



# O CAMINHO DO ADVENTO 2021



Equipas de Nossa Senhora  
SUPRA-REGIÃO PORTUGAL

## Tempo do Advento

A palavra Advento vem do latim e quer dizer vinda ou chegada.

Para os Cristãos, o Advento significa o tempo de preparação para o Natal.

É um tempo de esperança, de estarmos atentos, vigilantes e de nos prepararmos alegremente para a vinda do pequeno Jesus.

É um tempo em que experimentamos libertarmo-nos daquilo que nos prende e que não nos conduz à vida eterna, acreditando alegremente na esperança de vencermos as dificuldades, adversidades e os medos que nos acompanham todos os dias.

São quatro as semanas do Advento. Nas duas primeiras, a liturgia convida-nos a vigiar e a esperar a vinda gloriosa do Salvador. Nas duas últimas, a Igreja lembra-nos a espera dos Profetas e de Maria e José para o nascimento de Jesus.

Para nos ajudar a viver mais intensamente este tempo de esperança e de conversão, as Equipas de Nossa Senhora, com a colaboração da Província África, gostariam de colocar a todos um desafio: E porque não também nós aceitarmos o desafio de percorrermos, durante estas quatro semanas que se aproximam, um caminho que nos conduz à manjedoura onde irá nascer o nosso pequenino Jesus?

Nesta perspectiva, com a colaboração das quatro Regiões da nossa Província África - Região Cabo-Verde, Pré-Região Guiné-Bissau, Região Moçambique e Região S.Tomé e Príncipe, organizámos um programa com cânticos, orações, reflexões e desafios, que nos vão conduzir por um caminho cheio de aventuras e que, no final, nos guiará à alegria do nascimento e encontro com o nosso menino Jesus.

## Proposta de Atividade

No início do Advento somos todos convidados a montar o nosso presépio em nossa casa, num local de destaque. Esta proposta de actividade poderá ser realizada individualmente, em casal ou em família, pelo que o desafio que constará no final de cada proposta, também deverá ser vivido conforme a decisão atrás tomada.

**VÍDEO** - Ao longo dos quatro domingos do Advento, iremos receber uma ligação vídeo do youtube, com uma proposta de actividade para cada uma das semanas. Cada uma das Regiões da Província África irá, alternadamente, animar cada uma delas.

O vídeo iniciará com uma breve introdução, um cântico, a leitura desse domingo, uma breve reflexão à leitura e o lançamento de um desafio. O vídeo terá uma duração aproximada de 10 minutos.





**DOCUMENTAÇÃO** - Quando recebermos o vídeo, receberemos também a respectiva documentação escrita com todas as passagens constantes na gravação. Na documentação irá figurar uma página com desenhos de ovelhas e de estrelas, que poderemos recortar para interagir semanalmente no nosso presépio. Ou, em alternativa, poderemos usar as ovelhas que habitualmente colocamos no nosso presépio e outras estrelas que achemos mais adequadas.

**OVELHAS** - As ovelhas que recortarmos (ou as que escolhermos) deverão ser colocadas no presépio, afastadas da manjedoura.

Seguindo o anúncio que todos recebemos do nascimento do menino Jesus, e expressando o nosso desejo de irmos ao seu encontro, todas as semanas vamos aproximando a nossa pequena ovelha para mais perto da manjedoura.

**ESTRELAS** - À medida que vamos cumprindo os desafios lançados semanalmente, vamos acrescentando ao nosso presépio as respectivas estrelas por cada desafio cumprido.

No dia de Natal irá nascer o nosso Pequeno Jesus e, nessa altura, as ovelhas conseguirão chegar todas juntas à manjedoura para adorar o Deus Menino. Também no nosso presépio estarão a brilhar as estrelas que nos recordam o caminho e os desafios que fomos vivendo ao longo das semanas, e que serviram para nos prepararmos interiormente para o nascimento do Menino Jesus.

**DESAFIO FINAL** - Irmos partilhando com todas as famílias, Equipas, Setores, e Regiões, fotografias do nosso presépio ao longo do caminho que vamos percorrendo. Vamos a isto?

Com a ajuda das nossas ovelhinhas eo brilho das estrelas que iluminam o nosso caminho, desejamos a todos uma boa caminhada de Advento e que os cânticos, as leituras, as meditações e desafios, nos ajudem a chegar junto do Pequeno Menino Jesus com os nossos corações renovados e a transbordar de alegria.



## REGIÃO CABO-VERDE



### 28 de novembro - 1º Domingo do Advento

#### CÂNTICO

##### **VEM, VEM SENHOR NÃO TARDES**

Vem, vem, Senhor não tardes,  
Vem, vem que te esperamos  
Vem, vem, Senhor Jesus:  
Depressa vem, Senhor.

