



**Semana da Vida**  
13 a 20 de Maio de 2012

## **ORAÇÃO DIÁRIA**

### **COMPROMETIDOS COM A VIDA**

**Comprometer-se com a vida** é o grande desafio a todos sugerido. A vida é o maior dom dos dons e o maior bem dos bens! Privados deste dom, nada existe! Não somos!

**Comprometidos com a vida** – Uma expressão carregada de dinamismo, da qual emerge um forte imperativo à acção e ao compromisso activo na promoção e na defesa da vida. Comprometer-se com a vida é salvaguardar os seus direitos fundamentais: o direito a existir, o direito ao reconhecimento do seu carácter inviolável, porque sagrado; o direito ao respeito, ao amor, à protecção, à segurança, à educação, a um crescimento saudável e harmonioso; o direito às condições básicas para viver dignamente e com o mínimo de qualidade, em qualquer fase da vida.

Na sua magna Carta Encíclica, *O Evangelho da Vida*, João Paulo II indica as atitudes, as acções concretas, as formas, os meios, as estruturas e os agentes que devem ser accionados em defesa dos direitos fundamentais da vida. Entre esses inúmeros “instrumentos”, situa-se a oração.

«**É urgente uma grande oração pela vida**, que atravesse o mundo inteiro. Com iniciativas extraordinárias e na oração habitual, de cada comunidade cristã, de cada grupo ou associação, de cada família e do coração de cada crente, eleve-se uma súplica veemente a Deus, Criador e amante da vida» (EV 100).

Esta proposta de oração diária pretende ser uma ajuda em ordem a um maior compromisso, por parte de todos, na valorização e defesa do dom da vida humana. Pensados para as famílias, estes pequenos esquemas podem servir para outros grupos e comunidades, e até para a oração pessoal. Pressupõem, no entanto, uma pequena preparação que alguém, de cada vez, se proporá em espírito de serviço.

---

### **1º Dia – Domingo, 13 de Maio**

#### **A vida – dom e mistério**

##### Para reflectir

«... não é possível construir o bem comum sem reconhecer e tutelar o direito à vida, sobre o qual se fundamentam e desenvolvem todos os restantes direitos inalienáveis do ser humano» (EV 100).

«O serviço da caridade a favor da vida deve ser profundamente unitário: não se pode tolerar unilateralismos e discriminações, já que a vida humana é sagrada e inviolável em todas as suas fases e situações; é um bem indivisível. Trata-se de “cuidar” da vida toda e da vida de todos. Ou, melhor ainda e mais profundamente, trata-se de ir até às próprias raízes da vida e do amor» (EV 87).

*(Breve silêncio – interiorização)*

##### Partilha

– Que interpelações me (nos) fazem estes textos?

Para a oração (cada elemento reza uma parte e todos respondem):

**R/ Ensina-nos, Senhor, a descobrir e a respeitar o valor da vida**

*Pai, criaste-nos à imagem do teu Filho,  
ícone eterna da tua infinita Ternura.  
Como num espelho reflectimos o seu ser  
e somos, por isso, filhos e seres de Ternura. R/*

*Sentimos que não podemos ser felizes  
senão vivendo uma existência de Ternura,*

numa contínua procura do teu rosto  
e numa companhia da vida  
que nos torne dom da Ternura  
face a cada criatura que encontramos. **R/**

Tu pedes-nos que nos deixemos transformar pelo teu Coração,  
superando cada barreira ou divisão  
e empenhando-nos por uma cultura da vida e do amor  
em oposição a cada anticultura da morte e do egoísmo. **R/**

Dá-nos o teu Espírito, Pai,  
para que sejamos capazes de fazer triunfar  
o Evangelho da vida sobre cada tentação contrária. **R/**

Ponto de esforço

– Oferecer sorrisos ao longo do dia às pessoas que comigo se cruzarem.

## 2º dia – Segunda , 14 de Maio

### Existir! Um direito ameaçado – compromisso com um novo estilo de vida

Para reflectir

«O primeiro e fundamental passo para realizar esta viragem cultural consiste na *formação da consciência moral* acerca do valor incomensurável e inviolável de cada vida humana» (EV 96).

