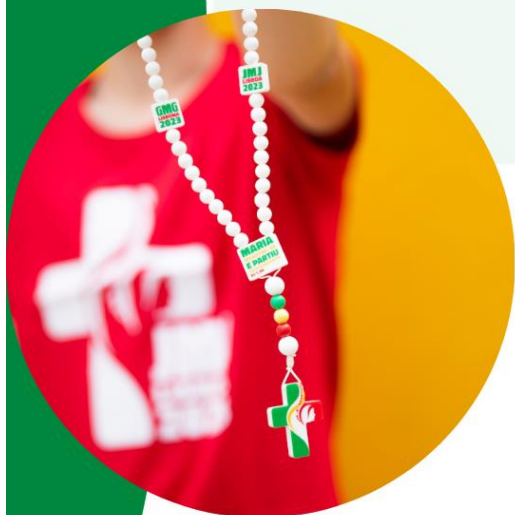


GUIÃO PARA O MÊS DE MAIO 2023

# ORAÇÃO DO ROSÁRIO

AUTORIA E COMPILAÇÃO  
PE. AMARO GONÇALO FERREIRA LOPES

JULHO  
LISBOA  
2023



**Abraça o presente**

PARÓQUIA DE NOSSA  
SENHORA DA HORA

Juntos por um caminho novo | 2022-2023

## TEMAS PARA A ORAÇÃO DO ROSÁRIO

- Dia 1: São José operário. Os jovens e o trabalho (*Christus vivit*, n.ºs 268-273)
- Dia 2: O Rosário da JMJ – Um esquema que serve para qualquer dia do mês, no caminho para a JMJ
- Dia 3: Mistérios gloriosos JMJ – Um esquema que serve para qualquer quarta-feira ou domingo (forma mais longa e forma mais breve)
- Dia 4: Mistérios luminosos JMJ – Um esquema que serve para qualquer quinta-feira (forma mais longa e forma mais breve)
- Dia 5: Mistérios dolorosos JMJ – Um esquema que serve para qualquer terça ou sexta-feira (forma mais longa e forma mais breve)
- Dia 6: Mistérios gozosos JMJ – Um esquema que serve para qualquer segunda-feira ou sábado (forma mais longa e forma mais breve)
- Dia 7: Dia da Mãe – uma reflexão sobre a graça da maternidade à luz da Exortação *Amoris laetitia*
- Dia 8: Mistérios gozosos a partir da Exortação *Christus vivit* (*e Evangelii Gaudium*)
- Dia 9: Mistérios dolorosos a partir da Exortação *Christus vivit*
- Dia 10: Mistérios gloriosos a partir da Exortação *Christus vivit*
- Dia 11: mistérios luminosos a partir da Exortação *Christus vivit*
- Dias 12 e 13 (1): A Mensagem de Fátima
- Dias 12 e 13 (2): O Rosário pela Paz
- Dia 14: Mistérios gloriosos – Semana da Vida (de 14 a 21 de maio) – 1.º dia
- Dia 15 (1): Mistérios gozosos – Semana da Vida (de 14 a 21 de maio) – 2.º dia
- Dia 15 (2) Dia Internacional da Família
- Dia 16: Mistérios dolorosos – Semana da Vida (de 14 a 21 de maio) – 3.º dia
- Dia 17 (1): Mistérios gloriosos – Semana da Vida (de 14 a 21 de maio) – 4.º dia | Procissão de velas Sra. da Hora
- Dia 18 (1): Mistérios luminosos – Semana da Vida (de 14 a 21 de maio) – 5.º dia | Bênção das grávidas na Paróquia de Nossa Senhora da Hora – seguir esquema do dia 7
- Dia 19: Mistérios dolorosos – Semana da Vida (de 14 a 21 de maio) – 6.º dia
- Dia 20: Mistérios gozosos – Semana da Vida (de 14 a 21 de maio) – 7.º dia
- Dia 21: Mistérios gloriosos – Ascensão – Semana *Laudato si* (21 a 28 de maio) – 1.º dia
- Dia 22: Mistérios gozosos – Semana *Laudato si* (21 a 28 de maio) – 2.º dia
- Dia 23 (1): Mistérios dolorosos – Semana *Laudato si* (21 a 28 de maio) – 3.º dia
- Dia 23 (2): Dia JMJ – pode optar-se por algumas das propostas
- Dia 24: Mistérios gloriosos – Semana *Laudato si* (21 a 28 de maio) – 4.º dia
- Dia 25: Mistérios luminosos – Semana *Laudato si* (21 a 28 de maio) – 5.º dia
- Dia 26: Mistérios dolorosos – Semana *Laudato si* (21 a 28 de maio) – 6.º dia
- Dia 27 (1): Mistérios gozosos – Semana *Laudato si* (21 a 28 de maio) – 7.º dia
- Dia 27 (2): Pentecostes (Vigília)
- Dia 28(1): Mistérios gloriosos – Semana *Laudato si* (21 a 28 de maio) – 7.º dia
- Dia 28 (2): Pentecostes – Proposta 1
- Dia 28 (3): Pentecostes – Proposta 2
- Dia 29: Maria, Mãe da Igreja – Segunda-feira a seguir ao Pentecostes
- Dia 30: Maria, em nossa Casa
- Dia 31: O mistério da Visitação (pode optar-se pela proposta para o dia 2)

## ESQUEMA GERAL PARA A ORAÇÃO DIÁRIA DO ROSÁRIO

SALVO INDICAÇÕES ESPECIFICADAS

### 1. Cântico de entrada (se possível)

### 2. Saudação inicial

P. Em nome do Pai, † do Filho e do Espírito Santo.

R. Ámen.

P. A graça de Nosso Senhor Jesus Cristo vivo, e sempre jovem, esteja sempre convosco.

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

### 3. Meditação dos cinco mistérios

3.1. Enunciação de cada mistério

3.2. Leitura bíblica

3.3. Meditação

3.4. Prece

3.5. Pai-Nosso

3.6. Dez Ave-marias

3.7. Glória (se possível, cantar):

Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo, como era no princípio agora e sempre. Ámen.

3.8. Jaculatória específica no tempo de preparação da JMJ 2023 (cf. CV 43-48):

P. Maria, a jovem de Nazaré,

R. Ilumina de novo a nossa juventude.

Ou a jaculatória tradicional:

P. Ó Maria, concebida sem pecado.

R. Rogai por nós que recorremos a Vós.

P. Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno.

R. Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem.

3.9. Cântico intercalar entre os mistérios (se possível)

### 4. No final dos 5 mistérios:

4.1. Três ave-marias em honra da pureza de Nossa Senhora – por três vezes

P. Ó Maria, concebida sem pecado.

R. Rogai por nós que recorremos a Vós.

P. Ave-maria... R. Santa Maria...

4.2. Salve-Rainha

5. Oração de Consagração a Nossa Senhora e/ou outra oração específica do dia ou da semana

6. Oração oficial da JMJ (rezar sempre que possível) – quando se reza, pode omitir-se a oração de Consagração

### 7. Despedida

7.1. P. Bendigamos ao Senhor. R. Graças a Deus.

7.2. Cântico final (se possível)

**Dia 1**  
**São José, operário**

## **Introdução**

**P.** Estamos a iniciar o mês de maio, mês de Maria. E Maria foi um dos tesouros confiados por Deus a São José, para além da guarda do Redentor. O primeiro dia do mês mariano, que agora começa, é curiosamente dedicado a São José, Operário. Por isso, hoje, Dia do Trabalhador, meditaremos também na figura de São José, como «pai trabalhador». O Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica *Christus vivit* (CV), «Cristo vive», dirigida aos jovens e ao Povo de Deus, também faz referência oportunas à importância do trabalho, como fator de dignificação da pessoa humana (CV 268-273). E sabemos quanto ele é um devoto de São José, Padroeiro da Igreja Universal.

Na meditação dos mistérios do Rosário, deixemo-nos inspirar em São José, operário.

### **1.º Mistério: Jesus, filho do carpinteiro**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Perguntavam os compatriotas de Jesus: «De onde Lhe vem esta sabedoria e este poder de fazer milagres? Não é Ele o filho do carpinteiro?»” (Mt 13,54).

**Meditação:** “Jesus nasce e vive numa família, na Sagrada Família, aprendendo de São José a profissão de carpinteiro na oficina de Nazaré, compartilhando com ele o compromisso, o cansaço, a satisfação e também as dificuldades de cada dia. Isto faz-nos pensar na dignidade e na importância do trabalho” (Papa Francisco, *Audiência Geral*, 1.5.2013). Assim, “um aspeto que caracteriza São José é a sua relação com o trabalho. São José era um carpinteiro que trabalhou honestamente para garantir o sustento da sua família. Com ele, Jesus aprendeu o valor, a dignidade e a alegria do que significa comer o pão fruto do próprio trabalho” (PC 6).

**Apelo aos jovens:** Diz o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica “Cristo vive” dirigida aos jovens e ao Povo de Deus: “Peço aos jovens que não esperem viver sem trabalhar, dependendo da ajuda de outros. Isto não faz bem, porque «o trabalho é uma necessidade, faz parte do sentido da vida nesta terra, é caminho de maturação, desenvolvimento humano e realização pessoal. Neste sentido, ajudar

os pobres com o dinheiro deve ser sempre um remédio provisório para enfrentar emergências»” (CV 269).

**Prece:** “Neste nosso tempo em que o trabalho parece ter voltado a constituir uma urgente questão social e o desemprego atinge por vezes níveis impressionantes, mesmo em países onde se experimentou durante várias décadas um certo bem-estar, é necessário tomar renovada consciência do significado do trabalho que dignifica e do qual o nosso Santo é patrono e exemplo” (PC 6).

## **2.º mistério: O trabalho como virtude humanizadora**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Depois, Jesus desceu com Maria e José para Nazaré e era-lhes submisso” (Lc 2, 51).

**Meditação:** “Esta «submissão, ou seja, a obediência de Jesus na casa de Nazaré é entendida também como participação no trabalho de José. Aquele que era designado como o «filho do carpinteiro», tinha aprendido o ofício de seu «pai» putativo” (RC 22).

**Apelo aos jovens:** Diz o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica “Cristo vive” dirigida aos jovens e ao Povo de Deus: “Quando alguém descobre que Deus o chama para uma coisa concreta, que está feito para isso – enfermagem, carpintaria, comunicação, engenharia, ensino, arte ou qualquer outro trabalho –, então será capaz de fazer desabrochar as suas melhores capacidades de sacrifício, generosidade e dedicação. O facto de uma pessoa saber que não faz as coisas por fazer, mas com um significado, como resposta a uma chamada – que ressoa nas profundezas do seu ser – para contribuir com algo a bem dos outros, isto faz com que estas atividades deem ao próprio coração uma particular experiência de plenitude” (CV 273).

**Prece:** Peçamos a São José a virtude da laboriosidade, pela qual Jesus cresceu «em sabedoria, em estatura e em graça», dado que «o trabalho é um bem do homem», que «transforma a natureza» e torna o homem, «em certo sentido, mais homem»” (cf. RC 23).

## **3.º Mistério: A dignidade do trabalho**

**Leitura bíblica:** Do Livro do Génesis: “Disse Deus: «Façamos o homem à nossa imagem e semelhança. Domine sobre os peixes do mar, sobre as aves do céu, sobre os animais domésticos, sobre os animais

selvagens e sobre todos os répteis que rastejam pela terra». Deus criou o ser humano à sua imagem, criou-o à imagem de Deus. Ele o criou homem e mulher” (Gn 1,26 – 27).

**Meditação:** “O trabalho faz parte do plano de amor de Deus; nós somos chamados a cultivar e preservar todos os bens da criação, e deste modo participamos na obra da criação! O trabalho é um elemento fundamental para a dignidade da pessoa. Para usar uma imagem, o trabalho «unge-nos» de dignidade, enche-nos de dignidade; torna-nos semelhantes a Deus, que trabalhou e trabalha, agindo sempre (cf. Jo 5, 17); doa-nos a capacidade de nos mantermos, a nós e à nossa família, de contribuir para o crescimento da própria Nação” (Papa Francisco, *Audiência Geral*, 1.5.2013).

**Apelo aos jovens:** Diz o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica “Cristo vive” dirigida aos jovens e ao Povo de Deus: “o trabalho, para um jovem, não é simplesmente uma atividade para ganhar dinheiro. É expressão da dignidade humana, é caminho de maturação e inserção social, é um estímulo constante para crescer em responsabilidade e criatividade, é uma proteção contra a tendência para o individualismo e a comodidade, e serve também para dar glória a Deus com o desenvolvimento das próprias capacidades” (CV 271).

**Prece:** Rezemos “por quantos, e não apenas jovens, estão desempregados, muitas vezes por causa de um conceito economicista da sociedade, que procura o lucro egoísta, fora dos parâmetros da justiça social” (Papa Francisco, *Audiência Geral*, 1.5.2013).

#### **4.º mistério: o trabalho como participação obra da criação**

**Leitura bíblica:** Do Livro do Génesis: “Deus criou o ser humano à sua imagem, criou-o à imagem de Deus. Ele o criou homem e mulher. Deus abençoou-os, dizendo: «Crescei e multiplicai-vos, enchei e dominai a terra. Dominai sobre os peixes do mar, sobre as aves do céu e sobre todos os animais que se movem na terra»” (Gn 1,27-28).

**Meditação:** “A pessoa que trabalha, seja qual for a sua tarefa, colabora com o próprio Deus, torna-se em certa medida criadora do mundo que a rodeia. A crise do nosso tempo, que é económica, social, cultural e espiritual, pode constituir para todos um apelo a redescobrir o valor, a importância e a necessidade do trabalho para dar origem a uma nova «normalidade», em que ninguém seja excluído. O trabalho de São José lembra-nos que o próprio Deus feito homem não desdenhou o trabalho” (PC 6).

**Apelo aos jovens:** Diz o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica “Cristo vive” dirigida aos jovens e ao Povo de Deus: “o mundo do trabalho é uma área onde os jovens «experimentam formas de exclusão e marginalização. A primeira e a mais grave é o desemprego juvenil, que, nalguns países, atinge níveis exorbitantes. Para além de os empobrecer, a falta de trabalho rescinde nos jovens a capacidade de sonhar e esperar, e priva-os da possibilidade de contribuir para o desenvolvimento da sociedade. (...) Muitas vezes, a precariedade ocupacional que aflige os jovens fica-se a dever aos interesses económicos que exploram o trabalho»”(CV 270).

**Prece:** “Peçamos a São José Operário que encontremos vias onde nos possamos comprometer até se dizer: nenhum jovem, nenhuma pessoa, nenhuma família sem trabalho” (PC 6)!

### **5.º mistério: o trabalho como participação obra da salvação**

**Leitura bíblica:** Da Carta de São Paulo aos Colossenses: “Tudo o que fizerdes, por palavras ou por obras, seja tudo em nome do Senhor Jesus, dando graças, por Ele, a Deus Pai. Qualquer que seja o vosso trabalho, fazei-o de boa vontade, como quem serve ao Senhor e não aos homens, certos de que recebereis como recompensa a herança do Senhor. Servi a Cristo, que é o Senhor” (Cl 3, 17.23-24).

