

Caminhada de Advento 2023

Proposta de Caminhada das ENS





Caminhada de Advento 2023

Introdução

Queridos amigos das Equipas de Nossa Senhora,

Somos a equipa Lisboa 249 e, ao longo deste grande tempo do Advento 2023, gostaríamos de desafiar-vos a fazer caminho connosco!

O Advento é tempo privilegiado para exercermos os dons da **paz, esperança, amor e alegria**. Ao longo das próximas quatro semanas, todas as quintas-feiras, enviaremos uma proposta para acolhermos um dom em cada domingo do Advento. Para cada semana encontrarão uma proposta de oração, uma reflexão, um desafio e um ponto concreto de esforço.

Este ano tivemos oportunidade de abrir o coração ao mundo, uma vez que o nosso país teve a graça e o privilégio de receber o Papa Francisco e, com ele, milhares de jovens do mundo inteiro na XXVII Jornada Mundial da Juventude. Recordaremos ao longo deste tempo de Advento algumas palavras que o Papa Francisco partilhou com os jovens e toda a Igreja, em volta do tema “**Maria levantou-se e partiu apressadamente**” (Lc 1, 39). Esta ação de Nossa Senhora é a resposta pronta e em saída ao apelo do Altíssimo. Maria, nossa Mãe e Mestreira, é desde sempre «o grande modelo para uma Igreja jovem, que quer seguir Cristo com frescura e docilidade» (Chv 43). Dispõe-se a ser “a serva do Senhor” (Lc 1,38), acompanhando o seu Filho com um olhar protetor durante toda a sua vida.

Nossa Senhora é exemplo vivo de alegria profunda, contemplando a vida à luz da fé e guardando a beleza dos pormenores no seu coração. É ela quem nos acompanha neste Advento, onde somos convidados a levantarmo-nos para corrermos ao encontro do Menino Jesus. Disponhamo-nos a viver bem este tempo que a Igreja nos oferece e que deseja que possa ser para cada um, para cada casal, para cada família, um momento de encontro.

Que cada semana deste caminho seja vivida com o desejo sincero de mudança, de abertura à palavra de Deus e de transformação do nosso coração. Que este caminho seja o início de um tempo novo e que essa conversão seja reflexo de uma vida mais focada nos outros e nas suas necessidades.

Um Santo Advento!

Equipa Lisboa 249

Caminhada de Advento 2023

Proposta para as Crianças

Juntamente com o Presépio, a coroa de Advento é um símbolo decorativo que ajuda a preparar o Natal.

As quatro velas representam os quatro domingos do Advento e, como se vão acendendo progressivamente, vamos nos apercebendo que à medida que o Natal se vai aproximando, a luz vai aumentando.

Normalmente, vemos a Coroa de Natal nas Igrejas, mas podemos fazê-la nas nossas casas.

Pode ser uma forma bonita de aproximar a Liturgia da vida diária da família, repetindo o ritual que se faz no início da Missa.

Neste sentido, desafiamos os casais com filhos pequenos a ler o Evangelho e colorir em família o caminho da luz.



1º Domingo
Paz

2º Domingo
Esperança

3º Domingo
Amor

4º Domingo
Alegria

Caminhada de Advento 2023
1º Domingo do Advento – 3 Dezembro
Tema: Paz



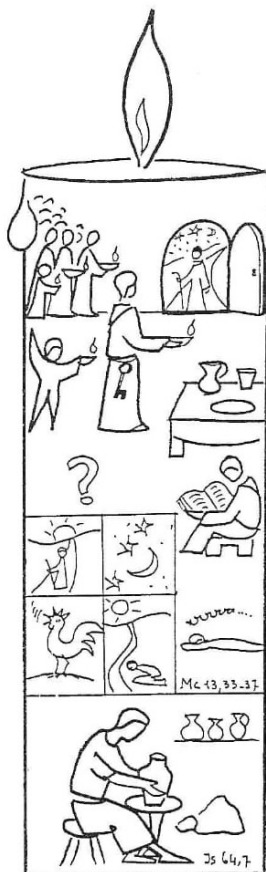
Caminhada de Advento 2023

1º Domingo do Advento

Tema: Paz

EVANGELHO

P
A
Z



Evangelho segundo São Marcos 13,33-37.

Naquele tempo, disse Jesus aos seus discípulos: «Tomai cuidado, vigiai, pois não sabeis quando chegará esse momento. Será como um homem que partiu de viagem: ao deixar a sua casa, deu plenos poderes aos seus servos, atribuindo a cada um a sua tarefa, e mandou ao porteiro que vigiasse.