O mundo morre de frio,  
A alma perde o calor.  
Os homens não são irmãos:  
O mundo não tem amor.

Envolto em noite sombria,  
O mundo sem paz não vê...  
Vai buscando uma esperança,  
Buscando, Senhor, a fé.

Ao mundo falta a vida,  
Ao mundo falta a luz;  
Ao mundo falta o céu,  
Ao mundo faltas tu.

#### **Evangelho segundo São Lucas 21,25-28.34-36.**

*Naquele tempo, disse Jesus aos seus discípulos: «Haverá sinais no sol, na lua e nas estrelas e na terra, angústia entre as nações, aterradas com o rugido e a agitação do mar.*

*Os homens morrerão de pavor, na expectativa do que vai suceder ao universo, pois as forças celestes serão abaladas.*

*Então hão de ver o Filho do homem vir numa nuvem, com grande poder e glória.*

*Quando estas coisas começarem a acontecer, erguei-vos e levantai a cabeça, porque a vossa libertação está próxima».*

*Tende cuidado convosco, não suceda que os vossos corações se tornem pesados pela intemperança, a embriaguez e as preocupações da vida, e esse dia não vos surpreenda subitamente como uma armadilha, pois ele atingirá todos os que habitam a face da Terra.*

*Portanto, vigiai e orai em todo o tempo, para que possais livrar-vos de tudo o que vai acontecer e comparecer diante do Filho do homem».*

## **REFLEXÃO SOBRE O EVANGELHO**

O tema da reflexão deste Evangelho de Lucas 21, 25-28., 34-36, é otimista, pois, orienta-nos para as últimas realidades, mas não quer encher-nos de medo e angústias, mas quer iluminar a nossa existência e enchê-la, isso sim, da esperança que não engana. É esta esperança que dá sentido ao nosso presente e à nossa caminhada. Todo o anúncio cristão e toda a nossa vida de crentes em Jesus estão caracterizados e pautados por esta permanente tensão para o Reino, para aquela nova terra e novos céus prometidos por Deus na Ressurreição de Cristo. Somos de facto, como diz uma velha canção, “um povo que caminha e juntos caminhando podemos alcançar nova cidade onde há justiça, sem penas nem tristeza, cidade onde há paz”.

Este evangelho nos propõe imagens reconfortantes. O Filho do homem vem para reunir, não para dispersar; vem para trazer a libertação. Vigilância, oração e discernimento são atitudes que nos são pedidos nessa caminhada.

Jesus veio, Jesus vem continuamente e Jesus virá.

Jesus está presente no meio das tormentas. A fé na ressurreição é acolhimento da vida que se ergue da morte pelo poder de Deus. Na encarnação de Cristo, Deus assumiu tudo o que é humano para o salvar.

O matrimónio é acolhimento de Jesus que vem salvar os casais. Salva-os do comodismo do silêncio para a riqueza da partilha. Liberta-os da tentação de se caminhar só para um caminho em união e com maior força. A graça do matrimónio, pelo fruto que produz nos casais, nos seus filhos e seus familiares, encoraja-os a ser conscientemente empenhados em dar graças a própria vida no anúncio da boa nova da família, na oração pelo fortalecimento da sua e de outras famílias e sempre no exercício da solidariedade

O cristão (Casal), e a comunidade, deve olhar para frente e para o futuro com serenidade e seriedade, aquilo que se está a fazer hoje, para perguntar e discernir o quanto realmente a nossa ação e omissão edifica em vez de destruir, unem em vez de dividir, cria comunhão em vez de sectarismo. O quanto a nossa ação, escolhas e omissões atrasam o advento de Deus.

Aprender a escutar a Deus nos sinais através dos quais passa a sua mensagem torna-se o compromisso e o papel do cristão.

Diante deste Evangelho de esperança, e deste período que ora inicia, o ADVENTO, repetimos aquilo que dizemos em todas as missas, às vezes de forma automática e sem a profundidade que merece: "Anunciamos, Senhor, a vossa morte, proclamamos a vossa ressurreição: Vinde, Senhor Jesus".

Maranatha, Vem, Senhor Jesus!

### **Desafio:**

- **Durante esta semana irei reservar diariamente um tempo para rezar por alguém que se encontra desencorajado, perseguido, doente, alguém que precise da minha oração.**

### **Sinal:**

- **No presépio a ovelha percorre o seu caminho e aproxima-se mais um pouco da manjedoura;**
- **Depois de realizado o desafio desta semana, coloco uma estrela no presépio.**







