



**Unidade Pastoral de Sintra**

# Via Sacra – UPS 2024

Adaptação da Via Sacra – JMJ 2023

## Introdução

A Via Sacra é o caminho percorrido por Jesus em Jerusalém desde que foi condenado até à sua morte e sepultamento. A Humanidade também tem as suas vias sacras, caminhos de sofrimento pelos quais passam muitas pessoas em situações de vida particulares e outras coletivas.

Vamos fazer esta Via Sacra em união com todas as pessoas que estão em sofrimento, quer estejam aqui connosco, quer estejam em qualquer lugar do nosso planeta. Jesus fez a Sua Via-Sacra em união com todos os que sofrem; unidos a ele vamos fazer o mesmo.

O texto que iremos seguir foi o da Via Sacra da Jornada Mundial da Juventude, pelo que é especialmente dirigido aos jovens.

## Cântico

*Bendiz o Senhor, louva o seu Santo nome*

*Bendiz o Senhor, que à vida nos conduz.*

## 1ª Estação | Jesus é condenado à morte

*Nós Vos adoramos e bendizemos,  
Senhor Jesus*

*Que pela vossa santa Cruz remisses o mundo.*

Senhor, Pilatos assinou o decreto. Assinou o decreto que extinguiu o Teu futuro. “Este ser humano deve morrer; ele não terá mais futuro”.

Muitos jovens sentimos isto hoje, Senhor, que o futuro nos está a ser tirado. Dizem-nos que a vida está cheia de oportunidades, mas é difícil ver onde estão essas oportunidades.

Senhor, mesmo quando Te condenaram à morte, Tu não Te deixaste ir abaixo. Explicaste a Pilatos que ele não teria nenhum poder sobre Ti, se Deus não o permitisse. E, com o Pai a Teu lado, seguiste em frente, confiando no futuro. Ensina-nos, Senhor, a fazer o mesmo.

*Não te perturbes nada te espante,  
quem a Deus tem nada lhe falta.  
Não te perturbes nada te espante,  
só Deus basta.*

## 2ª Estação | Jesus toma a Cruz aos ombros

Puseram-Te às costas um tronco pesado de madeira. E já Te tinham torturado. Que violência, Senhor!

Viveste num mundo violento e foste vítima dessa violência.

O mundo onde vivemos talvez não seja muito diferente. Guerras, atentados, tiroteios em massa mas também violência nos casamentos e nos namoros, abusos de crianças, bullying, abusos de poder, famílias onde se atiram palavras que são piores que pedras.

Puseram-te uma Cruz às costas, mas Tu, Senhor, não Te deste por vencido. Onde encontraste a força para caminhar? Imagino-Te a dizer para Ti mesmo: “O amor vencerá sobre a violência”. Senhor, dá-me força para amar.

*Deus é amor, atreve-te a viver por amor.*

*Deus é amor, nada há a temer*

### **3ª Estação | Jesus cai pela primeira vez**

Desculpa, Senhor, não estou habituado a ver os meus heróis abandonados no chão com a boca suja de terra. Por que Te sujeitaste? É abandono a mais; é solidão a mais.

Tu, sozinho. É assim também que, por vezes, me sinto quando espero uma mensagem que não vem ou um abraço que não aparece. Às vezes, acho que é culpa minha, que não tenho jeito e que me fecho; outras vezes, acho que vivo num

mundo egoísta onde cada um só pensa em si mesmo. Não sei, só sei que há muitos jovens sozinhos. Mesmo quando estão rodeados de gente.

Olho para Ti caído por terra. Imagino-Te a levatares a cabeça e a olhares para mim. Imagino-Te a dizer: “Caio contigo para te levantar comigo. Vá, põe-te de pé e avança. Vamos juntos.”

*O Senhor é a minha força  
ao Senhor o meu canto. Ele é  
nosso salvador,  
Nele eu confio e nada temo,  
Nele eu confio e nada temo.*

### **4ª Estação | Jesus encontra Sua Mãe**

Provavelmente, por entre os gritos da multidão, ouviste a voz da Tua mãe. Uma voz suave e inconfundível. “Meu filho. Estou aqui”. Procuraste o seu rosto. Encontraste-o sereno a dizer que “sim” com a cabeça.

