



**ABRIR E SEMEAR SULCOS**  
DE PAZ E DE ESPERANÇA

**DIOCESE DE LAMEGO**

**ABRIR E SEMEAR SULCOS**  
DE PAZ E DE ESPERANÇA

PLANO PASTORAL  
**2020-2021**

# CARTA PASTORAL

+ ANTÓNIO JOSÉ DA ROCHA COUTO

## ABRIR E SEMEAR SULCOS DE PAZ E DE ESPERANÇA

Nos sulcos abertos na terra lavrada/ cai uma semente mansa,/ carregada de esperança./ Talvez,/ na próxima primavera,/ um pé de trigo se levante,/ e cante:/ bom-dia, meu amigo.// Na página em branco/ poisam as palavras, os sorrisos, os sonhos, a missão:/ a ternura de um Deus que quis precisar da minha mão.// Um vinco na página, uma dobra,/ transforma as palavras em mensagem,/ que a aragem do Espírito fará chegar a ti:/ Evangelização, missão coração a coração.// Abres a página dobrada sobre o vinco:/ as palavras saltarão para o teu seio,/ para o teu regaço,/ para o teu rosto,/ para o teu sorriso,/ para a tua mão.// Estão vivas as palavras, meu irmão,/ estão vivas./ Acordam quando tu as lês,/ todos os dias,/ quando desdobras a página, o coração,/ onde dormem suavemente enternecidas.// Vai, meu irmão!/ Vai, minha irmã!/ Não deixes para amanhã/ a beleza dos teus passos sobre os montes:/ vive a missão, rasga horizontes!

### **A transportar:**

#### **Igreja chamada e enviada, em caminho e em comunhão**

1. Em tempos normais, o ano pastoral que se aproxima, 2020-2021, seria o terceiro de um triênio dedicado à Igreja, em que queríamos salientar a identidade da Igreja, visível no seu rosto belo e feliz de Esposa de Cristo, de quem recebe a luz e a vida (*mysterium lunae*) (*Igreja de Lamego em Caminho e em Comunhão*, n.º 2), e mãe de tantos filhos, porventura feridos, mas felizes, comovidos, irmanados e empenhados na causa do Evangelho e da Evangelização. O primeiro ano do triênio, 2018-2019, colocou diante de nós a “Igreja [de Lamego], chamada e enviada em missão”. O segundo ano do triênio, 2019-2020, mostrou-nos a “Igreja [de Lamego] em caminho e em comunhão”, todos desafiados a caminhar, todos com todos, tantos rostos diferentes, empenhados e irmanados numa experiência de sinodalidade, que é a Igreja a fazer-se, mais do que fazer coisas na Igreja. Tudo somado: sentir a Igreja como *coisa* nossa, como *causa* nossa.

2. Todos sabemos, infelizmente, que este caminho sinodal não foi levado até ao fim, devido à pandemia, que entretanto chegou sem pedir licença e sem pré-aviso, e fechou as nossas igrejas e até as nossas casas. De qualquer modo, o que nos vem de trás, e estreitamos com carinho nos braços e no coração, é a Igreja, nossa mãe, «Igreja de Deus», por Deus *amada e chamada e saudada e enviada*. Como Maria. Portanto, à Igreja, como a Maria, compete responder ao amor primeiro, à voz que primeiro a chama pelo nome, à saudação que lhe é dirigida, à missão em que é investida. Igreja de Deus, esposa de Deus, Igreja, nossa mãe, mãe dos filhos de Deus, filhos amados e irmanados, em caminho e em comunhão, habitados pela graça, e por graça vivendo em modo de peregrinação, em modo de oração, em modo de comunhão, em modo de participação, em modo de conciliação, em modo de irmão.

#### **Se o Senhor não tivesse estado connosco...**

3. Atingidos a meio do caminho pela pandemia, não ficámos, todavia, tolhidos nem atolados na desgraça, abandonados e paralisados no meio da praça. Soubemos dar as mãos, e levantámo-nos, e vamos continuar a levantar-nos uns aos outros, não por virtude ou mérito nosso, mas porque Tu, Senhor, estás connosco, caminhas connosco, e nos circundas de graça. Bem sabemos que a ciência pode ou não produzir uma vacina, mas

sabemos ainda melhor que cada vontade boa pode transformar em arado qualquer espada, semear em cada sulco uma semente, em cada vinco uma mensagem de esperança, e talvez na próxima primavera, quem sabe, se há de levantar de cada sulco um pé de trigo, de cada vinco um pedaço de Evangelho. Mas, medindo sempre cada tempo e cada passo, cada sucesso e cada fracasso, continuamos a rezar com o Salmista: «Se o Senhor não tivesse estado connosco» (Salmo 124,1-2). Se o Senhor não estiver connosco... Sabemos bem que reside aqui, na chama viva desta presença, a raiz da esperança que arde e luz em nós.

4. Não admira, pois, que onde o mundo diz, desde Sócrates, um orgulhoso e autorreferencial: «conhece-te a ti mesmo!», nós ousamos dizer de outra maneira: «conhece o teu Deus!» (1 Crónicas 28,9). E, porque somos por Ele conhecidos (Gálatas 4,9), também O conhecemos a Ele, e sabemos que o Senhor, nosso Deus, «que habita nas alturas, na eternidade e na santidade», manda dizer por intermédio do seu profeta Isaías, «que habita também no meio de nós, que está no meio de nós, para dar vida e alento e esperança aos pobres e humilhados, aos que não têm espaço nem sequer para respirar, aos que têm o coração despedaçado» (Isaías 57,15). É esta presença de Deus no meio de nós que é a nossa força e a nossa esperança. Agora, com estrondo, pela voz do profeta Zacarias: «Assim disse o Senhor dos exércitos: “Na-

queles dias, dez homens de todas as línguas que se falam entre as nações agarrar-se-ão a um judeu pela orla [do seu manto], e dirão: Nós queremos ir convosco, porque ouvimos dizer que Deus está convosco”» (Zacarias 8,23). É por isso que, no meio da dor, da pandemia, da morte e do luto, não podemos deixar de seguir Jesus, não de longe, mas bem de perto, agarrados a Jesus, e vendo o Evangelho a acontecer à nossa frente, tal como Zacarias o predisse: «Uma mulher, que sofria de um fluxo de sangue havia doze anos, e que ninguém tinha conseguido curar, aproximou-se de Jesus, por trás, e tocou na orla do seu manto; no mesmo instante, o fluxo de sangue parou» (Lucas 8,43-44). «Se o Senhor não tivesse estado connosco, que o diga Israel...». E digamos nós também, e continuemos a dizer nós também, porque Ele está connosco, porque Ele vai connosco, abrindo para nós o véu e o céu, como nosso único *precursor* (Hebreus 6,19-20). Jesus é aqui chamado *precursor* (*pródromos*), e é a única vez que o termo é usado em todo o NT. João Batista nunca recebe este título; ser-lhe-á atribuído mais tarde pela tradição cristã, devido à sua função de «preparar os caminhos do Senhor» (cf. Lucas 1,76). João Batista pode ser então o precursor de Jesus, mas Jesus é o precursor de todos, «tendo inaugurado para nós um caminho novo e vivo» (Hebreus 10,20, que nos introduz na intimidade de Deus.

