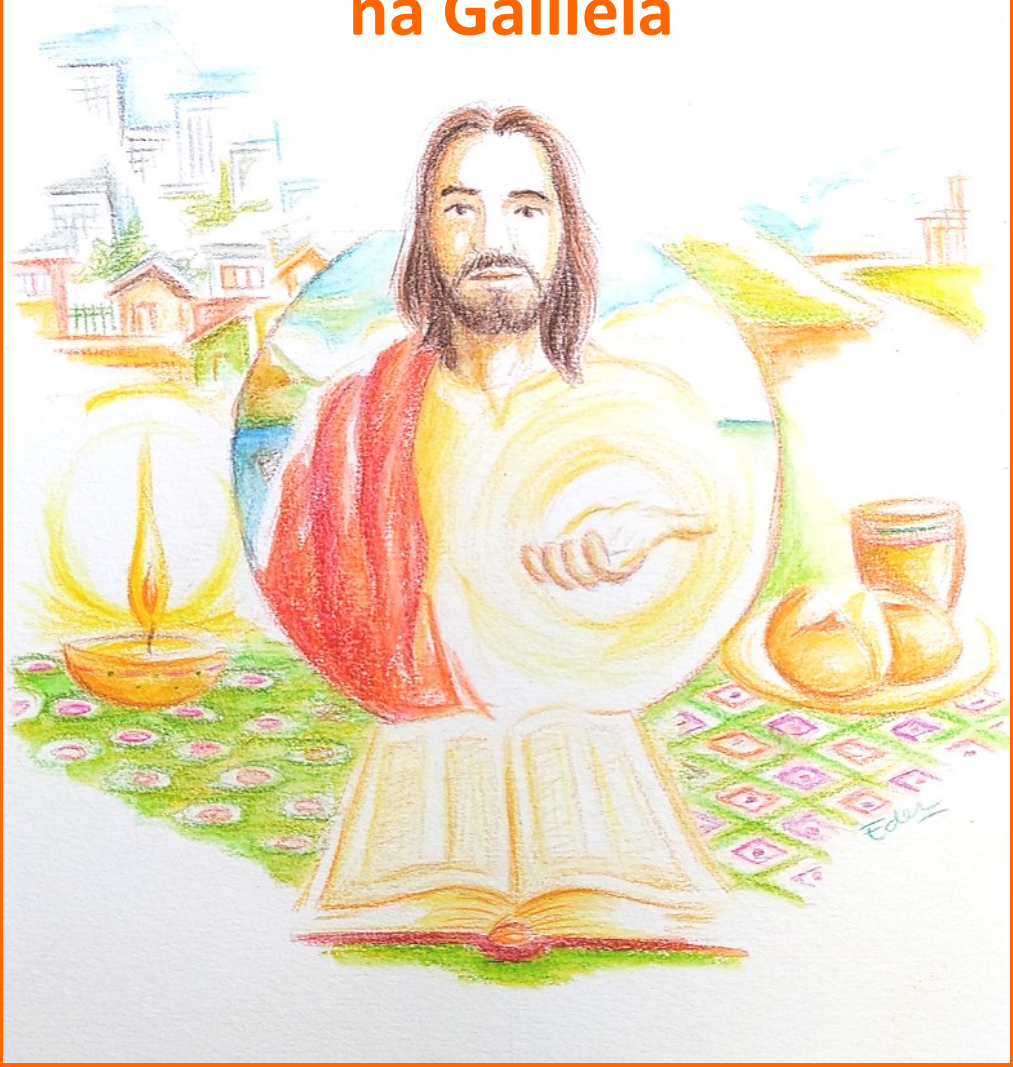
Ao Encontro de Jesus na Galileia



Carnet de Route 2023-2024

Fé e Luz Internacional

Índice

- Equipas 2023/24 – Províncias do Brasil, Argentina e Paraguai 3
- Introdução 4
- Ao encontro com Jesus na Galileia 6
- Fazendo caminho juntos, oração para os encontros 8

1. **Belém**, a procura da nossa pequenez 9
2. **Nazaré**, o trabalho de cada dia, a vida quotidiana 13
3. **Samaria**, encontro com a misericórdia e o amor 17
4. **Jericó**, ir ao encontro de Jesus 21
5. **O lago de Tiberíades**, Fé e Luz, tu amas-me? 25
6. **O mar da Galileia**, encontro, apelo, missão 29
7. **Cafarnaum**, cura e liberdade 33
8. **Betânia**, laços e perfume de amizade 37
9. **Caná da Galileia**, lugar de alegria e convívio 41
10. **O Monte Tabor**, a experiência da consolação 45
11. **Jerusalém**, a nossa cruz de cada dia 49
12. **Emaús**, o caminho, lugar de encontro 53

Anexos
- Meditações do Padre Marco Bove
  - – Natal 58
  - – Festa da Luz 59
  - – Páscoa 60
  - – Pentecostes 61
- O Ícone de Fé e Luz, Padre Joseph Larsen 62
- Atelier dos artistas 65
- Nª. Srª. da Conceição de Aparecida, padroeira do Brasil 74
- Oração de Fé e Luz (contracapa)

Adaptado para PT do texto do Brasil: Alice Cabral. Revisão: Ana Figueiral e Olga Grilo

Fé e Luz internacional
3 rue du Laos 75015 Paris, France T + 33 1 53 69 44 30
international@foietlumiere.org - www.foietlumiere.org

Equipas 2023-2024

Província Renascer (Brasil Nordeste)

Maria Cristina

Auxiliadora

Província "Campo Belo" (Brasil Centro)

Anderson

Laura

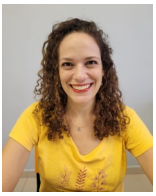
Maria Eduarda

Sabrina

Frei Jairton

Província "Ponte da Amizade" (Brasil Sul, Argentina, Paraguai)

Marcia Terezina



Jussara

Maria Helena e a sua filha Vanessa

Dora

Padre Ederson

Ilustrações: Eder d'Artagnan

Introdução

A coordenação internacional de Fé e Luz solicitou às províncias do Brasil a elaboração do carnet de route para os encontros de todas as comunidades da nossa grande família. O que oferecemos a Fé e Luz é uma pequena contribuição em comparação com tudo o que dele recebemos.

O carnet de route reflete o país que o realiza. As riquezas do nosso povo e do nosso meio foram vistas durante muito tempo como o "pátio das traseiras" do mundo. A nossa autonomia como Nação é um caminho ainda pleno de desafios. Sofremos as consequências duma economia mundial que põe o acento na acumulação de riquezas em detrimento da realidade dos nossos povos. O Papa Francisco denuncia continuamente este modelo económico que coloca a pessoa humana num plano inferior.

Como Igreja católica, estamos a viver um tempo sinodal solicitado pelo Papa Francisco. Caminharmos juntos, enquanto procuramos e escutamos a vontade de Deus para os nossos tempos, deve ser o selo distintivo de Fé e Luz. Podemos dar, assim, um grande contributo à Igreja.

Gostaríamos de sublinhar algumas palavras que irão aparecer em todos os encontros: **Vida quotidiana – Tempo da fidelidade (ou quarto tempo) - Dar um novo um sentido à minha vida.**

Vida quotidiana: A nossa vida quotidiana é muito simples, por vezes cheia de tarefas, pequenas ou grandes. A realidade quotidiana das famílias e das comunidades pode parecer monótona, repetitiva, rotineira. É preciso redescobrir a beleza e os desafios da vida quotidiana. O nosso povo diz, com sabedoria, que o pão de ontem está duro e que a farinha ainda está no saco para o pão de amanhã. Então o que nos resta é o pão de hoje. Jesus já nos tinha avisado: *Basta, a cada dia, as suas dificuldades* (Mt 6, 34).

A vida de Jesus, durante os seus trinta anos escondidos em Nazaré, foi sempre simples e rotineira, mas cheia de alegria. A alegria estava nele e não nas pessoas ou nas coisas, no tempo ou nas tarefas.

Sentimos que, este ano precisamos de trabalhar mais e melhor a espiritualidade da vida quotidiana. Assim, as nossas famílias e as nossas comunidades vão ficar espantadas com as surpresas de Deus. O autor da Carta aos Hebreus recorda-nos: *O tempo de Deus chama-se hoje* (He 3, 13).

O tempo da fidelidade (ou quarto tempo): trata-se de uma bela novidade trazida por Fé e Luz que pode ser oferecida à Igreja e ao mundo. Podemos chamar-lhe tempo da gratuidade, sem agenda, sem precipitação, sem procura de resultados. Muitos dos nossos irmãos e irmãs com deficiência vivem em solidão pois poucos são aqueles que se interessam por eles. Uma visita, um passeio, um lanche, uma refeição, uma ida ao cinema ou a um parque de diversões, um momento de oração..., podem dar um sentimento de pertença, de valor e de integração. Muitos pais também precisam deste *tempo da fidelidade* para respirar. Afinal, seguir Jesus é *dedicar a sua vida ao outro* (Jo 15, 13-15).

Dar um novo sentido à sua vida foi um conceito muito evocado durante o tempo da pandemia COVID 19. Cada texto do Evangelho leva-nos a dar um novo sentido à nossa vida, a procurar conformar a nossa existência com a vida de Jesus. Isto é, dar à nossa vida a forma da vida de Cristo. Vivemos então uma "transfiguração". A transfiguração não foi um momento isolado da vida de Jesus, ela foi constante, mesmo quando estava desfigurado na cruz.

Fé e Luz é um movimento de transfiguração. Basta ouvirmos as histórias pessoais, os testemunhos dos pais e dos amigos. Somos um movimento eclesial e ecuménico de transfiguração da existência humana e cristã.

Gostaríamos de sugerir a todos, que se orientem pelos textos bíblicos indicados para os estudar, os aprofundar e os rezar. Não chega fazer a sua leitura durante o encontro. Queremos chamar a atenção para o tempo da fidelidade. É uma maneira de aliviar a vida quotidiana de muitas famílias, levando-as a dar um novo sentido à realidade que vivem.

Desejamos que este carnet de route nos ajude a crescer como movimento, de forma a contribuir para a edificação do Reino de Deus.

Com ternura.

As províncias do Brasil

Ao encontro com Jesus na Galileia

O fio condutor deste ano são os lugares de encontro com Jesus.

Jesus viveu na Palestina, uma pequena faixa de terra com uma área de 20 mil km², com 240 km de comprimento e não mais de 90 km de largura. A Palestina é dividida de alto a baixo por uma cadeia de montanhas. No tempo de Jesus era dividida em duas regiões: Galileia e Samaria-Judeia.

Reproduzimos aqui um mapa da Palestina no tempo de Jesus, destacando doze lugares em que Jesus se apresenta de um modo muito especial. Em cada mês faremos uma pequena paragem num desses lugares e reviveremos o encontro de Jesus com os homens e as mulheres, com as crianças, jovens, adultos e idosos da sua época.

Sugerimos que cada comunidade amplie esse mapa, pois ele vai-nos acompanhar ao longo de todo o ano.

Em cada encontro, colaremos nele o desenho relacionado com o tema do mês. Na comunidade há sempre alguém que gosta de desenhar, pintar ou colorir imagens. Poderemos confiar a uma pessoa ou a várias a responsabilidade de desenhar e pintar o desenho do tema para o próximo encontro...

À equipa de coordenação propomos que, na preparação do encontro, após a leitura do Evangelho do mês, se partilhe a resposta a esta pergunta:

Como estou a viver a minha vida quotidiana, o tempo da fidelidade e que novo sentido, esta passagem do Evangelho, dá à minha vida?

GALILEIA
Cafarnaum
Tiberíades
Lago da Galileia
Caná
Monte Tabor
SAMARIA
Samaria
Rio Jordão
JUDEIA
Jericó
Emaús
Jerusalém
Betânia
Belém
Mar Morto

Fazendo caminho juntos

Em cada encontro vamos dizer esta oração em dois coros. Damos as mãos uns aos outros e juntos dizemos o refrão:

Toma a minha mão, irmã. Toma a minha mão, irmão.
Porque é duro o caminho, o caminho é longo.
Se caminharmos juntos, será mais fácil;
Se tropeçarmos, levantar-nos-emos
Tu sentirás a minha mão que te sustenta
E eu sentirei a tua mão, se cair.

Coro 1:
Não somos grãos dispersos, somos espigas.
Não somos uvas soltas, somos cachos;
Deus chama-nos para a sua vinha
e convoca-nos para partilhar a sua vida e a sua ternura.
Connosco caminha Jesus, nosso amigo, compartilhando o seu pão e dando-nos o seu vinho.

Toma a minha mão, irmã...

Coro 2 :
Se caminharmos juntos e partilharmos as dores e as ilusões, os sonhos e as dificuldades;
crescerá a esperança entre os espinhos,
Pois connosco caminha Jesus, nosso Amigo.
Ele é a verdade e a vida, a luz que ilumina, a bússola que nos guia. Ele é o Caminho.

Toma a minha mão, irmã...

Coro 1:
Senhor, somos o teu povo
e hoje estamos reunidos em teu nome, juntos como irmãos,
no caminho que abriu, para nós, o nosso Batismo.
Caminhamos num só coração e numa só alma, e no meio de nós, vai Jesus Cristo.

Toma a minha mão, irmã...

Coro 2:
Nosso irmão, o Papa Francisco, convida-nos a caminhar juntos, a seguirmos unidos como num cacho, pois ninguém quer perder este caminho.
Partilhando a vida,
nascerá a esperança entre os espinhos
Pois connosco vem Jesus, nosso amigo.

Toma a minha mão, irmã...

1

Belém

A procura da nossa pequenez

A palavra do mês

Pobrezito! Quando nos aproximamos de Belém para olhar e contemplar o rosto do Deus-Menino, acedemos ao mais profundo do coração humano, carregado de fragilidade, de ternura e de bondade. Em Belém, ficamos pacificados das nossas manias de grandeza, da nossa ansiedade, da pressa de fazer sempre mais, da nossa sede de poder e vaidade, pois, diante da fragilidade do Menino Jesus, somos conduzidos àquilo que verdadeiramente somos: frágeis criaturas. Leonardo Boff, teólogo brasileiro, diz que "todo menino quer ser homem, todo homem quer ser rei e todo rei, quer ser Deus. Só Deus quis ser menino! "

A contemplação do Menino de Belém impele-nos a entrar no interior da gruta: ali o grande mistério da ternura de Deus faz-se visível e revelador do sentido da existência humana. Para que Belém seja também um lugar de encontro, é preciso entrar neste mistério com suavidade. Ali, deparamo-nos com a aventura de Deus que assumiu a aventura humana, desde o início, até ao extremo. Deus fez-se tecido humano e revestiu o ser humano do tecido divino, enchendo-o de sentido e de finalidade. O Deus de Belém entrou na carne humana e nunca mais saiu. Por isso podemos procurá-lo no nosso íntimo e em tudo o que é humano.

Uma comunidade Fé e Luz é uma nova Belém, lugar de encontro, de humanização e de divinização. Nela, somos despidos da arrogância, da superioridade, do gosto pela riqueza. E só quem se sente irmão/irmã, como Jesus, pode fazer este caminho, tão humano, quanto divino.

Em Belém, Jesus, Maria e José recordam-nos a beleza das coisas pequenas da **vida quotidiana**; os magos recordam-nos a graciosidade da **gratuidade (tempo da fidelidade)** e os pastores, a alegria de uma vida **com um novo sentido,** dado pelo encontro com o Deus-Menino. Então, *"vamos a Belém ver o que aconteceu e o que o Senhor nos deu a conhecer"*... (Lc 2,15).

- **Texto de refêrência**: Lc 2, 1-20

- **Acolhimento**

  Um membro da comunidade acolhe, com um abraço, quem vai chegando para participar no encontro, entrega-lhe uma estrela como símbolo de luz e diz *"(Nome), a tua presença é preciosa para Deus*". Em seguida, cantamos uma canção de boas vindas.

