



ARQUIDIOCESE DE BRAGA  
COMISSÃO ARQUIDIOCESANA  
PARA A PASTORAL LITÚRGICA E SACRAMENTOS

"Faça-se em mim,  
segundo  
a Tua Palavra"



FÉ CONTEMPLADA  
(ANO MARIANO)

2016-2017



# Fé Contemplada em Maria

## Proposta para o Ano Litúrgico 2016-2017 (Ciclo A)

---

### Fé Contemplada

A alegria de ser discípulos missionários entusiasma-nos a viver de forma renovada este Ano Pastoral. Ainda em ambiente do Jubileu da Misericórdia, damos mais um passo no Plano Pastoral da nossa Diocese, no último ano deste quinquénio (2012-2017): *Fé Contemplada*. Fazemo-lo, assumindo a celebração nacional do Centenário das Aparições em Fátima (1917-2017), na perspetiva da fé contemplada.

Neste ano, propomo-nos continuar a redescobrir a nossa identidade cristã e o dom da fé, numa contínua adesão e conversão a Jesus Cristo, através da contemplação das maravilhas que Deus opera em Maria e na nossa própria vida pessoal, familiar, paroquial e social. Deste modo, como Maria, *somos felizes, porque acreditamos!*

### Maria – A Senhora da Alegria

Maria, primeira discípula missionária, convidada para participar ativamente na História da Salvação, abre a sua vida à presença de Deus. A sua mais profunda identidade é dom de Deus (“cheia de graça”), mas sem

a sua abertura a esse dom, Deus nada poderia fazer na sua vida. Maria escuta, perturba-se, interroga e questiona-se. É uma atitude de diálogo, simples e delicada, atenta e perfeitamente proporcionada à situação, que é nova, imprevista e inédita. Por isso, podemos (com Isabel) repetir ao longo deste Ano Pastoral: “Feliz de ti que acreditaste” (Lucas 1, 45). As palavras de Isabel dirigidas a Maria — palavras de acolhimento, de afeto, de bênção, de louvor, de fé — constituem a antecipação do mistério essencial da fé: “Bendita... bendito... alegria... Feliz de ti que acreditaste...”.

Este Ano Pastoral é uma oportunidade para continuar a descoberta das maravilhas de Deus, seguindo o exemplo de Maria, pois “pela fé, Maria acolheu a palavra do Anjo e acreditou no anúncio de que seria Mãe de Deus na obediência da sua dedicação. Ao visitar Isabel, elevou o seu cântico de louvor ao Altíssimo pelas maravilhas que realizava em quantos a Ele se confiavam. Com alegria e trepidação, deu à luz o seu Filho unigénito [...]. Com fé, Maria saboreou os frutos da ressurreição de Jesus e, conservando no coração a memória de tudo, transmitiu-a aos Doze reunidos com Ela no Cenáculo para receberem o Espírito Santo [...]. Pela fé, no decurso dos séculos, homens e mulheres de todas as idades, cujo nome está escrito no Livro da vida, confessaram a beleza de seguir o Senhor Jesus nos lugares onde eram chamados a dar testemunho do seu ser cristão: na família, na profissão, na vida pública, no exercício dos carismas e ministérios a que foram chamados. Pela fé, vivemos também nós, reconhecendo o Senhor Jesus vivo e presente na nossa vida e na história” (Bento XVI, *Porta Fidei*, 13).

Por isso, neste Ano Pastoral, Maria é aclamada como Senhora da Alegria, porque manifesta esta graça no encontro com Seu Filho Jesus Cristo, chamando-nos também a tomar parte deste júbilo.

## **Alegria de acreditar e celebrar**

A Alegria é um fruto do Espírito Santo. Tal como Maria é aclamada “bendita entre as mulheres”, porque é abençoada pelo Espírito Santo ao deixar gerar em si o Verbo incarnado, também nós poderemos rejubilar na medida em que nos abirmos ao sopro do Espírito, que gera em nós fecundidade de vida acolhida e partilhada, o que é sinal e testemunho da verdadeira alegria do encontro com Cristo.

