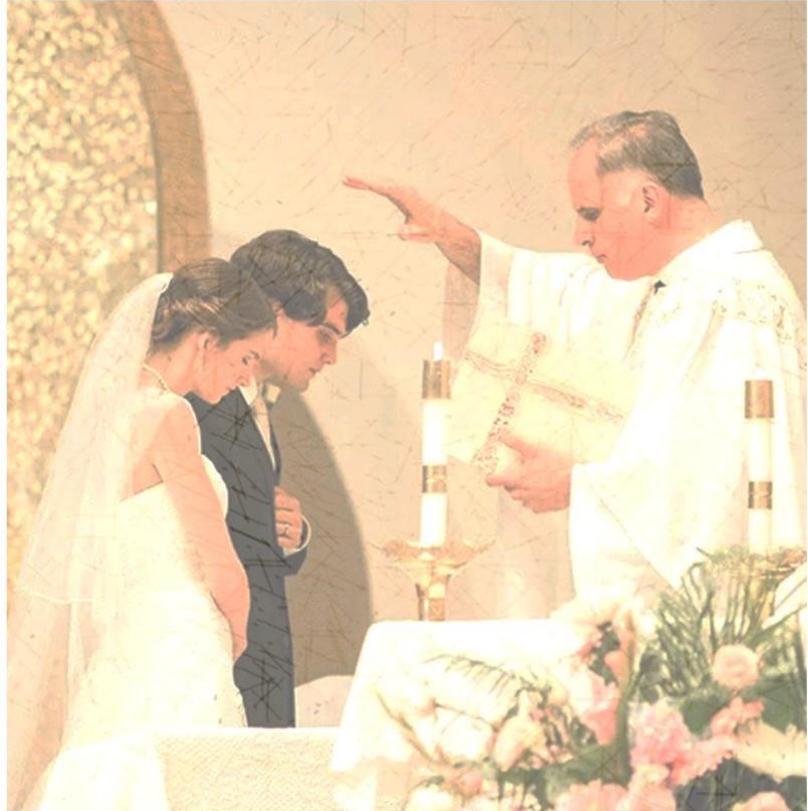


ITINERÁRIOS CATECUMENAIIS PARA A VIDA MATRIMONIAL

Que desafios para a Igreja?



4|5 MARÇO 2023

**CENTRO PASTORAL PAULO VI
FÁTIMA**



Mais Informações



MENSAGEM DA DIREÇÃO NACIONAL

Aqui estamos, mais uma vez junto de Maria, reunidos em Peregrinação.

Maria que nos olha e conforta, tal como uma mãe que dá colo ao seu filho, consolando-o das tribulações da vida e das canseiras do dia a dia.

Num momento de pausa merecida, em casal, junto de outros casais que comungam connosco do mesmo sentimento e entendimento do valor da Família. Família que nos traz a felicidade, construída por nós, mas na confiança da bênção divina do nosso amor.

Mas porque a missão do cristão está sempre inacabada, também somos permanentemente desafiados e estimulados no nosso crescimento pessoal e de fé. E, na sequência de outras publicações prévias, eis que surge agora um novo documento promovido pelo Dicastério para os Leigos, a Família e a Vida, intitulado “Itinerários Catecumenais para a Vida Matrimonial”. Pelo seu conteúdo, constitui obrigatoriamente renovado motivo de reflexão para toda a comunidade cristã, mas em particular no nosso movimento CPM, e será base de trabalho para o nosso Encontro Peregrinação.

Certamente, já questionamos o nosso papel na vida dos noivos que acolhemos, e sentimos que os tocamos de algum modo. E quantas vezes sentimos que algo faltava? E desejamos fazer algo mais para promover nos noivos maior adesão à mensagem de Cristo? Terá o CPM cumprido o seu objetivo?

Que desafios nos são colocados daqui em diante? Serão exequíveis? Que dificuldades ou oportunidades se nos apresentarão? Em suma, será possível fazer mais e melhor? Ousaremos responder a este desafio? Teremos a coragem de nos desinstalar?

Aqui estamos de coração aberto, percorrendo este caminho, em casal e em Matrimónio.