**Meditação:** “O trabalho torna-se participação na própria obra da salvação, oportunidade para apressar a vinda do Reino, desenvolver as próprias potencialidades e qualidades, colocando-as ao serviço da sociedade e da comunhão; o trabalho torna-se uma oportunidade de realização não só para o próprio trabalhador, mas sobretudo para aquele núcleo originário da sociedade que é a família. Uma família onde falte o trabalho está mais exposta a dificuldades, tensões, fraturas e até mesmo à desesperada e desesperadora tentação da dissolução” (PC 6).

**Apelo aos jovens:** Diz o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica “Cristo vive” dirigida aos jovens e ao Povo de Deus: “É verdade que não podes viver sem trabalhar e que, às vezes, tens de aceitar o que encontras, mas nunca renuncies aos teus sonhos, nunca enterres definitivamente uma vocação, nunca te dêes por vencido. Continua sempre a procurar, ao menos, modalidades parciais ou imperfeitas de viver aquilo que, no teu discernimento, reconheces como uma verdadeira vocação” (CV 272).

**Prece:** “Como poderemos falar da dignidade humana sem nos empenharmos para que todos, e cada um, tenham a possibilidade dum digno sustento” (PC 6)? Lembrando o amor que São José teve ao trabalho e que o fez modelo de todos os operários, rezemos por eles, para que não sucumbam ao cansaço das suas mãos e das suas mentes, mas, oferecendo ao Pai o seu trabalho, venham a receber d’Ele a recompensa eterna.

### Intercessões

**P.** São José, exemplo de operário, **R.** Rogai por nós, pecadores.

**P.** São José, trabalhador honesto, **R.** Rogai por nós, pecadores.

**P.** São José, mestre de trabalho, **R.** Rogai por nós, pecadores.

**P.** São José, homem de trabalho digno e alegre, **R.** Rogai por nós, pecadores.

**P.** São José, homem de trabalho humilde, **R.** Rogai por nós, pecadores.

**P.** São José, homem que valoriza o trabalho, **R.** Rogai por nós, pecadores.

**P.** São José, homem que utiliza o trabalho para sustento dos seus, **R.** Rogai por nós, pecadores.

**P.** São José, homem trabalhador para todos, **R.** Rogai por nós, pecadores.

**P.** São José, homem comprometido no trabalho, **R.** Rogai por nós, pecadores.

### **Oração a São José operário** | São Paulo VI, 1 de maio de 1969

Ó São José, Padroeiro da Igreja

vós que, ao lado do Verbo encarnado

trabalhastes todos os dias para ganhar o pão

tirando d’Ele a força para viver e labutar;

Vós que experimentastes a ansiedade do amanhã,

a amargura da pobreza, a precariedade do trabalho:

vós que irradiáveis hoje, o exemplo da vossa figura,

humilde perante os homens mas grandíssima diante de Deus,

protegei os trabalhadores na sua dura existência quotidiana,

defendendo-os do desânimo, da revolta negadora,

bem como das tentações do hedonismo;

e preservai a paz no mundo, aquela paz que, por si só,

pode garantir o desenvolvimento dos povos.

Amém.



## Dia 2

### Mistérios do Rosário | Proposta da JMJ

#### Introdução

Dirigindo-se especialmente a cada jovem, o Papa Francisco escreve: “Se tu perdeste o vigor interior, os sonhos, o entusiasmo, a esperança e a generosidade, Jesus apresenta-se diante de ti tal como se apresentou diante do filho morto da viúva e, com todo o seu poder de Ressuscitado, exorta-te: «Jovem, Eu te ordeno, levanta-te!» (Lc 7,14) (Papa Francisco, *Christus vivit*, 20)”. O convite a levantar-se sugere a capacidade de realizar ações verdadeiramente grandiosas, o não ficar acomodado e parado na varanda a ver a vida passar. O convite do Papa aos jovens é o de que se levantem para construir um mundo novo, sabendo que na nova luz de Cristo ressuscitado há sempre uma saída para todas as situações obscuras ou dolorosas. Nestes “Mistérios JMJ” aceita este convite para acordar, acolher Jesus na tua vida, caminhar com Ele pelas estradas do mundo, seguir os seus passos e a sua entrega até ao fim e mostrar a todos a alegria de crer e de viver.

#### No primeiro mistério, acolhamos este desafio: **Acorda!**

**Leitura bíblica:** Do Evangelhos segundo São Mateus: “Enquanto Ele lhes falava, eis que um chefe veio ajoelhar-se diante dele, dizendo: «A minha filha acaba de morrer, mas vem impor sobre ela a tua mão, e viverá». Jesus, levantando-se, seguiu-o, bem como os seus discípulos. Entretanto, eis que uma mulher, que há doze anos sofria de hemorragias, se aproximou por trás e tocou na franja da sua veste, pois dizia para consigo: «Se ao menos tocar a sua veste, ficarei salva». Jesus voltou-se e, ao vê-la, disse: «Tem coragem, filha, a tua fé te salvou». E a mulher ficou salva a partir daquela hora. Jesus, tendo chegado à casa do chefe, ao ver os tocadores de flauta e a multidão alvoroçada, dizia: «Retirai-vos, pois a menina não morreu, mas está a dormir». E riam-se dele. Depois de a multidão ter sido expulsada, Ele entrou, agarrou-lhe a mão, e a menina ergueu-se. E por toda aquela terra se divulgou esta notícia” (Mt 9, 18-26).

**Meditação:** “Não choreis, pois ela não morreu, mas está a dormir”. Jesus faz a filha de Jairo voltar à vida. Somos confrontados com um sono que se contrapõe à morte. Um sono que é sinal de alegria e de presença de Jesus. Mas quantas vezes o nosso sono é sinal de inércia, de afastamento, de desinteresse? Tal como resgata a filha de Jairo da morte, também Jesus nos faz acordar da nossa dormência. E quantas vezes, presos à nossa dormência, achamos que não há retorno, que não vale a

pena tentarmos voltar para perto d'Ele? Lembra-nos Ermes Ronchi: "(...) Para Ele ninguém é dado por perdido, ninguém está acabado para sempre, é possível recomeçar e ser novo. Será uma mão que te tomará pela mão, que repetirá a cada aurora aquilo que disse à filha de Jairo: "*Talità kum*", menina, levanta-te! Jovem vida, levanta-te, ergue-te, aparece, resplandece, retoma a estrada e a luta." Começamos o primeiro mistério deste primeiro Terço da caminhada que nos levará até à Jornada Mundial da Juventude em 2023 com este desejo: que no nosso coração ressoem as palavras de Jesus – "*Talità kum!*" – e que este seu chamamento nos faça estar despertos ao longo deste caminho, reconhecendo nas Suas palavras a fonte de Vida.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua Prima Santa Isabel, reconheçamos que esta visitação apenas acontece, porque Maria "parte apressadamente", algo jamais possível se não estivesse realmente desperta para a maravilha que tinha acabado de lhe ser anunciada.

**No segundo mistério, acolhamos este desafio: Acolhe!**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: "Tendo entrado em Jericó, Ele atravessava a cidade. E eis que um homem chamado Zaqueu, que era chefe de publicanos e rico, procurava ver quem era Jesus; mas não podia por causa da multidão, porque era de pequena estatura. Correndo mais à frente, subiu a um sicómoro para o ver, porque Ele estava prestes a passar por ali. Quando chegou ao lugar, Jesus, olhando para cima, disse-lhe: «Zaqueu, desce depressa, pois hoje é necessário que fiques em tua casa». Ele desceu depressa e acolheu-o com alegria. Ao ver isto, todos murmuravam, dizendo: «Entrou para se hospedar junto de um homem pecador». Mas, de pé, Zaqueu disse ao Senhor: «Eis, Senhor, que vou dar aos pobres metade dos meus bens e, se defraudei alguém nalguma coisa, restituirei quatro vezes mais». Disse-lhe Jesus: «Hoje a salvação veio a esta casa, uma vez que também ele é filho de Abraão. Pois o Filho do Homem veio procurar e salvar o que estava perdido»" (Lc 19, 1-10).

**Meditação:** "Olhemos hoje para Zaqueu na árvore", disse o Papa Francisco, "o seu gesto é um gesto ridículo, mas é um gesto de salvação. E eu digo-te: se tens um peso na consciência, se tens vergonha de tantas coisas que cometeste, para um pouco, não tenhas medo. Pensa que Alguém te espera, porque nunca deixou de Se lembrar de ti; e esse Alguém é teu Pai, é Deus que espera por ti. Trepas, como Zaqueu, sobe à árvore do desejo de ser perdoado; garanto-te que não ficarás desapontado. Jesus é misericordioso e nunca se cansa de perdoar". É esta atitude de Zaqueu que lhe permite acolher o Senhor: a ousadia. O arriscar, sem medo de ser ridículo ou daquilo que os que o rodeavam

poderiam pensar. Característica tão típica nossa, dos jovens! O fazer tudo o que está ao seu alcance para se aproximar de Deus. Este caminho até ao acolhimento da Jornada Mundial da Juventude é uma oportunidade incrível de pormos em prática este acolhimento, porque se queremos acolher verdadeiramente todos os peregrinos que hão de chegar ao nosso país, precisamos, antes de mais e acima de tudo, de acolher a Deus. Talvez a ordem dos acontecimentos até esteja trocada: Jesus já nos disse que quer ficar em nossa casa. Já nos bateu à porta e está mesmo quase a entrar. Cumpre agora predispor-nos para O acolher. Arrumando a casa, preparando os nossos corações. Subindo à árvore, procurando o Seu perdão e, já sabendo que a Sua presença se traduz numa presença de amor, acolhe-Lo e pedir a Sua ajuda para melhor acolhermos todos aqueles que hão de vir até nós.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua Prima Santa Isabel, peçamos a Nosso Senhor que consigamos acolher a Sua presença e a de todos os peregrinos da mesma forma que Santa Isabel: disponíveis, de portas e coração totalmente abertos a Cristo.

### **No terceiro mistério, acolhamos este desafio: Caminha!**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “E aconteceu que, num dos dias em que Jesus ensinava, estavam sentados uns fariseus e mestres da Lei, que tinham vindo de todas as povoações da Galileia, da Judeia e de Jerusalém. O poder do Senhor estava com Ele para curar. E eis que uns homens, que traziam um paralítico num catre, procuravam fazê-lo entrar e colocá-lo diante dele. Mas, como não encontravam modo de o fazer entrar por causa da multidão, subindo ao terraço, desceram-no com o catre através das telhas, para o meio, diante de Jesus. Ao ver a fé deles, disse: «Homem, os teus pecados estão-te perdoados». Os doutores da lei e os fariseus começaram a discutir entre si, dizendo: «Quem é este que diz blasfémias? Quem pode perdoar pecados, senão Deus somente?». Mas Jesus, ao perceber os seus pensamentos, respondendo disse-lhes: «Que pensais nos vossos corações? O que é mais fácil: dizer "Os teus pecados estão-te perdoados" ou dizer "Levanta-te e anda"? Mas, para que saibais que o Filho do Homem tem, sobre a terra, autoridade para perdoar os pecados». – disse Ele ao paralítico – «Eu te digo: levanta-te, toma o teu catre e vai para a tua casa». Levantando-se subitamente diante deles, tomou o catre onde estava deitado e foi para a sua casa, glorificando Deus. Um assombro apoderou-se de todos; glorificavam Deus e, cheios de medo, diziam: «Hoje vimos coisas incríveis!»” (Lc 5, 17-26).

**Meditação:** Jesus ensina e cura. Nós, jovens, somos público-alvo destas suas duas atuações: precisamos dos Seus ensinamentos para crescer, para O melhor conhecermos e, por isso, melhor O

amarmos e melhor O servirmos. Mas também precisamos de ser curados. Dos nossos pecados, das nossas inseguranças, dos nossos desamores.... Mas, acima de tudo, das nossas paralisias. De tudo aquilo que este Mundo, onde estamos, mas de onde não somos, nos apresenta e nos convence que não está ao nosso alcance alterar, melhorar. Somos paralisados pelo medo, pela incerteza, pela insegurança, pela falta de caridade, de tempo, de amor ao próximo.... E em Jesus encontramos a cura para todas estas paralisias. Jesus convida-nos a levantar para que com ele possamos caminhar até à nossa morada verdadeira. De forma muito concreta, convida-nos agora a levantar e a caminhar com Ele até 2023, preparando-nos para os seus ensinamentos, mas também para os milagres que virá a operar por intermédio desta Jornada Mundial da Juventude.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua Prima Santa Isabel, caminhemos apressadamente, não nos deixando tomar pela descontração nem pela tepidez que o tempo que falta ainda pode permitir. Caminhemos com pressa, desejosos por nos encontrarmos verdadeiramente com Nosso Senhor e de, a partir deste encontro, O levamos a todos aqueles com quem nos cruzarmos.

**No quarto mistério, acolhamos este desafio: Segue!**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Depois disto, saiu, viu um publicano de seu nome Levi, sentado no posto de cobrança de impostos, e disse-lhe: «Segue-me». E ele, deixando tudo, levantando-se, seguiu-o. Levi fez-lhe, então, um grande banquete na sua casa. Estava lá uma numerosa multidão de publicanos, e outros que estavam reclinados com eles à mesa. Os fariseus e os seus doutores da lei murmuravam contra os discípulos dele, dizendo: «Por que razão comeis e bebeis com os publicanos e pecadores?». E, respondendo, Jesus disse-lhes: «Não são os que estão saudáveis que precisam de médico, mas os que têm algum mal. Não vim chamar à conversão os justos, mas os pecadores»” (Lc 5, 27-32).

**Meditação:** Jesus chama Levi, um cobrador de impostos. Depois, junta-se a uma multidão de publicanos para um banquete. A todos Jesus chama, a todos Jesus convida a seguir, porque para cada um deles Jesus tem um caminho, cada um deles tem uma vocação. E não é a sua condição pecadora que os afasta deste chamamento! Muito pelo contrário: é precisamente para eles, para os que têm algum mal, que Jesus vem. Que provocação tão grande! Quantas vezes nos sentimos menos dignos de falar com Nosso Senhor por não estarmos suficientemente “limpos” para estar na Sua presença? Quantas vezes nos parece impossível que, no meio de toda a confusão e infidelidade da

nossa vida, Jesus esteja preocupado em arranjar um rumo para nós? Diz o Papa Francisco: “Quero que saibais que o Senhor, quando pensa em alguém, no que gostaria de lhe dar de prenda, vê-o como seu amigo pessoal. E se decidiu presentear-te com uma graça, um carisma que te fará viver plenamente a tua vida transformando-te numa pessoa útil aos outros, em alguém que deixa uma marca na história, será certamente algo que te deixará feliz no mais íntimo de ti mesmo e te entusiasmará mais do que qualquer outra coisa neste mundo. Não, porque o dom concedido seja um carisma extraordinário ou raro, mas porque é precisamente à tua medida, à medida de toda a tua vida”.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua prima Santa Isabel, procuremos trabalhar a nossa paciência e a nossa capacidade de discernimento. Procuremos pedir a intercessão de Santa Isabel, para que, confiando em Jesus e no plano de vocação que tem delineado para cada um de nós, coloquemos toda a nossa esperança n’Ele, prontos para O seguir quando Ele nos estende a mão e convida para o Seu banquete.