“Sim”. Era tudo o que precisavas de ver. Um sinal de confirmação. Um sinal que viesse do amor puro. Como a dizer: “Vai em frente, compromete-te, compromete-te com o Bem. Deus ajudará.”

Fala-me ao ouvido, mãe de Jesus. Fala-me de amor, fala-me de compromisso. De compromisso com o

Bem. Não me deixes ficar sentado à espera. À espera do “momento ideal”, da pessoa ideal, do trabalho ideal, da Igreja ideal. Não me deixes ficar sentado a imaginar, enquanto o mundo avança sem mim e sem aquilo que eu teria para lhe dar. Maria, ajuda-me a abraçar a minha vocação.

*Santa Maria Mãe do Senhor rogai por nós pecadores  
agora e na hora da nossa morte.  
Santa Maria.*

### **5ª Estação | Simão de Cirene ajuda Jesus a carregar a Cruz**

Os soldados obrigaram um homem chamado Simão a carregar a cruz de Jesus. Não lhe pediram, obrigaram-no. À força. Era um trabalhador rural. Nem sequer era romano. Não valia, não tinha direito a dizer se queria ou se não queria.

Hoje, o mundo também está cheio de exclusões e de intolerâncias. Há minorias não têm direito a falar ou mesmo a existir. Em muitos países, nem se pode praticar a religião que se entender. Há muitas pessoas que não podem exprimir livremente as suas ideias. Cada grupo quer impor a sua maneira de ver e afastar quem pense diferente. Por vezes até mesmo dentro da Igreja. Por vezes até mesmo dentro dos nossos corações.

Tu, Senhor, foste vítima da intolerância. Mas não Te deixaste tomar pelo ódio. E por isso podes ser ponte entre todos. Ensina-nos a ser construtores de pontes onde quer que estejamos.

*Onde houver amor e caridade,  
onde houver amor aí Deus está.*

### **6ª Estação | Verónica enxuga o rosto de Jesus**

Senhor, uma mulher furou a multidão para limpar o Teu rosto e ficou com a Tua imagem gravada no seu lenço. Amar é assim, é deixar-se mover pelo rosto do outro, mesmo desfigurado. O rosto do filho que se ama, do amigo que se ama, do pobre que se ama, da mulher ou do marido que se ama. O rosto da Igreja que se ama, mesmo quando está desfigurada. Amar é deixar-se atrair pelo rosto do outro.

Mas nós, jovens, vivemos num mundo individualista. Disseram-nos mil vezes que o que mais interessava era a nossa imagem e a nossa auto-realização. Que tínhamos direito a ser felizes e que devíamos pensar primeiro em nós mesmos. E aqui estamos, autocentrados, cada um focado no seu telemóvel, nos seus assuntos, na sua ilha, à espera de uma felicidade que não vem. Porque a verdadeira

felicidade está em deixar-se atrair pelo rosto do outro.

*Basta que me toques, Senhor,  
Minha alma fortalecerá,  
Se a noite escura está, Tua presença me guiará,  
Basta que me toques, Senhor.  
(olhes...ames)*

### **7ª Estação | Jesus cai pela segunda vez**

Outra vez no chão, Senhor? Quando caímos uma vez, achamos que foi acidente, que foram as circunstâncias. Quando caímos mais vezes, ficamos com medo. Com medo de haver algum problema de fundo conosco. Um desequilíbrio.

Hoje em dia, Senhor, muitos de nós, jovens, temos cabeças complicadas. Sofremos ansiedades e depressões, problemas alimentares, burnout. Por vezes, questionamos acerca de quem somos e se vale a pena viver. Às vezes, sentimo-nos mesmo em baixo, por terra. Pior do que ter um problema é ser um problema.