Para aprendermos com Maria a viver esta alegria, precisamos de assumir as suas atitudes, o seu estilo de vida, o modelo de crente que ela é. Neste sentido, a Comissão Arquidiocesana para a Pastoral Litúrgica e Sacramentos propõe que nos deixemos acompanhar pela figura de Maria, a Senhora da Alegria, conforme o cartaz da Diocese, que deverá marcar presença nos espaços litúrgicos de cada comunidade. No início de cada Tempo Litúrgico, deverá ser colada uma folha com uma atitude de Maria, para ser vivida durante aquele Tempo. No fundo, aquilo que se propõe é um caminho de aprofundamento das atitudes de Maria, ao longo do Ano Litúrgico, de tal modo que vivamos cada uma dessas atitudes em cada Tempo Litúrgico, conforme a tabela que a seguir se apresenta:

<i>Tempo Litúrgico</i>	<i>Atitude de Maria</i>
<b>Advento</b>	Silêncio
<b>Natal</b>	Interioridade
<b>Tempo Comum I</b>	Louvor
<b>Quaresma</b>	Penitência
<b>Páscoa</b>	Oração
<b>Tempo Comum II</b>	Ação de Graças

Além desta proposta que animará todo o Ano Litúrgico – em cada Tempo haverá a dinamização de caminhadas litúrgicas de acordo com a atitude de Maria –, esta Comissão continuará a propor a preparação da Liturgia Dominical em cada semana, que será disponibilizada com antecedência de duas semanas no suplemento “Igreja Viva” e na página da Comissão de Liturgia ([www.arquidiocese-braga.pt/liturgia](http://www.arquidiocese-braga.pt/liturgia)). De entre as sugestões de cada Domingo, incluiremos as seguintes:

- uma frase do Evangelho para “Contemplar a Alegria do Evangelho”;
- um itinerário simbólico para cada Tempo Litúrgico, onde se inclua a atitude mariana e uma expressão estética;

- uma sugestão de cânticos para ajudar os grupos corais a fazer a escolha dos mesmos, com critérios mais adequados;
- o destaque de vários elementos celebrativos, sendo que em cada Domingo se fará sempre uma breve introdução à Liturgia da Palavra e se apontarão alguns elementos a cuidar na preparação da proclamação da Palavra, além da valorização de outros momentos da celebração, de acordo com a pertinência da dinâmica dominical;
- uma proposta para a eucologia a usar na celebração (orações presidenciais, prefácio, oração eucarística e fórmula para a bênção final);
- uma adaptação da linguagem e dos conteúdos da Oração Universal;
- um compromisso simples e concreto para contemplar os mistérios celebrados ao longo da semana, para “viver a alegria”.

Mais ainda: para cumprirmos os objetivos apontados pelo Plano Pastoral, durante este Ano Litúrgico dever-se-ão valorizar as Missas Votivas da Virgem Santa Maria, além das festas que integram o calendário litúrgico, tendo a oportunidade de, pelo menos uma vez por mês, ter uma celebração eucarística festiva dedicada a Maria. Além disso, está a ser feita uma articulação com os Seminários Arquidiocesanos, em ordem a enriquecer o livro *Trinta e Um Dias Com Maria*, com sugestão de esquemas celebrativos que integrem textos das Missas Votivas de Nossa Senhora, para serem usados em Celebrações da Palavra, quando o Rosário for recitado durante o mês de maio e não houver Eucaristia. Também para a oração familiar e de

grupos paroquiais se sugere a recitação do Terço, bem como a oração do *Magnificat*. Não podemos esquecer a necessária purificação que as peregrinações deverão viver, de tal modo que correspondam cada vez mais ao caminho de aprofundamento das atitudes que aprendemos com Maria.

Com estas iniciativas, sentimo-nos habitados pela Alegria, pois os nossos olhos abrem-se para um horizonte de caminho cada vez mais renovado, o que gera em nós uma esperança firme na ação do Espírito Santo na preparação e na vivência da Liturgia em cada comunidade da nossa Arquidiocese. Afinal, Deus desafiou-nos a trilhar caminhos novos para fazermos a alegre experiência de Cristo Ressuscitado na celebração da fé, na prática dos sacramentos, na oração pessoal e familiar, no dinamismo dos grupos paroquiais, no exercício da caridade como missão que brota da fé celebrada, na vivência familiar, no trabalho, na escola e na sociedade. Felizmente, respondemos “sim” a este desafio de Deus.



# “Faça-se em mim, segundo a Tua Palavra”

## Caminhada de Advento-Natal

---

### Tempo de Advento

O Tempo do Advento, com o qual se inicia o Ano Litúrgico, abre para cada cristão a **porta da esperança que conduz à alegria**. Efetivamente, sendo um tempo de preparação do grande mistério da Incarnação, não se reduz a um conjunto de atos preparatórios, mas pretende desenvolver uma atitude de esperança, de tensão, para um encontro fundamental.

Trata-se de reavivar a esperança e de fazer a experiência de um Deus que se faz tão próximo que nos impele a tocar a verdade da nossa humidade. Por isso, somos chamados a incarnar e viver a alegria de contemplar as maravilhas que Deus faz em Maria e no nosso caminho de encontro com Ele.

