



15 DE MARÇO DE 2020
III DOMINGO DA QUARESMA

PROPOSTA DE ORAÇÃO

em tempo de quarentena a partir dos textos da missa

RITOS INICIAIS

Escolhe um local silencioso e tranquilo para a tua oração. Podes ouvir ou tocar uma canção.

Começa por fazer o SINAL DA CRUZ.

Faz um breve EXAME DE CONSCIÊNCIA e reza a CONFISSÃO.

1ª LEITURA LEITURA DO LIVRO DO ÊXODO

Naqueles dias, o povo israelita, atormentado pela sede, começou a altercar com Moisés, dizendo: «Porque nos tiraste do Egípto? Para nos deixares morrer à sede, a nós, aos nossos filhos e aos nossos rebanhos?». Então Moisés clamou ao Senhor, dizendo: «Que hei-de fazer a este povo? Pouco falta para me apedrejarem». O Senhor respondeu a Moisés: «Passa para a frente do povo e leva contigo alguns anciãos de Israel. Toma na mão a vara com que fustigaste o Rio e põe-te a caminho. Eu estarei diante de ti, sobre o rochedo, no monte Horeb. Baterás no rochedo e dele sairá água; então o povo poderá beber». Moisés assim fez à vista dos anciãos de Israel. E chamou àquele lugar Massa e Meriba, por causa da alteração dos filhos de Israel e por terem tentado o Senhor, ao dizerem: «O Senhor está ou não no meio de nós?».

Palavra do Senhor.

SALMO 104 SE HOJE OUVIRDES A VOZ DO SENHOR NÃO FECHÉIS OS VOSSOS CORAÇÕES

*Vinde, exultemos de alegria no Senhor,
aclamemos a Deus, nosso salvador.
Vamos à sua presença e dêmos graças,
ao som de cânticos aclamemos o Senhor. Refrão*

*Vinde, prostremo-nos em terra,
adoremos o Senhor que nos criou.
Pois Ele é o nosso Deus
e nós o seu povo, as ovelhas do seu rebanho. Refrão*

*Quem dera ouvísseis hoje a sua voz:
«Não endureçais os vossos corações,
como em Meriba, como no dia de Massa no deserto,
onde vossos pais Me tentaram e provocaram,
apesar de terem visto as minhas obras. Refrão*

2ª LEITURA LEITURA DA EPÍSTOLA DE S. PAULO AOS ROMANOS

Irmãos: Tendo sido justificados pela fé, estamos em paz com Deus, por Nosso Senhor Jesus Cristo, pelo qual temos acesso, na fé, a esta graça em que permanecemos e nos gloriamos, apoiados na esperança da glória de Deus. Ora, a esperança não engana, porque o amor de Deus foi derramado em nossos corações pelo Espírito Santo que nos foi dado. Quando ainda éramos fracos, Cristo morreu pelos ímpios no tempo determinado. Dificilmente alguém morre por um justo; por um homem bom, talvez alguém tivesse a coragem de morrer. Mas Deus prova assim o seu amor para conosco: Cristo morreu por nós, quando éramos ainda pecadores.

Palavra do Senhor.

EVANGELHO DE NOSSO SENHOR JESUS CRISTO SEGUNDO SÃO JOÃO

Naquele tempo, chegou Jesus a uma cidade da Samaria, chamada Sicar, junto da propriedade que Jacob tinha dado a seu filho José, onde estava o poço de Jacob. Jesus, cansado da caminhada, sentou-se à beira do poço. Era por volta do meio-dia. Veio uma mulher da Samaria para tirar água. Disse-lhe Jesus: «Dá-Me de beber». Os discípulos tinham ido à cidade comprar alimentos. Respondeu-lhe a samaritana: «Como é que Tu, sendo judeu, me pedes de beber, sendo eu samaritana?». De facto, os judeus não se dão com os samaritanos. Disse-lhe Jesus: «Se conhecesses o dom de Deus e quem é Aquele que te diz: 'Dá-Me de beber', tu é que Lhe pedirias e Ele te daria água viva». Respondeu-lhe a mulher: «Senhor, Tu nem sequer tens um balde, e o poço é fundo: donde Te vem a água viva? Serás Tu maior do que o nosso pai Jacob, que nos deu este poço, do qual ele mesmo bebeu, com os seus filhos e os seus rebanhos?». Disse-lhe Jesus: «Todo aquele que bebe desta água voltará a ter sede. Mas aquele que beber da água que Eu lhe der nunca mais terá sede: a água que Eu lhe der tornar-se-á nele uma nascente que jorra para a vida eterna». «Senhor, – suplicou a mulher – dá-me dessa água, para que eu não sinta mais sede e não tenha de vir aqui buscá-la». Disse-lhe Jesus: «Vai chamar o teu marido e volta aqui». Respondeu-lhe a mulher: «Não tenho marido». Jesus replicou: «Disseste bem que não tens marido, pois tiveste cinco e aquele que tens agora não é teu marido. Neste ponto falaste verdade». Disse-lhe a mulher: «Senhor, vejo que és profeta. Os nossos antepassados adoraram neste monte, e vós dizeis que é em Jerusalém que se deve adorar». Disse-lhe Jesus: «Mulher, acredita em Mim: Vai chegar a hora em que nem neste monte nem em Jerusalém adorareis o Pai. Vós adorais o que não conheceis; nós adoramos o que conhecemos,

