

# CAMINHADA DE PREPARAÇÃO

JMJ LISBOA 2023

LEVANTA-TE E CAMINHA!  
VAMOS JUNTOS?



Istituto Figlie di Maria Ausiliatrice  
Salesiane di Don Bosco  
Provincia Nossa Senhora de Fátima - POR  
Estoril - Portugal

# CAMINHADA DE PREPARAÇÃO | JMJ 2023

Levanta-te e Caminha! Vamos Juntos?!

## Objetivos

1. Dar a conhecer a JMJ Lisboa 2023.
2. Fortalecer a relação entre os participantes;
3. Fazer experiência de contacto com a criação.

## Tela Branca

Dinâmica de conhecimento: Encontra alguém que...

Já foi a uma JMJ | Gosta de futebol | É devoto de Santo António | Reza à noite antes de dormir | Gosta de sushi | (adaptar outras afirmações)

Contextualizar a iniciativa – Entregar aos participantes a Oração oficial da JMJ e um folheto com as informações da JMJ e WYD Don Bosco 23 (pode indicar-se o site [www.wyddonbosco23.pt](http://www.wyddonbosco23.pt))

## INÍCIO DA CAMINHADA

### Oração inicial

Começamos ouvindo a passagem bíblica proposta pelo Papa Francisco que nos vai orientar durante este ano pastoral.

### Do Evangelho segundo S. Lucas (1, 39-46)

Por aqueles dias, Maria pôs-se a caminho e dirigiu-se à pressa para a montanha, a uma cidade da Judeia. Entrou em casa de Zacarias e saudou Isabel. Quando Isabel ouviu a saudação de Maria, o menino saltou-lhe de alegria no seio e Isabel ficou cheia do Espírito Santo. Então, erguendo a voz, exclamou: «Bendita és tu entre as mulheres e bendito é o fruto do teu ventre. E donde me é dado que venha ter comigo a mãe do meu Senhor? Pois, logo que chegou aos meus ouvidos a tua saudação, o menino saltou de alegria no meu seio. Feliz de ti que acreditaste, porque se vai cumprir tudo o que te foi dito da parte do Senhor.» Maria disse, então: «A minha alma glorifica o Senhor e o meu espírito se alegra em Deus, meu Salvador.

## 1.ª ETAPA

No ponto de partida:  
**CAMINHAR**

**Guia:** Maria ensina-nos que depois de ouvirmos uma mensagem de Deus, que normalmente nasce no nosso coração é importante levantar-se e pôr-se a caminho! E foi isso que nos desafiamos hoje a fazer! Estão prontos?

Mas para caminhar precisamos de bons sapatos e de ter os pés em bom estado! Como estão os nossos pés? Que sapatos precisamos? Alguém tem o hábito de caminhar? O que precisamos para fazer boas caminhadas?

Para quem faz caminhadas sabe que é imprescindível ter um calçado adequado para se caminhar bem, principalmente para as longas distâncias. Se for um calçado inadequado, então corremos o risco de que surjam dores, bolhas, etc. que nos fazem atrasar o ritmo do caminho.

No início desta caminhada somos convidados a pensar nas nossas “dores” e a pedir a Deus que nos cure os pés! A cura de Deus passa também pelos sapatos que Ele nos pode dar!

Durante o caminho vamos partilhar com os nossos amigos/colegas quais são os sapatos que gostaríamos que Deus nos concedesse no início deste ano letivo.

### **(CAMINHAR)**

#### Primeira paragem: **ACOLHER**

**Guia:** Como correu o caminho? Conseguiram pensar nos sapatos? Nesta paragem somos convidados a fazer como Maria e Isabel, a acolher!

- a) Convidamos as equipas a juntarem-se para escreverem num papel quais foram os “sapatos” que escolheram (entregar papel e marcadores).
- b) Escolher outra equipa para entregar/confiar os seus “sapatos”, fazendo uma troca com os dessa equipa, explicando o seu significado.
- c) Continuar o caminho, acolhendo o desafio de ir escutando e aprendendo o Hino das JMJ:  
[www.youtube.com/watch?v=H1x2t2EstII](http://www.youtube.com/watch?v=H1x2t2EstII)

### **(CAMINHAR)**

#### Segunda paragem: **ENCONTRAR**

**Guia:** Um momento importante da experiência da visita de Maria a Isabel foi o encontro que se realizou entre as duas mães e os dois bebés. Também nós estamos em encontro e viemos a fortalece-lo pelo caminho com um desafio partilhado: aprender o hino JMJ. Conseguiram?

- a) Dinâmica: continua o cântico (colocar a música a tocar e baixar o volume de forma repentina de modo a que uma das equipas, à escolha do animador possa continuar a cantar!)
- b) Há encontros que mexem connosco! O pequeno bebé João saltou de alegria na barriga da sua mãe, ao sentir a presença de Jesus e de Maria. E nós? Quem nos faz “saltar” de alegria? Propomos continuar mais um troço do nosso caminho, mas agora em silêncio, deixando-nos encontrar por nós, pelo espaço que nos envolve, apesar dos barulhos, e por Deus que está aqui connosco e nos

acompanha. Neste percurso vamos pensado nestas situações que nos trazem alegria, sentimento de esperança, de futuro! Partilharemos oportunamente.

### **(CAMINHAR)**

*(em silêncio para escutar melhor)*

Terceira paragem:

### **CELEBRAR**

**Guia:** Que tal esta experiência exigente? Não estamos habituados a estar em silêncio no meio de tantos barulhos que nos fazem desviar a nossa atenção do que é realmente importante. E o que importante é darmos tempos para que o nosso espírito possa respirar, repousar! Quem quer partilhar o que o(a) faz exultar?

- a) Partilha espontânea
- b) Escuta de um testemunho de alguém que participou numa JMJ e que reconhece nessa experiência um acontecimento significativo da sua vida.
- c) Cantar em conjunto:

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

Tu que andas à procura de ti  
Parte à descoberta, vem ver o que eu vi.  
Vem connosco, vem olhar para além  
Daquilo que fazes e que não te deixa  
Sorrir e amar.  
Não olhes para trás, não digas que não.  
Ouve o teu coração,  
E parte, sem medo, nesta missão.

*[Refrão]*

d) Entregar a pagela da oração aos participantes

e) Fazer em conjunto a Oração das JMJ

---

**Autor(es):**

Ir. Linda Vieira  
Nídia Botelho

**Ilustração/Design:**

Douglas Azevedo  
Leila Ferreira

**Propriedade:**

WYD DON BOSCO 23

**Data:**

novembro de 2022