### Do lado de cá da meia-noite

5. Na Nota Pastoral «A Páscoa é a nossa pátria», de 17 de maio passado, inseri um grito de esperança dorida do profeta Isaías: «Sentinela, quanto resta da noite? E a sentinela responde: já desponta a manhã, mas é ainda noite» (Isaías 21,11-12). A este registo de esperança dorida e enigmática de Isaías, junto agora um canto de esperança semeado por Jeremias no vale ou sulco de lágrimas, ao mesmo tempo côncavo e convexo, unindo terra e céu, da povoação de Ramá:

«Levanta-se uma voz de Ramá, lamentação, lágrimas amargas. Raquel chora os seus filhos, e não quer ser consolada porque já não existem. Mas assim disse o Senhor: “Que cesse o teu pranto, e cessem também as lágrimas dos teus olhos, pois há consolação para a tua dor: os teus filhos regressam do país do inimigo. Eis que os faço vir do país da meia-noite, reúno-os dos confins da terra, o cego e o aleijado, a mulher grávida e a que dá à luz, todos juntos, uma grande multidão que regressa. Regressam com as suas lágrimas, com os seus lamentos. Conduzi-los-ei às torrentes de água, por um caminho reto sem qualquer obstáculo...”» (Jeremias 31,15-16.8-9).

Convergência vertiginosa e desconcertante, em que o tempo do regresso do exílio se sobrepõe à ida para o exílio!

6. É notável a página de Jeremias, em que a tinta da esperança surge manchada pelas lágrimas; portanto, um tanto ou quanto deslavada, mas ainda assim legível e clara. Ramá (atual *er-Ram*) era o primeiro posto de concentração, situado a uns 7 quilómetros a norte de Jerusalém, para onde eram conduzidos os exilados de Judá e de Jerusalém, que de Ramá partiam, acorrentados, a caminho da Babilónia. Jeremias conhecia bem a base militar de Ramá, pois, segundo o seu próprio relato (Jeremias 40,1), para lá tinha sido também conduzido, embora já antes tivesse sido libertado em Jerusalém pelas autoridades babilónicas (cf. Jeremias 39,11-14). Distração e excesso de zelo dos guardas, com certeza. Mas, desta maneira, Jeremias experimentou também a triste condição de exilado! Feita a triagem em Ramá, Jeremias acabou por ser reconduzido à liberdade, mas ficaram-lhe sempre a doer na alma os lamentos e as lágrimas que lá viu, sentiu e ouviu. Raquel é a mãe que chora a morte dos seus filhos, e representa todas as mães que choram a morte dos seus filhos. Todavia, vê-se no andamento do texto, vem misturar-se a estas vozes lacrimadas e doridas a voz de Deus, carregada de luz e de esperança. É assim que é possível, é assim que é legível a convergência do regresso com o ingresso no exílio! Do mesmo modo que é possível e legível ver Jeremias, conduzido sempre pela mão de Deus e pelo olhar atento de Deus, a arrancar da lama uma flor de amendoeira (Jeremias 1,11-12).

7. Como acabámos de ver, Jeremias foi libertado dos grilhões de deportado, e veio juntar-se a Godolias, que Nabucodonosor tinha deixado como Governador da terra de Judá (Jeremias 40,6). Godolias acabou, porém, por ser assassinado pelo partido anti babilónico e filo-egípcio (Jeremias 41,2), e os assassinos, temendo represálias da Babilónia, fugiram para o Egito, arrastando consigo Jeremias (Jeremias 43,6-7), que por lá terá morrido no esquecimento e no abandono, engolido pelas dunas do deserto, envolto no seu manto de lágrimas e de esperança. Sim, Jeremias é um dos maiores cantores da esperança. Não a vai buscar a vãs promessas político-militares, sociais ou económicas, mas arranca-a da tormenta que o habita, e partilha-a apenas com aqueles que, como ele, experimentam a amargura do sofrimento, e «comem o pão das lágrimas» (Salmo 80,6): os pobres e os abandonados, os deserdados e os famintos, os deportados, os que morrem no deserto e velam nos seus túmulos, sulcos semeados de lágrimas e de flores, e que um dia darão o seu fruto!

**Ainda não é noite o dia inteiro!**

**Ainda há uma manhã para cada noite!**

8. A página em carne viva de Ramá, com a esperança a despontar das lágrimas, termina com uma confissão intensa de Jeremias: «Neste ponto, acordei e abri os olhos: doce tinha sido o meu sonho!» (Jeremias 31,26). Confissão comovente e descon-

certante. Em Jeremias, a alegria é real, mas parece nunca ter sido senão um sonho. É a alegria de amanhã, de depois de amanhã, daquele amanhã que Jeremias nunca conheceu, de que nunca vislumbrou sequer o alvorecer. Mas Jeremias sabia que, embora fosse ainda noite, a aurora tinha de aparecer, porque já tinha ficado para trás a meia-noite! Trata-se, portanto, não de um sonho noturno, em que vêm à tona secretos desejos antigos, expostos à interpretação, mas de um sonho diurno, proativo, que traz à tona ideias ou ideais que não pedem interpretação, mas elaboração! Talvez o verdadeiro Génesis não esteja no princípio, mas no fim, conforme as repetidas mensagens performativas de Deus que atravessam a Escritura, prometendo e desenhando já novos céus e uma nova terra (Isaías 65,17; 2 Pedro 3,13; Apocalipse 21,1). Significa isto que, embora estejamos ainda no meio da noite desta pandemia, não nos é permitido falar de catástrofe. Significa mais ainda que não podem as coisas continuar como estão (a que chamam “novo normal”), nem sequer simplesmente voltar ao como estavam antes (a que chamam “normal”); isso, sim, um tal regresso, um simples regresso, é que seria a verdadeira catástrofe, como acertadamente refere Walter Benjamin, noutra contexto igualmente difícil. Portanto, temos de ser habitantes de uma esperança grande, e não gente resignada a coisas meramente “normais”, daquelas que se compram e se vendem. Não basta mudar o quadro, mantendo sempre o mesmo prego. É mesmo preciso mudar também o prego. E talvez também a parede. É isto

que é “sonhar para a frente”, para usar a linguagem de Jeremias lida por Ernst Bloch, a quem devemos também as palavras em epígrafe neste apartado. A situação que nos é dado viver, também por graça, reclama de nós, não um mundo assim-assim, mas um mundo novo, ao nível da nossa condição de filhos de Deus.

### Missão essencial

9. Aí está então o nosso trabalho, aqui e agora, e daqui para a frente. A nossa maneira de estar, não tanto fazendo mais coisas na Igreja, mas ajudando a Igreja a fazer-se como um novo espaço relacional, com um novo rosto, e um modo novo marcadamente evangelizador. Podemos, para tanto, pôr diante dos olhos duas situações elucidativas do Papa Francisco, ambas decorrentes do Encontro de Aparecida.

