

## Atitudes penitenciais-pascais

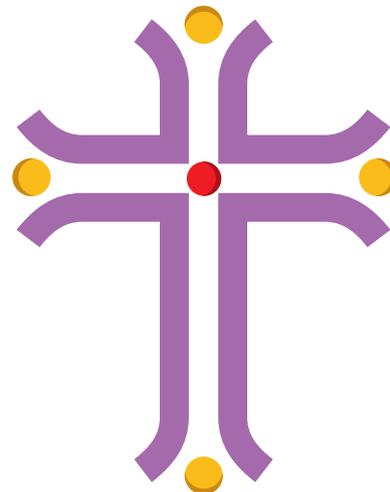
- Vivo de forma autêntica e verdadeira? Ou caminho na sombra e na falta de verdade?
- Sou compreensivo(a) e tolerante? Ou deixo-me levar pela ira e pelo mau humor?
- Perdoo de coração ou tenho sempre «duas pedras na mão», para quem falhou comigo?
- Procuo cumprir com rigor e com amor os meus deveres e dar a cada um o que lhe é devido? Ou falta ao respeito, ao pagamento justo, aos compromissos familiares, profissionais e paroquiais?

**Fazer uma caminhada, uma via-sacra, uma peregrinação pessoal ou organizada.**

## Para rezar

Senhor nosso Deus,  
que, pelo vosso Verbo,  
realizais admiravelmente a reconciliação  
do género humano, concedei ao povo cristão  
fé viva e espírito generoso,  
a fim de caminhar alegremente  
para as próximas solenidades pascais.  
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

IV Domingo da Quaresma

## A alegria da peregrinação e da salvação:

“quem de entre vós fizer parte do seu Povo, ponha-se a caminho”.

(cf. 1.ª Leitura)

### Para ler

**2Cr 36, 14-23 // Ef 2, 4-10 // Jo 3, 14-21**

A liturgia do quarto Domingo da Quaresma garante-nos que Deus nos oferece, de forma totalmente gratuita e incondicional, a vida eterna. Somos convidados a olhar para Jesus, a aprender com Ele a lição do amor total, a percorrer com Ele o caminho da entrega e do dom da vida. É esse o caminho da salvação.

**Senhor, Tu nos convidas à simplicidade,  
Tu evitas todo o poder e superioridade,  
Tu queres que não olhemos ninguém  
por cima do ombro, pois para Deus  
todos somos iguais na importância,  
mas ainda mais os mais débeis.**

### Para refletir

“A peregrinação é um movimento, uma Páscoa, uma passagem, um pôr-se a caminho, uma marcha para Deus, na fé, na esperança e no amor. Nenhuma cidade deste mundo constitui a nossa meta. Ela encontra-se para além deste mundo, no mais profundo do mistério de Deus, para nós ainda invisível, porque caminhamos à luz da fé e não da visão clara e aquilo que nós seremos não nos foi ainda revelado. A nova Jerusalém, da qual nós somos já desde agora cidadãos e filhos (Gl 4,6), é do Alto que ela vem, de junto de Deus; apenas o entrevemos como que num espelho e de uma maneira confusa, agarrando-nos com firmeza à palavra profética. No entanto, desde agora somos cidadãos da mesma. Mesmo que espiritualmente a caminho de Jerusalém, é em direção a Cristo que se dirige a nossa marcha interior” (cf. São Paulo VI, Gaudete Domino, n.ºs 61 a 64).

**Alegra-te, Jerusalém; rejubilai,  
todos os seus amigos. Exultai de alegria,  
todos vós que participastes no seu luto  
e podereis beber e saciar-vos  
na abundância das suas consolações.**

(Cf. Sl 24, 15-16)