- **Partilha**

  – **Juntos**

  Reviver o Evangelho de São Lucas 2, 1-20.

  * Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o tempo da fidelidade e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

  – **Em pequenos grupos**

  * Como devemos viver a nossa pequenez na vida quotidiana, seguindo o exemplo de Jesus?
  * Que atitudes devemos ter, enquanto comunidade Fé e Luz, para sair de nosso comodismo e ir ao encontro das pessoas que continuam invisíveis na Igreja e na sociedade?
  * Como é que a pequenez do nascimento de Jesus nos ajuda a dar um novo significado à nossa vida, enquanto membros de Fé e Luz?

- **Atelier dos artistas**

  - Desenhos: Onde encontramos Jesus? (ver página 65)

- **Festa**

  Jogo: A batata quente

  Todos se sentam numa roda e passam uma "batata" (que pode ser qualquer objeto) de mão em mão. Vamos passando e cantarolando: *"Batata" que passa, batata que passou, quem ficar com a batata, coitadinho, se queimou!"* A pessoa que estiver com o objeto na mão quando se disser "*se queimou*", irá fazer algo que o grupo pedir, por exemplo: cantar uma música, dar um abraço, imitar um animal. ..

- **Oração**

Jesus fez-se homem para incluir os pobres no coração da Igreja e da humanidade: os marginalizados, os sem-abrigo, os que sofrem com dependências, os refugiados e todas as pessoas que continuam a ser invisíveis no mundo. Jesus veio para que todos sejam parte do mesmo corpo, sem exclusão.

- Jesus, ajuda-nos a ter um coração humilde que viva em comunhão.

Oração dum pobre

Obrigado Jesus, por seres a Luz que ilumina o nosso caminho de cada dia.

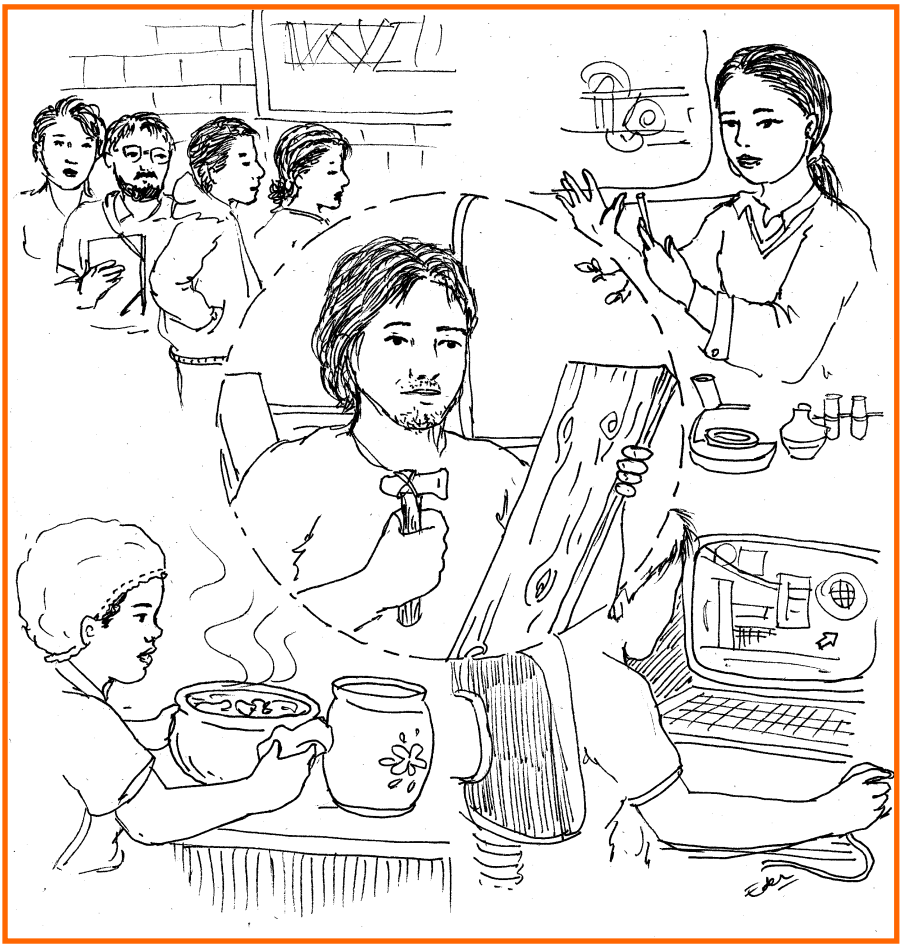
E até ao próximo encontro

Ao voltar para casa, procuremos realizar pequenos gestos que nos ajudem a ser pessoas mais simples e compreensivas com os outros. Podemos convidar um membro do Fé e Luz para passear ou fazer um piquenique (tempo da fidelidade).

2

Nazaré

O trabalho de cada dia. A vida quotidiana



A palavra do mês

Nazaré, no tempo de Jesus, tinha cerca de 400 habitantes e era um lugar, não só pequeno, mas também muito pobre e desconhecido. Foi aí que Jesus viveu por volta de trinta anos e aí aprendeu a ser gente, com a sua gente. Aprendeu a fé de um povo simples, o cuidado com a casa, o trabalho manual e a vida em comunidade. Nazaré foi a sua grande escola.

Maria e José tiveram um papel muito importante na formação humana de Jesus e, ainda que nada encontremos nos Evangelhos sobre isso, podemos fazer uma leitura a partir da vida pública de Jesus. Nos três anos de vida missionária, Ele revela os trinta anos da vida simples e escondida de Nazaré.

As nossas comunidades Fé e Luz devem traduzir, para a humanidade de hoje, a importância de se viver o espírito de Nazaré. O espírito de Nazaré diz-nos que vivamos com intensidade esta vida quotidiana que, de tão simples, nos parece tão repetitiva. Neste espírito aprendemos a sobriedade, o cuidado com tudo e com todos os que nos rodeiam, a **gentileza** (**tempo da fidelidade**) que nos capacita para entrar em sintonia com o outro e o serviço generoso aos que mais precisam. Enfim, Nazaré é um modo de ser e de viver, é o nosso lugar espiritual, um lugar tão humano que se torna a manifestação do divino, **onde tudo pode adquirir um novo sentido**.

- **Texto de referência**: Lc 2, 41-51

- **Acolhimento**

Ao chegar, cada membro receberá uma pétala de rosa para completar o coração (ver página 66) que ficará no centro da sala, juntamente com a Bíblia e uma vela acesa.

- **Partilha**

– **Juntos**

Reviver o Evangelho de Luc 2, 41-51.

* Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o tempo da fidelidade e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

– **Em pequenos grupos**

* Maria e José tiveram um papel muito importante na formação humana de Jesus. Que papel tiveram os nossos pais na nossa formação? Além dos nossos pais, quem mais teve um papel importante na nossa formação?
* Diante da correria dos afazeres do dia a dia estamos a deixar de olhar para os nossos irmãos, descuidando as relações pessoais e os laços familiares, para dar preferência ao individualismo, ao dinheiro e aos bens materiais. O que devemos fazer para voltarmos a ter esse olhar generoso para com os nossos irmãos?
* De que maneira podemos seguir o exemplo da família de Nazaré, vivendo uma vida quotidiana simples, nos nossos dias?

- **Atelier dos artistas**

Construir um brinquedo dos indígenas brasileiros chamado peteca (ver página 66).

- **Festa**

Jogo: Que a peteca não caia

Para jogar a peteca, são precisos dois ou mais jogadores. Quanto maior for o número de jogadores, mais divertido é o jogo. O local deve ter espaço suficiente para jogar sem atrapalhar as outras pessoas. No início do jogo, os jogadores ficam num círculo ou, de frente um para o outro, se forem apenas dois. Sorteia-se um

jogador que inicia, atirando a peteca ao alto, de uma forma semelhante ao serviço usado no vólei: segura a peteca com uma das mãos e com a outra dá uma pancada, de baixo para cima. Todos os jogadores devem manter a peteca no ar dando-lhe toques, para a impedir de cair no chão.
Quem apanhar a peteca ou a deixar cair, perde um ponto. O penúltimo que jogou a peteca, inicia a próxima rodada.

Ou

Mímica
Cada participante receberá um papel com uma ação do dia a dia para mimar e os outros tentam adivinhar qual é.

- **Oração**

  - Jesus, ensina-nos a encontrar o caminho da alegria de viver em amizade, com respeito e generosidade para com os mais necessitados.
  Jesus disse: "*Ao ofereceres uma refeição, não convides os teus amigos, irmãos, parentes ou vizinhos ricos... Pelo contrário, quando deres uma festa, chama os pobres, os coxos e os cegos*" (Lc 14,12-13).
  - Senhor, obrigado por nos mostrares que precisamos de deixar de lado a nossa prepotência e arrogância interior para renascer na verdadeira comunhão com os nossos irmãos.

  Oração dum pobre
  Obrigado, Jesus, por estares sempre ao nosso lado, todos os dias.

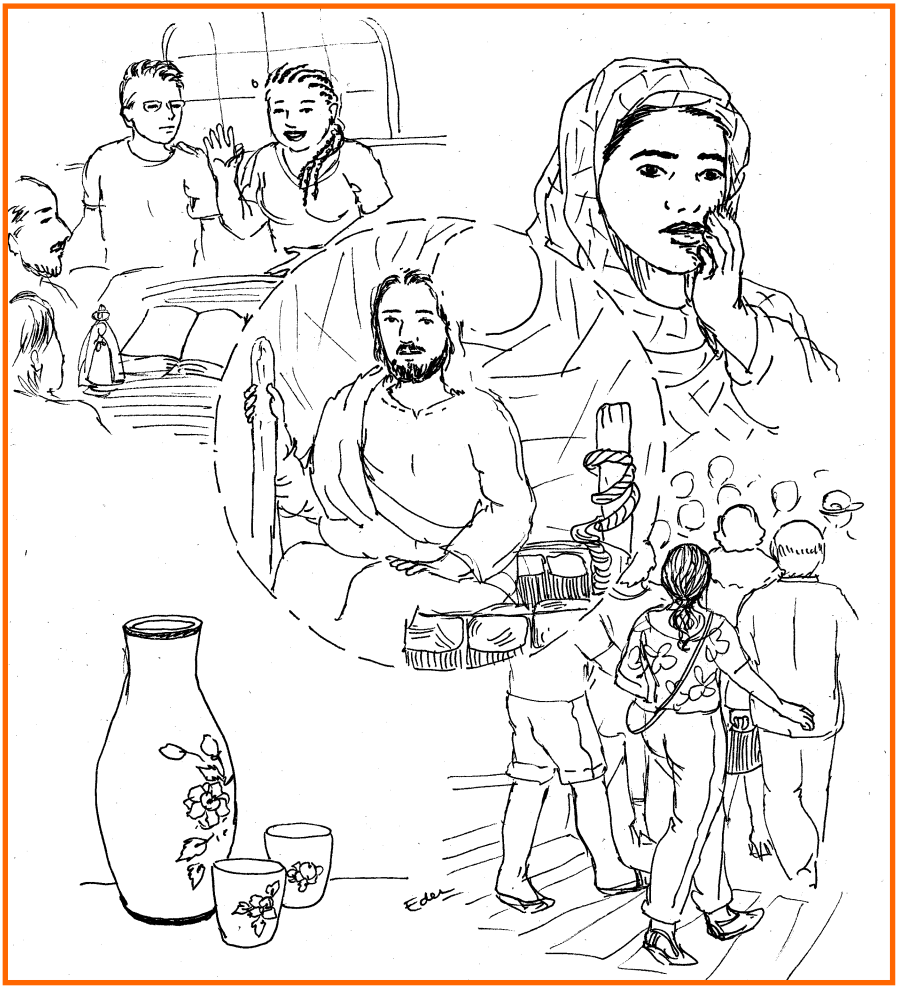
E até ao próximo encontro

Procuremos rezar para que possamos melhorar as nossas fraquezas humanas, vivendo a humildade e servindo mais. Seguindo o exemplo de Maria, ir visitar, em pequeno grupo, um amigo de Fé e Luz que esteja doente e/ou afastado.

3

Samaria

Encontro com a misericórdia e o amor



A palavra do mês

Sol escaldante, poeira, cansaço. É meio-dia e Jesus está sentado à beira de um poço à espera que alguém que lhe dê de beber. Um cenário onde muitas vezes nos encontramos: cansados, sedentos, empoeirados, esgotados, à espera de alguém... Nesta paisagem aparece uma mulher: veio buscar água numa hora imprópria, que se tornou na hora própria: a hora do encontro, a hora da graça. É na vida quotidiana que encontramos o Cristo de Deus.

Jesus logo a aborda: "Mulher dá-me de beber!" O diálogo parece tenso, a mulher, magoada pela rejeição, coloca-se na defensiva. "Como te atreves a falar comigo? " Jesus prossegue o diálogo com delicadeza e, num dado momento, toma uma iniciativa radical, dizendo-lhe: "vai chamar o teu marido". Ela responde: "Não tenho marido." A sua honestidade valeu-lhe um elogio de Jesus, que lhe diz: nisto disseste a verdade. Já tinha compreendido que esta mulher era honesta na sua busca do amor, apesar de ter escolhido aquele caminho.

A mulher, sentindo-se acolhida na sua sede, passa a reconhecê-lo como profeta, depois como Senhor e como Messias. Entretanto, os discípulos, junto a Jesus, não entendiam nada, estavam até molestados por verem Jesus a conversar com aquela mulher**.**

A comunidade Fé e Luz, deveria ser como um poço, um lugar para encontrar um novo sentido para a vida, onde todos possam sentar-se e manifestar a sua sede. Também os nossos irmãos e irmãs com deficiência têm a sua sede de amor e de ternura. Quem os escuta? **O tempo da fidelidade é um momento oportuno para a escuta.** Mas, muitas vezes, somos muito parecidos com os discípulos de Jesus, cheios de preconceitos.

- **Texto de referência**: João 14, 5-15

- **Acolhimento**

  O coordenador ou um membro da equipa de coordenação entregará um copo a quem for chegando. A seguir, será servida água para beber, enquanto cantamos uma música que faça referência à água viva.

- **Partilha**

  – **Juntos**

  Reviver o Evangelho de João (Jo 4,5-15)

  * Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o quarto tempo e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

  – **Em pequenos grupos**

  * Como podemos transformar os nossos encontros em poços de água viva?
  * No caminhar da nossa vida temos, por vezes, sede, não só de água, mas também de paz, de ternura, de amor, de perdão e, sobretudo, de amigos. Quem te deu de beber neste caminho?
  * Que atitudes devemos ter para viver o tempo da fidelidade com o nosso próximo?

- **Atelier dos artistas**

  Construir um pequeno cartão com o logotipo de Fé e Luz, para oferecer a um amigo com deficiência, juntamente com um bombom ou doce. (ver página 67).

- **Festa**

  Jogo: O mestre mandou

  Um dos participantes será o mestre e ficará na frente dos outros. Tem de dar ordens e todos deverão obedecer-lhe, desde que a ordem seja precedida das palavras "*o mestre mandou*". As frases que não começarem com estas palavras não devem ser obedecidas.

Por exemplo:

Vamos bater palmas. – Ficamos quietos.

O mestre mandou bater os pés. – Todos batem o pé.

- **Oração**

Meu Deus, nas tuas palavras encontro forças e esperança.

- Ajuda-nos a viver uma vida nova, perdoando sempre e fazendo da nossa vida uma oração constante.

