

Catequese em Família – O que é a quaresma?

Dinâmica: O familiar adulto que inicia cada sessão, programada em família, para que estes passos possam ser seguidos. Faz-se uma leitura partilhada, de seguida há um momento de diálogo com a dinâmica proposta que será fazer um exame de consciência como melhor viver a Quaresma.

Leitura: A Quaresma é um tempo de preparação para a Páscoa de Jesus. O apóstolo S. Paulo chama-lhe o "tempo favorável". Pela prática mais generosa da esmola, do jejum e da oração, preparamos o nosso coração para acolher o Senhor que deu a Sua vida por nós. É um tempo de penitência, tempo para pensares nos pecados que cometeste, para fazeres uma boa confissão e, assim, sentires a força e a alegria do perdão de Deus. Desta forma, estás preparada para comungar o Corpo de Cristo e entrar no grande mistério da nossa fé em comunhão com toda a tua grande família – a Igreja!

Penitência? O que é isso?

A penitência significa que pões de lado algum bem ou actividade a que te habituaste, em favor dos irmãos mais necessitados. É um sinal de que te lembras deles. Significa que podes e deves, com muito mais razão nesta época, fazer o Bem.

Ah! Estou a ver – é não comer carne às sextas-feiras, não é?

Também, mas não só. Imagina até que nem gostas de carne ou então que te punham à frente um rico bacalhau com natas, que adoras – a penitência vinha mesmo a calhar, não vinha?... No fundo, cada um de nós sabe bem aquilo que mais lhe custa deixar de fazer. E não é deixar por deixar, mas por amor de Deus e do Próximo. Senão não tem valor.

Eu pensava que a penitência era só rezar uma ou duas avé maria a seguir à confissão...

Pensavas mal. Na Quarta-Feira de Cinzas, quando o padre te impõe as cinzas, o que é que te diz? Não é Arrepende-te e acredita no Evangelho? Pois a Quaresma é esse tempo de conversão em que sentimos pertinho, muito pertinho, o Reino de Deus!

Mas isso não é só para os adultos?

De maneira nenhuma! Nunca ouviste dizer que "de pequenino se torce o pepino"? É para todos! Claro que nem as crianças vão fazer penitências de adulto nem os adultos vão fazer penitências de criança! Entendido?

O que posso então fazer?

Olha, deixo-te uma série de sugestões. Mas isto não te dispensa de pensares pela tua própria cabecinha!

1. Oração – se puderes rezar mais e melhor, óptimo! Se puderes rezar só melhor, bom! Que tal desafiar a família ou os amigos a "atreverem-se"? Não te esqueças de pedir também a Jesus que te ajude a fazer um bom exame de consciência, para melhor fazeres as pazes com Ele.

2. Esmola – decerto recibes dos teus pais uma "semanada" ou uma "mesada": por que não retirar algumas moedas para um pobre? Se te juntares com os amigos ou com a família, podes até apoiar uma instituição que ajude os mais necessitados!

3. Jejum – Olha, aqui a lista de hipóteses é maior, e é aqui que podes ser mais criativa.

Deixa ver:

- Se és guloso(a), podes resistir uma vez por outra a um docinho, não podes?
- Também podes tirar um bocadinho de tempo à TV e ao computador, que eles não se chateiam!

Aproveita esse tempo:

- para rezar
- para ajudar os teus pais em casa, por tua iniciativa: se reparares bem, o teu quarto deve estar desarrumado; a Quaresma é o melhor tempo para "arrumar o quarto"!
- para fazeres uma caminhada contra a preguiça!¹

Dinâmica - Já agora, dá-me umas pistas para o meu exame de consciência?

Dou, claro. Pergunta-te:

- Vou sempre à Missa aos domingos ou às vezes arranjo desculpas para não ir? Costumo comungar?
- Tenho rezado a Deus para Lhe agradecer os dons e as graças que recebo, Lhe rogar perdão e ajuda para não voltar a pecar e Lhe pedir pelos pobres, os doentes e os velhinhos?
- Aproveito a catequese para conhecer melhor Jesus?
- Falo de Jesus aos amigos ou, pelo contrário, tenho vergonha?
- Estou zangado(a) com alguém? Falo mal de alguém nas suas costas? Sou mandão (mandona)?
- Desobedeço aos pais, aos professores e aos catequistas? Na escola e na catequese faço barulho, perturbando os outros?
- Minto? Sou egoísta, invejoso(a) e materialista? Convencido(a)? Vaidoso(a)? Preguiçoso(a)? Guloso(a)?
- Bati ou chamei nomes feios a alguém? Roubei ou estraguei de propósito alguma coisa dos outros?
- Utilizo bem o tempo, tentando não o desperdiçar?
- Procuro respeitar a natureza, não poluindo o ambiente nem deitando lixo para o chão?

¹ Cf. https://www.diocese-braga.pt/catequese/sim/biblioteca/publicacoes_online/288/arrumar.pdf



Oração: Oração para a Quaresma

Pai nosso,
que estais no Céu,
durante esta época
de arrependimento,
tende misericórdia de nós.

Com nossa oração,
nosso jejum
e nossas boas obras,
transformai
o nosso egoísmo
em generosidade.

Abri nossos corações
à vossa Palavra,
curai as nossas feridas do pecado,
ajudai-nos a fazer o bem neste mundo.

Que transformemos a escuridão
e a dor em vida e alegria.
Concedei-nos estas coisas
por Nosso Senhor Jesus Cristo.

Amen.