Vigiai, portanto, visto que não sabeis quando virá o dono da casa: se à tarde, se à meia-noite, se ao cantar do galo, se de manhãzinha; não se dê o caso que, vindo inesperadamente, vos encontre a dormir. O que vos digo a vós, digo-o a todos: vigiai».



Caminhada de Advento 2023

1º Domingo do Advento

Tema: Paz

ORAÇÃO



Nossa Senhora da Visitação, que partistes apressadamente para a montanha ao encontro de Isabel, fazei-nos partir também ao encontro de tantos que nos esperam para lhes levamos o Evangelho vivo: Jesus Cristo, vosso Filho e nosso Senhor! Iremos apressadamente, sem distração nem demora, antes com prontidão e alegria. Iremos serenamente pois quem leva Cristo leva a paz, e o bem-fazer é o melhor bem-estar.

Nossa Senhora da Visitação, com a vossa inspiração, este ADVENTO será a celebração mútua do Cristo que levamos, como Vós outrora. Fazei que ESTE TEMPO seja ocasião de testemunho e partilha, convivência e ação de graças, procurando cada um o outro que sempre espera. Convosco continuaremos este caminho de encontro, para que o nosso mundo se reencontre também, na fraternidade, na justiça e na paz.

Ajudai-nos, Nossa Senhora da Visitação, a levar Cristo a todos, obedecendo ao Pai, no amor do Espírito.

Amen



Caminhada de Advento 2023

1º Domingo do Advento

Tema: Paz

REFLEXÃO



Neste primeiro domingo do Advento, quando começamos a nossa caminhada espiritual para o Natal, somos convidados a mergulhar na essência da **Paz**. Tentamos encontrar a paz que transcende a agitação do mundo e encontra o seu lar no coração das famílias. Como podemos cultivar e viver essa paz em família e com quem nos rodeia? A paz nasce quando aprendemos a aceitar-nos uns aos outros, reconhecendo que a diversidade é uma força que enriquece a experiência familiar. Mas antes de oferecer paz aos outros, é fundamental encontrá-la dentro de nós próprios. Reflitamos, a sós e depois em família, sobre os seguintes pontos:

- Quais os momentos mais significativos para cada membro da nossa família durante este ano que passou?
- Somos gratos pelos desafios superados? Agradeçamos os desafios superados, que nos deram uma oportunidade de crescimento e aprendizagem.
- À medida que nos preparamos para celebrar o nascimento de Cristo, relembremos os valores que Ele nos ensinou: amor, compaixão e perdão. Como podemos incorporar esses valores na nossa família?



Caminhada de Advento 2023

1º Domingo do Advento

Tema: Paz

REFLEXÃO



No mundo, há muitas guerras, muitos conflitos.

Cingindo-me a este continente, sinto grande tristeza pela querida Ucrânia, que continua a sofrer tanto. Amigos, permiti também que eu, já idoso, partilhe convosco, jovens, um sonho que trago no coração: o sonho da paz, o sonho dos jovens que rezam pela paz, vivem em paz e constroem um futuro de paz. Ao voltardes para casa continuai, por favor, a rezar pela paz. Vós sois um sinal de paz para o mundo, um testemunho de como as diferentes nacionalidades, línguas e histórias podem unir em vez de dividir.

Vós sois esperança dum mundo diferente

Papa Francisco

Angelus



Caminhada de Advento 2023

1º Domingo do Advento

Tema: Paz

DESAFIO



Em família, partam para um local especial onde se sintam bem e onde encontrem paz, longe de multidões e confusão (e.g. uma ida a um parque/jardim, um passeio na praia/ serra, um picnic).

- Cada membro da família deve escolher e trazer para casa um objeto que encontre durante o passeio (e.g. uma pedra, folhas, uma concha) e que será colocado junto ao Presépio
- Construam o presépio todos juntos adicionando os objetos de cada elemento da família
- Cada um é convidado a partilhar o motivo da escolha e de que forma revê a família nesse mesmo objeto (e.g. “delicada como uma flor que precisa de adubo diariamente”, “forte como rocha”, “um ramo que faz parte de um todo maior, que somos nós todos”).



Caminhada de Advento 2023

1º Domingo do Advento

Tema: Paz

PCE

Oração Conjugal

Rezar em casal por esta caminhada de Advento, recordando cada elemento da nossa Equipa de Casais, acendendo a primeira vela da Coroa do Advento