### *As casas de Maria*

O anúncio da maternidade de Maria gera nela um agudo sentimento de alegria que a faz transbordar, percorrendo caminhos para ir ao encontro de Isabel, com quem glorifica a Deus pelas maravilhas que opera

na sua vida. O assentimento de Maria – no *Fiat* e no *Magnificat* – evidencia substancialmente o acolhimento que Maria faz do chamamento de Deus, da proposta divina para ser Mãe do Messias, e a correspondência que está disposta a fazer da sua vida à vontade de Deus. Por isso, foi escolhido como tema desta caminhada litúrgica, espiritual e pastoral: “[Faça-se em mim, segundo a Tua Palavra](#)”.

Tendo em conta a dinâmica de acolhimento da proposta de Deus e a da maternidade de Maria em expectativa, que marcam todo o ritmo do Advento, somos chamados a viver este período como acolhedores da missão para a qual Deus nos convoca. Para exprimir todo este dinamismo numa imagem que fosse a base de trabalho e de desenvolvimento da caminhada de Advento-Natal, recorreremos à figura da casa, uma vez que o Plano Pastoral apresenta as *Casas de Maria*, como lugares de contemplação da fé: a devoção mariana (piedade popular), os santuários e as peregrinações, as famílias, a paróquia e as periferias humanas.

Neste sentido, vamos construir, ao longo deste ciclo litúrgico, [a Casa de Maria](#), para acolhermos as atitudes dela. Em cada Domingo e Solenidade será apresentado um elemento da Casa, que irá ganhando forma paulatinamente e conforme se for construindo o caminho. Esta casa pode ser construída em diversos materiais, desde cartão a madeira, *k-line* ou esferovite. Cada comunidade deverá adaptar às suas circunstâncias concretas e ao espaço litúrgico próprio. Na proximidade da construção da casa estará o cartaz deste Ano Pastoral, com a figura da Senhora da Alegria, onde permanecerá a atitude a cultivar durante este tempo: o silêncio.

## ***Uma atitude silenciosa***

A maternidade é símbolo da esperança, da contemplação, da meditação, da fecundidade. Estes significados redundam numa **atitude de silêncio**, de gestação interior, de contemplação fecunda. A partir desta conceção e conforme a proposta elaborada para todo o Ano Litúrgico, vamos procurar cultivar o silêncio, como atitude a aprender de Maria, durante o Advento. Por isso, em cada Domingo e Solenidade deste período litúrgico valorizar-se-á um momento da Eucaristia, onde será feito um tempo de fecundo silêncio, introduzido por um breve apontamento, que faça adentrar cada pessoa no mistério inaudível celebrado.

Além disso, sabemos como o silêncio é reconfigurador da vida de cada cristão. Neste sentido e tendo por base o texto bíblico da Anunciação, a Comissão de Liturgia apresentará uma **Celebração Penitencial**, que poderá ser preparada em cada família, onde se poderá recuperar a oração mariana e o exame de consciência, e realizada em cada comunidade cristã, em ordem a valorizar a vivência pessoal e comunitária da maravilha do perdão que Deus opera na vida de cada cristão.

## ***Da contemplação à ação***

A contemplação de um itinerário litúrgico, espiritual e pastoral para o Tempo de Advento não pode deixar de se concretizar quer por não ser exequível quer por falta de objetivação. Neste sentido, apresenta-se, de seguida, uma tabela onde se verifica toda a caminhada de Advento.

## ADVENTO

<i>Solenidade</i>	<i>Data</i>	<i>Contemplar a Alegria do Evangelho</i>	<i>Elementos celebrativos a destacar</i>		<i>Itinerário Simbólico</i>	
					<i>Atitude mariana</i>	<i>Casa de Maria</i>
I Domingo	27 novembro	“Virá o Filho do homem”	Silêncio na preparação individual da celebração.	Início da celebração: ao fundo da Igreja, com as duas primeiras estrofes do salmo responsorial.	Silêncio vigilante	Colocar a Parede da Casa
II Domingo	4 dezembro	“Praticai ações que se conformem ao arrependimento que manifestais”	Silêncio na preparação penitencial.	Escolher uma fórmula para a preparação penitencial.	Silêncio aberto à paz	Colocar o Telhado da Casa
Imaculada Conceição	8 dezembro	“Como será isto, se eu não conheço homem?”	Silêncio após a proclamação de cada leitura e da homilia.	Cantar a introdução de cada leitura.	Silêncio contemplativo	Colocar o Jardim (Arranjo de flores brancas) junto à Casa
III Domingo	11 dezembro	“Ide contar o que vedes e ouvis”	Silêncio na Oração Eucarística.	Prolongar o silêncio no momento da narrativa da Instituição da Eucaristia.	Silêncio alegre	Colocar as Janelas
IV Domingo	18 dezembro	“Será chamado ‘Emanuel’, que quer dizer ‘Deus conosco’”	Silêncio de qualidade após a comunhão.	Fazer um tempo de silêncio contemplativo no momento pós-comunhão.	Silêncio de intimidade	Colocar a Porta

## Tempo de Natal

O ciclo litúrgico do Natal é muito breve, mas não deixa de ser todo ele abundantemente festivo. Neste Tempo Litúrgico, celebramos a Encarnação de Jesus Cristo, grande maravilha que Deus opera por/para nós. Ao reconhecermos que Deus assume a natureza humana, somos chamados a contemplar esta maravilha que se sintetiza no presépio, em Jesus de Nazaré e em todo o mistério que d'Ele irradia. Vindo ao mundo, Ele apresenta-se como *Luz*. Por isso Ele enche a nossa Casa da sua luminosidade.