porque a salvação vem dos judeus. Mas vai chegar a hora – e já chegou – em que os verdadeiros adoradores hão-de adorar o Pai em espírito e verdade, pois são esses os adoradores que o Pai deseja. Deus é espírito e os seus adoradores devem adorá-l’O em espírito e verdade». Disse-Lhe a mulher: «Eu sei que há-de vir o Messias, isto é, Aquele que chamam Cristo. Quando vier, há-de anunciar-nos todas as coisas». Respondeu-lhe Jesus: «Sou Eu, que estou a falar contigo». Nisto, chegaram os discípulos e ficaram admirados por Ele estar a falar com aquela mulher, mas nenhum deles Lhe perguntou: «Que pretendes?», ou então: «Porque falas com ela?». A mulher deixou a bilha, correu à cidade e falou a todos: «Vinde ver um homem que me disse tudo o que eu fiz. Não será Ele o Messias?». Eles saíram da cidade e vieram ter com Jesus. Entretanto, os discípulos insistiam com Ele, dizendo: «Mestre, come». Mas Ele respondeu-lhes: «Eu tenho um alimento para comer que vós não conheceis». Os discípulos perguntavam uns aos outros: «Porventura alguém Lhe trouxe de comer?». Disse-lhes Jesus: «O meu alimento é fazer a vontade d’Aquele que Me enviou e realizar a sua obra. Não dizeis vós que dentro de quatro meses chegará o tempo da colheita? Pois bem, Eu digo-vos: Erguei os olhos e vede os campos, que já estão loiros para a ceifa. Já o ceifeiro recebe o salário e recolhe o fruto para a vida eterna e, deste modo, se alegra o sementeiro juntamente com o ceifeiro. Nisto se verifica o ditado: ‘Um é o que semeia e outro o que ceifa’. Eu mandei-vos ceifar o que não trabalhastes. Outros trabalharam e vós aproveitais-vos do seu trabalho». Muitos samaritanos daquela cidade acreditaram em Jesus, por causa da palavra da mulher, que testemunhava: «Ele disse-me tudo o que eu fiz». Por isso os samaritanos, quando vieram ao encontro de Jesus, pediram-Lhe que ficasse com eles. E ficou lá dois dias. Ao ouvi-l’O, muitos acreditaram e diziam à mulher: «Já não é por causa das tuas palavras que acreditamos. Nós próprios ouvimos e sabemos que Ele é realmente o Salvador do mundo». Palavra da salvação.

MEDITAÇÃO DAS LEITURAS PADRE HUGO GONÇALVES

O grande objectivo da nossa vida é o de procurarmos uma maneira de identificar a sede que sentimos e de saber como podemos saciá-la. Jesus e a samaritana começam a conversa a falar de sedes diferentes. Ela fala da sede que se mata com a água do poço. Jesus fala da sede que apenas a comunhão com Ele é capaz de saciar. Ela fala de uma sede superficial, mal identificada; Ele fala de uma sede profunda, como um eco no interior do coração e da vida. Quantas vezes nos acontece sentirmos que falta qualquer coisa à nossa vida e não sabemos identificar o que é?! Umas vezes estagnamos e não somos capazes de avançar. Outras vezes, procuramos inconscientemente formas de matar essa sede: nas relações, na adrenalina, no trabalho, no consumismo, nas viagens, através do sucesso ou da aprovação dos outros. E rapidamente nos apercebemos que essa atitude não resolve a nossa sede. É por isso que é urgente começarmos a dar um nome à nossa sede e percebermos que por vezes as sedes superficiais são sintomas (ou maneiras de ignorarmos) uma sede mais profunda. É disso que fala Jesus: de uma sede que só Ele conhece e domina, de uma sede de plenitude e sentido que só Ele dá, de sede de um Amor que só Ele pode oferecer. «Se conhecesses o dom de Deus...»

Quais são as sedes superficiais que eu alimento? Que comportamentos ou inseguranças eu tenho que podem ser uma forma de tentar saciar essas sedes?

Compreendo, como a samaritana, que o facto de Jesus saber quem eu sou e o que fiz pode ser um caminho valioso para deixar cair as minhas máscaras e estar diante d’Ele com toda a minha verdade, como raramente posso estar com alguém?

Reconheço que a verdadeira sede que há em mim é uma sede de Jesus, do seu amor, da sua plenitude, do sentido que só Ele pode dar à minha vida?

PRECES

Neste momento podes fazer algumas orações pedindo ou agradecendo a Deus. Podes escrever, dizer em voz alta, ou simplesmente pensá-las.

COMUNHÃO ESPIRITUAL COMO FAZIA S. JOSEMARIA ESCRIVÁ

V. Graças e louvores se dêem a todo o momento.

R. Ao Santíssimo e Diviníssimo Sacramento.

Pai Nosso, Ave Maria e Glória (3 vezes)

COMUNHÃO ESPIRITUAL

Eu quisera, Senhor,
receber-Vos com aquela pureza, humildade e devoção
com que Vos recebeu Vossa Santíssima Mãe,
com o espírito e o fervor dos Santos.

Amén

MEDITAÇÃO PADRE HANS URS VON BALTHASAR

Senhor, derrama nos nossos corações os sentimentos do teu amor... Torna-te Tu mesmo uma torrente para nós, pois o nosso fluir não nos leva a Ti. Sê chuva na nossa aridez, sê rio na nossa paisagem, para que ela encontre em Ti o centro e a origem do seu crescimento e fecundidade. E se a tua água produzir em nós flores e frutos, nós não os queremos olhar como impulsos e produções próprios, pois eles provêm de Ti. Nós queremos pô-los antecipadamente junto de Ti para os juntares aos bens invisíveis que Tu dispões como queres. São frutos da nossa terra, mas feitos crescer por Ti, de que Tu podes dispor para Ti, ou para nós, ou reservar para outro que nada tem. Amen.

ATÉ AMANHÃ

paróquia e campo grande

WWW.IGREJACAMPOGRANDE.PT/REZAREMQUARENTENA