

Atitudes penitenciais-pascais

- Procuo uma verdadeira conversão de coração?
- Sou capaz de aceitar o ritmo, o feitio e o modo de ser dos outros? Ou perco a paciência com o jeito de ser dos que me rodeiam?
- Procuo fazer sempre o bem? Ou só me preocupo em evitar o mal?

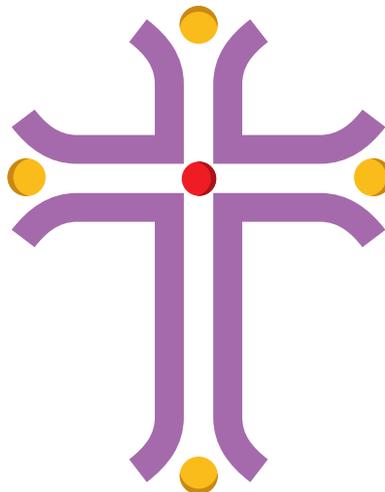
Ao longo dos dias da semana, procurar meditar pessoalmente a Palavra de Deus deste domingo. Uma leitura em cada dia, por exemplo...

Elaborar um programa quaresmal (pessoal e familiar) realista em ordem à conversão: tempos de silêncio e oração, práticas de penitência, abstinência e partilha.

Para rezar

Concedei-nos, Deus todo-poderoso, que, pelas práticas anuais do sacramento quaresmal, alcancemos maior compreensão do mistério de Cristo e demos testemunho dele com uma vida digna. Por nosso Senhor Jesus Cristo. Ámen.

Adaptado da Caminhada Diocesana da Quaresma à Páscoa proposta pela Diocese do Porto.



**Vamos com alegria
Subamos juntos a Jerusalém**

Caminhada da Quaresma à Páscoa 2024

I Domingo da Quaresma

A alegria que brota do coração:

“Arrependei-vos
e acreditai no Evangelho”.

(cf. Evangelho)

Para ler

Gn 9, 8-15 // 1Pd 3, 18-22 // Mc 1, 12-15

No primeiro Domingo da Quaresma, a liturgia diz-nos que Deus nunca desiste de recriar o nosso mundo, tantas vezes ferido pelo egoísmo e pela maldade dos homens; e desafia-nos a colaborar com Deus na construção de um mundo novo, de harmonia e de paz, que é o projeto original do Criador.

***O arco-íris que nos ofereces
confirma-nos o Teu amor por nós
e a Tua incondicionalidade.
Dá cor às nossas vidas, Senhor.
Não deixes que vivamos às escuras,
sem gozar a beleza do momento ou das
pessoas que colocas ao nosso lado.***

Para refletir

Através da conversão, somos libertados do pecado, da tristeza, do vazio interior e da solidão, encontrando a verdadeira alegria em Jesus Cristo. Essa alegria é descrita como inexprimível e exaltada. Quando encontramos Jesus e aceitamos sua oferta de salvação, experimentamos uma alegria que renasce constantemente. Essa alegria é contagiosa, que se expande e se espalha.

A conversão leva-nos a passar da amargura para a doçura, da tristeza para a verdadeira alegria. É um processo de reconhecimento e amor a Deus e ao próximo.

A alegria da conversão é, portanto, uma parte essencial da vida cristã, que nos leva a viver plenamente em Deus e a compartilhar o amor de Cristo com os outros.

***Quando me invocar, hei de atendê-lo;
hei de libertá-lo e dar-lhe glória.
Favorecê-lo-ei com longa vida
e lhe mostrarei a minha salvação.***

(Cf. Sl 90, 15-16)