«... a viragem cultural, aqui desejada, exige de todos a coragem de assumir um novo estilo de vida que se exprime colocando, no fundamento das decisões concretas – a nível pessoal, familiar, social e internacional –, uma justa escala dos valores: o primado do ser sobre o ter, da pessoa sobre as coisas. [...] a passagem da indiferença ao interesse pelo outro, a passagem da recusa ao seu acolhimento» (EV 98).

(Breve silêncio – interiorização)

Partilha

- Identificar, na nossa sociedade actual, as ameaças mais frequentes à vida, em qualquer das suas fases.
- Identificar, na família ou no grupo, possíveis sinais de ameaças à vida e à relação e propor-se eliminá-las.

Para a oração

- Pedir perdão uns aos outros pelas faltas de respeito recíprocas.
- Rezar o Pai Nosso, pedindo perdão a Deus por aqueles que atentam contra a vida.

Ponto de esforço

- Cultivar a delicadeza nas palavras e nos gestos, ao longo do dia.

Oração conclusiva

Senhor da Vida, concede-nos a graça de nunca atentarmos contra a nossa vida e a dos outros e de reconhecermos a sua dignidade e inviolabilidade. Por Cristo Senhor Nosso. **Ámen.**

## 3º dia – Terça, 15 de Maio

### A vida, bem comum – um compromisso activo de todos

Para reflectir

«Devemos cuidar do outro enquanto pessoa confiada por Deus à nossa responsabilidade» (EV 87). «Actuar em favor da vida é contribuir para o *renovamento da sociedade*, através da edificação do bem comum» (EV 101). «Na mobilização por um nova cultura da vida, que ninguém se sinta excluído: **todos têm um papel importante a desempenhar**. Ao lado da tarefa das **famílias**, é particularmente valiosa a **missão dos professores e dos educadores**. [...] Responsabilidade particular cabe aos **intelectuais católicos**, chamados a estarem activamente presentes nas sedes privilegiadas da elaboração cultural» (EV 98).

«**Indivíduos, famílias, grupos, entidades associativas**, têm a sua responsabilidade, mesmo se a título e com método diverso, na animação social e na elaboração de projectos culturais, económicos, políticos e legislativos que, no respeito de todos e segundo a lógica da convivência democrática, contribuam para edificar uma sociedade onde a dignidade de cada pessoa seja reconhecida e tutelada» (EV 90).

(Breve silêncio – interiorização)

Partilha

- Que interpelações me (nos) coloca este texto?
- Que tenho eu feito para valorizar e qualificar a vida: a minha, a dos meus familiares, dos meus amigos e colegas de trabalho ou de estudo?
- Quantas vezes me lembro de agradecer o dom da minha vida e dos que dela cuidaram e cuidam?

Para a oração

- Rezar uma dezena do terço (cada elemento reza uma Avé Maria), intercalando com: Senhora da Vida, torna-nos cuidadores da vida.

Ponto de esforço

- Dar mais atenção, neste dia, à pessoa que me é menos simpática.

Oração conclusiva

Doce Senhor da Vida, perdoa-nos porque nem sempre tivemos consciência da nossa responsabilidade no proteger e cuidar a vida, como causa comum. Dá-nos a sabedoria que nos ensina a beleza, a grandeza e a dignidade da vida humana. Guia-nos com a tua graça para que tenhamos a coragem de estar sempre do lado da vida.

## 4º Dia – Quarta, 16 de Maio

### A vida, o maior dos bens – um compromisso de anúncio e responsabilidade

Para reflectir

«Como igreja doméstica, a família é chamada a anunciar, celebrar e servir o *Evangelho da vida* [...]. Na geração de uma nova vida, eles tomam consciência de que o filho se é fruto da recíproca doação de amor dos pais, é, por sua vez, um dom para ambos: um dom que promana do dom» (EV 92).