Que estes dois dias sejam oportunidade para fazer um parêntesis na nossa vida. De partilha e encontro, de oração e celebração, de reflexão e renovação, enquanto casais CPM.

Este é o desejo da Equipa da Direção Nacional. Um bem-haja pelo vosso trabalho e empenho, em nome de Cristo, que nos move e congrega.

*Susana Magalhães e Nuno Azenha
Raquel Valente e José Cardoso
Esmeralda Barreira e José Cabeda*

*Liliana Oliveira e Rui Santos
Hélène Malta e Vagner Canas
Fátima Fontão e Florentino Dias
Padre Paulo Jorge Rocha*

ITINERÁRIOS CATECUMENAIIS PARA A VIDA MATRIMONIAL

Que desafios para a Igreja?

SÁBADO

- 14h00 Acolhimento
- 14h30 Saudação a N^a Senhora (Auditório do Centro Pastoral Paulo VI)
- 14h45 Apresentação sumário de "Itinerários Catecumenais para a Vida Matrimonial"
- 15h00 Mesa Redonda "Preparação remota"
Ricardo Perna (Jornalista, Moderador)
Prof. Dimas Pedrinho (Secretariado Nacional da Educação Cristã)
Pe. Filipe Diniz (Departamento Nacional da Pastoral Juvenil)
- 16h00 Intervalo
- 16h15 Mesa Redonda "Preparação próxima/imediata"
Ricardo Perna (Jornalista, Moderador)
Pe. Vasco Pinto de Magalhães (Companhia de Jesus)
Casal Marisa Silva e Paulo Oliveira - CPM
Casal Ana Luísa Pereira e Ruben Alves (Testemunho)
- 17h15 Diálogo com a assembleia
- 18h30 Terço na Capelinha
- 19h30 Jantar
- 21h30 Noite Cultural - Concerto Oração com a Banda Missio

DOMINGO

- 9:00h Acompanhamento casais novos
Casal Isabel e Francisco Pombas – Departamento Nacional da Pastoral Familiar
Grupo Paroquial de Casais - Casal Teresa e Rui Martins
- 9h45 Síntese e Palavra Final - D. Virgílio Antunes, Bispo de Coimbra
- 11h00 Eucaristia na Basílica da Santíssima Trindade
- 12h30 Almoço

4|5 MARÇO 2023

**CENTRO PASTORAL PAULO VI
FÁTIMA**



Mais Informações



ORAÇÃO VIAGEM

Cântico - [Deus Está Aqui](#)



Hoje é dia 4 de março, sábado da I Semana da Quaresma.

Vamos em viagem, em peregrinação. Na peregrinação quaresmal a caminho da Páscoa, em peregrinação rumo ao Santuário de Fátima, ao encontro de Maria, Mãe de Jesus, colocando no seu regaço todas as nossas intenções.

Em comunhão com toda a Igreja, façamos também deste nosso Encontro Peregrinação um caminho de preparação para as Jornadas Mundiais da Juventude.

As Jornadas são uma ocasião única para o encontro de jovens de todo o mundo e uma oportunidade para o rejuvenescimento espiritual de toda a Igreja.

Aproveitemos este momento para nos unirmos, através da oração, a esta peregrinação espiritual, rumo à JMJ Lisboa 2023. Abramos o nosso coração para o que está por vir, para que seja fecundo o encontro do Papa com os jovens e para que dê fruto este teu tempo com Cristo.

Relembremos as palavras do Papa Bento XVI na mensagem para a Jornada Mundial da Juventude em Sydney. É um convite a reconhecer a força do Espírito.

«Convido-vos a observar como o Espírito Santo é o dom mais excelso de Deus ao homem, o testemunho supremo do seu amor por nós. Trazemos dentro de nós aquele selo do amor do Pai em Jesus Cristo, que é o Espírito Santo. Nunca o esqueçamos, porque o Espírito do Senhor se recorda sempre de cada um e quer suscitar no mundo e vento e o fogo do Pentecostes. O Espírito de Jesus hoje vos convida, jovens, a serem portadores da boa nova do amor de Jesus.»

- Que força é esta que transforma vidas? Quando deixamos o Espírito Santo atuar, tudo se torna mais belo, porque Deus ajuda-nos a superar todos os obstáculos. Ele não nos substitui, mas dá-nos a sua graça. Na adversidade costumamos pedir uma graça particular ao Senhor?