**No quinto mistério, acolhamos este desafio: Mostra-te!**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Aconteceu que, num outro sábado, Ele entrou na sinagoga e começou a ensinar. Estava lá um homem que tinha a sua mão direita paralisada. Os doutores da lei e os fariseus observavam-no para verem se ia curar ao sábado, a fim de encontrarem forma de o acusar. Ele, porém, conhecendo os seus pensamentos, disse ao homem que tinha a mão paralisada: «Levanta-te e põe-te no meio». E ele, levantando-se, pôs-se de pé. Disse-lhes Jesus: «Pergunto-vos se é permitido ao sábado fazer bem ou fazer mal, salvar uma vida ou destruí-la?». E, olhando-os a todos em redor, disse-lhe: «Estende a tua mão». Ele assim fez, e a sua mão ficou recuperada. Eles, porém, encheram-se de fúria e começaram a discutir entre si o que poderiam fazer a Jesus” (Lc 6, 6-11).

**Meditação:** Jesus entra na sinagoga para ensinar. Ali vê, entre os que o escutavam, um parálítico. Tantas vezes nem nos damos conta daqueles que nos escutam, que estão à nossa volta, que procuram a nossa atenção... Naquela sinagoga, Jesus conhecia bem quem o ouvia e as limitações de cada um. Jesus ensina, mas mais do que isso, mostra-se, mostra-se como o Filho de Deus, que cura quem está doente. Em qualquer situação! Até mesmo ao sábado! Também nós, no nosso dia-a-dia, somos chamados a curar os doentes que nos rodeiam. Os que padecem da solidão, do isolamento. Muitos precisam de uma palavra, de companhia, de atenção ou até mesmo de oração.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua prima Santa Isabel, sejamos Cristo vivo no encontro com quem está próximo. Tenhamos a audácia de mostrar que Jesus vive em nós e que com Ele tudo é possível. Peçamos ajuda a Nossa Senhora, que guardava tudo isto no seu coração, para que possamos partilhar um coração cheio do amor de Deus no nosso quotidiano.

**Nota:** Dado que meditámos os mistérios do Rosário a partir das propostas da JMJ 2023, será muito conveniente incluir ou concluir com a Oração oficial da JMJ 2023.

## Dia 3

Ou em qualquer quarta-feira ou domingo em que se pretenda valorizar a participação dos jovens e a temática da JMJ

2023

– Forma mais longa

### Mistérios Gloriosos JMJ

#### Introdução

«“A contemplação do rosto de Cristo não pode deter-se na imagem do crucificado. Ele é o Ressuscitado!”. O Rosário sempre expressou esta certeza da fé, convidando o crente a ultrapassar as trevas da Paixão, para fixar o olhar na glória de Cristo com a Ressurreição e a Ascensão. Contemplando o Ressuscitado, o cristão descobre novamente as razões da própria fé (cf. 1 Cor 15, 14), e revive não só a alegria daqueles a quem Cristo Se manifestou – os Apóstolos, a Madalena, os discípulos de Emaús –, mas também a alegria de Maria, que deverá ter tido uma experiência não menos intensa da nova existência do Filho glorificado». (João Paulo II, Carta Apostólica *Rosarium Virginis Mariae*, 20).

#### 1.º mistério | Ressurreição de Jesus

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “No primeiro dia da semana, ao amanhecer, foram ao sepulcro levando os aromas que tinham preparado. Encontraram a pedra removida do sepulcro e, ao entrarem, não encontraram o corpo do Senhor Jesus. E aconteceu que, estando elas perplexas com isto, eis que se lhes apresentaram dois homens em vestes resplandcentes. Estando elas cheias de medo, e com o rosto inclinado para a terra, eles disseram-lhes: «Porque procurais entre os mortos aquele que está vivo? Não está aqui; ressuscitou»” (Lc 24, 1-6).

**Meditação:** Uma pedra arredada e um sepulcro vazio. Este vazio, que tanto nos aflige foi, no momento da Ressurreição, a maior manifestação da vida eterna. Jesus ressuscitou verdadeiramente, o sepulcro está realmente vazio! Vivemos apouquentados pelo vazio, seja ele sinónimo de solidão, de desespero, de tormenta... mas somos aqui confrontados com um vazio muito diferente. Fixemo-nos no vazio do sepulcro, um vazio paradoxalmente tão cheio, que nos dá a vida eterna. Com isto, aproximamo-nos de Santa Isabel. Pensamos no que seria a sua vida antes de ser visitada. Já de idade avançada, ainda não tinha concebido um filho. Maria chega com notícias maravilhosas, que a alegram. Chega também com a notícia de uma vinda: a vinda do Filho de Deus, que carregava no seu ventre.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua Prima Santa Isabel, alegremo-nos com a nova vinda, com o sepulcro vazio e com Jesus ressuscitado que habita entre nós. Rezamos para que a alegria da Ressurreição chegue ao coração de todos, sobretudo dos que estão mais tristes, sozinhos ou sem sentido para a vida.

## **2.º mistério | A ascensão de Jesus ao Céu**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Jesus levou os Apóstolos até junto de Betânia e, erguendo as mãos, abençoou-os. Enquanto os abençoava, separou-se deles e elevou-se ao Céu. E eles, depois de se terem prostrado diante dele, voltaram para Jerusalém com grande alegria. E estavam continuamente no templo a bendizer a Deus” (cf. Lc 24, 50-53).

**Meditação:** “Continuamente no templo a bendizer a Deus.” Dificilmente, o nosso dia-a-dia é passado no templo. Mas não estarmos continuamente no templo não nos impede de não estarmos continuamente a bendizer a Deus. No grande e no pequeno, em tudo aquilo que fazemos, em tudo o que nos é pedido, podemos pôr o nosso amor. Nas pequenas coisas que nos são pedidas para preparar neste caminho até à Jornada Mundial da Juventude. No amor com que nos dedicamos ao nosso estudo e ao nosso trabalho, à nossa família, à nossa comunidade...

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua Prima Santa Isabel, regressemos diariamente à oração do Magnificat, permitindo que a nossa alma glorifique o Senhor e que o nosso espírito se alegre em Deus, Nosso Salvador. Rezamos pelos nossos Bispos, dando Graças por nos ajudarem a viver focados no Céu.

## **3.º mistério | A descida do Espírito Santo**

**Leitura Bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: “Quando chegou o dia do Pentecostes, os discípulos de Jesus encontravam-se todos reunidos no mesmo lugar. De repente, ressoou, vindo do céu, um som comparável ao de forte rajada de vento, que encheu toda a casa onde eles se encontravam. Viram então aparecer umas línguas, à maneira de fogo, que se iam dividindo, e poisou uma sobre cada um deles. Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar outras línguas, conforme o Espírito lhes inspirava que se exprimissem” (At 2, 1-4).



**Meditação:** Jesus, sempre vivo e sempre acontecimento presente, que se renova constantemente nos nossos dias, mostra-nos que “Nós não vivemos do passado, vivemos do presente. Nós não vivemos de uma memória, nós vivemos de uma gestação que, abraçando a memória, é completamente presente e completamente futuro. Nós não somos simpatizantes de Jesus, partidários de Jesus. Nós fomos feitos um com Ele, no Espírito Santo. O Espírito Santo liga-nos a Deus porque é o próprio Deus, acende em nós o Espírito divino. Tal como essa primeira imagem, essa primeira metáfora que acontece nas páginas primeiras da Bíblia, quando Deus, à maneira de um oleiro, amassa o ser humano do pó da terra, e depois sopra das suas narinas o vento, o hálito, o sopro interior e o homem torna-se vivente, nós também sem o Espírito somos apenas um corpo de barro, somos apenas uma coisa exterior, somos apenas alguma coisa aquém da própria vida. É o Espírito o sopro que nos faz ser” (Cardeal Tolentino Mendonça).

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua Prima Santa Isabel, peçamos a Nosso Senhor que também o nosso encontro com Ele seja sempre presente, sempre renovado nos encontros diários que Ele nos proporciona com tantos outros que nos levam a fazer memória da Sua presença nas nossas vidas. Rezamos por todos aqueles que se preparam para o Batismo e para o Crisma.

#### **4.º mistério | A Assunção de Nossa Senhora ao Céu**

**Leitura Bíblica:** Da Primeira Carta de São Paulo aos Coríntios: “Digo-vos, irmãos: o homem terreno não pode herdar o reino de Deus, nem a corrupção herdar a incorruptibilidade. Vou revelar-vos um mistério: nem todos morreremos, mas todos seremos transformados. É, de facto, necessário que este ser corruptível se revista de incorruptibilidade e que este ser mortal se revista de imortalidade” (1Cor 15, 50-51.53).

**Meditação:** A vida de Nossa Senhora, o seu exemplo na vivência das simples coisas do dia-a-dia, é a fonte inspiradora para nos aproximarmos de Jesus – “Ela não está desligada. Ela vive numa porosidade, ela deixa-se visitar, no coração dela e na vida dela tem as portas abertas. Às vezes vivemos uma vida autista, completamente desligada, vivemos na nossa cápsula, no nosso mundo. Nem um anjo de Deus pode visitar-nos. Estamos cegos e surdos ao que quer que seja, queremos lá saber, queremos lá ver. Uma vida assim não é uma vida visitável. Nada nos visita” (Cardeal Tolentino Mendonça).

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua Prima Santa Isabel, peçamos a Nossa Senhora a capacidade de abirmos o nosso coração, para que nos deixemos visitar. Reconheçamos que Nossa Senhora, antes de visitar a sua prima, deixa-se visitar, deixa que Jesus entre totalmente na sua vida, entrega a Jesus todo o seu ser. Que as portas do nosso coração estejam realmente abertas a Cristo, que o nosso coração esteja escancarado e pronto para O acolher. Rezamos por todas as mães, para que, inspiradas por Nossa Senhora, eduquem bem os seus filhos e os guiem sempre até ao Pai do Céu.

### **5.º mistério | A Coroação de Nossa Senhora**

**Leitura Bíblica:** Do Livro do Apocalipse: “Apareceu no céu um grande sinal: uma Mulher vestida de Sol, com a Lua debaixo dos pés e com uma coroa de doze estrelas na cabeça. [...] Então ouvi uma voz forte no céu que aclamava: «Eis que chegou o tempo da salvação, da força e da realeza do nosso Deus e do poder do seu Cristo! Porque foi precipitado o Acusador dos nossos irmãos, o que os acusava diante de Deus, dia e noite; mas eles venceram-no pelo sangue do Cordeiro e pelo testemunho da sua palavra e não amaram mais a vida que a morte. Alegrai-vos, pois, ó céus, e vós que neles habitais»” (Ap 12,1.10-12)

**Meditação:** Nossa Senhora é Rainha do Céu e da terra e é também Rainha de Portugal. Rainha que nos apresentou com as suas aparições em Fátima, que nos conforta e que nos dá o consolo de nos sabermos filhos escolhidos e muito amados. Mãe da Igreja e Mãe de Portugal, que a estes seus filhos muito amados presta uma atenção especial. Entregamo-nos à proteção de Maria. Procuramos receber a nossa Mãe com a mesma alegria da sua Prima Santa Isabel, pondo os olhos neste tão bonito encontro.

**Prece:** Reconhecemos na Mãe do Céu o veículo primordial para nos aproximarmos de Jesus e entregamos-lhe as nossas preces, rogando que interceda por nós junto de Nosso Senhor. Rezamos pelo nosso país e pelos nossos governantes, para que nos conduzam sempre de forma consciente e empenhada na procura do bem comum.

**Nota:** Dado que meditámos os mistérios do Rosário a partir das propostas da JMJ 2023, será muito conveniente incluir ou concluir com a Oração oficial da JMJ 2023.

## Dia 3

Ou em qualquer quarta-feira ou domingo em que se pretenda valorizar a participação dos jovens e a temática da JMJ

2023

– Forma mais breve

### Mistérios Gloriosos JMJ

#### Introdução

«A contemplação do rosto de Cristo não pode deter-se na imagem do crucificado. Ele é o Ressuscitado!» O Rosário sempre expressou esta certeza da fé, convidando o crente a ultrapassar as trevas da Paixão, para fixar o olhar na glória de Cristo com a Ressurreição e a Ascensão. Contemplando o Ressuscitado, o cristão descobre novamente as razões da própria fé (cf. 1 Cor 15, 14), e revive não só a alegria daqueles a quem Cristo Se manifestou – aos Apóstolos, a Madalena, aos discípulos de Emaús –, mas também a alegria de Maria, que deverá ter tido uma experiência não menos intensa da nova existência do Filho glorificado» (João Paulo II, Carta Apostólica *Rosarium Virginis Mariae*, 20).

#### 1.º Mistério | Ressurreição de Jesus

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “No primeiro dia da semana, ao amanhecer, foram ao sepulcro levando os aromas que tinham preparado. Encontraram a pedra removida do sepulcro e, ao entrarem, não encontraram o corpo do Senhor Jesus. E aconteceu que, estando elas perplexas com isto, eis que se lhes apresentaram dois homens em vestes resplandecentes. Estando elas cheias de medo, e com o rosto inclinado para a terra, eles disseram-lhes: «Porque procurais entre os mortos aquele que está vivo? Não está aqui; ressuscitou»” (Lc 24, 1-6).

**Prece:** Rezemos para que a alegria da Ressurreição chegue ao coração de todos, sobretudo dos que estão mais tristes, sozinhos ou sem sentido para a vida.

#### 2.º Mistério | A ascensão de Jesus ao Céu

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Então levou-os para fora até junto de Betânia e, erguendo as suas mãos, abençoou-os. E aconteceu que, enquanto Ele os abençoava, ia-se afastando deles e era elevado ao céu. E eles, depois de se ajoelharem diante dele, voltaram para Jerusalém com grande alegria, e estavam continuamente no templo a bendizer a Deus” (Lc 24, 50-53).

**Prece:** Rezemos pelos nossos Bispos, dando Graças por nos ajudarem a viver focados no Céu.

### **3.º Mistério | A descida do Espírito Santo**

**Leitura Bíblica:** Do Livro dos Atos dos Apóstolos: “Quando chegou o dia do Pentecostes, os discípulos de Jesus encontravam-se todos reunidos no mesmo lugar. De repente, ressoou, vindo do céu, um som comparável ao de forte rajada de vento, que encheu toda a casa onde eles se encontravam. Viram então aparecer umas línguas, à maneira de fogo, que se iam dividindo, e poisou uma sobre cada um deles. Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar outras línguas, conforme o Espírito lhes inspirava que se exprimissem” (At 2, 1-4).

**Prece:** Rezemos por todos aqueles que se preparam para o Batismo e para o Crisma

### **4.º Mistério | A Assunção de Nossa Senhora ao Céu**

**Leitura Bíblica:** Da Primeira Carta de São Paulo aos Coríntios: “Digo-vos, irmãos: o homem terreno não pode herdar o reino de Deus, nem a corrupção herdar a incorruptibilidade. Vou revelar-vos um mistério: nem todos morreremos, mas todos seremos transformados. É, de facto, necessário que este ser corruptível se revista de incorruptibilidade e que este ser mortal se revista de imortalidade” (1Cor 15, 50-51.53).

**Prece:** Rezemos por todas as mães, para que, inspiradas por Nossa Senhora, eduquem bem os seus filhos e os guiem sempre até ao Pai do Céu.

### **5.º Mistério | A coroação de Nossa Senhora**

**Leitura Bíblica:** Do livro do Apocalipse: “Apareceu no céu um grande sinal: uma Mulher vestida de Sol, com a Lua debaixo dos pés e com uma coroa de doze estrelas na cabeça” (Ap 12, 1).