9.1. O Encontro de Aparecida teve lugar entre os dias 13-31 de maio de 2007. E o então Cardeal Bergoglio foi escolhido como presidente da comissão encarregada da redação do documento final, que foi entretanto publicado no Brasil em edição conjunta da CNBB, Paulus e Paulinas, Brasília, São Paulo, 2007. O extenso documento está disponível, e não vamos aqui voltar a ele. Mas podemos referir uma pequena alusão a ele feita num extrato ilustrativo do Discurso do Cardeal Bergoglio, enquanto arcebispo de Buenos Aires, na primeira reunião do Conselho Presbiteral ocorrida no dia 15 de abril de 2008. Eis o extrato:

«A proposta de Aparecida é mais audaz, vai para além da *missão programática*, sem a excluir. A Missão proposta em Aparecida não é limitada no tempo, mas pensada de modo que, depois do seu começo, possa continuar a caminhar, como *missão permanente*. Não se trata de programar um conjunto de ações (embora não sejam excluídas), mas do início de qualquer coisa cuja projeção não se pode determinar ou precisar. Podemos então falar de *missão permanente* e da Missão continental que Aparecida propõe como “*Missão paradigmática*”. Isto significa pôr a missão como chave interpretativa de toda a ação pastoral; quer dizer, reforçar um processo pastoral que tem como característica específica a dimensão missionária nos âmbitos da pastoral ordinária: não é uma ação missionária *ad extra*, mas antes *ad intra* e *ad extra*, contínua e permanente. A missão torna-se o *paradigma* de toda a ação evangelizadora».

9.2. Tendo sempre em atenção as palavras do Papa Francisco, é bom que se distinga, sempre sem exclusões, entre «missão programática» e «missão paradigmática». Quem diz «missão», pode dizer «pastoral» ou «vida eclesial», ou «conversão pastoral da comunidade paroquial» ou «conversão missionária» (expressões recorrentes na recente Instrução «*A conversão pastoral da comunidade paroquial ao serviço da missão evangelizadora da*



*Igreja*», da Congregação para o Clero, de 29 de junho de 2020). A distinção entre «missão programática» e «missão paradigmática» é hoje, não apenas importante, mas imprescindível. Vale a pena passar os olhos outra vez pelas próprias palavras do Papa Francisco, ditas em 28 de julho de 2013, no Rio de Janeiro, num encontro com os bispos responsáveis da CELAM:

«A *missão programática*, como o seu nome indica, consiste na realização de atos de índole missionária. A *missão paradigmática* implica, ao contrário, pôr em clave missionária as atividades habituais das Igrejas particulares. Torna-se evidente que acontece aqui, como consequência, o surgir de uma dinâmica de reforma das estruturas eclesiais. A “mudança das estruturas” (de caducas para novas) não é fruto de um estudo acerca da organização do sistema funcional eclesiástico, de que resultaria uma reorganização estática; é, antes, consequência da dinâmica da missão. O que faz cair as estruturas caducas, o que leva a mudar os corações dos cristãos, é a vivência missionária ou *missionariedade*. Daqui a importância da *missão paradigmática*».

### **Casa a casa, família a família, rosto a rosto, coração a coração**

10. Abrir um sulco, e semear de novo: missão essencial, missão paradigmática (não episódica), missão total, missão a to-

dos confiada, missão envolvente, de dentro para fora e de fora para dentro. Sim, também de fora podem vir desafios imensos: veja-se a mulher e mãe “libanesa” com lugar cativo no Evangelho (Mateus 15,21-28). Não se trata, portanto, de um rol de coisas a fazer na Igreja, mas da Igreja a fazer-se, impelida e envolvida na ventania ou no redemoinho do Pentecostes (Atos 2,1-11), cujas réplicas continuam a fazer-se sentir desde Jerusalém, passando por Samaria, Cesareia Marítima, Éfeso (cf. Atos 4,31; 8,17; 10,44; 19,6), espero que também por Lamego. A pandemia pode forçar-nos a um certo distanciamento ou confinamento social, mas é bom sabermos que o Evangelho não está encadeado ou confinado (2 Timóteo 2,9). Podemos e devemos rezar nas nossas casas, nas nossas famílias, pois o nosso Deus é «Deus de todas as famílias» (Jeremias 31,1), e o seu louvor pode ecoar de casa em casa, de família em família, de coração em coração, como bem exemplifica o Salmo: «Louvai o Senhor, porque Ele é Bom, porque o seu Amor é para sempre!/ Diga a casa de Israel: o seu amor é para sempre!/ Diga a casa de Aarão: o seu amor é para sempre!/ Digam os que temem o Senhor: o seu amor é para sempre! (Salmo 118,1-4). Não há parede nem porta que possa calar o nosso louvor! Já nas Cartas de São Paulo, o Apóstolo fala de comunidades onde pulsa a Igreja, usando para elas simplesmente o termo «casa» (veja-se, por exemplo, Romanos 16,3-5; 1 Coríntios 16,19-20; Filipenses 4,22). Nestas «casas» pode entrever-se

o nascimento das primeiras paróquias (Instrução «*A conversão pastoral da comunidade paroquial...*», n.º 6), centros propulsores do encontro com Cristo (n.º 3). Em cada «casa», portanto, não se deixe de rezar, não se deixe de “sonhar para a frente”, não se deixe de elaborar o sonho, não se descure a missão!

### **Usemos construir um santuário de tempo**

11. Na verdade, as paredes não podem sustentar o pulsar do nosso coração. É talvez chegada a hora, para evitarmos confinamentos e distanciamentos sociais, de construirmos novos edifícios, não de pedras e de espaço, mas de tempo! A civilização técnica representa a conquista e a ocupação do espaço por parte do homem. A única entidade que se levanta para refutar o falso sentido de soberania do homem é o tempo! (Abraham Joshua Heschel). Construamos, pois, santuários de tempo. Os dias, com claro destaque para o Domingo, bem podem ser as nossas novas catedrais. Voltemos às «casas», e imitemos a primeira «catedral» da Igreja nascente, que estava bem assente em quatro colunas, e nenhuma era de pedra. Apresento-as: 1) a escuta da Palavra de Deus (ensino dos Apóstolos); 2) a comunhão fraterna; 3) a fração do pão; 4) a oração (cf. Atos 2,42-47). Enchemos, pois, todas as horas de Cristo, de sonho, de louvor e de missão.

11.1. Para esta nova construção e dedicação do tempo, atrevo-me a oferecer algumas sugestões. Começemos pela be-

líssima oração do *Angelus Domini* ou «Avé-Marias», que o Povo de Deus aprendeu a rezar três vezes ao dia, enchendo o dia: de manhã, ao meio-dia e à tardinha, acompanhada pelo toque dos sinos. Aqui a deixamos para quem não a tiver já à mão, ou já a tenha perdido ou esquecido:

-O Anjo do Senhor anunciou a Maria.

R/ E Ela concebeu do Espírito Santo.

-Avé, Maria, cheia de graça, o Senhor é convosco! Bendita sois vós entre as mulheres, e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.

Santa Maria, mãe de Deus, rogai por nós, pecadores, agora e na hora da nossa morte. Amém.

-Eis aqui a serva do Senhor.

R/ Faça-se em mim segundo a vossa palavra.

-Avé, Maria...

-E o Verbo se fez carne.

R/ E habitou entre nós.

-Avé, Maria...

-Rogai por nós, Santa Mãe de Deus!

R/ Para que sejamos dignos das promessas de Cristo.

-Oremos. Infundi, Senhor, nós vos pedimos, a vossa graça nas nossas almas, para que nós, que, pela anunciação do anjo, conhecemos a encarnação do vosso Filho, assim pela sua paixão e morte na cruz, cheguemos à glória da Ressurreição. Por Cristo, nosso Senhor.