Atentemos nesta passagem dos Atos dos Apóstolos:

«Uma vez, quando os Apóstolos estavam reunidos com Jesus perguntaram-Lhe: “Senhor, será agora que vais restaurar o reino para o povo de Israel?” Jesus respondeu: “Não vos é dado conhecer o tempo ou o dia que o Pai fixou com a sua própria autoridade, mas receberão poder, ao descer sobre vós o Espírito Santo e serão Minhas testemunhas, tanto em Jerusalém, como em toda a Judeia e Samaria e até aos lugares mais distantes do mundo.”

- Peçamos ao Espírito Santo que nos visite, que desça sobre nós e nos renove com os seus dons, que nos dê a força necessária para sermos testemunha verdadeira do amor de Deus. Fechamos os nossos olhos e desfrutemos deste momento abençoado. Deus deseja realizar grandes coisas na nossa vida. Aceitamos o desafio?

Partir apressadamente é a atitude a que o Papa nos desafia na preparação para a JMJ Lisboa 2023. É assim que Maria sai de casa, após o anúncio do Anjo, para partilhar a sua alegria com a sua prima Isabel. Maria é a primeira missionária do Evangelho, a primeira a levantar-se e a anunciar. Entremos no coração de Maria, que parte apressadamente e rezemos com Ela...

Ave Maria, cheia de graça,
o Senhor é convosco,
bendita sois vós entre as mulheres
e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.
Santa Maria, Mãe de Deus,
rogai por nós pecadores,
agora e na hora da nossa morte.
Ámen.

Cântico - [Há Pressa no Ar \(Hino Oficial da JMJ Lisboa 2023\)](#)



De todo o mundo para este lugar,
Partimos, voámos, chegámos aqui.
Com Maria, ensaiamos um sim.
Queremos servir, fazer a vontade
Do Pai, nosso Pai.
Chamados a ser com Cristo Jesus,
Queremos dar, queremos estar,
Dispostos ao sim, fazer como a Mãe.

**Todos vão ouvir a nossa voz,
Levantemos braços, há pressa no ar.
Jesus vive e não nos deixa sós:
Não mais deixaremos de amar.**

SAUDAÇÃO A NOSSA SENHORA



1. Cântico inicial

[Quero ser como tu Maria](#)

Quero ser como tu, como tu, Maria,
como tu, um dia, como tu, Maria.

Quero dizer meu sim, como tu, Maria,
como tu, um dia, como tu, Maria.

2. Invocação inicial

V/ Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo.

R/ Ámen.

V/ A graça de Nosso Senhor Jesus Cristo, o amor do Pai e a comunhão do Espírito Santo estejam convosco.

R/ Bendito seja Deus que nos reuniu no amor de Cristo.

V/ Família CPM, reunidos no amor de Cristo, somos acolhidos sob o olhar terno e materno de Nossa Senhora. Viemos como peregrinos rezar, estudar e pedir a Nossa Senhora que caminhe connosco neste itinerário de preparação para o matrimónio, que a Igreja nos propõe. Também, no regaço da Mãe queremos confiar todos os jovens casais que se preparam para celebrar o Sacramento do Amor e todos os que já vivem a alegria do amor no matrimónio cristão. Viemos para escutar a voz de Deus que neste lugar fala aos seus filhos através da solicitude da Mãe. Escutemos.

3. Leitura da Primeira Epístola de São João (1 Jo 4, 7-10)

Caríssimos:

Amemo-nos uns aos outros,
porque o amor vem de Deus;

e todo aquele que ama nasceu de Deus e conhece a Deus.

Quem não ama não conhece a Deus,
porque Deus é amor.

Assim se manifestou o amor de Deus para connosco:

Deus enviou ao mundo o seu Filho Unigénito,
para que vivamos por Ele.

Palavra do Senhor.

4. Breve meditação

Deus apresenta-Se como relação fundada no amor. O Deus revelado em Jesus não é solidão, é relação de amor. E, o que Deus é, ficou impresso na criação, de modo especialíssimo no homem e na mulher, criados à imagem e semelhança de Deus, chamados, por isso, a viver em relação, fazendo dessa relação sacramento, sinal do amor que Deus é e em Jesus se faz doação, entrega pela Igreja.