**Prece:** Rezemos pelo nosso país e pelos nossos governantes, para que nos conduzam sempre de forma consciente e empenhada na procura do bem comum.

## Dia 4

Ou em qualquer quinta-feira em que se pretenda valorizar a participação dos jovens e a temática da JMJ 2023

– Forma mais longa

### Mistérios Luminosos JMJ

#### Introdução

“Passando da infância e da vida de Nazaré à vida pública de Jesus, a contemplação leva-nos aos mistérios que se podem chamar, por especial título, ‘mistérios da luz’”. Na verdade, todo o mistério de Cristo é luz. Ele é a «luz do mundo» (Jo 8, 12). Mas esta dimensão emerge particularmente nos anos da vida pública, quando Ele anuncia o evangelho do Reino. [...] Nestes mistérios, à exceção de Caná, a presença de Maria fica em segundo plano. [...] Mas, a função que desempenha em Caná acompanha, de algum modo, todo o caminho de Cristo. A revelação, que no Batismo do Jordão é oferecida diretamente pelo Pai e confirmada pelo Baptista, está na sua boca em Caná, e torna-se a grande advertência materna que Ela dirige à Igreja de todos os tempos: «Fazei o que Ele vos disser!» (Jo 2, 5) (João Paulo II, Carta Apostólica *Rosarium Virginis Mariae*, 21).

#### 1.º Mistério | O Batismo de Jesus no Rio Jordão

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Estando o povo na expectativa e pensando todos nos seus corações se João não seria o Cristo, João respondeu, dizendo a todos: «Eu batizo-vos na água, mas vem aquele que é mais forte do que eu, ao qual eu não sou digno de desatar a correia das suas sandálias: Ele batizar-vos-á no Espírito Santo e no fogo. Tem a pá na sua mão para limpar a sua eira e recolher o trigo para o seu celeiro, e queimará a palha num fogo que não se apaga». E com muitas outras exortações anunciava ao povo a Boa Nova. [...] Aconteceu que, ao ser batizado todo o povo, tendo também Jesus sido batizado e estando a rezar, abriu-se o céu, e desceu sobre Ele o Espírito Santo em figura corpórea, como uma pomba. E do céu surgiu uma voz: «Tu és o meu Filho amado, em ti me comprazo»” (Lc 3, 15-18.21-22).

**Meditação:** Jesus, antes de iniciar sua vida pública, fez-se batizar, assumindo sobre si as nossas fraquezas, maldades e misérias. Assim devem começar todas as obras de santidade: por uma purificação à imagem daquela vivida no momento do Batismo, em que nos tornamos “nova criatura” e ficamos “revestidos de Cristo”. Logo que Jesus foi batizado, «o céu abriu-se». S. Lucas não nos dá uma informação meteorológica. É uma afirmação de que, em Jesus Cristo, o Céu se une à terra e as

portas do Céu estão abertas para nos acolher. Este acolhimento é espelhado na pomba que desce dos céus: sinal da ternura que Deus nutre por nós.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, procuremos purificar-nos, acolhendo com alegria o Espírito Santo que vem até nós pelas águas do Batismo, que significam, simultaneamente, o fim do pecado e o princípio da santidade. Cheios da virtude do Espírito Santo, ressuscitemos “Homem novo”, unindo-nos a Nosso Senhor e fazendo este caminho de preparação da Jornada em comunhão com Ele. Rezemos por todos aqueles que se preparam para receber o Batismo e por todos os catequistas.

## **2.º Mistério | As bodas de Caná**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Ao terceiro dia houve uma boda em Caná da Galileia e a Mãe de Jesus estava lá. Também Jesus e os seus discípulos foram chamados para a boda. Tendo faltado vinho, a Mãe de Jesus disse-lhe: «Não têm vinho». Disse-lhe Jesus: «Que há entre mim e ti, mulher? Ainda não chegou a minha hora!». A sua Mãe disse aos serventes: «O que Ele vos disser, fazei-o». Ora, estavam ali colocadas seis talhas de pedra para a purificação dos judeus, cada uma com capacidade para duas ou três medidas. Disse-lhes Jesus: «Enchei as talhas de água». E encheram-nas até cima. E disse-lhes: «Tirai agora e levai ao chefe de mesa». E eles levaram. Quando o chefe de mesa provou a água tornada vinho – ele não sabia de onde era, mas sabiam os serventes, que tinham tirado a água –, o chefe de mesa chamou o noivo e disse-lhe: «Todos põem primeiro o vinho bom e, quando estão embriagados, o inferior. Tu guardaste o vinho bom até agora!». Foi este o princípio dos sinais que Jesus realizou em Caná da Galileia; manifestou a sua glória e os seus discípulos acreditaram nele. Depois disto desceu para Cafarnaum, Ele, a sua Mãe, os seus irmãos e os seus discípulos, mas não permaneceram ali muitos dias” (Jo 2, 1-12).

**Meditação:** Ainda não tinha chegado a Sua hora. Talvez por isso chame Sua mãe com palavra que não se usa: «mulher». Também no Calvário lhe chamará assim, para significar que ela é a Nova Eva junto dele, o Novo Adão, que está perante todos uma nova vida. Em resposta, Nossa Senhora deixa-nos o programa de toda a vida cristã: «Fazei o que Ele vos disser». Ao trazerem água a Jesus, Ele transforma-a em vinho e, através deste milagre, apresenta-se como verdadeiro Deus e verdadeiro Homem, porque ninguém é capaz de transformar a água noutra coisa, senão Aquele que a criou do nada.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, façamos memória do primeiro momento em que a água viva foi transformada em vinho perante nós, o primeiro momento em que nos apercebemos que Jesus nos dá uma vida nova, que tudo pode e tudo transforma. Guardemos esse primeiro encontro, para que sempre que o desânimo e o cansaço se aproximarem desta Jornada de preparação, consigamos beber novamente do melhor vinho. Rezemos por todos os casais que se preparam para o Sacramento do Matrimónio, para que a sua vida de casados venha a ser repleta da alegria trazida pelo vinho transformado por Jesus.

### **3.º Mistério | O anúncio do Reino de Deus, convidando à conversão**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Jesus disse, então, aos seus discípulos: «Se alguém quer vir atrás de mim, renegue-se a si mesmo, tome a sua cruz e siga-me. Pois aquele que quiser salvar a sua vida há de perdê-la, mas aquele que perder a sua vida por causa de mim há de encontrá-la. Pois que aproveitará o homem, se ganhar o mundo inteiro, mas arruinar a sua vida? Ou o que dará um homem em troca da sua vida? De facto, o Filho do Homem está prestes a vir na glória do seu Pai com os seus anjos, e então recompensará cada um segundo as suas ações. Ámen vos digo: alguns dos que aqui estão não provarão a morte, até que vejam chegar o Filho do Homem no seu reino (Mt 16, 24-28)”.

**Meditação:** Dizia-nos o Santo Padre João Paulo II: “Jesus anuncia o Advento do Reino. Convida à conversão, perdoando os pecados a quem Dele se aproxima com humilde confiança. Inicia assim o seu ministério, a sua atividade de serviço misericordioso, que continuará a exercer até ao fim dos tempos, especialmente através do Sacramento da Reconciliação. ”

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, procuramos que a nossa reconciliação com Jesus seja espelho desta alegria de nos sabermos encontrados por Ele e com Ele, tendo recebido a mais incrível Boa Nova. Rezemos por todos os Seminaristas, Diáconos e Presbíteros, para que o seu testemunho de vocação seja anúncio do Reino de Deus e constante convite à conversão.

### **4.º Mistério | A transfiguração de Jesus no Monte Tabor**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Seis dias depois, Jesus tomou consigo Pedro, Tiago e o seu irmão João, e fê-los subir, a sós, a um alto monte. Transfigurou-se então diante deles:

o seu rosto ficou brilhante como o sol, e as suas vestes tornaram-se brancas como a luz. E eis que lhes apareceram Moisés e Elias a conversar com Ele. Em resposta, Pedro disse a Jesus: «Senhor, que bom é nós estarmos aqui! Se quiseres, farei aqui três tendas: uma para ti, uma para Moisés e uma para Elias». Estando Ele ainda a falar, eis que uma nuvem luminosa os cobriu de sombra, e eis que da nuvem uma voz disse: «Este é o meu Filho amado, no qual me comprazo: escutai-o!». Ao ouvir isto, os discípulos caíram de rosto por terra e ficaram cheios de medo. Mas Jesus aproximou-se e, tocando-lhes, disse: «Erguei-vos e não tendes medo!». Ao levantarem os olhos, não viram ninguém, apenas Jesus sozinho” (Mt 17, 1-8).

**Meditação:** Ao surgir transfigurado diante dos três Apóstolos, Jesus fortaleceu a nossa esperança sobre a vida eterna, animando-nos a suportar bem os sofrimentos e provações nesta terra. Sabendo nós a glória que nos aguarda, temos mais paciência para enfrentar as tribulações. O Pai manifesta-se a Pedro, Tiago e João, revelando a intensidade divina do Seu amor pelo Filho. Assim, puderam entender que a Cruz não é o crepúsculo final, mas sim um passo para a madrugada.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, procuramos nunca perder a convicção da glória que está reservada para os que a perseverarem, a fim de jamais desanimar ao longo de nossa existência e, especialmente, ao longo deste caminho de preparação dos nossos corações para acolhermos a Jornada Mundial da Juventude. Rezemos por todos os presos, para que se sintam chamados a recomeçar uma nova vida, transfigurados pelo encontro com o amor misericordioso de Deus.

## 5.º Mistério | A instituição da Eucaristia

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Quando chegou a hora, reclinou-se à mesa e os apóstolos com Ele. E disse-lhes: «Desejei ardentemente comer esta Páscoa convosco, antes de padecer; pois digo-vos que não mais a comerei, até que ela se cumpra no reino de Deus». E, recebendo um cálice, depois de dar graças, disse: «Tomai isto e reparti entre vós, pois digo-vos que, de agora em diante, não mais beberei do fruto da videira, até que venha o reino de Deus». E, tomando um pão, depois de dar graças, partiu-o e deu-lho, dizendo: «Este é o meu corpo dado em favor de vós. Fazei isto em minha memória». Depois de cear, fez o mesmo com o cálice, dizendo: «Este cálice é a nova aliança no meu sangue, derramado em favor de vós». «Mas eis que a mão do que me vai entregar está comigo à mesa. De facto, o Filho do Homem parte, como está determinado, mas ai



daquele homem por quem é entregue»! Então eles começaram a debater entre si qual deles estaria prestes a fazer tal coisa” (Lc 22, 14-20).

**Meditação:** A Eucaristia, instituída por Cristo na véspera de Sua Paixão, é o grande mistério da fé. Através de um alimento dos mais simples e elementares, com palavras também simples, mas ao mesmo tempo muito fortes, num ritual discreto e familiar a todos nós, Jesus realiza a doação total de Si mesmo à humanidade. O pão não muda de aparência e nem tão pouco o vinho. No entanto, através das palavras de Jesus, transformam-se verdadeiramente no seu Corpo e no seu Sangue. Que assombro! Um Deus que se faz pão, que através desse pão se faz verdadeiramente presente, que vem até nós todos os dias, que nos dá a oportunidade de nos unirmos a Ele, de o comungarmos, de nos tornarmos mais Ele por termos realmente parte d’Ele conosco.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, damos Graças pelo privilégio imenso que é receber Nosso Senhor na comunhão, procurando recebê-Lo com a mesma dignidade e alegria com que Santa Isabel recebe Maria. Rezemos por todos os que participam na celebração da Eucaristia e nela exercem ministérios, para que, comungando do Corpo do Senhor, formem um só corpo e vivam num só coração e numa só alma.

**Nota:** Dado que meditámos os mistérios do Rosário a partir das propostas da JMJ 2023, será muito conveniente incluir ou concluir com a Oração oficial da JMJ 2023.

## Dia 4

Ou em qualquer quinta-feira em que se pretenda valorizar a participação dos jovens e a temática da JMJ 2023

– Forma mais breve

### Mistérios Luminosos JMJ

#### Introdução

“Passando da infância e da vida de Nazaré à vida pública de Jesus, a contemplação leva-nos aos mistérios que se podem chamar, por especial título, ‘mistérios da luz’”. Na verdade, todo o mistério de Cristo é luz. Ele é a «luz do mundo» (Jo 8, 12). Mas esta dimensão emerge particularmente nos anos da vida pública, quando Ele anuncia o evangelho do Reino. [...] Nestes mistérios, à exceção de Caná, a presença de Maria fica em segundo plano. [...] Mas, a função que desempenha em Caná acompanha, de algum modo, todo o caminho de Cristo. A revelação, que no Batismo do Jordão é oferecida diretamente pelo Pai e confirmada pelo Baptista, está na sua boca em Caná, e torna-se a grande advertência materna que Ela dirige à Igreja de todos os tempos: «Fazei o que Ele vos disser» (Jo 2, 5) (João Paulo II, Carta apostólica *Rosarium Virginis Mariae*, 21).

#### 1.º Mistério | O Batismo de Jesus no Rio Jordão

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Aconteceu que, ao ser batizado todo o povo, tendo também Jesus sido batizado e estando a rezar, abriu-se o céu, e desceu sobre Ele o Espírito Santo em figura corpórea, como uma pomba. E do céu surgiu uma voz: «Tu és o meu Filho amado, em ti me comprazo»” (Lc 3, 21-22).

**Prece:** Rezemos por todos aqueles que se preparam para receber o Batismo e por todos os catequistas.

#### 2.º Mistério | As bodas de Caná

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Ao terceiro dia houve uma boda em Caná da Galileia e a Mãe de Jesus estava lá. Também Jesus e os seus discípulos foram chamados para a boda. Tendo faltado vinho, a Mãe de Jesus disse-lhe: «Não têm vinho». Disse-lhe Jesus: «Que há entre mim e ti, mulher? Ainda não chegou a minha hora!». A sua Mãe disse aos serventes: «O que Ele vos disser, fazei-o»” (Jo 2, 1-5).

**Prece:** Rezemos por todos os casais que se preparam para o sacramento do matrimónio, para que a sua vida de casados venha a ser repleta da alegria trazida pelo vinho transformado por Jesus.

### **3.º Mistério | O anúncio do Reino de Deus, convidando à conversão**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Marcos: “Depois de João ter sido preso, Jesus foi para a Galileia, proclamando o evangelho de Deus, dizendo: «Cumpriu-se o tempo e está próximo o Reino de Deus; convertei-vos e acreditai no evangelho» (Mc. 1, 14-15).

**Prece:** Rezemos por todos os Seminaristas, Diáconos e Presbíteros, para que o seu testemunho de vocação seja anúncio do Reino de Deus e constante convite à conversão.

### **4.º Mistério | A transfiguração de Jesus no Monte Tabor**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Jesus tomou consigo Pedro, Tiago e o seu irmão João, e fê-los subir, a sós, a um alto monte. Transfigurou-Se então diante deles: o Seu rosto ficou brilhante como o sol, e as Suas vestes tornaram-se brancas como a luz” (Mt 17, 1-2).

**Prece:** Rezemos por todos os presos, para que se sintam chamados a recomeçar uma nova vida, transfigurados pelo encontro com o amor misericordioso de Deus.