R/ Amém.

-Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo. Como era no princípio, agora e sempre. Amém (3x).

11.2. Deixamos também aqui a mais antiga oração conhecida, dirigida à Virgem Maria, que data mais ou menos do ano 300, e que é muito bela na sua simplicidade, e que nos ajuda a sentir seguros sob a proteção de Maria:

«À vossa proteção nos acolhemos, Santa Mãe de Deus; não desprezeis as nossas súplicas em nossas necessidades, mas livrai-nos de todos os perigos, ó Virgem gloriosa e bendita».

11.3. E, no século XI, por volta de 1050, o Povo cristão começou a rezar esta bela e bem conhecida oração, composta pelo monge beneditino Hermano Contracto [ou Hermano de Reichenau] (1013-1054), dirigida à Virgem Maria, como Rainha e Mãe

de Misericórdia, esperança e advogada nossa, para que nos assista nesta vida difícil, volvendo para nós os seus olhos misericordiosos, e mostrando-nos Jesus. Hermano de Reichenau sofria de inúmeras doenças graves e viveu num tempo em que reinava a fome e epidemias várias. Não obstante essas inúmeras circunstâncias dolorosas, foi um sábio e um santo, e foi nessas circunstâncias que, por volta de 1050, deu corpo e espírito a esta bela oração. Cerca de um século mais tarde, S. Bernardo (1090-1153), de quem celebramos hoje a memória litúrgica, acrescentou os belos atributos «ó clemente, ó piedosa, ó doce e sempre Virgem Maria» à oração original, que podemos hoje rezar em circunstâncias idênticas às do seu autor, entretanto beatificado em 1863:

«*Salve, Rainha, Mãe de Misericórdia, vida e doçura, esperança nossa, salve! A vós bradamos, os degredados filhos de Eva. A vós suspiramos, gemendo e chorando neste vale de lágrimas. Eia, pois, advogada nossa, esses vossos olhos misericordiosos a nós volvei, e depois deste desterro, mostrai-nos Jesus, bendito fruto do vosso ventre, ó clemente, ó piedosa, ó doce e sempre Virgem Maria. Rogai por nós, Santa Mãe de Deus, para que sejamos dignos da promessa de Cristo. Amém*».

11.4. E, no século XII, o Povo cristão saúda, com entusiasmo e belos títulos (Mãe do Redentor, Porta do Céu, Estrela do Mar), a Virgem Maria, e dela implora auxílio e misericórdia:

«Santa Mãe do Redentor, Porta do Céu, Estrela-do-Mar, socorrei o povo cristão que procura levantar-se do abismo da culpa. Vós que, acolhendo a saudação do Anjo, gerastes, com admiração da natureza, o Vosso Santo Criador, ó Sempre Virgem Maria, tende misericórdia dos pecadores. Amém».

12. Elaborar uma Carta Pastoral em tempo de pandemia, além de ser um singular exercício de reflexão e comunicação, é também um tempo oportuno para saudar afetuosamente todos os meus irmãos e irmãs que habitam as «casas» espalhadas pela nossa Diocese de Lamego. Dirijo uma saudação de particular afeto a todos os meus irmãos e irmãs que habitam e trabalham nas «casas» que são Lares Sociais. Não podendo estar convosco presencialmente, acompanho-vos na oração. A todos saúdo e peço que usemos «sonhar para a frente», sempre todos juntos, abrindo e semeando sulcos de paz e de esperança. E para todos imploro de Deus a sua bênção, e de Maria, nossa Mãe, a sua proteção carinhosa e maternal.

Lamego, 20 de agosto de 2020,  
Memória Litúrgica de S. Bernardo, Abade e Doutor da Igreja

+ António, vosso bispo e irmão



# NÚCLEOS TEMÁTICOS

## REFERÊNCIAS NUCLEARES A TER EM CONTA

- Viver e anunciar a esperança como luz do rosto misericordioso de Deus que permanentemente nos acompanha.
- A missão como chave interpretativa de toda a ação pastoral.
- A família «Igreja doméstica», como destinatária e protagonista privilegiada da ação evangelizadora.
- A vivência do Domingo como suporte fundamental (eixo) da vida da comunidade cristã.
- A paróquia como promotora de «um novo espaço relacional, com um novo rosto, e um modo novo marcadamente evangelizador», cultivando um «estilo de comunhão e de colaboração, de encontro e de proximidade» entre todos.
- O mundo digital como oportunidade a valorizar e potenciar na vida e missão da comunidade cristã.

## ALGUNS NÚCLEOS TEMÁTICOS

### **Outubro:**

#### ***Caminhar juntos na esperança***

Slogan:

JESUS É A LUZ DA NOSSA ESPERANÇA

– O Senhor está connosco. Ele é “a raiz da esperança que arde e luz em nós”. (Carta pastoral, 3). Sabemos que o Senhor, nosso Deus, «que habita nas alturas, na eternidade e na santidade» (...) habita também no meio de nós, (...) está no meio de nós, para dar vida e alento e esperança aos pobres e humilhados, aos que não têm espaço nem sequer para respirar, aos que têm o coração despedaçado» (Is 57,15).” (Carta pastoral, 4)

“A todos saúdo e peço que ousemos «sonhar para a frente», sempre todos juntos, abrindo e semeando sulcos de paz e de esperança.” (Carta Pastoral, 12)

### **Novembro:**

#### ***Confiar em Jesus, o Senhor da Vida***

Slogan:

PRÓXIMOS NA VIDA / PRÓXIMOS NA MORTE

“No meio da dor, da pandemia, da morte e do luto, não podemos deixar de seguir Jesus, não de longe, mas bem de perto, agarrados a Jesus.” (Carta pastoral, 4)

### **Dezembro - Natal:**

#### ***Acolher a Deus na intimidade - Humanizar-se.***

Slogan:

FAMÍLIA: LAR DE INTIMIDADE, BERÇO DE HUMANIDADE

O nosso Deus é «Deus de todas as famílias»

“João Batista pode ser (...) o precursor de Jesus, mas Jesus é o precursor de todos, «tendo inaugurado para nós um caminho novo e vivo» (Hb 10,20, que nos introduz na intimidade de Deus.” (Carta pastoral, 4)

## **Janeiro:**

### **Pensar e viver a Fé em família**

Slogan:

DEUS NO CORAÇÃO FAMÍLIA EM UNIÃO

*“A pandemia pode forçar-nos a um certo distanciamento ou confinamento social, mas é bom sabermos que o Evangelho não está encadeado ou confinado (2 Tm 2,9). Podemos e devemos rezar nas nossas casas, nas nossas famílias, pois o nosso Deus é «Deus de todas as famílias». (...) Em cada «casa», portanto, não se deixe de rezar, não se deixe de “sonhar para a frente”, não se deixe de elaborar o sonho, não se des-cure a missão!”(Carta pastoral, 10)*

## **Fevereiro:**

### **Cultivar a solidariedade, partilhar a esperança**

Slogan:

O AMOR BRILHA NA FAMÍLIA QUE PARTILHA

*“Sim, Jeremias é um dos maiores cantores da esperança. Não a vai buscar a vãs promessas político-militares; arranca-a da tormenta que o habita, e partilha-a apenas com aqueles que, como ele, experimentam a amargura do sofrimento: os pobres e os abandonados, os deserdados e*