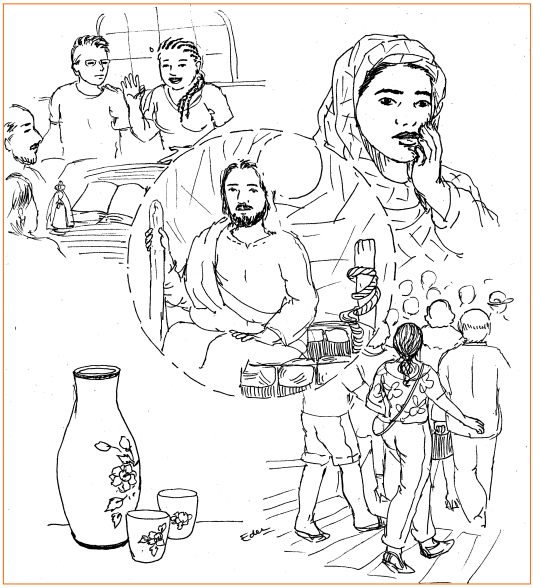
Cura a nossa sede de perdão, de humildade, de perseverança, de alegria e de amor.

A oração dum pobre

Jesus, nós te agradecemos pela tua misericórdia.

E até ao próximo encontro

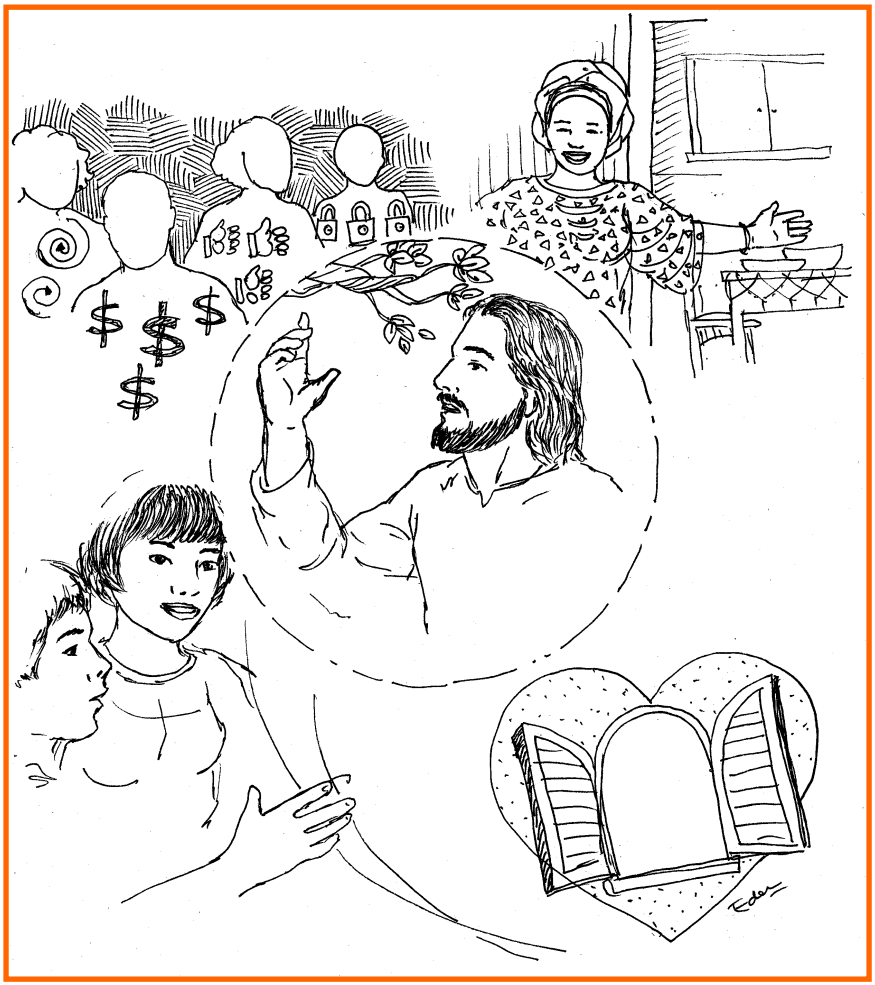
Ir visitar um amigo com deficiência e, juntos, fazerem um momento de oração e de encontro. Entregar-lhe o cartão feito no Atelier dos Artistas.



4

Jericó

Ir ao encontro de Jesus



A palavra do mês

Zaqueu, o cobrador de impostos, homem de índole duvidosa, que esbanjava riqueza adquirida desonestamente, ouvindo dizer que Jesus ia passar por Jericó, não hesitou: correu logo e, como uma criança, subiu a uma árvore para ver Jesus passar. Era de baixa estatura e o relato faz-nos entender que não era apenas fisicamente, mas também ou, sobretudo, moralmente.

Jesus, ao passar, e vendo aquele homem, quase ridículo, entre os galhos de uma árvore, deu-lhe uma ordem firme, seguida de uma boa notícia: "*Zaqueu, desce depressa, hoje preciso de ficar em tua casa*! ", ou seja, vou entrar na tua **vida quotidiana**. O que Jesus disse, equivale ao que, em Fé e Luz chamamos de **tempo da fidelidade**.

O relato é encantador, pois fala-nos de uma dinâmica que precisamos de reaprender todos os dias e que Fé e Luz nos oferece generosamente: para ver Jesus não é preciso subir, antes é necessário descer. Descer é uma dinâmica muito difícil, pois, interiormente, estamos estimulados a subir. Por isso, vivemos numa humanidade adoecida, desconectada de valores humanos, ecológicos, sociais e valores religiosos. Jesus diz-nos, claramente, que para O ver, é preciso descer. Só assim Ele fica em nossa casa, isto é, no nosso coração, onde ouviremos dos seus lábios: "*hoje a salvação entrou nesta casa*". **Zaqueu encontrou, naquele visitante, um novo sentido para a sua vida.**

A comunidade Fé e Luz ensina-nos a bela dinâmica, humana e divina que, para subir é preciso descer. Lembremo-nos, Jesus é o mestre de uma vida em descida. A isso São Paulo chama kenosis (Fl 2,5-11). Não existe uma verdadeira comunidade Fé e Luz que não seja uma escola de kenosis...

- **Textos de referência**: Lc 19, 1-10 et Fl 2, 5-11.

- **Acolhimento**

  Cada participante receberá, da equipa de coordenação, o desenho de uma folha para escrever o seu nome e, a seguir, coloca-a na árvore que estará desenhada numa cartolina. (ver página 68).

- **Partilha**

  – **Juntos**

  Reviver o Evangelho de Lucas 19, 1-10.

  * Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o quarto tempo e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

  – **Em pequenos grupos**

  * O que me mantém longe de Jesus ?
  * O que posso fazer para chegar mais perto dele?
  * Muitas vezes somos egoístas acumulando "bens", enquanto muitos irmãos pouco ou nada têm. Como podemos partilhar os nossos "bens" (roupas, alimentos, serviço, conhecimentos, amizades) com os mais necessitados?
  * O que estamos a fazer para abrir a nossa casa interior (coração) e acolher os nossos amigos com deficiência?
  * Como fazemos o movimento de descida para compreender a dor do nosso irmão?

- **Atelier dos artistas**

  Construir uma escada com tiras de papel. (ver página 68)

  Em cada degrau colocamos as coisas que nos afastam de Jesus e dos irmãos. Ex: orgulho, avareza, falta de ética, desconfiança, raiva, intrigas ... Ou pode ser o contrário: as coisas que nos aproximam (oração, cuidado, serviço, solidariedade, amor...).

  Depois de colocar a palavra, fazer um pequeno comentário.

- **Festa**

Jogo : Caixa tátil

Esta caixa pode ser feita com uma caixa de papelão. Dentro dela são colocados objetos de várias formas, tamanhos e texturas. Ex.: pedras, bolinhas, copos descartáveis, bonecos, flores. Cada pessoa aproxima-se da caixa e põe a mão lá dentro. Pega num objeto sem o tirar de dentro, examina-o e tenta adivinhar o que é. Retira da caixa e diz qual foi a sensação que sentiu, enquanto examinava o objeto. (Ver página 69).

Ou

Jogo: Pássaro no ninho

As pessoas que serão os ninhos, podem ser escolhidas antes de iniciar a brincadeira. Cada ninho será formado por duas pessoas que se posicionam frente a frente de mãos dadas; o número de ninhos vai depender da quantidade de participantes. Exemplo: 6 pessoas formam 3 ninhos. Os outros participantes são os pássaros que correrão para se abrigar nos ninhos, quando a música que estiver a tocar, parar e se gritar: "*pássaros no ninho*". E em cada rodada os ninhos vão-se unindo, formando ninhos maiores até terminar num único ninho onde todos os pássaros deverão ficar juntos. Nenhum pássaro deverá ficar fora do ninho. O material utilizado será o som, num cd, numa pen, ...; se não houver, os participantes podem cantar uma música animada.

- **Oração**

Senhor, hoje meditámos em silêncio a conversão de Zaqueu, que desistiu de todas as ações que prejudicavam os seus irmãos. Para que possamos seguir o seu exemplo, deixando também os nossos gestos de indiferença e maldade humana e transformando-os em atitudes de humildade e respeito para com todos, principalmente, para com os nossos amigos que têm uma deficiência.

A oração dum pobre

Obrigado, Jesus, pela certeza de sermos amados.

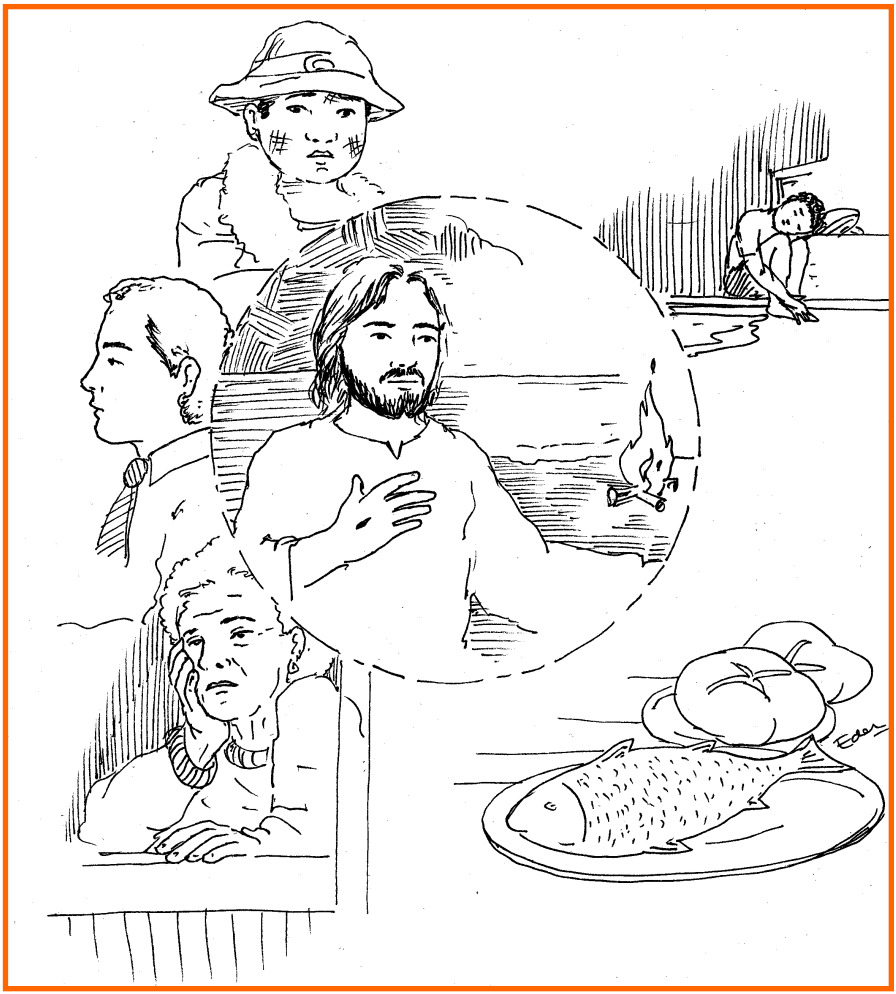
E até ao próximo encontro

Vamos convidar um amigo de Fé e Luz para passar um momento em nossa casa e fazer uma refeição connosco, em família.

5

O lago de Tiberíades

Fé e Luz, tu amas-me??



A palavra do mês

O lago de Tiberíades, ou o lago de Genesaret, era um lugar familiar para os pescadores que se tornaram discípulos. **Era ali que se passava a sua vida quotidiana**. Jesus Ressuscitado aparece-lhes num lugar que lhes era comum e no decorrer de uma atividade quotidiana. É assim que o Senhor continua a aparecer aos seus, sem nada de fantástico, extraordinário ou grandioso. A realidade de Fé e Luz fala-nos disso, ainda que queiramos coisas espetaculares. Junto à praia preparam uma refeição típica da região, peixe assado e pão.

Jesus, no entanto tinha ainda uma missão: curar o coração de Pedro. Um coração ferido pode tornar-se num coração triste. Jesus veio para curar as feridas e não para as abrir, **veio dar-nos um novo sentido para as feridas** que carregamos. "*Pedro, tu amas-me ?* " A pergunta repetida três vezes, lembra-nos as três vezes que Pedro negou o Mestre, naquela madrugada fria e triste, junto ao Sinédrio. Jesus não questiona as negações, mas pergunta pelo amor. Como Pedro, todos somos susceptíveis ao mal, todos temos as nossas fragilidades. No entanto, Jesus reconhece que há em todo o ser humano uma capacidade para amar que supera, em muito, a sua capacidade para fazer o mal.

As comunidades de Fé e Luz são trespassadas pela vulnerabilidade mas, ainda assim, trazem uma fonte viva de amor que as tornam genuínas e cheias de possibilidades. É justamente aqui que Jesus nos pergunta: "*Fé e Luz, tu amas-me*?" Se as nossas respostas acompanharem as de Pedro, Jesus também nos dirá: "*cuida daqueles que são meus!* " A primeira pergunta fala do amor afetivo, a segunda, do amor efetivo e a terceira do amor glorificado, ou seja, quando amamos afetiva e efetivamente, o Pai é glorificado! **Lembremo-nos de que o tempo da fidelidade é, por excelência, o tempo do amor afetivo, do amor efetivo e do amor glorificado.**

- **Texto de referência** : João 21, 1-19

- **Acolhimento**

  Uma pessoa vestida como Jesus acolhe todos os membros com a pergunta "(*Nome), tu amas-me* ?".

- **Partilha**

  – **Juntos**

  Reviver o Evangelho de João (Jo 21, 1-19).

  * Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o quarto tempo e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

  – **Em pequenos grupos**

  * Como podemos manifestar o nosso amor a Jesus e a Fé e Luz?
  * Se confirmamos o nosso amor por Jesus e por Fé e Luz, estamos verdadeiramente a cuidar das suas ovelhas? Como?
  * Como ir além da nossa própria vontade e seguir a vontade de Deus?

- **Atelier dos artistas**

  Fazer um coração em origami (ver página 69). Cada um escreve o seu nome no coração.

- **Festa**

  Recolher os corações, misturá-los e distribui-los novamente aos participantes. Cada um deverá ler para si o nome da pessoa que tirou e pensar porque ama essa pessoa e quais as características e qualidades que mais admira nela. Começamos dizendo: "eu amo esta pessoa porque ..." e, no fim, mencionar o nome da pessoa a quem nos estavamos a referir.

  Jogo : Quero pertencer ao grupo

  Experimentar o sentimento de exclusão na comunidade e desenvolver o sentimento de aceitação e de pertença à comunidade.

  Todos os participantes formam uma roda bem apertada no centro

da sala. Uma pessoa tenta entrar como achar melhor, seja pela força ou pelo diálogo. Depois perguntamo-nos: como nos sentimos quando somos excluídos da comunidade? O que leva a comunidade a excluir uma pessoa? Como podemos evitar a exclusão?
Na nossa vida quotidiana, como acolhemos as pessoas que não fazem parte da nossa comunidade?