### **5.º Mistério - A instituição da Eucaristia**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “E, tomando um pão, depois de dar graças, partiu-o e deu-lho, dizendo: «Este é o meu corpo dado em favor de vós. Fazei isto em minha memória». Depois de cear, fez o mesmo com o cálice, dizendo: «Este cálice é a nova aliança no meu sangue, derramado em favor de vós»” (Lc 22, 19-20).

**Prece:** Rezemos por todos os que participam na celebração da Eucaristia e nela exercem ministérios, para que, comungando do Corpo do Senhor, formem um só corpo e vivam num só coração e numa só alma.

**Nota:** Dado que meditámos os mistérios do Rosário a partir das propostas da JMJ 2023, será muito conveniente incluir ou concluir com a Oração oficial da JMJ 2023.

## Dia 5

Ou em qualquer terça-feira ou sexta-feira em que se pretenda valorizar a participação dos jovens e a temática da JMJ

2023

– Forma mais longa

### Mistérios Dolorosos JMJ

#### Introdução

“Os Evangelhos dão grande relevo aos mistérios da dor de Cristo. A piedade cristã desde sempre, especialmente na Quaresma, através do exercício da Via Sacra, deteve-se em cada um dos momentos da Paixão, intuindo que aqui está o ápice da revelação do amor e a fonte da nossa salvação. O Rosário escolhe alguns momentos da Paixão, induzindo o orante a fixar neles o olhar do coração e a revivê-los. [...] Os mistérios da dor levam o crente a reviver a morte de Jesus pondo-se aos pés da cruz junto de Maria, para com Ela penetrar no abismo do amor de Deus pelo homem e sentir toda a sua força regeneradora”. (João Paulo II, Carta apostólica *Rosarium Virginis Mariae*, 22)

#### 1.º Mistério | A agonia de Nosso Senhor Jesus Cristo no horto

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Então Jesus foi com eles para uma propriedade chamada Getsémani e disse aos discípulos: «Sentai-vos, enquanto vou ali rezar». Tomando consigo Pedro e os dois filhos de Zebedeu, começou a entristecer-se e a angustiar-se. Disse-lhes então: «Profundamente entristecida está a minha alma até à morte; permaneço aqui e estou vigilantes comigo». E, indo um pouco adiante, caiu com o rosto por terra e rezava, dizendo: «Meu Pai, se é possível, que se aparte de mim este cálice; no entanto, não se faça como Eu quero, mas como Tu queres». Veio, então, ter com os discípulos, encontrou-os a dormir e disse a Pedro: «Nem uma hora fostes capazes de estar vigilantes comigo? Estai vigilantes e rezai para que não entreis em tentação, pois o espírito está pronto, mas a carne é fraca». Afastando-se, de novo, pela segunda vez, rezou dizendo: «Meu Pai, se não é possível apartar este cálice sem que o beba, faça-se a tua vontade». Ao vir de novo, encontrou-os a dormir, pois os seus olhos estavam pesados. Deixando-os, de novo se afastou e rezou pela terceira vez, repetindo as mesmas palavras. Então foi ter com os discípulos e disse-lhes: «Ireis dormir e descansar o resto da noite? Eis que se aproxima a hora em que o Filho do Homem é entregue nas mãos dos pecadores. Levantai-vos! Vamos! Eis que se aproxima o que me vai entregar»” (Mt 26, 36-46).

**Meditação:** O pedido de Jesus tão perto da sua morte é igualmente atual e necessário. Todos os dias, em todo o lugar. No nosso trabalho e nos nossos estudos, na nossa vida em casa, nas relações que mantemos com os nossos amigos.... Vigiem e oremos, como Ele pediu aos discípulos, para prepararmos bem os nossos corações para acolhermos devidamente todos os peregrinos que hão de chegar até nós na Jornada Mundial da Juventude. Oremos cientes de que a Sua vontade, mesmo que não a consigamos compreender e que nos pareça contrária à nossa, conhece o mais íntimo do nosso coração e jamais nos trará algo que não seja aquilo que melhor é para nós e que não esteja ao nosso alcance.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, façamos memória das promessas que Jesus nos fez na Cruz, na promessa de vida eterna que a Sua morte comporta e confiemos na Sua Providência para nos guiar neste caminho até agosto de 2023. Rezemos por todos aqueles que vivem na solidão, para que Nosso Senhor nos ajude a ser companhia e espelho da Sua presença nas suas vidas.

## **2.º Mistério | A flagelação**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Disse-lhes Pilatos: «Então que hei de fazer de Jesus, chamado Cristo?». Disseram todos: «Seja crucificado!». Ele afirmou: «Mas que mal fez?». Eles, porém, gritavam ainda mais, dizendo: «Seja crucificado!». Pilatos, ao ver que nada conseguia e que, pelo contrário, o alvoroço se tornava maior, tomando água, lavou as mãos diante da multidão, dizendo: «Estou inocente deste sangue! É lá convosco». E, em resposta, todo o povo disse: «Que o seu sangue caia sobre nós e sobre os nossos filhos!». Libertou-lhes, então, Barrabás e, depois de mandar flagelar Jesus, entregou-o para ser crucificado” (Mt 27, 22-26).

**Meditação:** O relato que antecede a Flagelação mostra claramente que a condenação e a morte de Jesus são resultado, em grande medida, da liberdade humana. O povo pede a crucifixão e Pilatos acede, lavando as mãos. O Filho de Deus, entregue às mãos dos homens desde o nascimento, sofre agora, na própria pele, o preço da fidelidade. A Flagelação de Jesus é uma oportunidade para contemplarmos a fidelidade de Nosso Senhor: a Sua palavra não volta atrás, é o Deus Fiel, que responde sempre com mais amor às nossas infidelidades. Que esta fidelidade nos dê forças neste caminho de preparação da Jornada Mundial da Juventude.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, testemunhando os milagres que Ele opera, como foi a gravidez de Santa Isabel, peçamos à Mãe do Céu que interceda por nós junto do seu Filho, ajudando-nos a ser sempre fiéis ao Seu amor e a responder a este convite de acolher a Jornada Mundial da Juventude com alegria, entrega e verdade. Rezemos por todos os Cristãos perseguidos e impedidos de viver a sua fé, para que sejam respeitados na sua liberdade e permaneçam firmes em Deus que nunca os abandona.

### **3.º Mistério | A Coroação de espinhos**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Então os soldados do governador, levando Jesus para o pretório, reuniram junto dele toda a coorte. Depois de o despirem, cobriram-no com um manto escarlate. E, entrelaçando uma coroa de espinhos, colocaram-na sobre a sua cabeça e uma cana na sua mão direita; ao ajoelhar-se diante dele, escarneciam-no, dizendo: «Salve, ó rei dos judeus!». E, cuspido-lhe, pegaram na cana e batiam-lhe na cabeça. Depois de o terem escarnecido, despiram-lhe o manto, vestiram-lhe as suas vestes e levaram-no para ser crucificado” (Mt 27, 27-31).

**Meditação:** Os soldados, habituados a ser alvo de escárnio e humilhação, aproveitam a passividade de Jesus para fazerem o mesmo com Ele. Pervertem o poder que lhes foi concedido. Em oposição, a coroa de espinhos que Cristo leva à cabeça é símbolo do poder que se faz serviço, o “amor até ao extremo”.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Maria com a sua Prima Santa Isabel, agradeçamos o acompanhamento e todo o serviço prestado pelos nossos Bispos, veículos deste nosso encontro com Nosso Senhor. Rezemos por eles e pela nossa fidelidade a todas as suas decisões, para que a preparação desta Jornada Mundial da Juventude dê muitos frutos. Rezamos por todos os Consagrados, para que a sua vocação seja um sinal luminoso do Reino dos Céus no mundo.

### **4.º Mistério | Jesus a caminho do Calvário**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Apoderaram-se, pois, de Jesus, e carregando Ele mesmo a cruz, saiu para o chamado «Lugar da Caveira», que em hebraico se diz «Gólgota»” (Jo 19, 17).

**Meditação:** Jesus assume a Sua Cruz e, nela, todos os nossos pecados e infidelidades. A caminho do Calvário, Jesus deixa-Se ajudar e o Seu olhar cruza-Se com outros olhares, uns de ódio, outros de compaixão. A todos Cristo responde com Amor. O caminho de Jesus até ao Calvário é uma oportunidade para contemplarmos o Deus Santo, que, em Cristo, Se entrega em fidelidade até ao fim: é o Deus Compassivo, que a todos oferece a Sua Misericórdia, levando até ao fim a promessa que faz com a sua vinda. A preparação desta Jornada parece longa, tanto tempo parece faltar até 2023. Mas o amor e o entusiasmo com que começámos tem que permanecer, tem que ser levado até ao fim, tal como Jesus levou o Seu amor por nós até ao Seu fim. E mesmo para lá dele, livrando-nos do nosso!

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, façamos este caminho, carreguemos as nossas cruces e ofereçamos a Jesus o nosso empenho e a nossa preparação “até ao fim”. Rezemos pelos doentes, para que identificados com Nosso Senhor no caminho da dor, sintam força e amparo no sofrimento.

## **5.º Mistério | A Crucificação e Morte de Jesus**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Depois disto, sabendo Jesus que já tudo estava consumado, para que fosse consumada a Escritura, disse: «Tenho sede!». Estava ali um vaso cheio de vinagre; pondo, então, uma esponja cheia de vinagre num ramo de hissopo, levaram-lha à boca. Quando tomou o vinagre, Jesus disse: «Está consumado!». E, inclinando a cabeça, entregou o espírito. Os judeus, visto que era a Preparação, para que os corpos não permanecessem na cruz durante o sábado – era um grande dia o daquele sábado –, pediram a Pilatos que lhes quebrassem as pernas e fossem retirados. Vieram, então, os soldados e quebraram as pernas do primeiro e do outro que tinha sido crucificado com ele. Mas, ao chegar a Jesus, como o viram já morto, não lhe quebraram as pernas. No entanto, um dos soldados trespassou-lhe o lado com uma lança; e saiu imediatamente sangue e água. (Jo 19, 28-34).

**Meditação:** Jesus entrega o Seu espírito nas mãos do Pai e, já morto, oferece ainda à humanidade Sangue e Água, símbolos da Vida em abundância que Ele nos veio oferecer. A Morte de Jesus é uma oportunidade para contemplarmos o Deus Santo, que na Cruz Se faz dom inesgotável. É o Deus da Vida Verdadeira, que se dá inteiramente e para sempre a cada um de nós, partindo para o Pai, mas ficando connosco até ao fim dos tempos.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, contemplemos a Morte de Jesus na Cruz como um momento de encontro com a vida eterna, um encontro tão novo e tão transformador que nos dá uma nova vida e, por isso, nos interpela a viver de forma totalmente nova. Rezemos por todas as vítimas desta pandemia e pelas suas famílias, para que encontrem a luz da vida eterna em Cristo Crucificado.

**Nota:** Dado que meditámos os mistérios do Rosário a partir das propostas da JMJ 2023, será muito conveniente incluir ou concluir com a Oração oficial da JMJ 2023.



## Dia 5

Ou em qualquer terça-feira ou sexta-feira em que se pretenda valorizar a participação dos jovens e a temática da JMJ

2023

– Forma mais breve

### Mistérios Dolorosos JMJ

#### Introdução

“Os Evangelhos dão grande relevo aos mistérios da dor de Cristo. A piedade cristã desde sempre, especialmente na Quaresma, através do exercício da Via Sacra, deteve-se em cada um dos momentos da Paixão, intuindo que aqui está o ápice da revelação do amor e a fonte da nossa salvação. O Rosário escolhe alguns momentos da Paixão, induzindo o orante a fixar neles o olhar do coração e a revivê-los [...] Os mistérios da dor levam o crente a reviver a morte de Jesus pondo-se aos pés da cruz junto de Maria, para com Ela penetrar no abismo do amor de Deus pelo homem e sentir toda a sua força regeneradora” (João Paulo II, Carta apostólica *Rosarium Virginis Mariae*, 22).

#### 1.º Mistério | A agonia de Nosso Senhor Jesus Cristo no horto

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Então Jesus foi com eles para uma propriedade chamada Getsémani e disse aos discípulos: «Sentai-vos, enquanto vou ali rezar». Tomando consigo Pedro e os dois filhos de Zebedeu, começou a entristecer-se e a angustiar-se. Disse-lhes então: «Profundamente entristecida está a minha alma até à morte; permaneço aqui e estai vigilantes comigo»” (Mt 26, 36-38).

**Prece:** Rezemos por todos aqueles que vivem na solidão, para que Nosso Senhor nos ajude a ser companhia e espelho da Sua presença nas suas vidas.

#### 2.º Mistério | A flagelação

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Disse-lhes Pilatos: «Então que hei de fazer de Jesus, chamado Cristo?». Disseram todos: «Seja crucificado!». Ele afirmou: «Mas que mal fez?». Eles, porém, gritavam ainda mais, dizendo: «Seja crucificado!». Pilatos, ao ver que nada conseguia e que, pelo contrário, o alvoroço se tornava maior, tomando água, lavou as mãos diante da multidão, dizendo: «Estou inocente deste sangue! É lá convosco». E, em resposta, todo o povo disse: «Que o

seu sangue caia sobre nós e sobre os nossos filhos!». Libertou-lhes, então, Barrabás e, depois de mandar flagelar Jesus, entregou-o para ser crucificado (Mt 27, 22-26).

**Prece:** Rezemos por todos os Cristãos perseguidos e impedidos de viver a sua fé, para que sejam respeitados na sua liberdade e permaneçam firmes em Deus que nunca os abandona.

### **3.º Mistério | A Coroação de espinhos**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “E, entrelaçando uma coroa de espinhos, colocaram-na sobre a sua cabeça e uma cana na sua mão direita; ao ajoelhar-se diante dele, escarneciam-no, dizendo: «Salve, ó rei dos judeus!»” (Mt 27, 29).

**Prece:** Rezemos por todos os Consagrados, para que a sua vocação seja no mundo um sinal luminoso do Reino dos Céus.

### **4.º Mistério | Jesus a caminho do Calvário**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Apoderaram-se, pois, de Jesus, e carregando Ele mesmo a cruz, saiu para o chamado «Lugar da Caveira», que em hebraico se diz «Gólgota»” (Jo 19, 16b-17).

**Prece:** Rezamos pelos doentes, para que identificados com Nosso Senhor no caminho da dor, sintam força e amparo no sofrimento.

### **5.º Mistério: a Crucificação e Morte de Jesus**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São João: Quando tomou o vinagre, Jesus disse: «Está consumado!». E, inclinando a cabeça, entregou o espírito” (Jo 19, 30).

**Prece:** Rezemos por todas as vítimas do mal e da violência, para que encontrem em Cristo Crucificado a luz da vida eterna.

**Nota:** Dado que meditámos os mistérios do Rosário a partir das propostas da JMJ 2023, será muito conveniente incluir ou concluir com a Oração oficial da JMJ 2023.