*os famintos, os deportados, os que morrem no deserto e velam nos seus túmulos, sulcos semeados de lágrimas e de flores, e que um dia darão o seu fruto”.(Carta pastoral, 7)*

## **Março - Abril (Quaresma - Páscoa):**

### **Conhecer o nosso Deus**

Slogan:

ACREDITA NO DEUS DO PERDÃO,  
DA MORTE E RESSURREIÇÃO

*Não admira, pois, que onde o mundo diz, desde Sócrates, um orgulhoso e autorreferencial: «conhece-te a ti mesmo!», nós ousamos dizer de outra maneira: «conhece o teu Deus!» (Carta pastoral, 4)*

## **Maior - Junho:**

### **Cultivar o espírito de missão /Abrir-se à evangelização**

Slogan:

COM MARIA, EM ORAÇÃO,  
SOMOS IGREJA EM MISSÃO

*“Casa a casa, família a família, rosto a rosto...Abrir um sulco, e se-*

*mear de novo: missão essencial, missão paradigmática (não episódica), missão total, missão envolvente, de dentro para fora e de fora para dentro". (Carta pastoral, 10)*

**Julho - Agosto:**  
**Construir a comunidade cristã**

Slogan:  
SOMOS FAMÍLIA COMUNIDADE  
VIVEMOS A PROXIMIDADE

*"Construamos, pois, santuários de tempo. Os dias, com claro destaque para o Domingo, bem podem ser as nossas novas catedrais. Voltemos às «casas», e imitemos a primeira «catedral» da Igreja nascente, que estava bem assente em quatro colunas, e nenhuma era de pedra. Apresento-as: 1) a escuta da Palavra de Deus (ensino dos Apóstolos); 2) a comunhão fraterna; 3) a fração do pão; 4) a oração (cf. At 2,42-47). Enchamos, pois, todas as horas de Cristo, de sonho, de louvor e de missão." (Carta pastoral 10...)*





# CALEN- DÁRIO GERAL

## Setembro

**26** - Apresentação do Plano Pastoral Diocesano - *Formato Digital*

## Outubro

**05** - Missa Crismal - *Sé de Lamego*

**10** - Encontro do MMF - Nossa Senhora da Lapa (adiado *sine die*)

**18** - Dia Mundial das Missões

**23** - **LET'S GO** - Início das atividades juvenis (Café Concerto & Paragem 23) - *Moimenta da Beira*

**23 e 24** - Recoleção Espiritual (Seminaristas do Intermédio)

**31** - **EM ASSEMBLEIA...** - Conselho Nacional da Pastoral Juvenil - *Fátima*

## Novembro

**06** - Eucaristia com Ofício de Defuntos e Investidura da alva - *Seminário de Lamego*

**06 e 07 - Lausperene** - Institutos Religiosos e Seculares - *Seminário de Lamego*

**07** - Vigília de Oração pelos Seminários - *Paróquia de Freigil*

**07 e 08** - Ação Vocacional - *Resende*

**08 a 15** - Semana dos Seminários

**10** - Missa de sufrágio pelos defuntos em tempo de confinamento - *Sé de Lamego*

**15** - IV Dia Mundial dos Pobres. Tema: *"Estende a tua mão ao pobre"* (Sir7, 32).

**16 e 17** - XXXI Assembleia Geral da CIRP Nacional - *Fátima*

**19** - Aniversário da nomeação de D. António Couto para Bispo de Lamego

**20** - Dedicção da Igreja Catedral de Lamego

**21 e 22 - EM PEREGRINAÇÃO...** - Peregrinação a Roma para receber os símbolos da JMJ - *Itália*

**22** - Solenidade de Cristo Rei. Dia da Catedral. Ordenação Diaconal

**23 - PARAGEM 23** - Momento de Oração pela JMJ 2023 - *Tarouquela (Cinfães)*

**27** - Reunião de Conselho de Presbíteros - *Seminário de Lamego*

**28 - RUMO À JMJ + RISE UP 0** - Encontro de preparação para a Jornada Mundial da Juventude - *Seminário de Lamego*

- Dia de formação dos Institutos Religiosos e Seculares, com D. António Couto - *Lamego*

## Dezembro

**05** - Conselho Pastoral Diocesano - *Seminário de Lamego*  
- Concerto Orante - Convívios Fraternos - *Seminário de Lamego*

**18** - Festa de Natal do Seminário de Lamego. Admissão às ordens sacras

**18 a 20** - Encontro do Pré-seminário - *Seminário de Lamego*

**18 - RISE UP 1** - Itinerário de preparação para a Jornada Mundial da Juventude - *Online*

**23 - PARAGEM 23** - Momento de Oração pela JMJ 2023 - *Trevões (São João da Pesqueira)*

## Janeiro

**18 e 19** - Jornada de Formação para o Clero

**Tema:** *Homília / Comunicação na Liturgia*

**Oradores:** *Frei José Nunes*

*Frei Bento Domingues*

*Paulo Rocha*

**Lugar:** *Seminário de Lamego*

**20** - S. Sebastião, Padroeiro principal da Diocese de Lamego

**23 - PARAGEM 23** - Momento de Oração pela JMJ 2023 (Ora-

ção de Taizé) - *Almacave (Lamego)*

**29** - 9º Aniversário da entrada de D. António Couto na Diocese

**30 - Rumo À JMJ + RISE UP 2** - Encontro de preparação para a Jornada Mundial da Juventude - *V. N. Foz Côa*

**30 e 31 - Lausperene** - Institutos Religiosos e Seculares - *Seminário de Lamego*

## Fevereiro

**07** - Dia do Consagrado

**12 a 15** - Convívio Fraternal - Seminário de Resende

**13 - EM ASSEMBLEIA...** - Conselho Nacional da Pastoral Juvenil - *Fátima*

**13 a 16** - Semana de Estudos sobre a Vida Consagrada - *Fátima*

**20 e 21 - EM CAMINHO...** - Fórum Interdiocesano de Jovens - Norte - *Porto*

**21 a 26** - Retiro Espiritual para o Clero

**Orador:** Pe Luís Maria da Providência, sj

**Lugar:** Casa da Torre - Soutelo (Braga)

**Data:** De 21 ao jantar - 19h30 até 26 ao almoço - 14h30)

**23 - PARAGEM 23** - Momento de Oração pela JMJ 2023 - *Folgo-sa do Douro (Armamar)*

**27 - RISE UP 3** - Itinerário de preparação para a Jornada Mundial da Juventude - *Online*

## Março

**13** - Pós-Convívio - *Seminário de Resende*

**19** - Dia de São José, Padroeiro do Seminário de Lamego

**20** - Conselho Pastoral Diocesano - *Seminário de Lamego*

**20 e 21** - Ação Vocacional - *Resende*

**23 - PARAGEM 23** - Momento de Oração pela JMJ 2023 - *Poço do Canto (Mêda)*

**27 - LEVANTA-TE... + RISE UP 4** - Dia Mundial da Juventude + XV Festival Diocesano da Canção - *Resende*

## Abril

**22** - Dia do Cuidador - Pastoral da Saúde - *Tarouca*

**23 e 24 - Lausperene** - Institutos Religiosos e Seculares - *Seminário de Lamego*

**23 - PARAGEM 23** - Momento de Oração pela JMJ 2023 - *Pi-nheiros (Tabuaço)*

**30** - Reunião de Conselho de Presbíteros - *Seminário de Lamego*

**30 - RISE UP 5** - Itinerário de preparação para a Jornada Mundial da Juventude - *Online*

## Maio

**1 e 2 - LEVANTA-TE...** - Festival Nacional da Canção Mensagem - *Aveiro*

**02 a 09** - Semana de Oração pelas Vocações

**09** - Dia Mundial de Oração pelas Vocações

**14 - EM ORAÇÃO...** - Vigília da Jornada - *Castro Daire*

**15 - AT 26, 16** - Jornada Diocesana da Juventude - *Santuário de Nossa Senhora do Fôjo - Gosende | Zona Pastoral de Castro Daire*