Olho para Ti caído no chão. Imagino-Te a dizer: “Caio contigo para te levantar comigo. Vá, procura ajuda, põe-te de pé e avança. Vamos juntos.”

*Confia em Deus, teu salvador.  
Confia em Deus, Ele é Amor.*

### **8ª Estação | Jesus encontra mulheres de Jerusalém**

No caminho, Senhor, cruzaste-Te com mulheres que choravam por Ti. “Não chorem por Mim – dissestes-lhes – chorem por vocês e pelos vossos filhos”. Não querias lágrimas fáceis que não mudassem nada. Querias que pensassem em si mesmas e em que mundo iriam deixar para a geração seguinte, para o futuro.

Também nós nos interrogamos como será o nosso futuro neste planeta. Assistimos ao consumo descontrolado dos recursos da terra, à extinção de espécies, à devastação de florestas. Assistimos assustados às alterações climáticas e sentimo-nos muito inseguros em relação ao futuro. E tudo isto associado a estilos de vida desequilibrados que fazem com que alguns morram à fome enquanto outros fiquem doentes por comerem demais.

Senhor, ensina-nos a ter estilos de vida mais simples, mais solidários, mais conscientes das consequências, mais próximos do essencial. Mais parecidos contigo.

*O Senhor te renova, Deus não te abandona.*

*O Senhor vem ao teu encontro,  
vem ao teu encontro*

## **9ª Estação | Jesus cai pela terceira vez**

Pela terceira vez no chão, Senhor? Sinto medo por Ti, sinto medo de que não Te consigas levantar. Ou que caias de novo, mal Te ponhas de pé.

Talvez queiras chegar perto daqueles jovens que voltam a cair cada vez que se tentam levantar. Acusam-nos de serem fracos, de não resistirem à droga, à pornografia, ao álcool. Acusam-nos de se refugiarem nos seus écrans ao ponto de ficarem viciados. Só não entendem que levantar-se possa exigir forças que eles já não têm. E uma fé que já perderam.

Olho para Ti caído no chão. Imagino-Te a dizer a cada jovem com uma dependência: “Caio contigo para que te levantes comigo. Vá, procura ajuda, põe-te de pé e avança. Comigo, desta vez, vais conseguir. Vamos juntos.”

*O auxílio virá do Senhor. Do Senhor, o nosso Deus*

*Que fez o céu e a terra, o céu e a terra.*

## **10ª Estação | Jesus é despojado das Suas vestes**

Despiram-te, Senhor, tiraram-Te a roupa. Olho para Ti, sereno e confiante na Tua verdade nua. Mesmo

sem roupa não deixas de ser quem és porque nunca Te preocupaste em construir uma imagem de Ti mesmo. Tu, na Tua humildade, Tu, na Tua integridade. Tu, na Tua verdade.

Mas nós vivemos numa terra de espelhos onde o que conta é a aparência, a imagem. Selfies e mais selfies. A tirania do corpo certo e do sorriso perfeito. Fotos de si mesmo nas redes sociais em poses cuidadosamente estudadas. Posts artificiais à espera dos likes dos outros. Sensação terrível de não podermos ser nós mesmos, de termos de nos vender para que gostem de nós e não ficarmos isolados. Narcisismo que, no fim, nos deixam sozinhos em ilhas distantes.

E Tu nu, igual a Ti próprio, sem vergonha de seres quem és. Não vias para a imagem, mas para o Bem. Ensina-me, Senhor. Dá-me força para ser diferente, para não viver em função da imagem mas em fidelidade à minha consciência.

*Perdoa-me ensina-me Senhor a ser melhor, a amar-Te mais.*

## **11ª Estação | Jesus é pregado na Cruz**

Um prego em cada pulso, um terceiro prego nos pés. Ficaste assim, preso. Ainda Te gritaram lá de

baixo: “Não és o Filho de Deus? Desce da Cruz!”. Mas a Cruz não era uma situação em que por acaso estavas; era a consequência inevitável de não teres desistido de amar até ao fim. O confronto entre o amor e a violência do mundo.