## Dia 6

Ou em qualquer segunda-feira ou sábado em que se pretenda valorizar a participação dos jovens e a temática da JMJ

2023

– Forma mais longa

### Mistérios Gozosos JMJ

#### Introdução

“O primeiro ciclo, o dos “mistérios gozosos”, caracteriza-se de facto pela alegria que irradia do acontecimento da Encarnação. Isto é evidente desde a Anunciação, quando a saudação de Gabriel à Virgem de Nazaré se liga ao convite da alegria messiânica: «Alegra-te, Maria». Para este anúncio se encaminha a história da salvação, e até, de certo modo, a história do mundo. [...] Maria leva-nos a aprender o segredo da alegria cristã, lembrando-nos que o cristianismo é, antes de mais, evangelion, “boa nova”, que tem o seu centro, antes, o seu mesmo conteúdo, na pessoa de Cristo, o Verbo feito carne, único Salvador do mundo. (João Paulo II, Carta apostólica Rosarium Virginis Mariae, 20)

#### 1.º Mistério | Anunciação do Anjo a Nossa Senhora

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Ao sexto mês, o anjo Gabriel foi enviado por Deus a uma cidade da Galileia chamada Nazaré, a uma virgem desposada com um homem chamado José, da casa de David. O nome da virgem era Maria. Entrando onde ela estava, disse: «Salve, cheia de graça, o Senhor está contigo!». Ela ficou perturbada com estas palavras e pensava que espécie de saudação seria esta. Disse-lhe o anjo: «Não tenhas medo, Maria, pois encontraste graça junto de Deus. Eis que conceberás no ventre e darás à luz um filho, e chamá-lo-ás com o nome Jesus. Ele será grande, será chamado Filho do Altíssimo e o Senhor Deus lhe dará o trono de David, seu pai; reinará para sempre sobre a casa de Jacob e o seu reino não terá fim». Maria, porém, disse ao anjo: «Como será isso, uma vez que não conheço homem?». Respondendo, o anjo disse-lhe: «O Espírito Santo virá sobre ti e o poder do Altíssimo te envolverá. Por isso, o que é concebido santo será chamado Filho de Deus. E eis que Isabel, tua parente, também ela concebeu um filho na sua velhice e este é o sexto mês para ela, a quem chamavam estéril, porque nenhuma palavra que vem de Deus é impossível». Maria disse, então: «Eis a serva do Senhor, faça-se em mim segundo a tua palavra!». E o anjo partiu de junto dela” (Lc 1, 26-38).

**Meditação:** Tal como Maria se reconhece serva do Senhor, também nós temos de nos reconhecer enquanto tal. Jesus morreu na Cruz por cada um de nós, para remir os nossos pecados até ao fim dos

tempos. Tão grande prova de amor não nos pode deixar indiferentes! No meu dia-a-dia lembro-me que Jesus morreu por mim? Compreendo que esta é a maior prova de amor da história da humanidade? Mesmo em casa, com rotinas diferentes do habitual, digo que “sim” aos desafios que Jesus me apresenta todos os dias?

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, rezamos por todos os católicos, para que compreendam que são incondicionalmente amados por Cristo e para que o encontro com este amor, com a boa nova deste amor infinito, mude as suas vidas. Rezemos por todas as grávidas, para que, iluminadas pelo “sim” de Nossa Senhora, digam “sim” à nova vida que se desenvolve no seu ventre.

## **2.º Mistério | Visitação de Nossa Senhora a sua Prima Santa Isabel**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Por aqueles dias, Maria levantou-se, foi apressadamente para a montanha, para uma cidade de Judá, entrou na casa de Zacarias e saudou Isabel. E aconteceu que, quando Isabel ouviu a saudação de Maria, a criança saltou no seu ventre e Isabel ficou cheia do Espírito Santo. Levantando, então, a voz com um forte brado, disse: «Bendita és tu entre as mulheres, e bendito o fruto do teu ventre! De onde me é dado que venha ter comigo a mãe do meu Senhor? Eis que, quando chegou a voz da tua saudação aos meus ouvidos, a criança saltou de júbilo no meu ventre. Feliz aquela que acreditou, porque se consumará o que lhe foi dito da parte do Senhor!»” (Lc 1, 39-45).

**Meditação:** Maria põe-se imediatamente a caminho e que longo caminho que era, desde Nazaré, na Galileia, até Ein Karem, perto de Jerusalém. Mas Maria não perde tempo, parte apressadamente, porque a Boa Nova que tem para levar a sua prima não pode esperar! Agosto de 2023 parece longe. Mas a Boa Nova que temos para partilhar é tão grande, tão incrível e tão marcante a todos os níveis da nossa vida, que não pode esperar. E, por isso, pomo-nos já a caminho! Com pressa!

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, seguimos a nossa Mãe com pressa, guiados por ela até 2023 e para o resto das nossas vidas, ansiando por partilhar com todos a Boa Nova que a vinda do seu filho trouxe à humanidade. Rezemos por todos os casais que não conseguem ter filhos, para que, totalmente confiados a Deus, experimentem a fecundidade da vida e da aliança conjugal.

### 3.º Mistério | Nascimento de Jesus em Belém

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Mas aconteceu que, enquanto ali estavam, cumpriram-se os dias de ela dar à luz. E deu à luz o seu Filho primogénito, envolveu-o em panos e reclinou-o numa manjedoura, porque não havia lugar para eles na hospedaria. Estavam na mesma região uns pastores que pernoitavam nos campos e guardavam o seu rebanho durante as vigílias da noite. Apresentou-se-lhes, então, um anjo do Senhor, e a glória do Senhor envolveu-os de luz, e tiveram um grande medo. Disse-lhes o anjo: «Não tendes medo! Eis que vos anuncio uma Boa Nova, que será uma grande alegria para todo o povo: nasceu-vos hoje, na cidade de David, um salvador que é Cristo Senhor” (Lc 2,6-11).

**Meditação:** Jesus nasce para trinta anos depois morrer por nós. Por todos nós, mas por cada um de nós, individualmente, enquanto pessoas concretas! Quantas vezes nos esquecemos disto? Quantas vezes nos esquecemos de pôr este amor de Jesus por nós na mais pequenina coisa a que nos dedicamos? Pedimos a Nosso Senhor que nos ajude a santificar as coisas banais do nosso dia-a-dia. Que o amor de Jesus nos faça ver como extraordinário o que é mais ordinário.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, rezamos pela nossa coerência, para que nos lembremos da nossa condição de católicos em cada momento da nossa vida e que as nossas ações espelhem a alegria deste encontro que é repetido incessantemente por Nosso Senhor, dispondo-Se a chegar até nós através dos aspetos mais banais da nossa vida. Rezemos por todos os bebés que não chegaram a nascer e pelo fim do aborto no mundo.

### 4.º Mistério | A apresentação do Menino Jesus no templo

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Quando se cumpriram os dias da purificação deles, segundo a Lei de Moisés, levaram-no a Jerusalém para o apresentar ao Senhor, como está escrito na Lei do Senhor: Todo o primogénito macho será consagrado ao Senhor, e para oferecer um sacrifício segundo o que está dito na Lei do Senhor: um par de rolas ou duas pequenas pombas. Ora, eis que havia em Jerusalém um homem cujo nome era Simeão, um homem justo e piedoso, que esperava a consolação de Israel, e o Espírito Santo estava sobre ele. Fora-lhe revelado pelo Espírito Santo que não veria a morte antes de ver o Cristo do Senhor. E veio ao templo movido pelo Espírito. Quando os pais trouxeram o menino Jesus, para com Ele procederem segundo o costume da Lei, Simeão acolheu-o nos braços, bendisse a Deus e disse: «Agora, Senhor, podes deixar partir em paz o teu

servo segundo a tua palavra, porque os meus olhos viram a tua salvação que preparaste diante de todos os povos: luz para revelação aos pagãos e glória do teu povo, Israel»” (Lc 2, 22-32).

**Meditação:** Um Deus fez-se Homem. Confrontado com isto, Simeão louva a Deus – «Agora, Senhor, podes deixar partir em paz o teu servo segundo a tua palavra, porque os meus olhos viram a tua salvação que preparaste diante de todos os povos: luz para revelação aos pagãos e glória do teu povo, Israel.» – Reconhece no Menino Jesus a luz para iluminar as nações. Uma luz que nos guia, que nos indica o caminho a seguir e que nos mostra como poderemos chegar ao Céu, seguindo os seus passos e procurando ser mais como Ele.

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel e à imagem de Simeão, consigamos glorificar a Deus sempre com a mesma alegria com que Simeão entoou o seu cântico, nunca nos esquecendo que é a Ele que devemos a nossa salvação e que, com base nesta Fé, o nosso retorno à vida normal seja marcado não pelo medo, mas pela confiança. Rezemos por todos os que se preparam para fazer a sua Primeira Comunhão, para que, sendo Sacrários vivos, O levem a todos aqueles com quem se cruzam.

## **5.º Mistério | Perda e reencontro do Menino Jesus no templo**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Os seus pais iam todos os anos a Jerusalém para a festa da Páscoa e, quando fez doze anos, eles subiram até lá segundo o costume da festa. E, completados os dias, quando regressavam a casa, o menino Jesus ficou em Jerusalém sem que os seus pais soubessem. Pensando que Ele estava na caravana, percorreram um dia de caminho e procuravam-no entre os parentes e os conhecidos. Não o tendo encontrado, voltaram para Jerusalém à sua procura. E aconteceu que, três dias depois, o encontraram no templo, sentado no meio dos mestres, a ouvi-los e a interrogá-los. Todos os que o ouviam estavam espantados com a sua inteligência e as suas respostas. Ao vê-lo, ficaram perplexos, e sua mãe disse-lhe: «Filho, porque nos fizeste isto? Eis que teu pai e eu estávamos aflitos à tua procura.». Ele disse-lhes, então: «Porque me procuráveis? Não sabíeis que é necessário que Eu esteja na casa de meu Pai?». Mas eles não entenderam o que lhes disse. Desceu, então, com eles, foi para Nazaré e era-lhes submisso. Sua mãe conservava todas estas palavras no seu coração. E Jesus crescia em sabedoria, em idade e em graça, junto de Deus e dos homens” (Lc 2, 41-52).

**Meditação:** O nosso crescimento em sabedoria e em Graça passa pelo reconhecimento de Jesus como Nosso Salvador. Assim como o Filho Pródigo, voltamos a casa do Pai onde nos sabemos sempre filhos muito amados e onde somos esperados com um banquete celeste, mesmo sendo o “filho que estava morto e voltou à vida, estava perdido e foi reencontrado” (Lc 15, 24).

**Prece:** Com os olhos postos no encontro de Nossa Senhora com a sua Prima Santa Isabel, peçamos a Nosso Senhor que sejamos testemunhas desta Boa Nova, anunciando-a através do nosso exemplo e tendo-a sempre presente para que nos apercebamos que “não somos deste mundo”, mas que, vivendo nele, temos que assumir que as nossas falhas não são só culpa do mundo em que vivemos, reconhecendo-nos como pecadores e procurando a reconciliação. Rezemos neste mistério por todos os migrantes e refugiados, para que possam encontrar sempre acolhimento e abrigo e sentir-se filhos muito amados.

**Nota:** Dado que meditámos os mistérios do Rosário a partir das propostas da JMJ 2023, será muito conveniente incluir ou concluir com a Oração oficial da JMJ 2023.

## Dia 6

Ou em qualquer segunda-feira ou sábado em que se pretenda valorizar a participação dos jovens e a temática da JMJ

2023

– Forma mais breve

### Mistérios Gozosos JMJ

#### Introdução

O primeiro ciclo, o dos “mistérios gozosos”, caracteriza-se de facto pela alegria que irradia do acontecimento da Encarnação. Isto é evidente desde a Anunciação, quando a saudação de Gabriel à Virgem de Nazaré se liga ao convite da alegria messiânica: «Alegra-te, Maria». Para este anúncio se encaminha a história da salvação, e até, de certo modo, a história do mundo. [...] Maria leva-nos a aprender o segredo da alegria cristã, lembrando-nos que o cristianismo é, antes de mais, evangelion, “boa nova”, que tem o seu centro, antes, o seu mesmo conteúdo, na pessoa de Cristo, o Verbo feito carne, único Salvador do mundo (João Paulo II, Carta apostólica *Rosarium Virginis Mariae*, 20).

#### 1.º Mistério | Anunciação do Anjo a Nossa Senhora

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Ao sexto mês, o anjo Gabriel foi enviado por Deus a uma cidade da Galileia chamada Nazaré, a uma virgem desposada com um homem chamado José, da casa de David. O nome da virgem era Maria. Entrando onde ela estava, disse: «Salve, cheia de graça, o Senhor está contigo!». Ela ficou perturbada com estas palavras e pensava que espécie de saudação seria esta. Disse-lhe o anjo: «Não tenhas medo, Maria, pois encontraste graça junto de Deus. Eis que conceberás no ventre e darás à luz um filho, e chamá-lo-ás com o nome Jesus (Lc 1, 26-31).

**Prece:** Rezemos por todas as grávidas, para que, iluminadas pelo sim de Nossa Senhora, digam sim à nova vida que se desenvolve no seu ventre.

#### 2.º Mistério | Visitação de Nossa Senhora a sua prima Santa Isabel

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Por aqueles dias, Maria levantou-se, foi apressadamente para a montanha, para uma cidade de Judá, entrou na casa de Zacarias e saudou Isabel. E aconteceu que, quando Isabel ouviu a saudação de Maria, a criança saltou no seu ventre e Isabel ficou cheia do Espírito Santo” (Lc 1, 39-41).



**Prece:** Rezemos por todos os casais que não conseguem ter filhos, para que, totalmente confiados a Deus, experimentem a fecundidade da vida e da aliança conjugal.

### **3.º Mistério | Nascimento de Jesus em Belém**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Estavam na mesma região uns pastores que pernoitavam nos campos e guardavam o seu rebanho durante as vigílias da noite. Apresentou-se-lhes, então, um anjo do Senhor, e a glória do Senhor envolveu-os de luz, e tiveram um grande medo. Disse-lhes o anjo: «Não tenhais medo! Eis que vos anúncio uma boa nova, que será uma grande alegria para todo o povo: nasceu-vos hoje, na cidade de David, um salvador que é Cristo Senhor” (Lc 2, 8-11).

**Prece:** Rezemos por todos os bebês que não chegaram a nascer e pelo fim do aborto no mundo.

### **4.º Mistério | A apresentação do Menino Jesus no templo**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Quando se cumpriram os dias da purificação deles, segundo a Lei de Moisés, levaram-no a Jerusalém para o apresentar ao Senhor, como está escrito na Lei do Senhor: Todo o primogénito macho será consagrado ao Senhor, e para oferecer um sacrifício segundo o que está dito na Lei do Senhor: um par de rolas ou duas pequenas pombas” (Lc 2, 22-24).

**Prece:** Rezamos por todos os que se preparam para fazer a sua Primeira Comunhão, para que, sendo Sacrários vivos, O levem a todos aqueles com quem se cruzam.

### **5.º Mistério | Perda e reencontro do Menino Jesus no templo**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Os seus pais iam todos os anos a Jerusalém para a festa da Páscoa e, quando fez doze anos, eles subiram até lá segundo o costume da festa. E, completados os dias, quando regressavam a casa, o menino Jesus ficou em Jerusalém sem que os seus pais soubessem. Pensando que Ele estava na caravana, percorreram um dia de caminho e procuravam-no entre os parentes e os conhecidos. Não o tendo encontrado, voltaram para Jerusalém à sua procura. E aconteceu que, três dias depois, o encontraram no templo, sentado no meio dos mestres, a ouvi-los e a interrogá-los. Todos os que o ouviam estavam espantados com a sua inteligência e as suas respostas” (Lc 2,41-47).