**23 - PARAGEM 23** - Momento de Oração pela JMJ 2023 - *Fonte Arcada - Sernancelhe*

**28 - RISE UP 6** - Itinerário de preparação para a Jornada Mundial da Juventude - *Online*

## Junho

**05** - Conselho Pastoral Diocesano - *Seminário de Lamego*

**12 - EM ASSEMBLEIA...** - Conselho Nacional da Pastoral Juvenil - *Fátima*

**23 - PARAGEM 23** - Momento de Oração pela JMJ 2023 - *Povoa de Penela (Penedono)*

**25 - RISE UP 7** - Itinerário de preparação para a Jornada Mundial da Juventude - *Online*

**26** - Dia da Família Diocesana - *São Domingos - Fontelo*

## Julho

**04** - Ordenação Presbiteral - *Sé de Lamego*

**17 e 18** - Peregrinação Nacional do MMF ao Santuário de Fátima.

**21 a 25 - KM11 + RISE UP 8 + PARAGEM 23** - Uns dias de missão e preparação para as Pré-Jornadas da JMJ 2023 - *Tarouca*

**31** - Peregrinação Conviva - Peregrinação a pé de São Pedro de Tendais a Nespereira

## Agosto

**30 de Julho a 09 de Agosto - EM PEREGRINAÇÃO** - Peregrinação à Comunidade Ecuménica de Taizé - *Borgonha - França*

**6 e 7** - Peregrinação a Tuy e Pontevedra (Movimento da Mensagem de Fátima )

**27 - RISE UP 9** - Itinerário de preparação para a Jornada Mundial da Juventude - *Online*

# CAMI- NHADAS

**NATAL  
PÁSCOA**

## CAMINHADA DE ADVENTO

### Dinâmica:

A proposta para este Advento é a construção de uma **FLOR**, com quatro pétalas:

- Cada pétala deve aparecer num domingo diferente e juntar-se/colar-se/prender-se às que já estão;
- Em cada uma delas deve estar inscrita a palavra que vem proposta para cada semana.
- No dia de Natal deve ser colado no centro da flor o Menino Jesus, em desenho ou noutro formato.
- No final de cada Eucaristia de Domingo (onde for possível) distribuir uma pétala pequena para as pessoas poderem, em suas casas, ir construindo a uma flor igual à da igreja;
- Os intervenientes na realização da caminhada, aos domingos, ficam ao critério de cada paróquia: por faixas etárias, ou por ruas/zonas, ou por estruturas paroquiais, etc.

## 1.º DOMINGO DO ADVENTO

---

### **Admonição inicial:**

O Advento é todo ele o tempo da maior e da melhor esperança. Porque nele esperamos que a Esperança nasça e renasça, nos presépios de ontem, de hoje e de sempre, nos berços quentes e carentes do nosso coração, das nossas famílias, dos nossos lares.

O nosso Bispo faz questão que nós, este ano, deixemos cravada nas fendas deste nosso tempo a marca da esperança que derrota o medo da desgraça, do infortúnio, da desventura. A paz e a esperança de que nos fala a sua carta pastoral, que vêm do coração de Deus que faz caminho connosco, são a garantia da nossa vitória.

Por isso e para isso é que a liturgia da Palavra de hoje nos pede para estarmos vigilantes, para descobrirmos o sentido do verdadeiro vigiar, porque quando menos contarmos a Luz nascerá.

*(Colocar a pétala com a palavra **VIGIAR**, na flor)*

### **Final da Eucaristia:**

*Distribuir a pétala com a palavra: **VIGIAR***

## 2.º DOMINGO DO ADVENTO

---

### **Admonição inicial:**

Entramos na segunda semana deste caminho para o Natal. Caminho esse que precisa de ser preparado, endireitado e aplanado, para poder ser percorrido, sentido e vivido a cada passo, a cada instante, a cada encontro.

O nosso Bispo diz-nos, na sua carta pastoral lembra-nos que o caminho começado no ano passado, o nosso “caminho sinodal não foi levado até ao fim, devido à pandemia, que, entretanto, chegou sem pedir licença e sem pré-aviso, e fechou as nossas igrejas e até as nossas casas” (nº 2).

As leituras deste domingo insistem escancaradamente na necessidade de, como fez João Batista, rasgar caminhos novos e planos, nos desertos, nas colinas e nas estepes, da nossa e da vida de tantos como nós.

*(Colocar a pétala com a palavra **PREPARAR**, na flor)*

### **Final da Eucaristia:**

*Distribuir a pétala com a palavra: **PREPARAR***

### 3.º DOMINGO DO ADVENTO

---

#### **Admonição inicial:**

O contentamento de vermos já um pedaço de caminho feito é a marca deste domingo terceiro do Advento, a que chamamos domingo da Alegria. Já fizemos uma boa parte do percurso. Já começamos a acreditar que é possível encontrar a Luz.

O nosso Bispo reforça esta urgência de acreditar, dizendo exatamente que “é por isso que, no meio da dor, da pandemia, da morte e do luto, não podemos deixar de seguir Jesus, não de longe, mas bem de perto, agarrados a Jesus, e vendo o Evangelho a acontecer à nossa frente” (nº 4).

A Palavra de Deus que nos é dirigida neste domingo, reforça a nossa confiança, como outrora sustentou a esperança do povo de Deus, sobretudo dos mais desanimados e feridos, dos mais desolados e perdidos.

*(Colocar a pétala com a palavra **ACREDITAR**, na flor)*

#### **Final da Eucaristia:**

*Distribuir a pétala com a palavra: **ACREDITAR***

### 4.º DOMINGO DO ADVENTO

---

#### **Admonição inicial:**

Estamos quase no cume desta subida para o Natal. Estamos na eminência da verdadeira aurora. Estamos prestes a ver a luz. Agora a esperança é mais forte. Agora a certeza é maior.

O nosso Bispo avisa-nos, na sua carta, que “João Batista pode ser então o precursor de Jesus, mas Jesus é o precursor de todos, «tendo inaugurado para nós um caminho novo e vivo» (Hb 10, 20) que nos introduz na intimidade de Deus” (nº 4).

O Evangelho deste domingo dá-nos a maior lição de esperança que alguma vez poderíamos ter. É o “Sim” de Maria dado a Deus, através do Anjo Gabriel, que nos ajuda a desfazer os medos e as dúvidas da entrega incondicional ao Deus ainda não vemos.