Hoje muitas pessoas tentam desesperadamente fugir de situações desumanas. Fogem da guerra, da fome, da falta de água, das perseguições políticas. A sua casa deixou de ser o seu abrigo e passou a ser o lugar provável da sua morte. Tentam refugiar-se nalgum outro local do mundo, ao qual um dia possam vir a chamar de “casa”.

Preso na cruz, Senhor, dá ânimo a todos os jovens que têm de fugir para não perderem a vida. E a quem vive, confortável na sua casa, dá um coração parecido com o Teu.

*Jesus, Filho de Deus,  
No teu Reino, Lembra-te de mim.*

## **12ª Estação | Jesus morre na Cruz**

“Pai, em Tuas mãos entrego o Meu espírito”. Abandonaste-Te nos braços do Pai. Deste o último suspiro e morreste. E contigo morreram todas as palavras que não chegaste a dizer, todos os abraços que não

chegaste a dar, todas as curas que não chegaste a fazer.

Parece um desperdício, Senhor! Quantas coisas boas não poderias ter feito em mais umas décadas de vida! E, no entanto, as Tuas palavras foram “Tudo está consumado”. Não ficou nada por realizar. Porque ali, na Cruz, deixaste-nos tudo o que era preciso para nos salvar: o amor puro, embora impotente e aparentemente inútil.

Hoje, só conta quem produz. Não contam os idosos, não contam as pessoas com deficiência, não contam os desempregados, não contam os sonhadores. E não contam as brincadeiras das crianças, tantas vezes exploradas ou obrigadas a estudar mais e mais para um dia serem “verdadeiras vencedoras” no mercado de trabalho.

No entanto, o que salva é o amor. Esconde-me nas Tuas chagas amorosas, Senhor!

*Nas tuas mãos, ó Pai, entrego o meu espírito.*

*Nas tuas mãos, ó Pai, entrego o meu espírito.*

## **13ª Estação | Jesus é descido da Cruz e entregue a Sua Mãe**

*Pietà.* Jesus nos braços de Maria. Um filho no colo da sua mãe. A

verdade mais pura do amor desinteressado. A Palavra que descansa no silêncio.

E nós perdidos num mundo saturado de palavras apressadas, de informação, de notícias, de publicidade, de interesses, em que já não sabemos o que é verdade e o que é mentira, nem sabemos em quem acreditar!

Senhor, eu não tenho de saber tudo, eu não quero saber tudo. Quero apenas saber aquilo que interessa saber para ser uma pessoa melhor e criar um mundo mais humano. Dá-me um grande amor por tudo aquilo que no mundo é puro e verdadeiro e simples e humano.

*Permanece unido a mim, ora e vigia. Ora e vigia!*

### **14ª Estação | Jesus é depositado no sepulcro**

O cemitério. O fim. Quando a pedra rolou sobre a entrada do túmulo, parecia que tudo tinha definitivamente acabado. Parecia, Senhor, que Tu e o Teu caminho do amor não tinham sido senão uma ilusão. Uma esperança enganadora num hipotético triunfo do Bem sobre o mal. Parecia que tudo tinha terminado, que tínhamos de ser realistas, que o mundo afinal era

mesmo dos espertos e não daqueles que sonham com o Bem, como Tu.

Tantas vezes na nossa vida parece não haver futuro. Não vemos qualquer luz ao fundo do túnel. Ficamos com medo de olhar para a frente. Não conseguimos tomar decisões, não vemos por onde a história possa continuar, só vemos o caminho bloqueado por pedras grandes diante de nós.

É aí que precisamos de ouvir a voz de Maria. A falar-nos dos fins que são inícios, da aparente morte de uma árvore no Inverno quando apenas se está a preparar para florir na Primavera. Dos sepulcros que são portas para a ressurreição.

*Se o grão de trigo não morrer na terra*

*é impossível que nasça fruto.*

*Aquele que dá a sua vida aos outros*

*terá sempre o Senhor.*

*Cantai todos os povos, louvai  
nosso Senhor!*

*Cantai todos os povos, louvai  
nosso Senhor!*