«Peculiar é a responsabilidade confiada aos profissionais da saúde – médicos, farmacêuticos, enfermeiros, capelães, religiosos e religiosas, administradores e voluntários: a sua profissão pede-lhes que sejam guardiães e servidores da vida humana» (EV 89).

«Terão de ser removidas as causas que favorecem os atentados contra a vida, sobretudo garantindo o devido apoio à família e à maternidade: a política familiar deve constituir o ponto fulcral e o motor de todas as políticas sociais» (EV 90).

(Breve silêncio – interiorização)

Partilha

- Constituir uma mesa redonda, dar uns minutos, onde cada elemento vai responder à questão: por que é que a vida é dom e tarefa?
- Cada um expõe a todos os presentes o que reflectiu
- Crie-se um debate sobre as possibilidades que cada elemento tem de anunciar o dom da vida, inclusive participar nalgumas iniciativas a favor da vida.

Para a oração

- Participar na Eucaristia, se possível em família ou em grupo, neste dia, e agradecer a Deus o dom da minha vida e dos que me são mais próximos.

Ponto de esforço

– Ao longo do dia, envidar esforços para, na conversa com os amigos e colegas de trabalho, privilegiar o tema da vida como dom.

Oração conclusiva

Senhor da Vida, que o teu Espírito nos transforme e fortaleça interiormente, a fim de que possamos ser, sem respeitos humanos, profetas e guardiães da vida, que é dom da tua infinita bondade.

## 5º Dia – Quinta, 17 de Maio

**A família, estrutura indispensável à vida – Um compromisso de amor, respeito, protecção, segurança e educação.**

Para reflectir

«A obra de educação para a vida comporta a *formação dos cônjuges sobre a procriação responsável*» (EV 97).

«A família tem a ver com os seus membros durante toda a existência de cada um, desde o nascimento até à morte. Ela é verdadeiramente “o *santuário da vida* [...], o lugar onde a vida, dom de Deus, pode ser convenientemente acolhida e protegida contra os múltiplos ataques a que está exposta, e pode desenvolver-se segundo as exigências de um crescimento humano autêntico”. Por isso, o papel da família é *determinante e insubstituível na construção da cultura da vida*» (EV 92).

(Breve silêncio – interiorização)

Partilha

– Deixar que cada membro sublinhe aquela expressão do texto à qual foi mais sensível.

Para a oração

**Cântico: Vem espírito Santo, vem, vem iluminar (bis)**

– Os filhos rezam:

Senhor Jesus, damos-Te graças  
 Pelo dom dos nossos pais  
 Dádivas do teu amor para nós, seus filhos.  
 E de os teres unidos no teu terno amor.  
 Ensina-os a crescer na graça que lhes deste,  
 Para que saibam re-enamorar-se cada dia,  
 Alimentando o seu amor  
 Nas Fontes do teu Amor.  
 Sendo para nós, seus filhos,  
 sacramento da tua presença amorosa e cuidadora.

**Cântico: Vem espírito Santo, vem, vem iluminar (bis)**

– Os pais rezam:

Confiamos-Te os nossos filhos, Senhor da vida.  
 Guarda-os.  
 Ensina-nos a amá-los, a respeitá-los e a educá-los  
 Tal como são,  
 Para os ajudar a crescer na direcção do seu futuro,  
 Não segundo os nossos desejos,  
 Mas segundo o projecto que tens sobre cada um.

**Cântico: Vem espírito Santo, vem, vem iluminar (bis)**

– Os pais rezam

Os nossos filhos são teus, Senhor da Vida  
 Torna-nos sinais da tua Ternura para eles.  
 Educar é difícil, mas Tu ensinaste-nos  
 Que «tudo» é possível,  
 Se permanecemos unidos a Ti,

como os ramos à videira.  
 Transfigura-nos com o Sopro do teu Espírito  
 Para que na nossa ternura de casal  
 Eles descubram a tua  
 E vivam na harmonia e na alegria,  
 Cada dia da sua vida.