*(Colocar a pétala com a palavra **ESPERAR**, na flor)*

#### **Final da Eucaristia:**

*Distribuir a pétala com a palavra: **ESPERAR***

## DIA DE NATAL

---

### Texto inicial:

Ó admirável noite em que nasceu / Do seio de Maria o Redentor!

Em humildade extrema apareceu / Quem do celeste Pai é resplendor.

Rejubilou a terra de alegria / No santo nascimento de Jesus; Do seio imaculado de Maria / Surgiu em noite escura a eterna luz.

Aquele que deu a vida às criaturas / Hoje aparece como nosso Irmão!

Quem acendeu os astros nas alturas / Desceu à nossa humana condição.

Nações do mundo inteiro, bendizei, / Louvai o Deus Menino e sua Mãe!

Louvai com alegria o vosso Rei, / Nascido na pobreza de Belém.

*(Colocar a imagem do Menino Jesus no centro da flor)*

### Final da Eucaristia:

*Distribuir o centro da flor com a imagem do Menino Jesus ou a palavra: **AMOR***





## CAMINHADA DA QUARESMA

### Dinâmica:

Em continuidade com a caminhada do Advento/Natal, e em plena sintonia com a proposta pastoral do nosso Bispo para este ano, a dinâmica desta caminhada quaresmal é a construção de um **sulco/regio**, em terra ou desenhado em cartão/cartolina, no qual vão sendo lançadas **sementes** e nascendo **flores**.

- Na quarta-feira de Cinzas, onde for possível, colocar a terra, em forma de sulco/regio, num lugar visível da igreja, onde possa ser visto com facilidade;

- Cada domingo, após a leitura da admoção inicial, lançar à terra um papel em forma de semente, com um "pecado", para que morra enterrado;

- No momento pós-comunhão, espetar na terra, uma flor de papel com uma qualidade/valor impresso, para que floresça ainda mais;

- No final de cada Eucaristia (onde for possível) distribuir uma flor com a qualidade/valor que foi colocada no regio, para as pessoas poderem levarem consigo;

- Os intervenientes na realização da caminhada aos domingos fica ao critério de cada paróquia: por faixas etárias, ou por ruas/zonas, ou por estruturas paroquiais, etc.

## QUARTA-FEIRA DE CINZAS

### Admoção inicial:

O tempo que estamos hoje a iniciar traz-nos a memória insólita de uma etapa que o ano passado não conseguimos terminar como desejávamos.

A nossa última Quaresma tornou-se, bastante cedo, um tempo de verdadeiro e profundo deserto. Foi-nos imposto um recolhimento físico, com verdadeiro sabor a calvário e a cruz. Experimentamos em primeira mão a dor da privação, do jejum e da abstinência social.

Este ano, o nosso olhar é diferente, porque agora vemos mais ao largo. O nosso sentimento é mais puro, porque reconhecemos a nossa fragilidade. O nosso caminhar é mais prudente, porque sabemos que não somos donos do caminho. O nosso viver é mais valioso, porque reconhecemos que não somos nós os senhores da vida.

Por isso, o nosso Bispo faz questão de dizer - citando um filósofo alemão - que "ainda não é noite o dia inteiro! Ainda há uma manhã para cada noite! (...) Portanto, temos de ser habitantes de uma esperança grande, e não gente resignada a coisas meramente "normais"".

*(Colocar o sulco de terra num lugar visível. Ou, se já estiver, destapá-lo apenas)*

## 1.º DOMINGO DA QUARESMA

---

### Admonição inicial:

Em cada início de Quaresma, escutamos nas leituras a experiência de Jesus no deserto, antes de começar a Sua vida pública, e vem sempre reforçado o convite à conversão e à vivência do Evangelho. Este desafio proposto por Jesus, requer de nós um contínuo arrependimento e permanente recomeço. Um constante morrer para o mal que há em nós, e um incessante renascer para o bem.

Por isso, ao longo destes domingos da Quaresma, nesta porção de terra aqui temos e que forma um rego de sementeira, vamos enterrar algumas sementes de mal e de pecado que existem em nós, para que morram para sempre. E vamos deixar crescer, na mesma terra, as flores do bem que podemos ser e fazer.

Hoje, enterramos o pecado da **tentação**, para que morra, e pedimos que em nós floresça o **arrependimento**. Digamos todos: *Ajudai-nos Senhor!*

### Ato penitencial

*Enterrar no sulco a semente de papel, com a palavra*

### TENTAÇÃO

### Pós-comunhão:

*Espetar na terra uma flor de papel, com a palavra*

### ARREPENDIMENTO

### Final:

*Distribuir a cada pessoa uma flor de papel, com a palavra*

### ARREPENDIMENTO

## 2.º DOMINGO DA QUARESMA

---

### Admonição inicial:

A fidelidade e obediência a Deus são a força e a luz que nos ajudam a tornar menos penosos os caminhos da nossa existência. Aconteceu assim com Abraão, que escutaremos na primeira leitura, aconteceu com todo o povo que o seguiu, aconteceu com os discípulos, no monte Tabor, e acontecerá assim conosco, que o acreditamos e seguimos.

O nosso Bispo, teima em dizer-nos, através do profeta Isaías, «que Deus habita também no meio de nós, que está no meio de nós, para dar vida e alento e esperança aos pobres e humilhados, aos que não têm espaço nem sequer para respirar, aos que têm o coração despedaçado» (Is 57,15). É esta presença de Deus no meio de nós que é a nossa força, a nossa esperança e a nossa confiança”.

Este domingo, enterramos o pecado da **dúvida**, para que morra, e pedimos que em nós floresça a **confiança**. Digamos todos: *Ajudai-nos Senhor!*

**Ato penitencial**

*Enterrar no sulco a semente de papel, com a palavra*

**DÚVIDA**

**Pós-comunhão:**

*Espetar na terra uma flor de papel, com a palavra*

**CONFIANÇA**

**Final:**

*Distribuir a cada pessoa, uma flor de papel, com a palavra*

**CONFIANÇA**

### 3.º DOMINGO DA QUARESMA

---

**Admonição inicial:**

A liberdade que o povo de Israel atinge com Moisés, quando saem da escravidão do Egito, é a prefiguração da nossa Páscoa, da nossa libertação terrena, da nossa passagem desta condição terrena, a que o mundo nos prende, para uma realidade ultraterrena. Daí que Jesus tenha querido expulsar do templo de Jerusalém a ganância daqueles que pensam que a vida se ganha com as coisas do mundo.

O nosso Bispo avisa-nos que, mesmo no meio das dificuldades de cada tempo, “não nos é permitido falar de catástrofe.

Significa mais ainda que não podem as coisas continuar como estão (a que chamam “novo normal”), nem sequer simplesmente voltar ao como estavam antes (a que chamam “normal”); isso, sim, um tal regresso, é que seria a verdadeira catástrofe”.