«Amemo-nos uns aos outros», fazendo da vida o lugar primeiro de anúncio do amor de Deus e do sacramento do matrimónio a força que renova a Igreja e transforma o mundo.

5. Oração de Saudação

Senhora de Fátima, mulher mais brilhante que o sol,

Eis-nos, teus filhos devotos.

Contemplemos a beleza de Cristo que, no vosso rosto materno

E no vosso Imaculado Coração, resplandece cheio de graça.

Somos peregrinos a reclamar o vosso amparo e proteção,

Para nós e para quantos estão recomendados à nossa oração.

Trazemos a gratidão dos muitos que

Se gastaram no serviço à Igreja e ao mundo,

A anunciar a alegria do amor no Sacramento do Matrimónio

Trazemos como prece os que hoje continuam,

No mesmo serviço e na mesma alegria,

A ser testemunhas da beleza e grandeza do amor

Celebrado no Senhor

Vos pedimos, Senhora de Fátima, estrela da nova Evangelização,

Ampara com solicitude materna,

Os trabalhos, os projetos e os sonhos que nesta hora da história,

Continuamos a realizar, em família CPM.

Ó Senhora Nossa, ó Nossa Mãe,

Oferecemo-nos inteiramente a Vós.

Vos consagramos a Caminhada em Matrimónio

De todas as famílias de Portugal.

6. Cântico Final

**Nossa Senhora do Sim,
Maravilha: Virgem Mãe!
Cuida, Maria, de mim,
E que eu diga Sim também**

Chamou o Anjo de Deus:
Maria não tenhas medo,
Serás mãe do Filho Eterno,
Eis revelado o segredo!

Com ela a Igreja toda
Responde que sim a Deus:
E com Maria proclame
Nova terra e novos céus!

[Nossa Senhora do Sim](#)



CELEBRAÇÃO DO TERÇO



Mistérios Gozosos do [*Rosário para as Famílias – Ano Família Amoris Laetitia*](#)

Neste momento de oração, ao meditar os mistérios gozosos, como peregrinos, os Centros de Preparação para o Matrimónio de Portugal, convidam os peregrinos presentes e os que nos acompanham através dos meios de comunicação, a colocar no regaço materno de Nossa Senhora todas as famílias e os casais que se preparam para viver o seu amor em sacramento.

1. Primeiro Mistério Gozoso: Jesus é concebido numa família

O anjo Gabriel foi enviado por Deus a uma jovem, Maria, que estava prometida em casamento a José. O anjo disse-lhe: «Alegra-te, Maria, Deus está contigo, Ele gosta muito de ti. Vais ter um filho, ao qual porás o nome de Jesus. Será grande e vai chamar-se Filho do Altíssimo» (Lc 1, 26-32).

Descobrimos que o próprio Deus é família:

«O Deus Trindade é comunhão de amor; e a família, o seu reflexo vivente. O nosso Deus, no seu mistério mais íntimo, não é solidão, mas uma família, dado que tem, em si mesmo, paternidade, filiação e a essência da família, que é o amor» (AL 11).

* Em que momentos da nossa história familiar nos sentimos habitados por Deus?

2. Segundo Mistério Gozoso: Maria visita uma família

Maria foi visitar a sua prima Isabel e o seu marido, Zacarias. Isabel estava grávida e cheia do Espírito Santo disse a Maria: «Bendita és tu entre as mulheres e bendita é também a criança que trazes no ventre». Maria respondeu: «Bendito o Senhor que fez maravilhas em mim» (Lc 1, 39-45).

Descobrimos que a alegria é para ser partilhada com as pessoas da nossa família:

«Quando uma pessoa que ama pode fazer algo de bom pelo outro, ou quando vê que a vida está a correr bem ao outro, vive isso com alegria e, assim, dá glória a Deus, porque "Deus ama quem dá com alegria". A família deve ser sempre o lugar onde uma pessoa que consegue algo de bom na vida sabe que ali se vão congratular com ela» (AL 110).

* Em que pessoas da nossa família somos visitados por Jesus?

