



O CAMINHO DO ADVENTO 2021

QUARTO DOMINGO DO ADVENTO



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 respetivas 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 S. TOMÉ E PRÍNCIPE



19 de dezembro - 4º Domingo do Advento

CÂNTICO

Refrão: Maria, Maria, Maria, estamos aqui para te pedir bênção para o povo de São Tomé.

- 1** – Te damos graças Senhora, porque disseste sim ao convite do Senhor.
- 2** – Foste escolhida pelo Senhor, desde a eternidade para trazer a luz ao mundo.
- 3** – Fizeste longa caminhada para visitar e servir a Santa Isabel.

Evangelho segundo São Lucas 1,39-45.

Naqueles dias, Maria pôs-se a caminho e dirigiu-se apressadamente para a montanha, em direção a uma cidade de Judá.

Entrou em casa de Zacarias e saudou Isabel.

Quando Isabel ouviu a saudação de Maria, o menino exultou-lhe no seio. Isabel ficou cheia do Espírito Santo e exclamou em alta voz: «Bendita és tu entre as mulheres e bendito é o fruto do teu ventre.

Donde me é dado que venha ter comigo a Mãe do meu Senhor?

Na verdade, logo que chegou aos meus ouvidos a voz da tua saudação, o menino exultou de alegria no meu seio.

Bem-aventurada aquela que acreditou no cumprimento de tudo quanto lhe foi dito da parte do Senhor».

REFLEXÃO SOBRE O EVANGELHO

Neste tempo de Advento em preparação para a vinda do Senhor, a mensagem fundamental da palavra de Deus gira a volta da missão de Jesus. E Ele propõe um projecto de salvação e de libertação que leve os homens à descoberta da verdadeira felicidade. O Evangelho que nos foi dado sugere que esse projeto de Deus tem um rosto: Jesus de Nazaré veio ao encontro dos homens para apresentar aos prisioneiros e aos que jazem na escravidão

Para ajudar o nosso coração a viver esta grande festa, nos deixamos guiar pelas palavras do evangelista Lucas que nos relata a visita de Maria a sua parenta Isabel. Maria ficou sabendo que sua prima Isabel estava grávida, como também ela estava. Por ser tão jovem e prestativa, Maria decide ir até a casa de Isabel para ajudá-la: para dar-lhe uma mãozinha nos preparativos para o que fosse necessário para a chegada do filho de Isabel e ficar lá um tempo depois do nascimento dele ajudando a sua parenta. Elas tinham o privilégio de poder partilhar da alegria de serem as duas, mães de primeira viagem.

São Lucas enfatiza: "naqueles dias, Maria partiu para a região montanhosa, dirigindo-se, apressadamente, a uma cidade da Judeia". Neste momento, acontece uma coisa muito interessante: "Quando Isabel ouviu a saudação de Maria, a criança pulou no seu ventre". A criança, que Isabel traz no ventre, quando ouve a voz de Maria, se mexe, como que para cumprimentar também. Mas não é só isso: Isabel é iluminada pelo Espírito Santo e compreende que o seu filho ainda não nascido está cumprimentando Maria e seu Filho Jesus. Mas o Espírito Santo ilumina Isabel, deixando-a capaz de compreender o bellissimo segredo de sua parenta e o diz em alta voz: "Isabel ficou cheia do Espírito Santo e com um grande grito, exclamou: 'Bendita és tu entre as mulheres e bendito é o fruto do teu ventre!'".

Quantas e quantas vezes repetimos também nós esta saudação alegre de Isabel a Maria toda vez que rezamos a Ave-Maria. Isabel pronuncia estas palavras com tanto entusiasmo, impelida pelo Espírito Santo, que no curso do tempo os cristãos as escolheram para se dirigir a Maria.

Mas, voltemos ao relato evangélico: Isabel tem ainda algo a dizer à Maria: "Como posso merecer que a mãe do meu Senhor me venha visitar? Logo que a tua saudação chegou aos meus ouvidos, a criança pulou de alegria no meu ventre". E acrescentou: "Bem-aventurada aquela que acreditou, porque será cumprido o que o Senhor lhe prometeu".

Estas palavras de Isabel devem nos encher de entusiasmo, porque também nós podemos saborear a mesma bem-aventurança de Maria, a sua mesma felicidade, porque também nós podemos viver na pura certeza de que o Senhor Deus mantém sempre as suas promessas e é fiel à palavra dada. Por isso, queremos viver a vida de hoje com o coração cheio de alegria e de esperança: o Senhor está próximo, é Deus connosco. O Senhor é fiel às suas promessas de amizade e de amor.

Assim queridos irmãos, deixamos aqui um desafio para esta semana: cada um deve visitar alguém que precise da sua companhia.

Desafio:

- **Esta semana irei visitar alguém que precise da minha companhia.**

Sinal:

- **A ovelha chega ao presépio e há quatro estrelas no céu.**

PROPOSTA FINAL:

- **Na publicação disponível na página do Facebook da Supra-Região Portugal, partilhem uma foto do vosso presépio, e deixem uma mensagem.**

Podem aceder directamente através desta ligação:

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=2717431388552777&id=1590845287878065