- **Oração**

Senhor, nós te agradecemos por pertencermos a Fé e Luz e te pedimos força e coragem para repartir o amor, por onde andarmos: em cada família, na igreja e na sociedade, por qualquer irmão ou irmã que encontrarmos.

Graças ao teu Amor somos comunidades de fé, onde a vida é guiada pelo seguimento fiel do Teu Filho Jesus, através da simplicidade, alegria, amizade e fraternidade.
Assim como o teu Filho chamou os apóstolos, confirma, no seu propósito, os que responderam sim à missão de amar e seguir o caminho do bem, e renova o entusiasmo daqueles que ainda estão fora desse caminho. Por Cristo Senhor Nosso.
Amém!

Oração dum pobre

Jesus, mantém-nos firmes, diariamente, no nosso compromisso de amar.

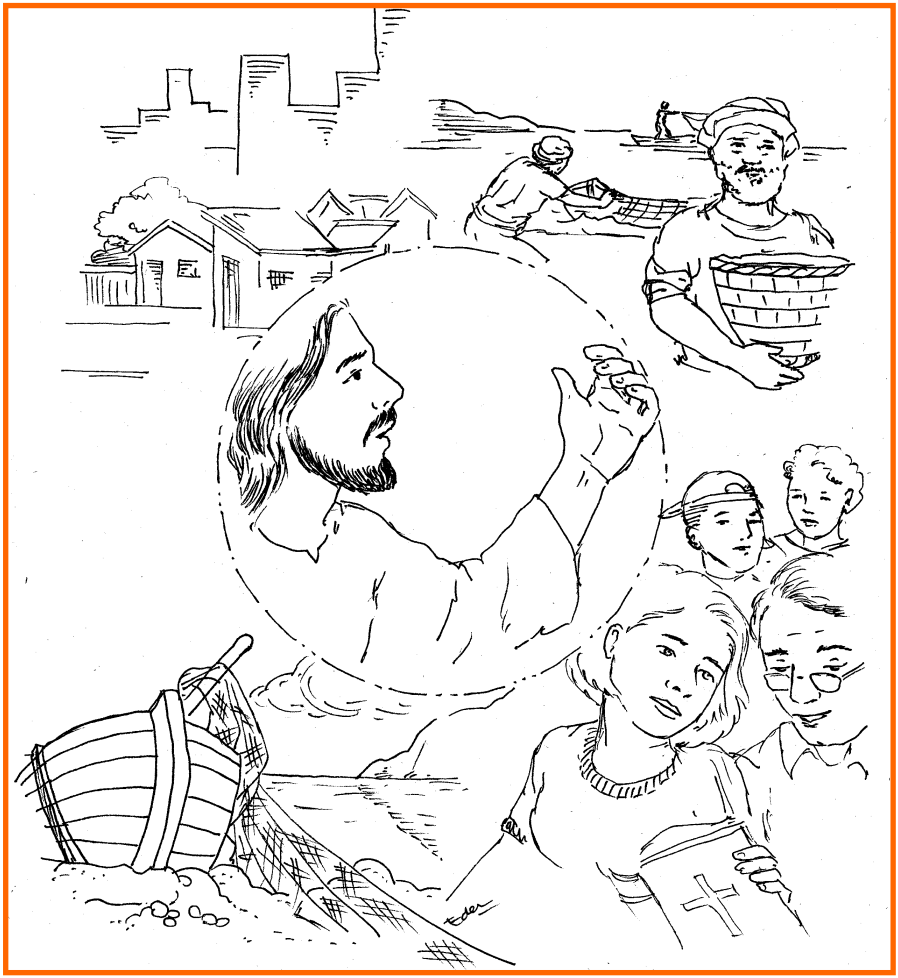
E até ao próximo encontro

Vamo-nos lembrar da pessoa cujo nome tirámos e, durante o mês, vamos rezar para que ela seja perseverante no amor a Jesus.

6

O mar da Galileia

Encontro, apelo, missão!



A palavra do mês

O Evangelho coloca-nos em sintonia com uma cena fora do comum. Jesus, um leigo, fora do espaço religioso, rodeado por uma multidão desejosa de ouvir a Palavra de Deus! É daqui que Ele vê alguns homens, lavando as suas redes de pesca, cansados e de coração apertado por não terem nada para levar às bocas famintas que os esperavam em casa. Foi como se Jesus se apaixonasse à primeira vista por estes pescadores. Viu que eram capazes de arriscar a própria vida pelos seus, enfrentando todos os perigos do alto mar. Quem não é capaz de arriscar a própria vida pelos outros, não é capaz de arriscar a sua vida pelo Evangelho.

A barca é parte **da vida quotidiana** do pescador. Jesus quer falar à multidão sobre a vida de Pedro. No entanto, era preciso entrar em águas mais profundas, sair da superficialidade e lançar as redes. Da mesma forma, o convite do Senhor continua atual para as comunidades de Fé e Luz: sejam profundos no conhecimento, nas relações, na fé e na missão. Ainda que Pedro tenha conhecimento do mar e a experiência de um bom pescador, não se limita aos seus conhecimentos e abre-se num total abandono: *"porque Tu o dizes, vou lançar as redes"*. Que palavras têm força dentro de nós? **Que novo sentido podem dar à nossa vida?** O convite é inusitado: lancem as redes! Simão, maravilhado, faz sinal para os seus companheiros das outras barcas. Que acenos fazemos para que outros, juntos na mesma tarefa de transformar este mundo no Reino de Deus, se aproximem dele?

Nas nossas comunidades, **o tempo da fidelidade pode ser um aceno de amizade, de cuidado, de compromisso**. Não nos esqueçamos: Fé e Luz tem um carisma de cura, de integração das diferenças para criar unidade. Os pescadores, no final da sua aventura no alto mar, em águas profundas, são pescados por Jesus: *"de hoje em diante, farei de vós pescadores de homens"*.

- **Texto de referência**: Lucas 5, 1-11

- **Acolhimento**
  Entregar a cada pessoa um peixe de papel em preto e branco com uma argola (ver página 69).

- **Partilha**
  – **Juntos**
  Reviver o Evangelho de Lucas (Lc 5, 1-11).
  * Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o tempo da fidelidade e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?
  – **Em pequenos grupos**
  * Em que momento da nossa missão sentimos medo?
  * Na nossa caminhada estamos atentos ao apelo de Jesus e do Evangelho?
  * Na nossa vida quotidiana, como acolhemos as pessoas que não fazem parte da nossa comunidade? Será que estamos a lançar a rede do acolhimento?

- **Atelier dos artistas**
  Decorar, colorir e escrever o nome dos membros nos peixes entregues no acolhimento. Providenciar uma cana de pesca e uma bacia com areia.

- **Festa**
  Jogo: Pesca do amor acolhedor
  Os peixes decorados serão colocados na bacia com areia. Os membros da comunidade, um de cada vez, pescam o peixe e dão um abraço à pessoa cujo nome está no peixe que pescou, simbolizando o acolhimento. A pessoa de quem se tirou o nome é a próxima a pescar. E assim por diante.

  Ou
  Jogo: Dança maluca
  Um voluntário coloca-se à frente do resto do grupo. Põe-se uma

música a tocar, de qualquer estilo (samba, rock, pop, etc.) e o voluntário deve fazer uma dança maluca. Os outros membros da comunidade devem imitar a dança. Pode haver troca de voluntários a fazer a dança, para que mais pessoas direcionem a coreografia.

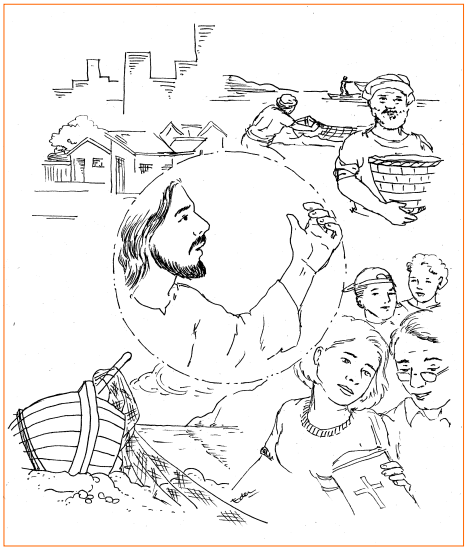
- **Oração**

Senhor, nosso refúgio e fortaleza, escutai as nossas orações, para que Fé e Luz seja perseverante na Fé e na expansão da Luz que cura e gera unidade.
Que avancemos sempre para águas mais profundas, inundando o mundo de amor e de luz.
Concedei-nos em abundância o que Vos pedimos com fé.
Por Cristo Nosso Senhor .
Amém!

A oração dum pobre
Jesus, inunda o mundo de amor e de luz.

E até ao próximo encontro

Fazer uma visita a casa da pessoa de quem se tirou o nome na pesca.



7

Cafarnaum

Cura e liberdade

A palavra do mês

A cena do encontro de Jesus com o paralítico é maravilhosa e surpreendente: quatro homens, não tendo como aproximar-se de Jesus, entram com o paralítico pelo telhado. Que coragem a destes homens e a do paralítico! Nalguns momentos da vida, sentimo-nos paralisados e somos transportados por pessoas que, na nossa **vida quotidiana,** nos transmitem a sua fé.

Em Fé e Luz os irmãos e irmãs com deficiência são muitas vezes estes quatro homens do Evangelho. Também muitos pais e amigos nos transmitem esta fé e são um apoio para muitos de nós, em momentos de paralisia: **o tempo da fidelidade** tem esta finalidade.

Jesus, vendo a sua fé, não se torna indiferente. Aliás, Jesus nunca é indiferente em relação aos pequenos e aos pobres. A indiferença é um dos males do nosso tempo.

Com duas ações Jesus restitui a liberdade completa ao paralítico, perdoa-lhe os pecados e devolve-lhe os movimentos do corpo. Estar em pecado é duvidar da bondade de Deus e estar paralisado é deixar de caminhar pelos caminhos do Amor. Ao paralítico foi-lhe dada uma ordem firme: "Levanta-te, *toma a tua enxerga e vai para a tua casa*"! O que significa: toma nas tuas mãos o que te faz ficar deitado e avança no teu caminho. O que é a enxerga? É tudo aquilo que nos limita, nos paralisa, nos acomoda. Pega nisso tudo, não te deixes dominar, sê maduro, sê o autor da tua busca. Caminha, não ignores os teus problemas, resolve-os tu mesmo, eles são teus. **Dá um novo sentido aos teus limites**.

É deste modo que as comunidades de Fé e Luz precisam de caminhar: não ficar a lamentar-se, seguir adiante, tomando a iniciativa de resolver as suas próprias dificuldades. Quando fazemos o que Jesus, no Evangelho, nos manda , encontramos a liberdade interior e exterior e nada nem ninguém nos voltará a paralisar.

- **Texto de referência**: Marcos 2, 1-12

- **Acolhimento**

  Acolher os membros com uma música alegre e familiar, da vida quotidiana da comunidade.

- **Partilha**

  – **Juntos**

  Reviver o Evangelho de Marcos (Mc 2, 1-12).

  * Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o tempo da fidelidade e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

  – **Em pequenos grupos**

  * Que acontecimentos da vida quotidiana nos podem fazer desanimar da nossa missão evangelizadora?
  * Quem são as pessoas que nos carregam nas "enxergas"?
  * A fé em Jesus fez com que o milagre acontecesse na vida do paralítico. A minha fé é suficiente para que eu supere as minhas limitações diárias?

- **Atelier dos artistas**

  - Cada membro desenha o seu pé num pedaço de cartolina e recorta-o. (ver pag. 70)

  ou

  - Escrever em pedaços de papel objetos simples, por exemplo: casa, bola, cadeira, gelado, melancia, arco-íris, etc. Os papéis serão enrolados e guardados num recipiente, para um sorteio.

- **Festa**

  Caminhar com fé

  É feito um caminho com os pés recortados, no fim do qual escreveremos a palavra "Fé". Os participantes que desejarem percorrem esse caminho e dão um testemunho de um "milagre" que tenha acontecido na sua vida.

  Ou

O que é, o que é?

O primeiro participante deverá tirar um objeto, ao acaso, e tentar desenhá-lo na cartolina. Os outros devem adivinhar que objeto está a ser desenhado. O participante que primeiro adivinhar será o próximo a desenhar.

- **Oração**

Senhor, em espírito cristão, queremos partilhar a amizade, rezar juntos, festejar e celebrar a vida. Queremos irradiar ao mundo esta luz e esta esperança que nasce do coração de Jesus.
Pedimos-te que nos ajudes sempre a brilhar como as estrelas no universo. Sê o nosso guia enquanto caminhamos, e ajuda-nos a apoiarmo-nos uns aos outros, em comunidade, com fraternidade e amor.
Por Nosso Senhor Jesus Cristo e a Luz do Espírito Santo. Amém!

A oração dum pobre

Senhor, faz que sejamos apoio uns dos outros no caminho da fé.

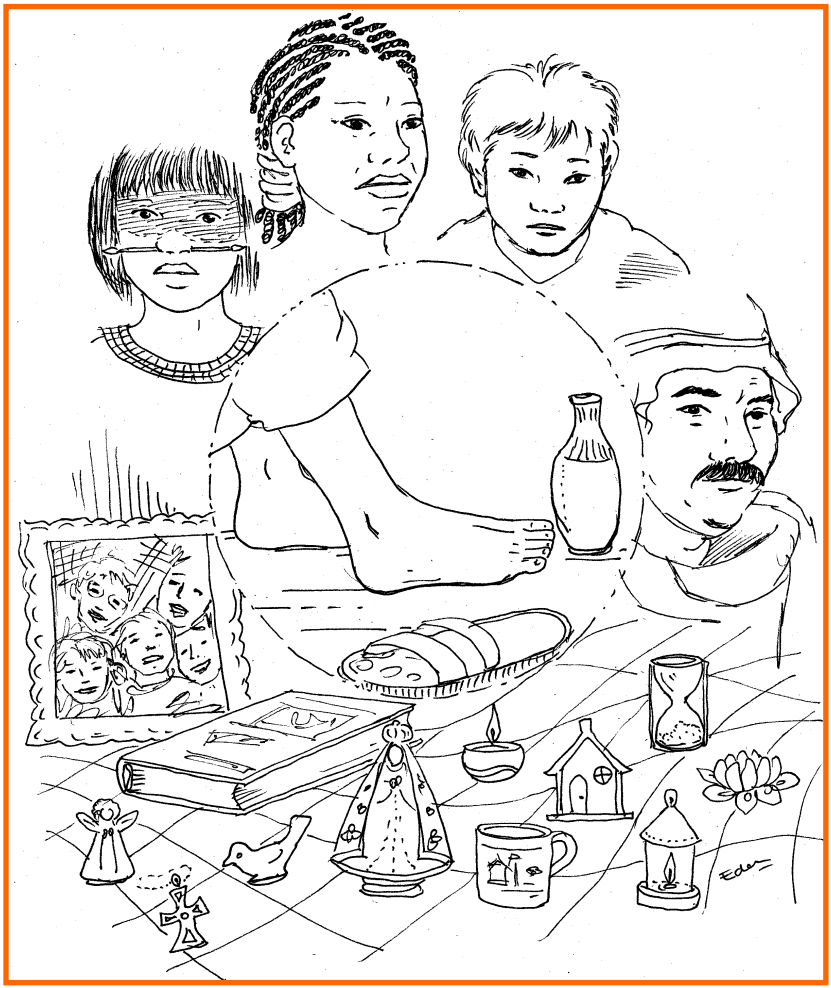
E até ao próximo encontro

Pedir que todos os membros tragam, para o próximo encontro, um objeto de grande valor sentimental (fotografias, livros, lembranças, etc...)

8

Betânia

Laços e perfume de amizade!