3. Terceiro Mistério Gozoso: Jesus nasce em Belém

Maria e José foram a Belém. Lá nasceu Jesus e envolveram-no em panos e recostaram-no numa manjedoura, por não haver lugar para eles na hospedaria. Havia por ali uns pastores a quem apareceu um anjo que lhes disse: «Anuncio-vos uma grande alegria, nasceu o Salvador, o Filho de Deus». E os pastores foram adorá-lo (Lc 2, 4-11).

Descobrimos que na família os filhos são amados gratuitamente:

«Os filhos são uma dádiva! Cada um é único e irrepetível [...]. Um filho é amado porque é filho, não porque é bonito. Não porque pensa como eu, nem porque encarna as minhas aspirações. O amor dos pais é instrumento do amor de Deus Pai, que espera com ternura o nascimento de cada criança, aceita-a incondicionalmente e acolhe-a gratuitamente» (AL 170).

* Que sentiram ao saber que iam ser pais? Como foi o nascimento dos bebés?

4. Quarto Mistério Gozoso: Maria e José levam Jesus ao templo

Maria e José, cumprindo a Lei, foram ao templo para agradecer pelo nascimento de Jesus. Lá encontraram-se com dois anciãos, Ana e Simeão, que amavam muito a Deus e ficaram felizes por conhecerem Jesus, o Salvador (cf Lc 2, 22. 28. 36-38).

Descobrimos que cada família faz parte da sociedade e da Igreja:

«A família é o primeiro lugar onde se aprende a sentir o mundo e a sociedade como "ambiente familiar", a saber "habitar" mais além dos limites da própria casa. No contexto familiar, ensina-se a recuperar a proximidade, o cuidado, a saudação. É aí que se rompe o primeiro círculo do egoísmo, fazendo-nos reconhecer que vivemos junto de outros, que são dignos do nosso afeto» (cf AL 276).

* Que comunidades são importantes para a nossa família? Com quais partilhamos a nossa vida?



5. Quinto Mistério Gozoso: Maria e José encontram Jesus no Templo

Quando Jesus tinha 12 anos, foi com os seus pais a Jerusalém. José e Maria regressaram, mas Jesus ficou em Jerusalém sem que os pais se apercebessem. Procuraram-no durante três dias e, quando o encontraram, a sua mãe disse-lhe:

«Filho, porque nos fizeste isto?» Jesus respondeu-lhe: «Porque me procuráveis? Não sabíeis que devia estar em casa do meu Pai?»

(Lc 2, 41-49).

Descobrimos que os pais cuidam dos seus filhos e respeitam a sua liberdade: «Não é possível ter o controle de todas as situações em que um filho poderá chegar a encontrar-se. Se um progenitor está obcecado em controlar o filho não o preparará para enfrentar os desafios. O que interessa é gerar no filho, com muito amor, processos de amadurecimento da sua liberdade, de crescimento integral. Só assim terá em si mesmo os elementos de que precisa para agir com inteligência e cautela em circunstâncias difíceis» (AL 261).

* Os pais recordam-se de alguma travessura na sua infância? Partilhamos isso em família.

No fim dos 5 mistérios

Rezamos pelas famílias que vivem em dificuldade e pedimos a Maria que, como nas Bodas de Caná, seja próxima a Jesus a interceder por elas e junto delas lhes segrede o imenso amor de Jesus por todos e cada um.

Maria, Mãe de Cristo e Mãe da Igreja, Rogai por nós.
Avé Maria....

Maria, Mãe do Salvador e Refúgio dos pecadores,
Rogai por nós.
Avé Maria...

Maria, Mãe do Bom Pastor e Mãe das Vocações,
Rogai por nós.
Avé Maria...

Salve Rainha



ORAÇÃO INICIAL NO DOMINGO

Oração da Jornada Mundial da Juventude – Lisboa 2023

Nossa Senhora da Visitação,
que partistes apressadamente
para a montanha ao encontro de Isabel,
fazei-nos partir também
ao encontro de tantos que nos esperam
para lhes levarmos o Evangelho vivo:
Jesus Cristo, vosso Filho e nosso Senhor!

