CULTURAL E PASTORAL DA ARQUIDIOCESE - BRAGA

**GODNIGHT: À CONVERSA SOBRE... 21H00**

2º ENCONTRO

**Ressuscitamos ou reencarnamos?**

**3 DE MARÇO | 21H**

Centro Cultural e Pastoral da Arquidiocese

com **João Manuel Duque**

Prof. Doutor da UCP e Professor na Faculdade de Braga

**4 MAR**

SANTA MARIA DE ARNOSO - FAMALICÃO

**II CONCERTO PAIXÃO DO SENHOR 21H00**

**O tempo é agora**

**UMA CONVERSA COM ANA CLÁUDIA FERNANDES**

Terça-feira, 7/03, às 21h

[www.dmtv.pt](http://www.dmtv.pt)

LIVRARIA DIÁRIO DO MINHO

**LIVRO DA SEMANA 18,50€**

**10% Desconto\***

**A ARTE DE CURAR FABIO ROSINI**

O Padre Fabio Rosini propõe um caminho pessoal (e, por isso, universal) de cura da vida interior e afetiva.

Compre online em [www.livrariadm.pt](http://www.livrariadm.pt)

\* Na entrega deste cupão. Campanha válida de 3 a 9 de março de 2023.