A palavra do mês

Seis dias antes da Páscoa, num clima tenso, de confronto e denúncias, Jesus retira-se de Jerusalém rumo a Betânia, para casa dos amigos, Marta, Maria e Lázaro, **uma casa com o perfume das coisas simples da vida quotidiana**. Ninguém, nem mesmo Jesus, consegue viver sob tensão o tempo todo. Jesus precisava de uma pausa, de afeto, de acolhimento, pois estava a ser julgado.

Em Fé e Luz chamamos a esta pausa "tempo da fidelidade". Em Betânia, tudo se passa à volta de uma mesa. É-lhe oferecida uma refeição para que possa recuperar as suas forças diante do destino final, entre o projeto humano e o projeto de Deus. Maria, num gesto de grandeza de coração, abre um frasco de perfume, derramando-o nos pés de Jesus e enxugando-os com os próprios cabelos. Era necessário perfumar os pés daquele que caminhou por aquelas terras, perfumando os pés da sua gente, dos pobres, dos explorados, dos desrespeitados. **Ela mesma se sentiu renovada pelo seu encontro com o Nazareno.** O gesto de Maria transcende a mesquinhez de Judas Iscariotes, a tal ponto que não só os pés de Jesus, mas também toda a casa ficou perfumada.

São Paulo, na segunda carta aos Coríntios (2,14-16), diz que somos o bom perfume de Cristo. Isto é, por meio de nós, Cristo quer manifestar em toda a parte a fragrância do seu Amor, da sua compaixão, misericórdia e perdão.

As comunidades de Fé e Luz têm uma bela e delicada missão: exalar o bom perfume de Cristo: num mundo de exclusão, oferecer a inclusão; num mundo de abandono, oferecer o acolhimento; num mundo de poder, oferecer o serviço; num mundo de riqueza, oferecer a pobreza evangélica. Não poderia ser Betânia, a casa do pobre, outro nome para Fé e Luz?

- **Textos de referência**: Jo 12, 1-11 e 2 Cor 2, 14-16

- **Acolhimento**
  Um membro da comunidade leva um frasco de perfume, passa-o nas mãos de cada pessoa e diz a seguinte frase *"(Nome), tu és o bom perfume de Cristo"*.

- **Partilha**
  – **Juntos**
  Reviver o Evangelho de João (Jo 12, 1-11).
  * Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o tempo da fidelidade e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

  – **Em pequenos grupos**
  * A nossa comunidade Fé e Luz é lugar de afeto, onde podemos aliviar os nossos problemas quotidianos?
  * Assim como Maria, que foi generosa ao perfumar os pés de Jesus, que atitudes de generosidade tenho praticado?
  * Além dos encontros de comunidade, como é que a minha casa e a minha família acolhem os membros de Fé e Luz?

- **Atelier dos artistas**
  Montar a Casa de Betânia para decorar o cantinho da oração (pág. 71).

- **Festa**
  Jogo: Dança divertida
  Cada um recebe uma fita de papel crepe e um pedaço de fio para a amarrar na cintura, com a fita virada para as costas. Em seguida, cada participante deve retirar a fita dos colegas com as mãos, mas sem deixar que sua própria fita seja retirada. O último que permanecer com a fita recebe os aplausos!

- **Oração**

Preparação da oração: Conforme solicitado no encontro passado, cada um irá trazer um objeto com grande valor sentimental. Irá apresentá-lo à comunidade e explicar qual o significado desse objeto, colocando-o próximo da casa de Betânia.

Após as apresentações, rezamos juntos a oração:

- Senhor, nós te agradecemos por todas as vezes que Fé e Luz exala o bom perfume de Cristo, neste mundo cheio de exclusão, abandono e egoísmo.

- Damos-te graças por todas as vezes que conseguimos revelar o Amor de Deus, a sua compaixão, misericórdia e perdão, dentro da nossa comunidade e no mundo.

Por Cristo, Senhor Nosso.

Amém!

A oração dum pobre

Jesus, ajuda-me a exalar o teu bom perfume.

E até ao próximo encontro

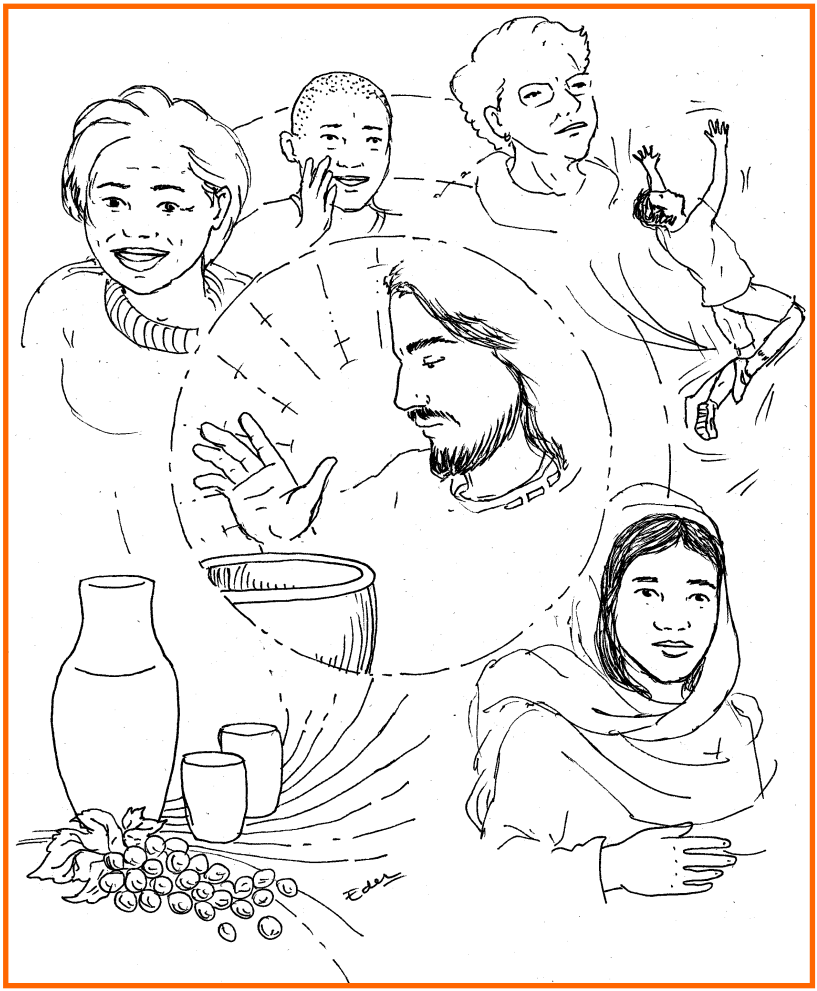
Rezar e colocar em prática, durante o mês, a Oração de São Francisco.

Senhor, fazei de mim um instrumento da Vossa paz.
Onde houver ódio, que eu leve o amor.
Onde houver ofensa, que eu leve o perdão.
Onde houver discórdia, que eu leve a união.
Onde houver dúvidas, que eu leve a fé.
Onde houver erro, que eu leve a verdade.
Onde houver desespero, que eu leve a esperança.
Onde houver tristeza, que eu leve a alegria.
Onde houver trevas, que eu leve a luz.
Ó Senhor, fazei que eu procure mais:
consolar, que ser consolado;
compreender, que ser compreendido;
amar, que ser amado.
Pois é dando que se recebe.
É perdoando que se é perdoado.
E é morrendo que se vive para a vida eterna.

9

Caná na Galileia

Lugar de alegria e de convívio



A palavra do mês

A passagem das bodas de Caná, relato teológico de S. João, está repleta de simbolismo e de densidade teológica e pastoral. Aqui, Jesus manifesta o primeiro dos seus sete sinais. João apresenta-nos Jesus iniciando a sua missão numa festa de casamento. O simbolismo é encantador, pois a missão de Jesus, segundo o evangelista, é revelar o casamento, as bodas de Deus com o seu povo. Jesus é o noivo e a noiva a ser desposada é a Igreja, Povo de Deus.

Maria já estava em Caná quando Jesus chegou com os discípulos. O texto diz-nos que ela estava junto dos que iriam servir durante a festa. E, por ali estar, percebeu a falta de vinho e não vacilou: "*vou falar com o meu filho*! "Depois da resposta estranha dada por Jesus, Maria segue em frente, despertando o desejo, nos servidores da festa, de fazerem tudo o que Jesus lhes ordenasse. A ação de Maria foi um êxito total e os servidores aderiram à ordem de Jesus, sem pensar duas vezes.

Temos de voltar a Caná para que os nossos copos de água, que são a nossa vida do dia a dia, se transformem em copos de vinho, isto é, numa **vida quotidiana** repleta de alegria, de festa e de amor, pela presença transformadora de Jesus. O objetivo de João encontra-se no final do texto: *Jesus realizou o seu primeiro sinal. Assim manifestou a sua glória e os seus discípulos acreditaram nele* (Jo 2, 11). Muitos são os sinais que Jesus nos envia todos os dias mas, às vezes, estamos tão distraídos que não nos apercebemos e, por isso, deixamos esmorecer a fé que temos n'Ele.

Caná é o lugar da festa, da alegria, da convivência, da abundância e **de um novo sentido para a vida**. A experiência de quem vive **o tempo da fidelidade** pode dizer-nos que, uma visita com amor é como transformar a água em vinho. Caná é uma bela moldura para as comunidades de Fé e Luz.

- **Texto de referência**: João 12, 1-11

- **Acolhimento**

  Enfeitar o local do encontro como se fosse para uma festa de casamento. Dois membros da comunidade, se possível um jovem e uma pessoa com deficiência, recebem os outros membros entregando um copinho que deverá ser guardado com muito cuidado.

- **Partilha**

  – **Juntos**

  Reviver o Evangelho de João 2, 1–11.

  No cantinho da oração colocamos uma bíblia sobre uma mesa . Preparamos também um recipiente escuro (uma garrafa ou bilha, por exemplo) e colocamos dentro um pouco de sumo de uva em pó. Durante a mímica do evangelho, devemos encher os copinhos com água potável e solicitar que cada pessoa deposite a sua água no recipiente. Quando todos terminarem, serve-se o vinho novo (ver página 71).

  * Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o tempo da fidelidade e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

  – **Em pequenos grupos**

  * Como percebo as transformações que Jesus faz na minha vida quotidiana?
  * Houve algum momento da minha vida que me fez ser como Maria, pedindo ajuda a Jesus e confiando ser atendido(a)?
  * Sou obediente à voz de Maria quando ela diz: “Fazei tudo que Ele vos disser”?

- **Atelier dos artistas**

  Distribuir uma folha de papel a cada membro da comunidade, pedindo a cada um que escreva ou desenhe o que quer que Jesus transforme, na sua vida. Em seguida, dobrar esta folha em formato de copo que deverá ser usado no momento da oração (página 71).

- **Festa**

Jogo: À caça dos caramelos
Providenciar caramelos ou rebuçados e escondê-los no local do encontro antes dos membros chegarem. Na hora da festa alguém anuncia que os doces estão escondidos e todos devem procurar e reuni-los num cesto ou caixa. Quando todos os docinhos forem encontrados, devem ser divididos por todos os elementos da comunidade.

- **Oração**

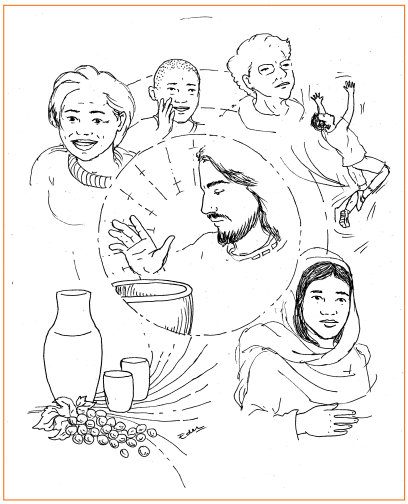
Durante a oração, colocar os copos de papel no cantinho de oração.

Rezar a Oração de Fé e Luz (contra capa).

A oração dum pobre
Senhor, que eu possa estar sempre pronto a escutar e a fazer o que me pedes.

E até ao próximo encontro

Que todos nós, a partir deste encontro, estejamos atentos às necessidades dos nossos irmãos, para que nada lhes falte.



10

O Monte Tabor

A experiência da consolação

A palavra do mês

Na espiritualidade bíblica, a montanha é o lugar de Deus, onde nos é possibilitado ter um olhar ampliado da própria existência, ou seja, **da nossa vida quotidiana**. Dali vislumbramos realidades que, do patamar da nossa vida, no meio de tantos afazeres, vozes e situações, não conseguimos perceber. Neste sentido, a montanha não é apenas uma montanha; a montanha pode ser uma pausa para reflexão, um entrar no quarto para rezar, um momento de adoração Eucarística, um retiro espiritual, uma confissão sacramental, uma direção espiritual, **na procura de dar um novo sentido à nossa vida**.

Ao subir à montanha, Jesus leva consigo a sua existência. Só o Pai poderia entendê-lo. Não sobe sozinho, leva consigo a sua pequena comunidade, da grande comunidade dos apóstolos. **Nunca estamos sozinhos, há sempre alguém a caminhar ao nosso lado, como nos é dado mostrar no tempo da fidelidade.**

Três sinais revelam a glória de Jesus, assim como a glória de todos os batizados: a luz do rosto, a claridade das vestes, a voz vinda da nuvem. Ainda que haja uma interligação dos três sinais, acentuemos a voz vinda do céu: "*este é o meu Filho muito amado, escutai-O!*" Nesta voz está o segredo do rosto luminoso e das vestes claras como o sol. "*A voz é do Pai, que nos indica que Jesus é o Filho Amado e, como somos filhos no Filho* (Rm 8, 15-17), *somos também amados do Pai*". Esta é uma realidade em construção, à medida que O escutamos e caminhamos, nesta que é a nossa primeira e última identidade.

A transfiguração de Jesus é o anúncio da nossa vocação para o presente e o futuro. Aqui reside algo muito importante para as comunidades de Fé e Luz: **não há nenhuma realidade humana desfigurada que não possa ser transfigurada**.

- **Texto de referência**: Marcos 9, 2-13

- **Acolhimento**

  Preparar um cartaz com um desenho do Monte Tabor e Jesus, e colocá-lo próximo da entrada da sala (ver página 72).
  No momento do acolhimento, dar as boas-vindas a quem chegar, pedindo-lhe que vá até ao cartaz e que faça um desenho de si mesmo, no monte, ao lado de Jesus.

- **Partilha**

  – **Juntos**

  Reviver o Evangelho (Mc 9, 2-8).

  * Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o tempo da fidelidade e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

  – **Em pequenos grupos**

  *Jesus, para se encontrar com Deus, subia à montanha com os seus discípulos. Como faço, no meu dia a dia, para me encontrar com Ele?

  *Podemos considerar a nossa comunidade Fé e Luz um lugar de transfiguração? Como vivo essa transfiguração no meu dia a dia?

  *Que atitudes impedem a nossa transfiguração?

- **Atelier dos artistas**

  Na "mão que apoia" (ver página 72) que cada elemento faz, escrever o nome de alguma coisa que precisa de ser transformada (ter mais empatia, perdoar mais, ser mais humilde...).
  Colocar o desenho numa mesa com a figura voltada para baixo, no cantinho da oração.

- **Festa**

  Jogo: Não estamos sozinhos
  Providenciar vendas para os olhos de todos os participantes.
  É necessário, para esta dinâmica, um animador e mais duas pessoas (podendo ser um jovem e um amigo com deficiência).
  Entregar as vendas aos participantes, que devem estar sentados e, se possível, descalços, pedindo que as coloquem nos olhos. Quando todos estiverem com os olhos vendados, os que estão a conduzir a dinâmica, levam uma pessoa a caminhar pelo local do encontro e colocam-na sentada noutra cadeira, sem dizer nada. Quando todos já tiverem caminhado e trocado de lugar, o animador pede para que todos permaneçam sentados até que alguém vá até eles. Então, escolhe uma pessoa, toca-a no ombro e diz-lhe ao ouvido: "*Não estás sozinho(a), conta sempre comigo*". O animador desvenda-lhe os olhos e pede-lhe que faça o mesmo áquele que estiver ao seu lado direito. A dinâmica termina quando todos estiverem sem a venda nos olhos, felizes porque "*Nunca estarão sozinhos*".