Iremos apressadamente, sem distração nem demora,
antes com prontidão e alegria.
Iremos serenamente, pois quem leva Cristo leva a paz,
e o bem-fazer é o melhor bem-estar.

Nossa Senhora da Visitação,
com a vossa inspiração,
esta Jornada Mundial da Juventude
será a celebração mútua do Cristo
que levamos, como Vós outrora.

Fazei que ela seja ocasião de testemunho e partilha,
convivência e ação de graças,
procurando cada um o outro
que sempre espera.

Convosco continuaremos este caminho de encontro,
para que o nosso mundo se reencontre também,
na fraternidade, na justiça e na paz.

Ajudai-nos, Nossa Senhora da Visitação,
a levar Cristo a todos, obedecendo ao Pai,
no amor do Espírito!



EUCARISTIA DE DOMINGO

LEITURA I Gn 12, 1-4a

Leitura do Livro do Génesis

Naqueles dias, o Senhor disse a Abraão: «Deixa a tua terra, a tua família e a casa de teu pai e vai para a terra que Eu te indicar. Farei de ti uma grande nação e te abençoarei; engrandecerei o teu nome e serás uma bênção. Abençoarei a quem te abençoar, amaldiçoarei a quem te amaldiçoar; por ti serão abençoadas todas as nações da terra». Abraão partiu, como o Senhor lhe tinha ordenado.

Palavra do Senhor.

SALMO RESPONSORIAL Salmo 32 (33), 4-5.18-19.20.22 (R. 22)

Refrão: Esperamos, Senhor, na vossa misericórdia.

Ou: Desça sobre nós a vossa misericórdia, porque em Vós esperamos, Senhor.

A palavra do Senhor é recta,
da fidelidade nascem as suas obras.
Ele ama a justiça e a rectidão:
a terra está cheia da bondade do Senhor.

Os olhos do Senhor estão voltados
para os que O temem,
para os que esperam na sua bondade,
para libertar da morte as suas almas
e os alimentar no tempo da fome.

A nossa alma espera o Senhor:
Ele é o nosso amparo e protector.
Venha sobre nós a vossa bondade,
porque em Vós esperamos, Senhor.

LEITURA II 2 Tim 1, 8b-10

Leitura da Segunda Epístola do apóstolo São Paulo a Timóteo

Caríssimo: Sofre comigo pelo Evangelho, apoiado na força de Deus. Ele salvou-nos e chamou-nos à santidade, não em virtude das nossas obras, mas do seu próprio desígnio e da sua graça. Esta graça, que nos foi dada em Cristo Jesus, desde toda a eternidade, manifestou-se agora pelo aparecimento de Cristo Jesus, nosso Salvador, que destruiu a morte e fez brilhar a vida e a imortalidade, por meio do Evangelho.

Palavra do Senhor.

ACLAMAÇÃO ANTES DO EVANGELHO

No meio da nuvem luminosa,

ouviu-se a voz do Pai:

«Este é o meu Filho muito amado: escutai-O

EVANGELHO Mt 17, 1-9Lc 4, 1-13

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São Mateus

Naquele tempo, Jesus tomou consigo Pedro, Tiago e João, seu irmão, e levou-os, em particular, a um alto monte e transfigurou-Se diante deles: o seu rosto ficou resplandecente como o sol e as suas vestes tornaram-se brancas como a luz. E apareceram Moisés e Elias a falar com Ele. Pedro disse a Jesus: «Senhor, como é bom estarmos aqui! Se quiseres, farei aqui três tendas: uma para Ti, outra para Moisés e outra para Elias». Ainda ele falava, quando uma nuvem luminosa os cobriu com a sua sombra e da nuvem uma voz dizia: «Este é o meu Filho muito amado, no qual pus toda a minha complacência. Escutai-O». Ao ouvirem estas palavras, os discípulos caíram de rosto por terra e assustaram-se muito. Então Jesus aproximou-Se e, tocando-os, disse: «Levantai-vos e não temais». Erguendo os olhos, eles não viram mais ninguém, senão Jesus. Ao descerem do monte, Jesus deu-lhes esta ordem: «Não conteis a ninguém esta visão, até o Filho do homem ressuscitar dos mortos».

Palavra da salvação.

