

# SEMANA DA VIDA

10 a 17 de maio de 2026



**Bem-aventurados os que Protegem a Vida**

*Em cada vida, um dom; em cada gesto, a paz*



DEPARTAMENTO NACIONAL DA PASTORAL FAMILIAR

**Semana da Vida 2026**

**(10 a 17 de Maio)**

***“Bem-aventurados os que Protegem a Vida”***

“Em cada vida, um dom; em cada gesto, a paz.”

Caros todos,

Celebrarmos a Semana da Vida é uma oportunidade de refletirmos sobre o sentido da vida à luz de Cristo ressuscitado. Do túmulo vazio irrompe uma “explosão” de vida nova que nos convida a mergulharmos na beleza e na novidade que a vida nos proporciona.

Quem se deixa tocar por este mistério vive permanentemente na atitude de proteger a vida, porque a tem como dom. E como tal cuida da sua vida e da vida do seu próximo.

A vida não é apenas uma sucessão de dias ou de anos, a vida é tempo de graça, é o acontecer da ação de Deus em nós, nunca é projecto concluído, mas antes, projeto a fazer-se em cada momento. É um não contentar-se com o que é, mas o desejo de ser mais. A vida é caminho de bem-aventuranças. Só vivendo nesta atitude poderá experimentar as bem-aventuranças, ao jeito de Jesus.

Neste tempo em que a vida é tão desvalorizada e tão pouco respeitada, diremos que a Semana da Vida surge como um grito a todas as situações que vão acontecendo à nossa volta em todas as fases da vida: o aborto, as guerras que se encontram disseminadas por toda a parte, a violência doméstica, a falta de amor para com as crianças, a violência nas escolas, o abandono dos idosos, são verdadeiramente pecados contra a vida. É urgente mudar de rumo. Para isso, é preciso construir em vez de destruir, é preciso unir em vez de dividir, é preciso aprender a compaixão, é urgente aprender a arte de amar. Só no amor se realiza e experimenta as bem-aventuranças e por isso capazes de proteger a vida, de cuidar da vida de olhar a vida como um bem. Só no amor se acolhe cada vida como um dom, e não como um bem a ser manipulado. A vida é um bem inviolável. Só no amor é possível a paz. Cada gesto, cada palavra, cada olhar, é rosto de paz. Um coração pacificado é lugar de paz, é fonte de vida, vida feita dom, por isso vida feita de serviço ao próximo.

Vivamos a Semana da Vida como um retomar de um novo rumo no qual todos somos convidados a fazermos da vida uma verdadeira bem-aventurança.

Pe. Francisco Ruivo

(Assistente do DNPF)

## Enfoque teológico e pastoral

O tema permite abordar várias dimensões:

- **A vida como dom inviolável**, desde a concepção até a morte natural.
- **A paz como fruto da justiça**, da misericórdia e da defesa dos vulneráveis.
- **A responsabilidade pessoal e comunitária** em tempos de conflito armado.
- **A denúncia da cultura de descarte**, que torna vidas “menos importantes”.
- **O cuidado como forma de resistência ao ódio e à violência.**

## Poema de João de Deus sobre a “Vida”

*A vida é o dia de hoje,  
A vida é ai que mal soa,  
A vida é sombra que foge,  
A vida é nuvem que voa;*

*A vida é sonho tão leve  
Que se desfaz como a neve  
E como o fumo se esvai:  
A vida dura num momento,  
Mais leve que o pensamento,  
A vida leva-a o vento,  
A vida é folha que cai!*

*A vida é flor na corrente,  
A vida é sopro suave,  
A vida é estrela cadente,  
Voa mais leve que a ave:*

*Nuvem que o vento nos ares,  
Onda que o vento nos mares,  
Uma após outra lançou,  
A vida – pena caída  
Da asa da ave ferida  
De vale em vale impelida  
A vida o vento levou!*

*João de Deus Ramos*

## **Oração para a Semana da Vida 2026**

**Senhor da Vida e da Paz**, dá-nos um coração capaz de proteger cada vida, especialmente as mais frágeis e esquecidas. Ensina-nos a ser construtores de paz num mundo ferido pela guerra e pela indiferença. Que o teu Espírito nos torne guardiões da dignidade humana e testemunhas da esperança que não morre. **Amém.**

### **Propostas de atividades:**

- Vigília pela paz e pela vida (em anexo)
- Proposta de meditação do Terço (em anexo)
- Ação solidária para apoiar famílias vulneráveis das Paróquias
- Debates sobre ética da vida e cultura da paz