- **Oração**

  - Senhor, que ao acordar, o meu primeiro encontro seja contigo, através da oração.
  - Que eu sinta a Tua presença quando me alimentar e que o meu último pensamento, antes de dormir, seja de agradecimento pela Tua presença, ao meu lado, durante todo o dia.
  No fim da oração cada membro deve dirigir-se à mesa e pegar num desenho, que não seja o seu, levando-o para casa, com a missão de rezar pela pessoa cujo nome está na folha e pela sua necessidade de transformação.

  A oração dum pobre
  Que eu seja presença viva na caminhada junto dos meus irmãos e irmãs, colocando em prática o tempo da fidelidade.

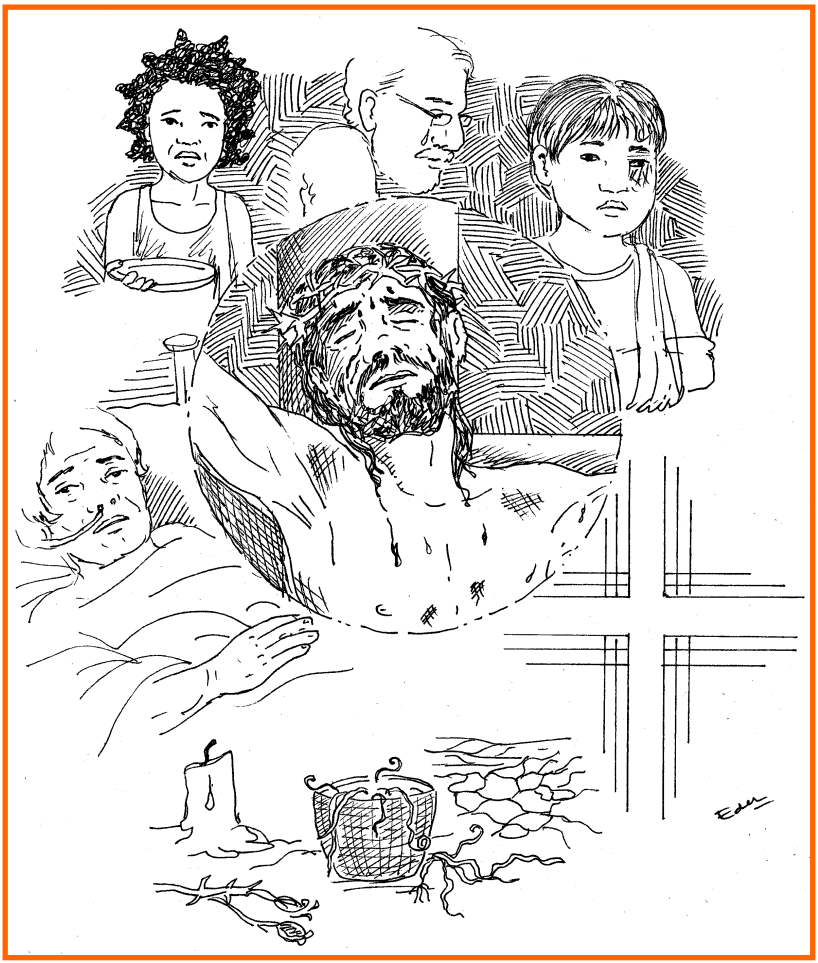
E até ao próximo encontro

Que durante este mês possamos visitar uma família que se sente só, motivando-a a compreender que tem um amigo com quem pode contar, nos momentos de dor e de alegria.

11

Jerusalém

A nossa cruz de cada dia



A palavra do mês

Jesus caminha com a cruz nos ombros rumo ao Calvário, nada e ninguém o detém. Está determinado a levar até às últimas consequências tudo que pregou, ensinou e propôs. Tudo o que despertou no coração dos simples e humildes, dos que tiveram os olhos abertos, os ouvidos descerrados, os pés livres, a consciência iluminada**, a vida quotidiana em plenitude**. Tudo era a vontade do Pai, tudo foi feito com esmero, tudo foi a revelação de um grande Amor. A cruz foi para Jesus consequência da sua vida e da sua prática libertadora.

Assumir uma vida centrada nos valores do Evangelho **(tempo da fidelidade)** é assumir a cruz como consequência, é nadar contra a corrente. No texto de João escolhido para esta reflexão, encontramos o que na liturgia Eucarística chamamos "Testamento da ternura", quando Jesus, nada mais possuindo para si mesmo, entrega a sua Mãe a João e entrega João à sua Mãe. O texto diz que João a levou consigo. João, ao pé da cruz, junto a Maria, representa toda a humanidade de todos os tempos e de todos os lugares. Precisamos de delicadeza para acolher na nossa companhia, na nossa casa, no nosso movimento, o dom da ternura de Jesus: sua Mãe! Ter Maria como companhia é ter a ternura feminina em nós mesmos, o dom da maternidade, do cuidado, da firmeza, pois Maria é um dom que nos habita. Maria é o feminino de Deus em nós. Mulher pobre, profética, corajosa, mostra-se nos rostos de Fé e Luz, na força e na esperança de tantas mães das nossas comunidades. A cruz é uma realidade marcante do Movimento Fé e Luz. Aqui, cessam as palavras, ficam os rostos, as histórias de vida, os testemunhos. A cruz não se destina a si mesma. O seu destino, depois da ressurreição de Jesus, é a vida plena. Portanto, ela é caminho, e o caminho faz-se caminhando. A cruz não se explica, abraça-se, como Jesus o fez. **A cruz de Jesus dá sentido às nossas cruzes**. Não é assim que a olhamos em Fé e Luz?

- **Textos de referência**: João 19, 25-27 e O ícone de Fé e Luz (ver página 62).

- **Acolhimento**
  Dois membros da comunidade ficam à espera dos convidados e, recebendo-os com um abraço, dizem a frase: "(Nome), *como é bom que estejas aqui."*
  Podem também cantar uma música de acolhimento.

Partilha

Juntos

Reviver o Evangelho da Ternura (Jo 19, 25-27).
Jesus tem os braços abertos na cruz e, a seus pés, encontram-se três mulheres: Maria sua mãe, a irmã da sua mãe e Maria Madalena.
Ao lado de Maria está João.
Jesus olha para Maria, sua mãe, e diz: «*Mulher, eis o teu filho*».
Depois Jesus olha para João e diz: «*Eis a tua mãe*».
João parte com Maria e leva-a para sua casa.

*Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o tempo da fidelidade e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

Em pequenos grupos

*Consigo identificar e aceitar as cruzes que surgem na minha vida, vivendo os valores do Evangelho no meu dia a dia?

*Ter as mães na nossa comunidade é ter o espelho de Maria. Como é que estes exemplos de mulheres inspiram a nossa caminhada dentro e fora de Fé e Luz?

Atelier dos artistas

Construir cruzes, decorar e colocar o dom (ver página 72). Utilizar as cruzes durante o tempo de oração.

- **Festa**

Jogo: Dança invertida das cadeiras.
Colocar, em círculo, um número de cadeiras menor que a metade do número de participantes. Em seguida, explicar o objetivo: terminar o jogo com todos os participantes sentados nas cadeiras que sobrarem. Colocar música para todos dançarem. Quando a música parar, TODOS se devem sentar usando as cadeiras (e os colos uns dos outros). Em seguida o animador tira uma ou duas cadeiras (e assim sucessivamente). Ninguém sai do jogo e a dança continua até nova paragem (e assim por diante).

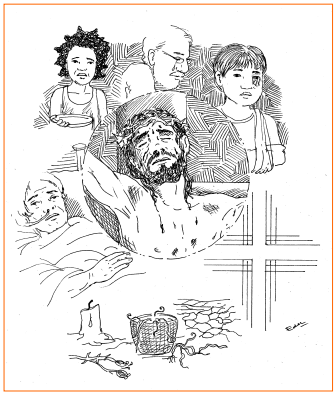
Oração

Senhor, ajuda-me a percorrer o meu caminho, com a certeza de que Maria está comigo nesta caminhada, para que eu possa ter uma vida centrada nos valores do Evangelho.

A oração dum pobre
Senhor, obrigada por me dares Maria como mãe.

E até ao próximo encontro

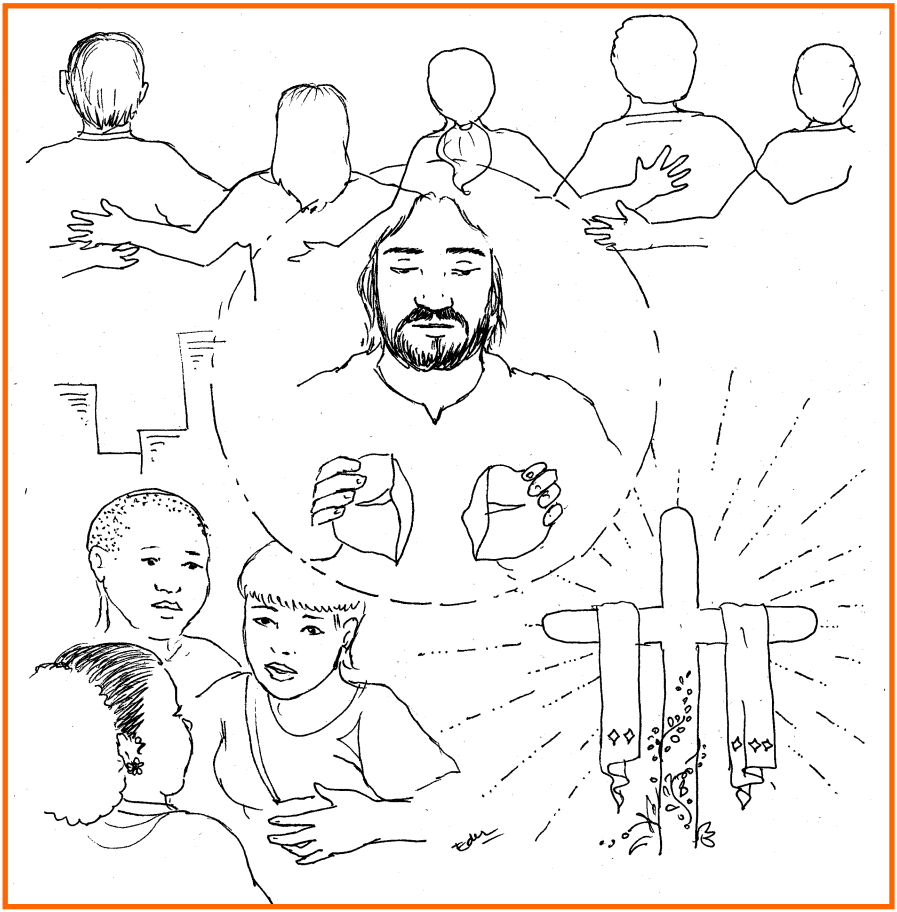
Que durante este mês possamos refletir sobre os passos de Jesus, agradecer o sacrifício da cruz e colocar em prática o amor feito doação.
Organizar, entre os membros da comunidade, uma recolha de alimentos ou roupas, por exemplo, e escolher uma família ou instituição para os receber.



12

Emaús

O caminho, lugar de encontro



A palavra do mês

Jesus entra no caminho da desolação que os discípulos estavam a empreender: caminha com eles, ouve, pergunta, conversa e senta-se à mesa. **Um processo que é preciso retomar nas nossas comunidades de Fé e Luz pois, muitas vezes, a nossa vida quotidiana carece de sentido e de alegria, como se a vida fosse uma experiência perdida**. O estranho caminhante, que nada parecia saber, revelou-se um grande pedagogo e terapeuta. Deixá-los falar da sua dor, das suas esperanças frustradas, das suas vidas perdidas, é o caminho para restabelecer a unidade e fazer voltar a esperança. Só depois de muito ouvir, é que Jesus começa a falar, devolvendo-lhes o brilho das Escrituras.

Com delicadeza, Jesus percorre com eles as lembranças da Palavra, até despertar o ardor nos seus corações, que tinham arrefecido. **Jesus revela-nos um modo de viver o tempo da fidelidade.** Assegura-se que o convidem para ficar, ao cair da noite. À mesa, reparte o pão, lembrança da Última Ceia.

Há outros três verbos implícitos nos textos e que são fundamentais para as comunidades Fé e Luz fazerem a experiência do Ressuscitado: aproximar-se, escutar, partilhar. O gesto de Jesus resgata o coração desanimado dos caminhantes que regressam à sua comunidade, em Jerusalém. **O encontro com o Ressuscitado deu um novo sentido à vida destes discípulos desorientados**.

Regressar à comunidade é um imperativo nestes tempos de isolamento existencial, social e eclesial. É na comunidade que eles irão partilhar a experiência da sua viagem e do encontro com o Senhor e empreenderão o Caminho da Vida.

- **Texto de referência**: Lucas 24, 13-35

- **Acolhimento**
  Preparar uma cesta com pães. Ao receber os membros da comunidade, o responsável pelo acolhimento parte um pedaço de pão e entrega a cada pessoa dizendo: "(*Nome*), *sê bem-vindo(a), fica connosco*".

- **Partilha**
  Juntos
  Reviver o Evangelho de Emaús. (Lc 24, 13-35)
  *Como é que o texto do Evangelho me faz descobrir a beleza da vida quotidiana, o tempo da fidelidade e me leva a encontrar um novo sentido para a minha vida?

  Em pequenos grupos
  *Como tem sido a minha caminhada em Fé e Luz?
  *Vivo a prática da escuta e da partilha com os meus irmãos da comunidade?
  *Praticamos o tempo da fidelidade na nossa comunidade?

- **Atelier dos artistas**
  Colorir as figuras do Caminho de Emaús (ver página 73). No fim do encontro, os membros poderão trocar os desenhos entre si.

- **Festa**
  Jogo: O recital das almas gémeas
  Preparar dois saquinhos e colocar dentro de cada um as frases do quadro abaixo. Um saquinho recebe as frases da coluna azul e o outro da vermelha. Dividimos a comunidade em dois grupos com o mesmo número de pessoas e o mesmo número de frases. Não pode sobrar nenhum papel no saquinho! Com todas as frases sorteadas, uma pessoa com a frase da coluna vermelha lê o seu papel, por ex: "Sou um jardim sem flor" os membros do outro grupo têm que procurar, entre as suas frases e encontrar quem tem a frase que completa a do amigo. Ex: " eu sou a flor do teu jardim"!.... o jogo segue até que todos tenham encontrado a sua frase completa. Quando se encontrarem, as duas pessoas podem

falar sobre as alegrias e dificuldades que encontram no dia-a-dia ou tentarem encontrar entre elas coisas em comum: características, gostos,...