**Prece:** Rezemos neste mistério por todos os migrantes e refugiados, para que possam encontrar sempre acolhimento e abrigo, e sentir-se Filhos muito amados.

## Dia 7 Dia da Mãe

**Introdução:** Nestes dias do mês de maio, a Liturgia da Igreja coloca diante dos nossos olhos a imagem da Virgem Maria. Ela é a Mãe que dá à Luz Jesus. É a Mãe que nos apresenta Jesus. É a Mãe que nos dá Jesus! É a Mãe que nos mostra Jesus e que nos faz ver Jesus. De Maria, a Igreja aprende a ser Mãe e, graças a Maria e à Igreja, nós não somos órfãos, temos Mãe, temos Mãe, como nos recordou o Papa Francisco em Fátima! Não somos órfãos, somos filhos da Igreja, somos filhos de Nossa Senhora e somos filhos das nossas mães. Continuemos hoje a meditar os mistérios da família. E contemplemos, neste dia, de modo muito especial, a graça da maternidade, porque não é apenas uma graça termos uma mãe; é sobretudo muito belo «ser mãe».

**No 1.º mistério, meditemos na maternidade como acolhimento feliz de uma nova vida.**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Disse o Anjo: «Não temas, Maria, porque encontraste graça diante de Deus. Conceberás e darás à luz um filho, a quem porás o nome de Jesus». Maria disse então: «Faça-se em mim, segundo a tua Palavra»” (Lc 1,26-38).

**Meditação:** Maria acolhe, com total surpresa, o dom de uma nova vida, mesmo se essa vida nova desconcerta todos os seus planos. A esta luz, podemos dizer que *“a família é o âmbito não só da geração, mas também do acolhimento da vida, que chega como um presente de Deus. Cada nova vida «permite-nos descobrir a dimensão mais gratuita do amor, que nunca cessa de nos surpreender. É a beleza de ser amado primeiro: os filhos são amados antes de chegar. Isto mostra-nos o primado do amor de Deus, que sempre toma a iniciativa, porque os filhos «são amados antes de ter feito algo para o merecer» (AL 166).*

**Prece:** Neste 1.º mistério, peçamos ao Senhor a graça de nos deixarmos maravilhar pelas surpresas de Deus, sobretudo no dom de uma nova vida humana.

Pai-Nosso | 10 AM | Glória | **P.** Maria, Mãe da Vida! **R.** Rogai por nós!

**No 2.º mistério, meditemos no amor vivido pela mãe na expectativa da gravidez.**

**Leitura Bíblica:** Da profecia de Jeremias: “Antes de te haver formado no ventre materno, Eu já te conhecia; antes que saíesses do seio de tua mãe, Eu te consagrei” (Jer 1,5).

**Meditação:** Maria vive a surpresa da sua gravidez, com expectativa, na certeza de que o Menino que vai nascer não é obra das suas mãos, não é fruto de um desejo ou de um projeto pessoal. É dádiva a acolher em seu seio e a guardar em seu coração. Para Maria, como para todas as mulheres, “a gravidez é um período difícil, mas também um tempo maravilhoso. A mãe colabora com Deus, para que se verifique o milagre de uma nova vida. A maternidade surge de uma «particular potencialidade do organismo feminino, que, com a sua peculiaridade criadora, serve para a concepção e a geração do ser humano». Cada mulher participa do «mistério da criação, que se renova na geração humana. Assim diz o Salmo: Senhor, «formaste-me no seio de minha mãe» (Sl 139/138,13). Cada criança, que se forma dentro de sua mãe, é um projeto eterno de Deus Pai e do seu amor eterno: «Antes de te haver formado no ventre materno, Eu já te conhecia; antes que saíesses do seio de tua mãe, Eu te consagrei» (Jr 1,5). Cada criança está no coração de Deus desde sempre e, quando é concebida, realiza-se o sonho eterno do Criador. Pensemos quanto vale o embrião, desde que é concebido” (AL 168).

**Prece:** Neste 2.º mistério, peçamos ao Senhor que dê a todas as mães a graça de contemplar o filho, ainda em embrião, com o mesmo olhar amoroso do Pai, que vê para além de toda a aparência.

Pai-Nosso | 10 AM | Glória | **P.** Maria, Mãe da Vida! **R.** Rogai por nós!

**No terceiro mistério, meditemos na gravidez e nos nove meses de sonho da mãe e do pai.**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Maria, noiva de José, antes de terem vivido em comum, encontrara-se grávida por virtude do Espírito Santo. Mas José, seu esposo, que era justo e não queria difamá-la, resolveu repudiá-la em segredo. Tinha ele assim pensado, quando lhe apareceu num sonho o Anjo do Senhor, que lhe disse: «José, filho de David, não temas receber Maria, tua esposa, pois o que nela se gerou é fruto do Espírito Santo. Ela dará à luz um Filho, e tu pôr-Lhe-ás o nome de Jesus, porque Ele salvará o povo dos seus pecados» (Mt 1,18-21).

**Meditação:** O período da gravidez são nove meses de sonho e de beleza, porque “a mulher grávida pode participar do projeto de Deus, sonhando o seu filho. Toda a mãe e todo o pai sonharam o seu filho nove meses” (AL 169). E hoje, “com os progressos feitos pela ciência, é possível saber de antemão a cor que terá o cabelo da criança e as doenças que poderá ter no futuro. Mas, conhecê-lo

em plenitude, só consegue o Pai do Céu que o criou. É importante que aquela criança se sinta esperada. Não é um complemento ou uma solução para uma aspiração pessoal, mas um ser humano, com um valor imenso, e não pode ser usado para benefício próprio. Por conseguinte, não é importante se esta nova vida é útil à mãe ou não, se possui características que lhe agradam ou não, se corresponde ou não aos seus sonhos. Porque “os filhos são uma dádiva! Cada um é único e irrepetível” (AL 170).

**Prece:** Neste 3.º mistério, peçamos ao Senhor que toda a mãe, que traz o filho no seu ventre, saiba pedir luz a Deus, para poder conhecer em profundidade o seu próprio filho e saber esperá-lo tal como ele é.

Pai-Nosso | 10 AM | Glória | P. Maria, Mãe da Vida! R. Rogai por nós!

**No 4.º mistério meditemos na alegria de ser mãe.**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Quando Isabel ouviu a saudação de Maria, o menino exultou-lhe no seio. Isabel ficou cheia do Espírito Santo e exclamou: “Logo que chegou aos meus ouvidos a voz da tua saudação, o menino exultou de alegria no meio seio” (Lc 1,39-47).

**Meditação:** Apesar de viver uma gravidez inesperada e misteriosa, Maria concentra-se no dom recebido, partilha-o com a sua prima Isabel, também ela inesperadamente grávida, e canta um hino de gratidão e louvor, um cântico de alegria. Ressoam aqui as palavras do Papa Francisco: “A cada mulher grávida, quero pedir-lhe afetosamente: Cuida da tua alegria; que nada te tire a alegria interior da maternidade. Aquela criança merece a tua alegria. Não permitas que os medos, as preocupações, os comentários alheios ou os problemas apaguem esta felicidade de ser instrumento de Deus para trazer uma nova vida ao mundo. Ocupa-te daquilo que é preciso fazer ou preparar, mas sem obsessões, e louva como Maria: «A minha alma glorifica o Senhor e o meu espírito se alegra em Deus, meu Salvador. Porque pôs os olhos na humildade da sua serva» (Lc 1,46-48). Vive, com sereno entusiasmo, no meio dos teus incómodos” (AL 171).

**Prece:** Neste 4.º mistério, peçamos ao Senhor que todas as mulheres grávidas saibam guardar a sua alegria para a poderem transmitir aos seus filhos.

Pai-Nosso | 10 AM | Glória | P. Maria, Mãe da Vida! R. Rogai por nós!

## **No 5.º mistério, meditemos na importância das mães no nosso crescimento.**

**Leitura bíblica:** Da profecia de Isaías: “Sião dizia: «O Senhor abandonou-me, o Senhor esqueceu-Se de mim». Pode a mulher esquecer-se da criança que amamenta e não ter carinho pelo fruto das suas entranhas? Mas ainda que ela o esquecesse, Eu nunca te esquecerei” (Is 49,14-15).

**Meditação:** Nenhuma realização da mulher é superior à graça de ser mãe. “Hoje reconhecemos como plenamente legítimo, e até desejável, que as mulheres queiram estudar, trabalhar, desenvolver as suas capacidades e ter objetivos pessoais. Mas, ao mesmo tempo, não podemos ignorar a necessidade que as crianças têm da presença materna, especialmente nos primeiros meses de vida. O enfraquecimento da presença materna, com as suas qualidades femininas, é um risco grave para a nossa terra” (AL 173). “De facto, «as mães são o antídoto mais forte contra o propagar-se do individualismo egoísta. São elas que testemunham a beleza da vida. Sem dúvida, uma sociedade sem mães seria uma sociedade desumana, porque as mães sabem testemunhar sempre, mesmo nos piores momentos, a ternura, a dedicação, a força moral. As mães transmitem, muitas vezes, também o sentido mais profundo da prática religiosa: nas primeiras orações, nos primeiros gestos de devoção que uma criança aprende. Sem as mães, não somente não haveria novos fiéis, mas a fé perderia boa parte do seu calor simples e profundo” (AL 174).

**Prece:** Neste mistério, peçamos ao Senhor que a nossa sociedade e a nossa comunidade cristã saibam escutar e valorizar o papel das mães, na criação de um mundo mais solidário e na transmissão viva da fé.

Pai-Nosso | 10 AM | Glória | **P.** Maria, Mãe da Vida! **R.** Rogai por nós!

### **Três Ave-marias em honra da pureza de Nossa Senhora**

#### **Poema: “Digo mãe”**

Digo mãe, digo amor, amor inteiro,  
sem cálculo nem interesse, ocasião,  
digo mãe, digo amor, amor primeiro  
antes e depois de tudo, derradeiro.

Digo mãe, digo vida, alegre, paciente,

primavera perene, jardim sempre florido,  
digo mãe, vida, mais do que semente,  
que reza e chora, que nunca está ausente.

Digo mãe, digo mão, ramo seguro,  
árvore amiga a baloiçar a tarde  
digo mãe, digo mão, digo futuro,  
a minha mãe é o cristal mais puro.

*Em vez das 3 Ave-marias intercaladas com o poema citado, podem recitar-se as 3 Ave-marias intercaladas com a oração do Papa São João Paulo II, na conclusão da encíclica sobre o Evangelho da Vida.*

### **Ave-Maria**

#### **No final da 1.ª Ave-Maria:**

Ó Maria,  
aurora do mundo novo,  
Mãe dos viventes,  
confiamos-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 falsa compaixão.

### **Ave-Maria**

#### **No final da 2.ª Ave-Maria:**

Maria,  
fazei com que todos aqueles  
que creem no vosso Filho  
saibam anunciar com desassombro e amor  
aos homens do nosso tempo o Evangelho da vida.

### **Ave-Maria**

No final da 3.<sup>a</sup> Ave-Maria:

Maria,  
alcançai-nos a graça de acolher  
o Evangelho da Vida,  
como um dom sempre novo,  
a alegria de o celebrar com gratidão  
em toda a sua existência,  
e a coragem para o testemunhar  
com laboriosa tenacidade,  
para construírem,  
juntamente com todos os homens  
de boa vontade,  
a civilização da verdade e do amor,  
para louvor e glória de Deus.

Cf. João Paulo II, *Evangelium Vitae*, 105

## Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora

### Bênção das mães – Ritual das Bênçãos, 250

**P.** O Senhor Deus onipotente, que vos concedeu a alegria da maternidade, Se digne + abençoar estas mães, para que, assim como agora Lhe agradecem o dom dos filhos, alcancem também com eles a felicidade eterna. Por Cristo, Nosso Senhor. **R.** Ámen.

### Bênção das grávidas – Ritual das Bênçãos, 234

**P.** Senhor Deus, criador do género humano, cujo Filho, pelo poder do Espírito Santo, Se dignou nascer da Virgem Maria, para redimir e salvar os homens, libertando-os da dívida do antigo pecado, escutai com bondade as preces desta vossa serva, que humildemente Vos suplica, pela saúde dos filhos que vão nascer, e concedei-lhe um parto feliz, para que, entrando seus filhos na comunidade dos fiéis, se dedique plenamente ao vosso serviço e alcance a vida eterna. Por Cristo Nosso Senhor. **R.** Ámen.

## Dia 8

### Mistérios gozosos

a partir da Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive)  
do Papa Francisco aos jovens e a todo o Povo de Deus  
e da Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium* (A alegria do Evangelho)

#### Introdução

Hoje queremos contemplar, nos mistérios do Rosário, a figura de Maria, a jovem de Nazaré. Hoje os nossos dois textos de inspiração são duas Exortações Apostólicas do Papa Francisco: a primeira é a *Evangelii Gaudium* (E G – Alegria do Evangelho), que é o seu primeiro e grande documento programático; a segunda é a Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus. No capítulo II desta Exortação, o Papa detém-se a apresentar Jesus Cristo sempre jovem e, nesse contexto, apresenta-nos também a figura de Maria, a jovem de Nazaré.

#### 1. No primeiro mistério meditemos na Anunciação

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Maria disse então: eis a serva do Senhor; faça-se em Mim, segundo a Tua Palavra. E o Anjo partiu de junto dela” (Lc 1, 38).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco na referida Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “No coração da Igreja, resplandece Maria. É o grande modelo para uma Igreja jovem, que deseja seguir Cristo com frescor e docilidade. Era ainda muito jovem quando recebeu o anúncio do anjo, não se coibindo de fazer perguntas (cf. Lc 1, 34). Mas tinha uma alma disponível e disse: «Eis a serva do Senhor» (Lc 1, 38)”. E acrescenta: «Sempre impressiona a força do “sim” de Maria, jovem. A força daquele “faça-se em Mim”, que disse ao anjo. Foi uma coisa distinta dum aceitação passiva ou resignada. Foi qualquer coisa distinta daquele “sim” que por vezes se diz: “Bem; vamos ver o que acontece”. Maria não conhecia a frase “vamos ver o que acontece”. Era determinada: compreendeu do que se tratava e disse “sim”, sem rodeios de palavras. Foi algo mais, qualquer coisa de diferente. Foi o “sim” de quem quer comprometer-se e arriscar, de quem quer apostar tudo, sem ter outra garantia para além da certeza de saber que é portadora dum promessa. Maria teria, sem dúvida, uma missão difícil, mas as dificuldades não eram motivo para dizer “não”. Com certeza teria complicações, mas não haveriam de ser idênticas às que se verificam quando a covardia nos paralisa por não vermos, antecipadamente, tudo claro ou garantido. Maria não comprou um seguro de vida! Maria embarcou no jogo e, por isso, é forte, é uma



“influenciadora”, é a “influenciadora” de Deus! O “sim” e o desejo de servir foram mais fortes do que as dúvidas e dificuldades». Pergunto a cada um de vós: «Sentes-te portador duma promessa? Que promessa trazes no teu coração, devendo dar-lhe continuidade? (CV 44).