Nota: terminada a oração dão as mãos, e ficam de mãos dadas em silêncio, durante cinco minutos. Passados cinco minutos, os pais dizem: Por Cristo Senhor Nosso. Ámen. Terminam trocando um caloroso abraço entre todos.

Ponto de esforço

– Instituir este dia o dia da alegria, em família ou no grupo.

## 6º Dia – Sexta, 18 de Maio

### A vida abandonada – um compromisso de solidariedade/voluntariado

Para reflectir

«Expressão particularmente significativa de solidariedade entre as famílias é a disponibilidade para a *adopção* ou para o *acolhimento* das crianças abandonadas pelos seus pais ou, de qualquer modo, em situação de grave dificuldade. [...] Entre as formas de adopção, merece ser assinalada a *adopção à distância*, que se há-de preferir sempre que o abandono tenha por único motivo as condições de grave pobreza da família» (EV 93).

“Sejam promovidos os **centros com os métodos naturais de regulação da fertilidade**, como válida ajuda à paternidade e maternidade responsável [...] **Também os consultórios matrimoniais e familiares**, através da sua acção específica de consulta e prevenção, desenvolvida à luz de uma antropologia coerente com a visão cristã da pessoa, do casal e da sexualidade, constituem um precioso serviço para descobrir o sentido do amor e da vida, e para apoiar e assistir cada família na sua missão de “santuário da vida”. [...] Os **centros de ajuda à vida e os lares de acolhimento da vida**. Graças à sua acção, tantas mães-solteiras e casais em dificuldade readquirem razões e convicções, e encontram assistência e apoio para superar contrariedades e medos no acolhimento de uma vida nascitura ou que acaba de vir à luz» (EV 88).

(Breve silêncio – interiorização)

Partilha

- Em família, perguntar: Que poderemos nós fazer para partilhar com quem tem menos os nossos bens e sobretudo os nossos afectos?
- Que lugar ou preocupação tem a “vida não cuidada” ou abandonada no nosso coração, na nossa família ou no nosso grupo?
- Enumerar todos os equipamentos de apoio à vida que existem no meio onde se encontram e, se possível, oferecer-se para colaborar.

Para a oração

– Cada membro, mencionar uma pessoa concreta que esteja a ser solidária com a vida, e rezar por ela, pedindo para ela mais coragem e força.

Ponto de esforço

- Passar por um marginal e sorrir para ele.
- Visitar, com alguma demora, uma casa de crianças institucionalizadas.

Oração conclusiva

Deus Pai, fonte da Vida, torna o nosso coração sensível ao sofrimento humano. Faz-nos ver a tua presença nos nossos irmãos. Abre o nosso coração a um amor Maior, que se torne solicitude, justiça, solidariedade e serviço, ao jeito do teu Filho Jesus.

---

## 7º Dia – Sábado, 19 de Maio

### A vida, dom e tarefa – Um compromisso de sentido e fidelidade

#### Para reflectir

«Aos educadores, professores, catequistas e teólogos incumbe o dever de pôr em destaque as *razões antropológicas* que fundamentam e apoiam o respeito de cada vida humana» (EV 82).

«**É necessário educar para o valor da vida, a começar das suas próprias raízes.** É uma ilusão pensar que se pode construir uma verdadeira cultura da vida humana, se não se ajudam os jovens a compreender e a viver a sexualidade, o amor e a existência inteira no seu significado verdadeiro e na sua íntima correlação. A sexualidade, riqueza da pessoa toda, “manifesta o seu significado íntimo ao levar a pessoa ao dom de si no amor”. A banalização da sexualidade conta-se entre os principais factores que estão na origem do desprezo pela vida nascente: só um amor verdadeiro sabe defender a vida. Não é possível, pois, eximir-nos de oferecer, sobretudo aos adolescentes e aos jovens, uma autêntica *educação da sexualidade e do amor*, educação essa que requer a *formação para a castidade*, como virtude que favorece a maturidade da pessoa e a torna capaz de respeitar o significado “esposal” do corpo» (EV 97).