1 – Sou um jardim sem flor.	1 – Eu sou a flor do teu jardim
2 – Sou um céu sem estrela.	2 - Eu sou a estrela do teu céu.
3 – Sou uma fonte sem água.	2 – Eu sou a água da tua fonte.
4 – Sou uma flor sem perfume.	4 – Eu sou o perfume da tua flor.
5 – Sou uma árvore sem fruto.	5 – Eu sou o fruto da tua árvore.
6 – Sou um mar sem onda.	6 – Eu sou a onda do teu mar.
7 – Sou um ninho sem pássaro.	7 – Sou o pássaro do teu ninho.
8 – Sou uma panela sem tampa.	8 – Eu sou a tampa da tua panela.
9 – Sou um rio sem peixe.	9 – Eu sou o peixe do teu rio.
10 – Sou um fruto sem semente.	10 – Eu sou a semente do teu fruto.
11 – Sou uma fonte sem água.	11 – Sou a água da tua fonte.
12 – Sou um planeta sem vida.	12 – Eu sou a vida do teu planeta.
13 – Sou um teatro sem fantoche.	13 – Eu sou o fantoche do teu teatro.
14 – Sou um livro sem leitor.	14 – Eu sou o leitor do teu livro.
15 – Sou um coração sem amor.	15 – Eu sou o amor do teu coração.
16 – Sou um dia sem sol.	16 – Eu sou o sol do teu dia.
17 – Sou uma noite sem lua.	17 – Eu sou a lua da tua noite.
18 – Sou um ser sem brilho.	18 – Sou o brilho do teu ser.
19 – Sou um pássaro sem asa.	19 – Eu sou asa do teu pássaro.
20 – Sou uma vida sem cor.	20 – Eu sou a cor da tua vida.

- **Oração**

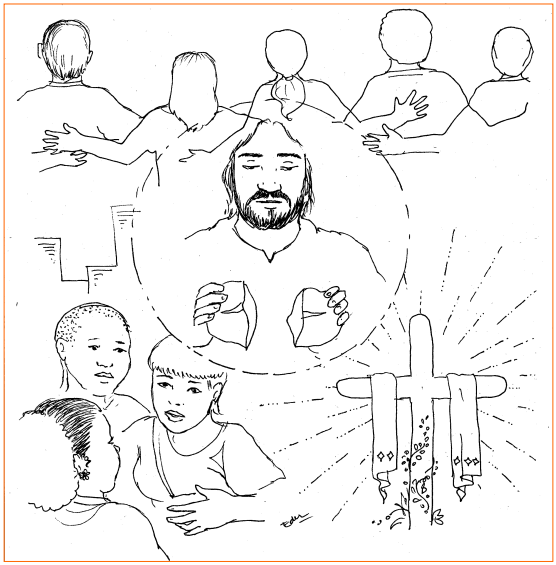
- Senhor, concede-me a graça de ser luz onde quer que esteja; que eu tenha ânimo e coragem para falar do teu amor aos que estão desanimados, nas estradas por onde eu passar.

A oração dum pobre

Senhor, fica connosco para sempre.

E até ao próximo encontro

Durante o mês, visitar uma família que tenha uma pessoa com deficiência e que ainda não conhece ou se afastou do Movimento. O objetivo é criar e tecer novos laços de amizade, escutar as suas dores e alegrias, partilhando a sua vivência numa comunidade Fé e Luz. A partir desta visita, enviar às famílias visitadas, todos os meses, o convite para os próximos encontros .



Anexos

Meditações de Padre Marco Bove, assistente internacional

Natal

Sucedeu que, quando os anjos os deixaram e foram para o céu, os pastores diziam entre si: Vamos a Belém ver o que lá aconteceu e o que o Senhor nos manifestou. Foram, então, apressadamente, e descobriram Maria e José, com o recém-nascido deitado na manjedoura (Lc 2, 15-16).

O evangelista S. Lucas fala-nos do nascimento de Jesus, um nascimento anunciado a Maria e, depois dela, aos pastores e, logo, a todos os homens. Os anjos indicam onde esse nascimento prodigioso aconteceu e onde podem encontrar o Menino Jesus: em **Belém**, uma aldeia pequena com um nome muito significativo. De facto, *Belém* significa na língua de Jesus, *casa do pão,* talvez por causa dos campos de trigo e de cevada que existiam na região.

Jesus dirá de si mesmo: "*Eu sou o pão descido do céu...*". Aquele que nasceu entre nós está numa manjedoura para ser "*comido*" por todos os que têm fome de amor e procuram Deus. Para as multidões esfomeadas, Jesus multiplica os pães, dando-lhes o alimento necessário, porque Ele conhece também as necessidades dos nossos corpos e a nossa fragilidade. Ao rezarmos o "Pai Nosso", pedimos para receber o nosso pão quotidiano, para alimentar o nosso corpo e, ao mesmo tempo, o nosso coração.

Peçamos a Jesus, nascido no meio de nós, que as nossas comunidades Fé e Luz se tornem, como Belém, a "casa do pão", um lugar onde aqueles que têm fome de amor e de amizade podem, enfim, saciar-se.

Festa da Luz

Ora, havia em Jerusalém um homem chamado Simeão. Era um homem justo e piedoso, que esperava a consolação de Israel; e o Espírito Santo estava nele. E tinha recebido do Espírito Santo o anúncio que não veria a morte antes de ter visto o Cristo, o Messias do Senhor. Sob a ação do Espírito, Simeão veio ao Templo. No momento em que os pais apresentavam o Menino Jesus para cumprirem o rito da Lei que lhes pertencia, Simeão recebeu o Menino nos braços e bendisse a Deus dizendo: "Agora, ó Mestre soberano, podes deixar o teu servo partir em paz, segundo a tua palavra. Porque os meus olhos viram a salvação que tu preparaste na presença de todos os povos: Luz para se revelar às nações e glória do teu povo de Israel." (Lc 2, 25-32)

No Templo de Jerusalém, o velho Simeão encontra Jesus com Maria e José e reconhece nele a salvação para o seu povo, a luz para todas as nações.

A Festa da Luz, para as nossas comunidades Fé e Luz é um acontecimento importante. Jesus dirá de si mesmo: Eu sou a luz do mundo... E nós sabemos como o nosso mundo precisa da luz de Jesus para expulsar a escuridão da pobreza, da guerra e da solidão.

Em Fé e Luz dizemos muitas vezes: *vale mais acender uma lâmpada do que maldizer a escuridão*. Jesus é a nossa luz e, naquele dia, no Templo de Jerusalém, foi uma revelação para Simeão. O encontro com Jesus abre os nossos olhos, dá aos nossos corações uma nova esperança e ilumina o nosso caminho com a sua presença.

Páscoa

Apressadamente, elas deixam o sepulcro, ao mesmo tempo cheias de medo e duma grande alegria e correm a levar a notícia aos discípulos. E eis que Jesus vem ao seu encontro e lhes diz: "Salve!" Elas aproximando-se, abraçaram-lhe os pés e prostraram-se diante dele. Então Jesus disse-lhes: "Não temais, ide anunciar aos meus irmãos que devem ir para a Galileia: é lá que me verão." (Mateus 28, 8-10)

Na manhã de Páscoa, as mulheres vão ao sepulcro, mas não encontram o corpo de Jesus e um anjo anuncia-lhes que o Senhor ressuscitou. E, quando iam ter com os discípulos, Jesus vem ao seu encontro e convida-as a não terem medo e a anunciar aos seus irmãos e irmãs que devem voltar para a Galileia, onde poderão vê-lo.

O sepulcro deixou de ser um lugar de morte e passou a ser um lugar de vida e são as mulheres que recebem a missão de anunciar essa notícia. Do mesmo modo, as nossas comunidades Fé e Luz são chamadas a levar o anúncio de que Jesus ressuscitou e que os lugares de morte podem tornar-se lugares de vida, de comunhão e de amor.

Mas Jesus marca um encontro connosco: a Galileia, que é o lugar da vida quotidiana, onde começou a aventura dos discípulos com Jesus. É, pois, na nossa vida quotidiana, nos nossos compromissos e nos nossos encontros de todos os dias que podemos reconhecer a presença do Senhor ressuscitado e encontrá-lo: Jesus está sempre connosco e conseguimos reconhecê-lo, se soubermos olhar com os olhos do coração pois, nas pessoas mais frágeis e mais sós, está a Sua presença.

Pentecostes

Quando chegou o dia de Pentecostes, estavam reunidos todos juntos. De repente surgiu do céu um ruído como uma violenta rabanada de vento, que encheu toda a casa onde estavam sentados. Então apareceram línguas que pareciam de fogo, que se dividiram e poisaram em cima de cada um deles. Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar outras línguas, cada um exprimindo-se segundo o dom do Espírito. (Actos 2, 1-4)

Os apóstolos tinham-se reunido em Jerusalém, mas ainda estavam confusos e assustados. Já tinham encontrado o Senhor ressuscitado, mas os seus corações ainda não estavam abertos à esperança e à confiança.

E eis que no dia de Pentecostes, todos ficaram cheios do Espírito Santo que lhes deu a luz e a força que tinham perdido depois da paixão e morte de Jesus. Tudo isto se passa em Jerusalém, a Cidade Santa, o centro da fé de Israel que se torna agora o coração da fé cristã. O nome da cidade tem diferentes significados, "visão da paz" ou "cidade da paz". O dom do Espírito Santo é precisamente um dom de paz e de alegria que permite aos apóstolos falar todas as línguas e poder, assim, anunciar a paz de Jesus.

As nossas comunidades de Fé e Luz falam também todas as línguas do mundo porque nasceram do Espírito Santo e brilham no mundo inteiro para anunciar a mensagem de amor e de comunhão de Jesus. Rezemos ao Espírito Santo sem cessar para que ele, no dia de Pentecostes, nos renove os seus dons e nos ensine a ser, também hoje, comunidades acolhedoras, prontas a escutar e a falar com todos.

O Ícone de Fé e Luz

"*Estar com*" está no coração das nossas comunidades de Fé e Luz. É com grande emoção que descobrimos este mesmo "estar com" no Evangelho de S. João, no capítulo 19 (versículos 26-27) onde vemos Jesus na cruz com João e Maria aos seus pés. O texto diz: ***Ao ver a sua mãe e, a seu lado, o discípulo que ele amava, Jesus disse a sua mãe: Mulher, eis o teu filho. Depois disse ao discípulo: Eis a tua mãe.***

É a hora do derradeiro sofrimento de Jesus. Todo o seu ser está aniquilado, destruído. O que o magoa mais talvez seja não poder mexer-se, já não poder fazer o bem. As suas mãos, que fizeram tantos milagres, estão pregadas na cruz, realmente deficientes. Nem sequer as pode utilizar para abençoar as crianças, como costumava fazer.

Há muitas semelhanças entre Jesus crucificado e os nossos amigos com deficiência. Aos pés da cruz, os que passam insultam-no e abanam a cabeça dizendo: "Tu que ias destruir o Templo e reconstruí-lo em três dias, salve-te a ti mesmo! Desce da cruz." (Mc 15, 29-30). Ao contemplar a cruz não poderemos ver em Jesus o amigo com deficiência das nossas comunidades?

Jesus não foi compreendido durante a sua vida pública.

Jesus confrontou-se com a incompreensão dos apóstolos: "Vocês continuam a não compreender, não se dão conta? O vosso espírito está fechado, têm olhos e não veem, ouvidos e não ouvem!" (Mc 8, 17 -18). De facto, depois da multiplicação dos pães e da explicação que Jesus dá, "muitos dos discípulos deixaram de segui-lo" (Jo 6, 66).

Mas aquilo que os sábios e os inteligentes não conseguem compreender é revelado aos pequeninos (Mt 11, 25). Os nossos amigos com deficiência talvez sejam aqueles que estão mais próximos de Jesus e que têm menos dificuldade em compreendê-Lo.

Maria é a mãe de um filho rejeitado e incompreendido.

Tal como para os pais que têm um filho com deficiência, deve ter sido difícil para Maria compreender Jesus. Enfrentou dificuldades desde a sua infância. Quando José e Maria encontram Jesus no templo, não compreenderam a explicação que ele lhes deu a propósito da sua presença no meio dos doutores da Lei e do que fazia com eles: "eles não compreenderam aquilo que ele acabara de lhes dizer" (Lc 2, 50).

A profecia feita por Simeão a Maria: "Uma espada trespassará a tua alma" pode aplicar-se tal e qual aos pais de Fé e Luz.

Maria "guardava fielmente todas as coisas no seu coração" (Lc 2, 51). Por fim, ei-la aos pés da cruz numa atitude de fé e de confiança absoluta. Como muitos pais das nossas comunidades...

João, o amigo fiel do Filho e de sua mãe

João era um dos discípulos que nem sempre havia compreendido Jesus. Ele e o seu irmão Santiago foram repreendidos por Jesus quando lhe pediram que lhes preparasse um lugar ao seu lado, no Reino de seu Pai: "Não sabeis o que estais a pedir" (Mc 10, 38).
E, no entanto, Jesus sentia um amor especial por João. João foi sempre um dos três discípulos presentes nos momentos mais importantes da sua vida pública. É também a quem o Quarto Evangelho chama "o que Jesus amava" e quem, durante a última ceia, estava, na mesa, ao lado de Jesus (Jo 13, 23).

Ao pé da cruz, a mãe e o amigo de Jesus estão unidos. E, no dia de Pentecostes, Maria está ali, presente, no meio dos discípulos (Act. 1, 14).
Como S. João, os amigos de Fé e Luz viveram momentos difíceis e obscuros nos seus encontros com os amigos com deficiência. Mas ouviram o mesmo convite, feito por Jesus, à amizade e à fidelidade. Também foram confiados como amigos aos pais dos seus amigos especiais, tal como João foi confiado à mãe de Jesus.

O ícone

O mistério de amor de Jesus, Maria e João aos pés da cruz não é o mesmo a que somos chamados a viver no coração das nossas comunidades Fé e Luz? Aos pés da cruz, na hora do sofrimento, Jesus, Maria e João permanecem fiéis. Só podiam "estar ali", como nós em Fé e Luz.

Aquelas três pessoas unidas no sofrimento formam uma comunidade de oração – uma oração sem palavras – cheia de confiança em Deus. Permanecem em nós quando nos unimos a eles.
É por isso que, na parte inferior do ícone, vemos uma pequena vela acesa. Ela simboliza as comunidades Fé e Luz que desejam inspirar-se no mistério vivido por Jesus, Maria e João aos pés da cruz, por toda a humanidade. Na parte superior do ícone, vemos o sol da esperança que vence a noite do sofrimento. Fé e Luz quer irradiar para o mundo inteiro esta luz e esta esperança pascais que se preparam secretamente na cruz.

Padre Joseph Larsen ✞
Ex assistente internacional

Atelier dos artistas

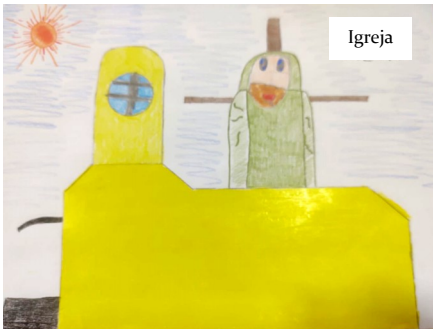
As imagens podem ser descarregadas a partir do link
https://www.foietlumiere.org/fr

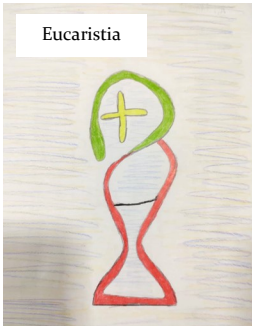
Onde encontramos Jesus?

Material: folhas de papel, lápis de cor, cola, tesouras, corda, molas da roupa ou agrafador.

- Distribuir uma folha por pessoa.
- Cada um desenha um lugar onde podemos encontrar Jesus.
- Criar uma espécie de estendal com a corda e pendurar aí os desenhos com duas molas da roupa por desenho ou (agrafá-los).
- Também podemos colar os desenhos num painel.

A comunidade verá os desenhos e partilhará sobre eles.





Um só coração

Material: pétalas de rosa em tecido ou em papel crepe, um cesto.

- Desenhar um coração grande numa cartolina no cantinho da oração.
- Cada pessoa, à chegada, pega numa pétala de rosa do cesto e coloca-o no contorno do coração para fazer um coração de pétalas.

Peteca de materiais reciclados

Material: Tesouras, saco de plástico, jornais ou panfletos publicitários ou folhas de papel de rascunho, cordão.