Maria tem um papel significativo neste mistério da fé, porque diz “sim” ao projeto de Deus para salvação da humanidade, inaugurando-se, assim, uma nova etapa na História, com o cruzamento dos caminhos de Deus no das pessoas. Deus ilumina, deste modo, os caminhos tortuosos da densa narrativa humana para fazer ver o caminho que somos chamados a percorrer. Maria, como primeira discípula, ensina-nos a trilhar este caminho, apontando para a Luz, deixando-A incarnar na nossa vida.

## *Abrir a Casa à luz*

Dado o esplendor da luminosidade de Jesus Cristo, ao longo do Tempo de Natal, a dinâmica iniciada no Tempo de Advento tem continuidade nestas celebrações natalícias. Continuamos a *deixar que se faça em nós, segundo a Palavra*, a abrir a nossa casa, a nossa vida à Luz de Deus, que nos mostra os caminhos a percorrer, contemplando as graças que Ele nos oferece em cada etapa deste itinerário.

Durante o Tempo de Natal, vamos **abrir a Casa de Maria à Luz de Cristo**. Em cada Domingo ou Solenidade, abrir-se-ão, progressivamente, a Porta e cada uma das Janelas da Casa, de onde brotará a luz do próprio Cristo. Também associada a esta abertura luminosa estará a valorização de um momento da Liturgia, além de toda a preparação que é sugerida em cada semana.

### **Da construção à abertura luminosa**

Estando a Casa de Maria construída para albergar os discípulos missionários de Seu Filho, este edifício eclesial não pode ficar fechado, mas é um apelo para a abertura a outras casas, às periferias humanas. Ao abrir-se, a Igreja, **a Casa de Maria acolhe e deixa transparecer a Luz do Menino-Deus**.

Para compreendermos melhor como concretizar este dinamismo, ei-lo explicitado no seguinte quadro.

## **NATAL**

<b>Solenidade</b>	<b>Data</b>	<b>Contemplar a Alegria do Evangelho</b>	<b>Elementos celebrativos a destacar</b>	<b>Itinerário Simbólico</b>	
				<b>Atitude mariana</b>	<b>Casa de Maria</b>
Natal do Senhor	25 dezembro	“Era a luz verdadeira que ilumina todo o homem”	Fazer a procissão da Palavra com o Evangelário e uma vela, para introduzir a Liturgia da Palavra.	Interioridade	Abrir a Porta da Casa e deixar entrever uma luz (pode ser uma vela desenhada ou uma

Sagrada Família	30 dezembro	“Tomou o Menino e sua Mãe e partiu”	Fazer a renovação das promessas matrimoniais.		vela acesa nesse momento, conforme o material em que se faça a Casa).
Santa Maria, Mãe de Deus	1 janeiro	“Maria conservava todos estes acontecimentos e meditava-os em seu coração”	Rezar o <i>Magnificat</i> no momento pós-comunhão.		Abrir uma das janelas da Casa e deixar vislumbrar uma luz.
Epifania	8 janeiro	“Onde está o rei dos judeus que acaba de nascer?”	Proclamar o anúncio solene do Dia da Páscoa.		Abrir a outra janela da Casa e deixar vislumbrar uma luz.

## **MAGNIFICAT**

**A minha alma glorifica o Senhor  
e o meu espírito se alegra em Deus, meu Salvador.  
Porque pôs os olhos na humildade da sua Serva:  
De hoje em diante me chamarão bem-aventurada todas as gerações.  
O Todo-Poderoso fez em mim maravilhas:  
Santo é o seu nome.  
A sua misericórdia se estende de geração em geração  
sobre aqueles que o temem.  
Manifestou o poder do seu braço  
e dispersou os soberbos.  
Derrubou os poderosos de seus tronos  
e exaltou os humildes.  
Aos famintos encheu de bens  
e aos ricos despediu de mãos vazias.  
Acolheu a Israel, seu servo,  
lembrado da sua misericórdia,  
como tinha prometido a nossos pais,  
a Abraão e à sua descendência para sempre.  
Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo,  
como era no princípio, agora e sempre. **Ámen.****