(Breve silêncio – interiorização)

#### Partilha

- Pedir que todos comentem a afirmação: «a banalização da sexualidade conta-se entre os principais factores que estão na origem do desprezo pela vida nascente».
- Cada elemento imaginar: o que mudaria na sociedade e mesmo no respeito pela vida, se os jovens decidissem viver em castidade até ao matrimónio? E se a fidelidade entre marido e mulher fosse um valor desejado e mais cultivado por todos?
- Que factores estarão associados à falta de sentido para a vida, que leva tantos jovens a perderem-se nos caminhos do vazio, do prazer, da droga, da violência e da indiferença face às agressões à vida?

#### Para a oração

- Rezarem juntos a consagração a Nossa Senhora, pedindo-lhe a virtude da pureza e da fidelidade.
- Confiar também a Nossa Senhora os jovens que vivem à deriva, sem razões para viver a vida com alegria e entusiasmo.

#### Ponto de esforço

- A longo do dia, não ceder à tentação do prazer, abster-se de relações amorosas, ou outras seduções, para aprender a dominar-se.

#### Oração conclusiva

Ajuda-nos, Senhor, a acreditar no verdadeiro amor. Ensina-nos a virtude da castidade, que abre ao respeito pelo próprio corpo, pelo corpo do outro. Ensina-nos a estarmos atentos à beleza e à elegância dos pequenos gestos, expressão de ternura e respeito pela vida, criada para reflectir a tua imagem e a tua ternura.

---

## 8º Dia – Domingo, 20 de Maio

### A vida e seu declinar – um compromisso de qualidade, protecção e partilha de afectos

#### Para reflectir

«**Um lugar especial há-de ser reconhecido aos idosos.** [...] A marginalização ou mesmo a rejeição dos idosos é intolerável. É importante que se conserve, ou se restabeleça onde tal se perdeu, **uma espécie de “pacto” entre as gerações**, de modo que os pais idosos, chegados ao termo da sua caminhada, possam encontrar nos filhos aquele acolhimento e solidariedade que lhes tinham oferecido quando estes estavam a desabrochar para a vida» (EV 94).

«Entra na missão educadora dos pais ensinar e testemunhar aos filhos o verdadeiro sentido do sofrimento e da morte: poderão fazê-lo se souberem estar atentos a todo o sofrimento existente ao seu redor e, antes ainda, se souberem desenvolver atitudes de solidariedade, assistência e partilha com doentes e idosos no âmbito familiar» (EV 92).

*(Breve silêncio – interiorização)*

Partilha

- Deixar que cada elemento comente o texto.
- Em família ou em grupo, verificar se se está a dar a devida atenção às pessoas idosas.
- Entabular uma conversa sobre a importância e a necessidade de um envelhecimento com qualidade e digno da pessoa humana.
- Sensibilizar para a gratidão e a estima das pessoas idosas que, com dedicação, espírito de sacrifício e muito amor, tudo fizeram para que nada faltasse às gerações sucessivas (filhos, netos e bisnetos).

Para a oração

- Rezar juntos três Avé Marias pelas pessoas abandonadas e por aqueles que as abandonam, para que Maria, sinal de esperança e segura consolação, torne o coração humano sensível ao sofrimento gerado pela indiferença e pela solidão.

Ponto de esforço

- Oferecer-se para dar um passeio com uma pessoa idosa. Oferecer-lhe uma flor.
- Entre todos, dar mais atenção e fazer mais companhia às pessoas mais velhas ou doentes.

Oração conclusiva

«Ó Maria,  
aurora do mundo novo,  
Mãe dos viventes,  
confiamo-Vos a *causa da vida*:  
olhai, Mãe,  
para o número sem fim  
de crianças a quem é impedido nascer,  
de pobres para quem se torna difícil viver,  
de homens e mulheres  
vítimas de inumana violência,  
de idosos e doentes assassinados  
pela indiferença  
ou por uma suposta compaixão.  
Fazei com que todos aqueles que crêem  
no vosso Filho  
saibam anunciar com desassombro e amor  
aos homens do nosso tempo  
o *Evangelho da vida*.[...]» (EV 105).  
Ámen.