HINO DO CPM

Letra de Ana Maria e Eugénio Marques

Música de Francisco Pereira

Mi/Lá/Si/Mi

Mi Lá
CPM é partilha

Si Mi
Testemunho e verdade

Lá
É diálogo e vida

Mi
É encontro e amizade

Lá
Com perdão e coragem

Si
Tolerância e carinho

Lá
Alegria e esperança

Si Lá Mi
Se constrói o caminho

Mi Lá
O amor verdadeiro

Si Mi
Não conhece medida

Lá
Prometemos amar-nos

Mi
Para o resto da vida

Lá
O amor que nos une

Si
Foi selado por Deus

Lá
Esta nossa aliança

Si Lá Mi
Está inscrita nos Céus

Mi Si Lá Mi

Vem e vê, tu não estás só!

Lá Si

Quem acredita no amor, crê em Deus;

Mi Lá Mi

Juntos vamos todos caminhar,

Lá Si Mi

A nossa missão é amar.

HINO DO CPM

Ana Maria - Eugénio Marques

Francisco Pereira

Mi Lá Si Mi Mi Lá Si



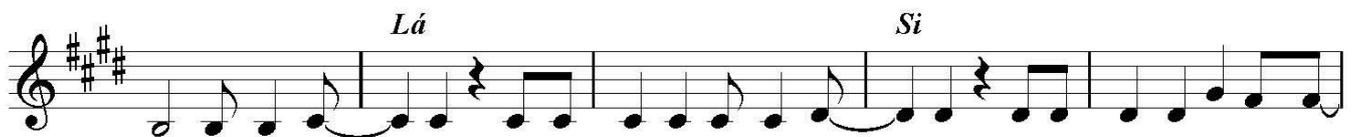
C P M é par - ti - lha Tes - te - mu-nho e ver-da-
O a - mor ver-da - dei - ro Não . co - nhe-ce me-di-

Mi Lá Mi



- de É di - á - lo-go e vi - da É en - con-tro e a - mi-za - de Com per-
- da Pro-me - te . - mos a - mar - nos Pa . - ra o res - to da vi - da O a-

Lá Si



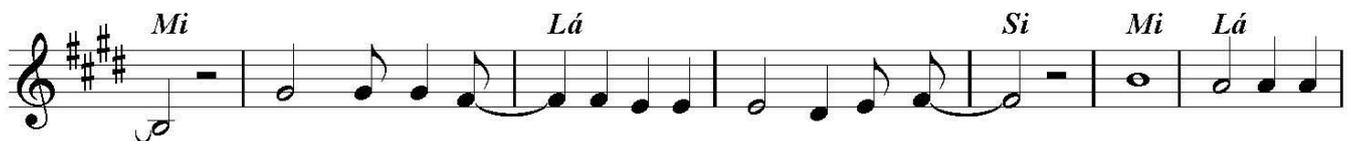
- dão e co - ra - gem To - le - rân-cia e ca - ri - nho A - le - gri-a e espe-ran-
- mor que nos u - ne Foi . se - la - do por Deus . Es - ta nos - sa a - li - an-

Lá Si Lá Mi Mi Si Lá



- ça Se cons-trói o ca - mi - nho Vem e vê, tu não est - ás só!
- ça Está ins - cri - ta nos Céus

Mi Lá Si Mi Lá



Quem a - cre-di - ta no a - mor, crê em Deus; Jun - tos va-mos

Mi Lá Si Mi



to-dos ca - mi-nhar, A nos - sa mis-são é a - mar.



Sítio do 53 EPN

<https://sites.google.com/view/53epncpm-portugal>



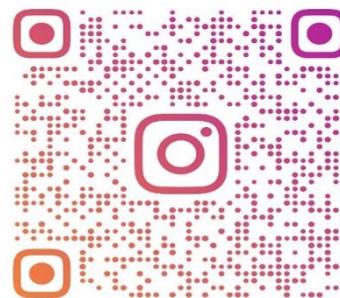
Página CPM Portugal

<https://cpm-portugal.pt/WP/>



Facebook CPM Portugal

<https://www.facebook.com/CPM.Portugal>



Instagram CPM Portugal

<https://www.instagram.com/cpmportugal/>

CPMPORTUGAL