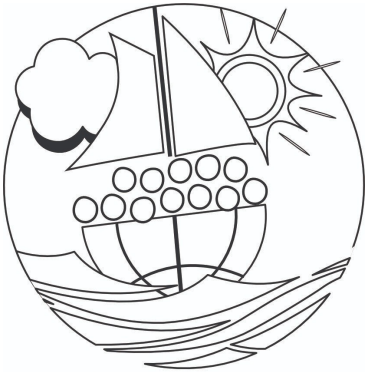
- Amarrotar as folhas formando uma bola, ligeiramente achatada na vertical.
- Cortar as asas, o fundo e um dos lados do saco de plástico. Desdobrar completamente o saco e depois, dobrá-lo ao meio.
- Colocar a bola no centro do saco cortado.

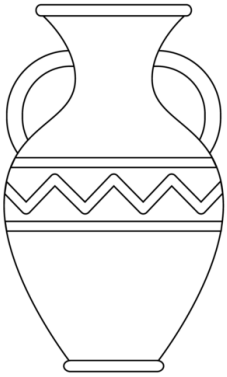
- Dar a forma duma *peteca* torcendo o saco cortado.
- Atar com uma das asas do saco ou com um cordão. Reforçar, atando um segundo cordão em sentido inverso.

Postal para um amigo

Material: um postal branco, que pode ter a forma duma jarra ou do logotipo de Fé e Luz, lápis de cor ou canetas de feltro de cor.

- Recortar o postal em forma de jarra.
- Reproduzir o logotipo e pinta-lo.





Árvore para ver Jesus

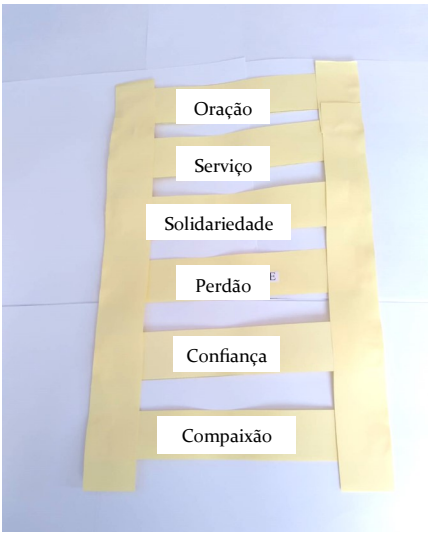
Material: Cartolina, tesouras e papel verde.

- Desenhar uma árvore na cartolina.
- Reproduzir uma folha de árvore por pessoa.

Escada de Valores

Materiais: tiras de papel, tesouras, etiquetas.

- Colar as tiras de papel para formar uma escada.
- Escrever nas etiquetas aquilo que nos aproxima de Deus e o que nos afasta dele.
- Durante o atelier, montar as escadas, uma que me aproxima de Deus e a outra que me afasta dele.
- É possível substituir as tiras de papel por paus de gelado.



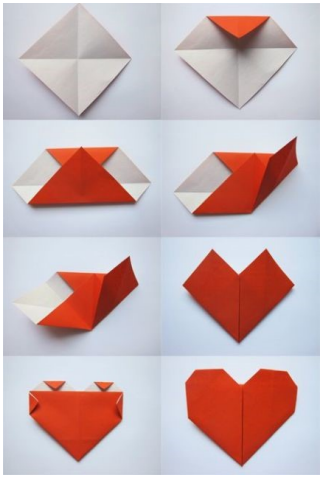
Caixa Tátil

Material: Caixa de cartão, folha de esponja EVA para forrar a caixa (pelo menos a parte de cima), cola ou fita-cola, tesouras, objetos de formas e texturas diversas.

- Fazer um orifício de 15 cm de diâmetro na parte superior da caixa de cartão—será uma abertura que permitirá introduzir objetos e a mão.
- Forrar a caixa (pelo menos a parte de cima) com o esponja EVA. Desenhar um círculo do tamanho da abertura superior da caixa e fazer cortes como nas fotos.
- Colocar na caixa objetos de diferentes formas, tamanhos e texturas. Ex: pedras, pérolas, bolas, brinquedos, flores, fotos...

Coração em Origami

Material: folha de papel vermelho cortado em quadrados.
Seguir as instruções da imagem ao lado ou ver em: https://youtu.be/GoepoBMaiGA

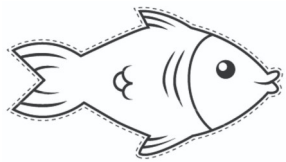


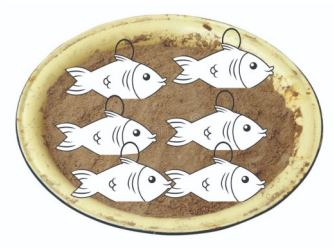
Pescaria da amizade

Materiais: folha de papel branco ou de cor, lápis ou caneta, lápis de cor, cola ou agrafador, alguidar, areia e cana de pesca.

- Desenhar peixes, recortar e pintar.

- Fazer uma argola com uma tira de papel ou arame. Fixar nos peixes.
- Deitar areia num prato e colocar os peixes.

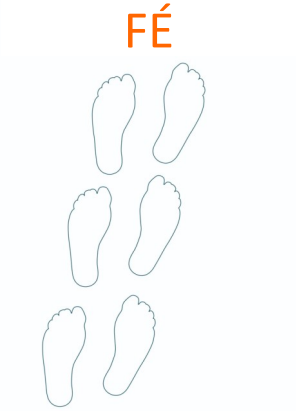




Caminhar com fé

Material: Papel do tamanho dum pé, tesouras

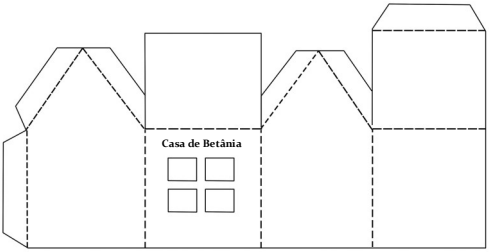
- Entregar uma folha a cada membro para que ele desenhe o contorno do seu pé. Metade da comunidade desenha o pé direito e a outra metade o pé esquerdo.
- Recortar os contornos.
- Escrever a palavra 'fé' em letras grandes para que todos possam ver.



Casa de Betânia

Material: Cartolina fina, etiqueta, x-ato, cola.

- Imprimir o modelo da casa em papel A3.
- Recortar, esvaziar as janelas com um x-ato e dobrar seguindo o tracejado.
- Colar as dobras no interior.
- Escrever "Casa de Betânia".



Ou

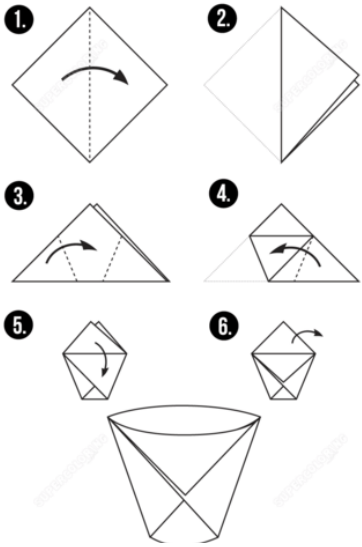
- Fazer um cartaz com o desenho duma casa.

Decoração do cantinho da oração

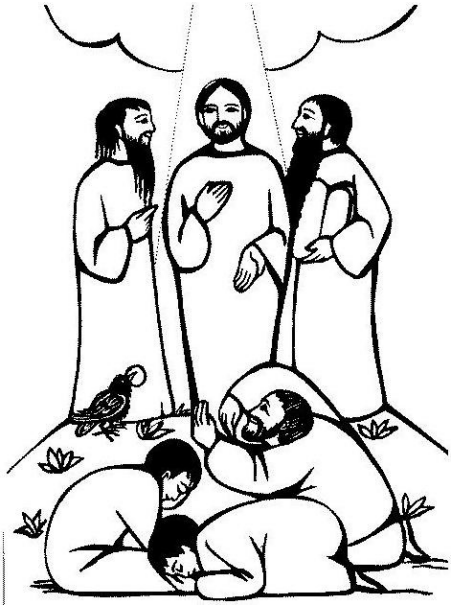
Copo em Origami

Material: Quadrado de papel

Seguir as instruções do esquema.



Monte Tabor



Mão que apoia

Material: Papel da largura duma mão aberta, lápis preto ou de cor.

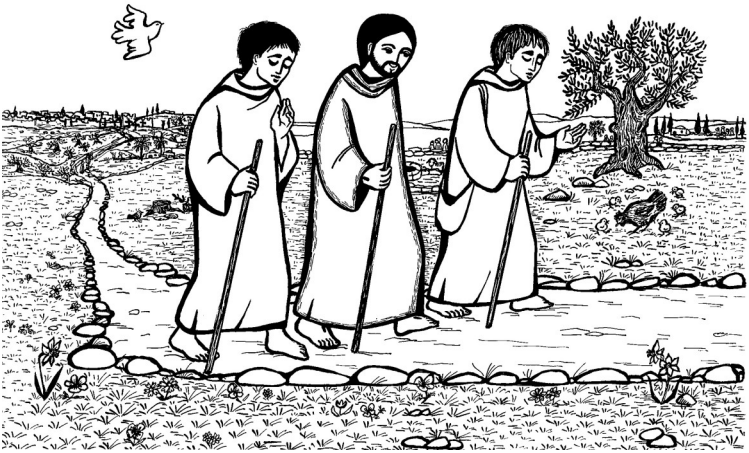
- Dar uma folha a cada um.
- Desenhar o contorno da mão aberta.

Cruz

Material: Paus de gelado, cordão, tintas.

- Com dois paus de gelado fazer uma cruz e atá-la com a corda.
- Decorar a cruz.

Caminho de Emaús



Nossa Senhora da Conceição de Aparecida, Padroeira do Brasil

Seria um dia como qualquer outro se não fosse o resultado da pesca... Três pobres pescadores vão para o seu trabalho diário no rio Paraíba. O peixe pescado era sinónimo de pão. Era preciso alimentar a família que esperava por eles com os olhos fixos na estrada que levava ao rio. Assim que os pescadores apareciam, após a última curva do caminho, começava a festa, pois tinha chegado a comida.

O rio parecia desempenhar aquela tarefa diária: alimentar tanta gente esfomeada, sem pedir nada em troca. Era a sua missão e ponto! O bom pescador sabia agradecer a Deus pelo rio, sempre generoso em peixes.

Quando os três companheiros de pesca se dirigiam para a estrada que levava ao rio, as crianças esfomeadas não os perdiam de vista, na esperança que eles regressassem depressa com os sacos cheios. Enquanto as crianças brincavam em frente às portas das suas casas, as mães iam arrumá-las, lavar a roupa e preparar a cozinha para cozer os peixes: a refeição do dia.

Estávamos em Outubro de 1717, tempo quente e chuvoso no Brasil e aqueles pescadores tinham uma missão importante: pescar e oferecer alguns peixes para o banquete que seria oferecido a um conde, de passagem pela aldeia.

Ao descer as margens do rio, os pescadores subiram para a sua pequena barca, tão frágil como eles. Depois de alguns bons golpes de remos e examinando as águas, veem que se encontram num bom sítio para a pesca. Mas antes, é preciso limpar o suor, ajustar as calças à cintura, agarrar as redes e lançá-las às águas doces do rio.

Ao puxar as redes, uma surpresa: não havia peixes, mas uma estatueta da Imaculada Conceição da Virgem Maria, sem cabeça. Respeitosamente, colocam-na num local seguro. Voltam a lançar as redes e, quando as puxam, encontram a cabeça da estatueta. Ficaram muito surpreendidos por pescar a estatueta da mãe de Jesus. Que delicadeza da parte desse rio e do céu... Uma Virgem negra nas mãos de três pobres homens.

Voltaram para casa a toda a pressa, tão grande era a sua alegria. Reuniram as crianças para rezar juntos aos pés de Nossa Senhora. Estavam tão felizes com esta visita de Maria que se esqueceram da fome e dos peixes.

A estatueta foi guardada num pequeno nicho. Todos os Sábados, as pessoas aí se reuniam para rezar o terço e cantar uma ladainha. Uma liturgia bem ao modo de pessoas simples e piedosas.

Deus é verdadeiramente surpreendente e aquela pequena estatueta da mãe de Jesus ia tornar-se no maior ícone da fé do povo brasileiro.

A sua celebridade cresceu e construiu-se um pequeno oratório, depois uma capela, depois uma Igreja, depois um santuário e por fim uma Basílica.

A nossa fé cristã nasceu sob o olhar de uma mulher, de uma mãe. Por isso, temos muitas expressões femininas: atenção, delicadeza, ajuda, confiança, força, humildade. Temos tudo isso na nossa identidade católica brasileira.

Uma imagem da Virgem negra! Quando tomaram consciência disso, fizeram logo uma bela leitura. Estávamos no apogeu da escravatura das mulheres e dos homens negros vindos de África. Muitos perderam a vida nos barcos negreiros e aqueles que escapavam eram vendidos como força de trabalho sem preço, pois o escravo era propriedade do senhor branco.

A escravatura parecia normal e mesmo depois da sua abolição, ainda encontramos muita misogenia e racismo. Podemos ficar espantados mas, no Brasil, há pessoas em situações similares à escravatura.

Não demoraram a compreender a mensagem silenciosa da Virgem Maria: eu sofro com os meus filhos escravos. A mensagem continua a mesma, mesmo que muitos façam *orelhas moucas*.

Houve movimentos para abafar aquela devoção à Virgem negra pois Maria foi sempre venerada sob a fisionomia duma mulher branca, com cabelos cor de trigo e de origem europeia. Mas aquilo que pertence a Deus ninguém consegue abafar.

Nossa Senhora da Conceição de Aparecida, pequena estatueta negra, acolhe milhares de peregrinos, vindos de todo o lado e até os

papas João-Paulo II, Bento XVI e Francisco vieram em peregrinação ao seu Santuário.

Nossa Senhora da Conceição recebeu o nome de Aparecida, porque apareceu durante aquela pequena pesca.

A sua história diz muito ao Movimento Fé e Luz: a Virgem da vida quotidiana, o tempo da fidelidade, o novo sentido dado à nossa vida.

De tempos a tempos, fazemos a nossa peregrinação nacional. Basta dizer: "Vamos a Aparecida" e a festa começa.

Que Nossa Senhora da Conceição de Aparecida, a Virgem Negra, nos abençoe, nos proteja e nos guie nos nossos locais de encontro com Jesus,
Amen!

Padre Éderson Queiroz

Notas

Oração de Fé e Luz

Senhor, Tu vieste à nossa terra
para nos revelar o Teu Pai, o nosso Pai,
e para nos ensinares a amar-nos uns aos outros.
Envia-nos o Espírito Santo que nos prometeste.
Que Ele faça de nós ,
neste mundo de guerra e de divisões,
instrumentos de paz e de unidade.

Jesus, Tu chamaste-nos a seguir-Te
numa comunidade Fé e Luz.
Nós queremos dizer-Te "sim".
Queremos viver uma aliança de amor
nesta grande família que Tu nos deste,
para partilharmos os nossos sofrimentos
e as nossas dificuldades,
as nossas alegrias e a nossa esperança.

Ensina-nos a acolher as nossas feridas e a nossa fraqueza,
para que nelas se manifeste o Teu poder.
Ensina-nos a descobrir o Teu rosto e a Tua presença
em todos os nossos irmãos e irmãs,
especialmente nos mais fracos.
Ensina-nos a seguir-Te pelos caminhos do Evangelho.

Jesus, vem ficar em nós e nas nossas comunidades
como ficaste primeiro em Maria.
Ela foi a primeira a acolher-Te nela.
Ajuda-nos a permanecer sempre de pé, com ela,
aos pés da cruz, próximos dos crucificados do nosso mundo.
Ajuda-nos a viver da Tua Ressurreição.

Amén.