Esta semana, enterramos o pecado da **ganância**, para que morra, e pedimos que em nós floresça a **liberdade**. Digamos todos: *Ajudai-nos Senhor!*

**Ato penitencial**

*Enterrar no sulco a semente de papel, com a palavra*

**GANÂNCIA**

**Pós-comunhão:**

*Espetar na terra uma flor de papel, com a palavra*

**LIBERDADE**

**Final:**

*Distribuir a cada pessoa uma flor de papel, com a palavra*

**LIBERDADE**

## 4.º DOMINGO DA QUARESMA

---

### Admonição inicial:

Ontem, como hoje, a dificuldade em cumprirmos a vontade de Deus e sermos fiéis á sua Palavra é uma cruz que nos persegue. Aconteceu assim com o Povo da Antiga Aliança, que muitas vezes se virou contra Deus e procurou outros deuses. Aconteceu assim no tempo de Jesus, que o condenaram à morte. Acontece ainda hoje connosco, que nos transviamos dos seus caminhos.

O nosso Bispo lembra-nos, na sua carta, que temos de ir “medindo sempre cada tempo e cada passo, cada sucesso e cada fracasso, e continuarmos a rezar com o Salmista: «Se o Senhor não tivesse estado connosco» (Sl 124,1-2). Se o Senhor não estiver connosco... Sabemos bem que reside aqui, na chama viva desta presença, a raiz da esperança que arde e reluz em nós”.

Hoje, enterramos o pecado da **indiferença**, para que morra, e pedimos que em nós floresça o **serviço**. Digamos todos: *Ajudai-nos Senhor!*

### Ato penitencial

*Enterrar no sulco a semente de papel, com a palavra*

**INDIFERENÇA**

### Pós-comunhão:

*Espetar na terra uma flor de papel, com a palavra*

**SERVIÇO**

### Final:

*Distribuir a cada pessoa uma flor de papel, com a palavra*

**SERVIÇO**

## 5.º DOMINGO DA QUARESMA

---

### Admonição inicial:

Ao aproximarmo-nos da Sua paixão, gritam ainda mais alto as palavras do profeta Jeremias, que na primeira leitura avisa o povo de que todos conhecerão o Senhor pela força do perdão com perdoará os seus pecados. No Evangelho, Jesus Cristo avisa que a revelação da sua verdadeira identidade, para aqueles que o quiserem ver e conhecer, está eminente. Será na hora da Sua paixão.

O nosso Bispo defende que, “onde o mundo diz, desde Sócrates, um orgulhoso e autorreferencial: «conhece-te a ti mesmo!», nós ousamos dizer de outra maneira: «conhece o teu Deus!» (1 Cr 28,9). E, porque somos por Ele conhecidos (Gl 4,9), também O conhecemos a Ele”.

Este domingo, enterramos o pecado do **orgulho**, para que morra, e pedimos que em nós floresça o **perdão**. Digamos todos: *Ajudai-nos Senhor!*

**Ato penitencial**

*Enterrar no sulco a semente de papel, com a palavra*

**ORGULHO**

**Pós-comunhão:**

*Espetar na terra uma flor de papel, com a palavra*

**PERDÃO**

**Final:**

*Distribuir a cada pessoa uma flor de papel, com a palavra*

**PERDÃO**

**DOMINGO DE RAMOS**

---

**Texto para ler no Pós-comunhão:**

Estava a Mãe dolorosa,  
Junto da cruz lacrimosa,  
Enquanto Jesus sofria.

Uma longa e fria espada,  
Nessa hora atribulada,  
O seu coração feria.

Oh quão triste e tão aflita  
Padecia a Mãe bendita,  
Entre blasfêmias e pragas,

Ao olhar o Filho amado,  
De pés e braços pregado,  
Sangrando das Cinco Chagas!

Quem é que não choraria,  
Ao ver a Virgem Maria,  
Rasgada em seu coração,

Sem poder em tal momento,

Conter as fúrias do vento  
E os ódios da multidão!

Firme e heróica no seu posto,  
Viu Jesus pendendo o rosto,  
Soltar o alento final.

Ó Cristo, por vossa Mãe,  
Que é nossa Mãe também,  
Dai-nos a palma imortal.

**Pós-comunhão:**

*Colar uma pequena cruz de cartão no sulco de terra.*

**Final:**

*Distribuir uma cruz em miniatura, feita em cartão, a cada família/pessoa.*

## DOMINGO DE PÁSCOA

---

**Durante o Glória**

acender velas brancas ao longo do sulco  
de forma a que este fique iluminado

**Final da Eucaristia**

- Soltar/lançar uma pomba branca como símbolo da Paz e da Ressurreição

**ou**

- Distribuir um pequeno cartão, com sementes coladas e com a palavra

**RESSUSCITOU**

**ou**

- Distribuir uma flor, em cartão, réplica das flores que apareceram ao longo dos domingos no sulco, com a palavra

**RESSUSCITOU**

# HINO DIOCESANO

(Triênio 2018-2021)

Letra: João António P. Teixeira

Música: Marcos Alvim

Refrão

I gre ja de to dos Mãe, Cor po de Cris to'em co mu nhão.

5 Na Di o ce se sê tam bém Po vo de Deus em mis são!

Estrofes

1. Con vo ca dos por Je sus, tra ba lhe mos em u ni da \_\_\_\_ de.

2. Pa ra'a'e van ge lí za ção ca da um é \_\_\_\_ ne ces sá \_\_\_\_ rio.

3. Ser I gre ja' é ca mi nhar, é es tar dis pos to'a sa ir. \_\_\_\_

13 Pois só na u ni ão re luz o'a mor que vem da Trin da de.

E nin guém po de ser cris tão sem tam bém ser mis sio ná rio.

É a to dos Je sus le var no vo mun do cons tru ir. \_\_\_\_

**Igreja de todos Mãe,  
Corpo de Cristo em comunhão.  
Na Diocese sê também  
Povo de Deus em missão!**

1. Convocados por Jesus,  
Trabalhemos em unidade.  
Pois só na união reluz  
O amor que vem da Trindade.
2. Para a evangelização  
Cada um é necessário.  
E ninguém pode ser cristão  
Sem também ser missionário.
3. Ser Igreja é caminhar,  
É estar disposto a sair.  
É a todos Jesus levar  
Novo mundo construir.

**Plano Pastoral**

2020-2021

**Coordenação**

P. Diamantino Alvaíde

**Design**

P. Hermínio Lopes

**Impressão**

Empresa do Diário do Minho, Lda.

**Tiragem**

500 exemplares

Outubro de 2020



Nos sulcos abertos na terra lavrada  
cai uma semente mansa,  
carregada de esperança.  
Talvez, na próxima primavera,  
um pé de trigo se levante,  
e cante: bom-dia, meu amigo.

Na página em branco  
poisam as palavras, os sorrisos, os sonhos, a missão:  
a ternura de um Deus que quis precisar da minha mão.

Um vinco na página, uma dobra,  
transforma as palavras em mensagem,  
que a aragem do Espírito fará chegar a ti:  
Evangelização, missão coração a coração.

Abres a página dobrada sobre o vinco:  
as palavras saltarão para o teu seio,  
para o teu regaço, para o teu rosto,  
para o teu sorriso, para a tua mão.  
Estão vivas as palavras, meu irmão,  
estão vivas.  
Acordam quando tu as lês,  
todos os dias,  
quando desdobras a página, o coração,  
onde dormem suavemente enternecidas.

Vai, meu irmão!  
Vai, minha irmã!  
Não deixes para amanhã  
a beleza dos teus passos sobre os montes:  
vive a missão, rasga horizontes!