**Prece:** Rezemos neste 1.º mistério:

“Virgem e Mãe Maria,  
Vós que, movida pelo Espírito,  
acolhestes o Verbo da vida  
na profundidade da vossa fé humilde,  
totalmente entregue ao Eterno,  
ajudai-nos a dizer o nosso «sim»  
perante a urgência, mais imperiosa do que nunca,  
de fazer ressoar a Boa Nova de Jesus” (EG 288).

## **2. No segundo mistério meditemos na Visitação**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Por aqueles dias, Maria levantou-se, foi apressadamente para a montanha, para uma cidade de Judá, entrou na casa de Zacaria se saudou Isabel” (Lc 1,39-40).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “Maria era a donzela de alma grande que exultava de alegria (cf. Lc 1, 47), era a juvenzinha com os olhos iluminados pelo Espírito Santo, que contemplava a vida com fé e guardava tudo no seu coração (cf. Lc 2, 19.51). Não ficava quieta, punha-se continuamente a caminho: quando soube que sua prima precisava d’Ela, não pensou nos próprios projetos, mas «dirigiu-Se à pressa para a montanha» (Lc 1, 39)” (CV 46).

**Prece:** Rezemos neste 2.º mistério:

“Vós, cheia da presença de Cristo,  
levastes a alegria a João o Batista,  
fazendo-o exultar no seio de sua mãe.  
Vós, estremecendo de alegria,

cantastes as maravilhas do Senhor.

Dai-nos a santa ousadia de buscar novos caminhos

para que chegue a todos

o dom da beleza que não se apaga.

Ámen” (EG 288).

### **3. No terceiro mistério meditemos no nascimento de Jesus**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Enquanto estava ali, cumpriram-se os dias de Maria dar à luz. E deu à luz o seu filho primogénito, envolveu-O em panos e reclinou-O numa manjedoura” (Lc 2,6-7).

**Meditação:** Diz o Papa na sua primeira Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium* (Alegria do Evangelho): “Maria é aquela que sabe transformar um curral de animais na casa de Jesus, com uns pobres paninhos e uma montanha de ternura” (EG 286). E acrescenta:

**Prece:** Rezemos neste 3.º mistério:

“Mãe do Evangelho vivente,

manancial de alegria

para os pequeninos,

rogai por nós.

Ámen” (EG 288).

### **4. No quarto mistério meditemos na apresentação de Jesus no templo**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Então Simeão abençoou-os e disse a Maria: «Eis que Ele está aqui para a queda e o ressurgir de muitos em Israel e para ser um sinal de contradição – e uma espada trespassará a tua alma – a fim de se revelarem os pensamentos de muitos corações” (Lc. 2,34-35).

**Meditação:** Diz o Papa na sua primeira Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium* (Alegria do Evangelho): “Aquele que tem o coração trespassado pela espada, que compreende todas as penas. Como Mãe de todos, é sinal de esperança para os povos que sofrem as dores do parto até que germine a justiça”

(EG 286). E diz ainda o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “Sem ceder a evasões nem miragens, «Ela soube acompanhar o sofrimento do seu Filho (...), apoiá-Lo com o olhar e protegê-Lo com o coração. Que dor sofreu! Mas não A abateu. Foi a mulher forte do “sim”, que apoia e acompanha, protege e abraça. É a grande guardiã da esperança (...). D’Ela, aprendemos a dizer “sim” à paciência obstinada e à criatividade daqueles que não desanimam e recomeçam»” (CV 45).

**Prece:** Rezemos neste 4.º mistério:

“Estrela da nova evangelização,  
ajudai-nos a refulgir com o testemunho da comunhão,  
do serviço, da fé ardente e generosa,  
da justiça e do amor aos pobres,  
para que a alegria do Evangelho  
chegue até aos confins da terra.  
Ámen” (EG 288).

## **5. No quinto mistério meditemos na perda e no encontro do Menino Jesus no Templo**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Sua Mãe conservava todas estas palavras no seu coração” (Lc 2,19.52).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco na sua primeira Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium* (Alegria do Evangelho): “Nesta peregrinação evangelizadora, não faltam as fases de aridez, de ocultação e até de um certo cansaço, como as que viveu Maria nos anos de Nazaré enquanto Jesus crescia: «Este é o início do Evangelho, isto é, da boa nova, da jubilosa nova. Não é difícil, porém, perceber naquele início um particular aperto do coração, unido a uma espécie de “noite da fé” – para usar as palavras de São João da Cruz – como que um “véu” através do qual é forçoso aproximar-se do Invisível e viver na intimidade com o mistério. Foi deste modo efetivamente que Maria, durante muitos anos, permaneceu na intimidade com o mistério do seu Filho, e avançou no seu itinerário de fé»” (EG 287).

E diz ainda o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive) dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “Aquela juvenzinha é, hoje, a Mãe que vela pelos filhos: por nós, seus filhos, que muitas vezes caminhamos na vida cansados, carentes, mas desejosos que a

luz da esperança não se apague. Isto é o que queremos: que a luz da esperança não se apague. A nossa Mãe vê este povo peregrino, povo jovem amado por Ela, que A procura fazendo silêncio no próprio coração, ainda que haja muito barulho, conversas e distrações ao longo do caminho. Mas, diante dos olhos da Mãe, só há lugar para o silêncio cheio de esperança. E, assim, Maria ilumina de novo a nossa juventude” (CV 48).

**Prece:** Rezemos neste 5.º mistério:

“Vós, que permanecestes firme diante da Cruz  
com uma fé inabalável,  
e recebestes a jubilosa consolação da ressurreição,  
reunistes os discípulos à espera do Espírito  
para que nascesse a Igreja evangelizadora.  
Alcançai-nos agora um novo ardor de ressuscitados  
para levar a todos o Evangelho da vida  
que vence a morte” (EG 288).

**Nota:** Dado que nos inspirámos nos textos da Exortação Apostólica do Papa Francisco, *Christus vivit*, dirigida aos Jovens e ao Povo de Deus, é conveniente incluir ou concluir com a Oração Oficial da JMJ 2023

## Dia 9

### Mistérios Dolorosos

a partir da Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive)  
do Papa Francisco aos jovens e a todo o Povo de Deus

#### Introdução

Hoje queremos meditar os mistérios dolorosos, inspirando-nos sobretudo nas palavras do Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus. No capítulo IV ele apresenta em poucas palavras o que deve ser o grande anúncio para todos os jovens: “Deus é Amor, Cristo salva-te. Ele vive. O Espírito dá vida”. Nesta meditação vamos fixar-nos sobretudo na segunda boa-nova «Cristo salva-te», desenvolvendo-a ao longo dos cinco mistérios.

#### 1. No primeiro mistério, nós te anunciamos: Cristo salva-te

**Leitura bíblica:** Da Carta de São Paulo aos Gálatas: “A vida que agora tenho na carne, vivo-a na fé do Filho de Deus que me amou e a Si mesmo Se entregou por mim” (Gl 2, 20).

**Meditação:** Diz então o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “A segunda verdade é que, por amor, Cristo entregou-Se até ao fim para te salvar. Os seus braços abertos na cruz são o sinal mais precioso de um amigo capaz de levar até ao extremo o seu amor: «Ele, que amava os seus que estavam no mundo, levou o seu amor por eles até ao extremo» (Jo 13, 1). São Paulo dizia viver confiado naquele amor que, por ele, se deu totalmente: «A vida que agora tenho na carne, vivo-a na fé do Filho de Deus que me amou e a Si mesmo Se entregou por mim» (Gal 2, 20)” (CV 118).

E logo te desafia o Papa: “Olha para a sua Cruz, agarra-te a Ele, deixa-te salvar, porque, «quantos se deixam salvar por Ele, são libertados do pecado, da tristeza, do vazio interior, do isolamento». E, se pecares e te afastares, Ele volta a levantar-te com o poder da sua Cruz. Nunca esqueças que «Ele perdoa setenta vezes sete. Volta uma vez e outra a carregar-nos aos seus ombros» (cf. EG 1)” (CV 119).

**Prece:** Este é o momento para cada jovem dizer a Jesus Cristo: «Senhor, deixei-me enganar, de mil maneiras fugi do Teu amor, mas aqui estou novamente para renovar a minha aliança conTigo. Preciso de Ti. Resgata-me de novo, Senhor; aceita-me mais uma vez nos teus braços redentores (cf. EG 3).

## **2. No segundo mistério, nós te anunciamos: és salvo pelo abraço na Cruz.**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Um dos malfeitores suspenso na cruz disse a Jesus: «Jesus, recorda-te de mim, quando fores para o teu Reino». Ele disse-lhe: «Ámen te digo: Hoje estarás comigo no Paraíso” (Lc 39.42-43).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “Nós «somos salvos por Jesus: porque nos ama e não pode deixar de o fazer. Podemos combiná-la de todas as cores, mas Ele continua a amar-nos e salvar-nos. Porque só o que se ama pode ser salvo. Só o que se abraça, pode ser transformado. O amor do Senhor é maior que todas as nossas contradições, que todas as nossas fragilidades e que todas as nossas mesquinhices, mas é precisamente através das nossas contradições, fragilidades e mesquinhices que Ele quer escrever esta história de amor. Abraçou o filho pródigo, abraçou Pedro depois de O ter negado e abraça-nos sempre, sempre, sempre, depois das nossas quedas, ajudando-nos a levantar e ficar de pé. Porque a verdadeira queda – atenção a isto! – a verdadeira queda, aquela que nos pode arruinar a vida, é ficar por terra e não se deixar ajudar»” (CV 120).

**Prece:** Senhor Jesus, recorda-te de todos os jovens e faz deles instrumentos do teu Reino! Atrai para ti os jovens que encontraram a condenação quando procuravam a felicidade.

## **No terceiro mistério, nós te anunciamos: O Crucificado é um jovem.**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Jesus, de noivo gritando com voz forte, entregou o espírito” (Mt 27,50).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “O Senhor «entregou o seu espírito» (Mt 27, 50) numa cruz, quando tinha pouco mais de 30 anos de idade (cf. Lc 3, 23). É importante tomar consciência de que Jesus foi um jovem. Deu a sua vida numa fase que hoje se define como a dum jovem adulto. Em plena juventude, começou a sua missão pública e, assim, brilhou «uma grande luz» (Mt 4, 16),

sobretudo quando levou até ao extremo o dom da sua vida. Este final não foi improvisado, mas teve uma preciosa preparação em toda a sua juventude, em cada um dos seus momentos” (CV 23).

**Prece:** Senhor, que os jovens sejam o verdadeiro «agora de Deus» (CV 178) e a juventude um tempo de aprendizagem, de crescimento, de amadurecimento.

### **3. No quarto mistério nós te anunciamos: fostes resgatados por alto preço**

**Leitura bíblica:** Da Primeira Carta de São Pedro: “Fostes resgatados da vossa vã maneira de viver herdada dos vossos pais, não a preço de bens corruptíveis, prata ou ouro, mas pelo Sangue precioso de Cristo, qual Cordeiro sem defeito nem mancha” (1 Pe 1,18-19).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “Jovens amados pelo Senhor, oh quanto valeis vós, se fostes redimidos pelo sangue precioso de Cristo! Queridos jovens, vós «não tendes preço! Não sois mercadoria em leilão! Por favor, não vos deixeis comprar, não vos deixeis seduzir, não vos deixeis escravizar pelas colonizações ideológicas que incutem ideias estranhas na nossa cabeça, tornando-nos por fim escravos, dependentes, fracassados na vida. Vós não tendes preço! Deveis repetir sempre isto: eu não estou em leilão, eu não tenho preço, sou livre! Apaixonai-vos por esta liberdade, que nos é oferecida por Jesus»” (CV 122).

E logo te desafia o Papa: “Fixa os braços abertos de Cristo crucificado, deixa-te salvar sempre de novo. (...) Contempla o seu sangue derramado pelo grande amor que te tem e deixa-te purificar por ele. Assim, poderás renascer sempre de novo” (CV 123).

**Prece:** Senhor, devolve-nos a força e a esperança, que nos sentimos envelhecidos pela tristeza, pelos rancores, pelos medos, pelas dúvidas ou pelos fracassos. Fica connosco, Senhor (cf. CV 2).

### **4. No quinto mistério nós Te anunciamos: Jesus confia-Te (a) Maria sua Mãe**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Junto à Cruz de Jesus, estavam de pé a sua Mãe, a irmã de sua Mãe, Maria, Mulher de Cléofas, e Maria Madalena. Então, Jesus ao ver a sua Mãe e próximo o discípulo que amava, disse à Mãe: «Mulher, eis o teu filho!» Depois disse ao discípulo: «Eis a tua mãe!»” (Jo 19, 25-27).

**Meditação:** Diz o Papa na sua primeira Exortação Apostólica *Evangelii Gaudium* (Alegria do Evangelho: “Na cruz, quando Cristo suportava em sua carne o dramático encontro entre o pecado do mundo e a misericórdia divina, pôde ver a seus pés a presença consoladora da Mãe e do amigo. Naquele momento crucial, antes de declarar consumada a obra que o Pai Lhe havia confiado, Jesus disse a Maria: «Mulher, eis o teu filho!» E, logo a seguir, disse ao amigo bem-amado: «Eis a tua mãe!» (Jo 19, 26-27). Estas palavras de Jesus, no limiar da morte, não exprimem primariamente uma terna preocupação por sua Mãe; mas são, antes, uma fórmula de revelação que manifesta o mistério duma missão salvífica especial. Jesus deixava-nos a sua Mãe como nossa Mãe. E só depois de fazer isto é que Jesus pôde sentir que «tudo se consumara» (Jo 19, 28). Ao pé da cruz, na hora suprema da nova criação, Cristo conduz-nos a Maria; conduz-nos a Ela, porque não quer que caminhemos sem uma mãe; e, nesta imagem materna, o povo lê todos os mistérios do Evangelho” (EG 285).

**Prece:** Maria, diante dos teus olhos de Mãe, só cabe o silêncio esperançado. Ilumina de novo a nossa juventude (cf. CV 48).

**Nota:**

Dado que nos inspirámos nos textos da Exortação Apostólica do Papa Francisco, *Christus vivit*, dirigida aos Jovens e ao Povo de Deus, é conveniente incluir ou concluir com a Oração Oficial da JMJ 2023



## Dia 10

### Mistérios gloriosos

a partir da Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive)  
do Papa Francisco aos jovens e a todo o Povo de Deus

#### Introdução

Hoje queremos meditar os mistérios gloriosos, inspirando-nos sobretudo nas palavras do Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus. No capítulo IV ele apresenta em poucas palavras o que deve ser o grande anúncio para todos os jovens: “Deus é Amor, Cristo salva-te. Ele vive. O Espírito dá vida”. Nesta meditação vamos fixar-nos sobretudo na terceira e na quarta boa-nova «Ele vive», «o Espírito dá vida», desenvolvendo-a ao longo dos cinco mistérios

#### 1. No primeiro mistério, nós te anunciamos: Cristo vive e quer-te vivo

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “O Anjo tomou a palavra e disse às mulheres: «Não tenhais medo; sei que procurais Jesus, o Crucificado. Não está aqui: ressuscitou, como tinha dito. Vinde ver o lugar onde jazia»” (Mt 28,5-7).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus, logo nas primeiras palavras: “Cristo vive. É Ele a nossa esperança e a mais bela juventude deste mundo! Tudo o que toca torna-se jovem, fica novo, enche-se de vida. Por isso as primeiras palavras, que quero dirigir a cada jovem cristão, são estas: Ele vive e quer-te vivo” (CV 1). Mais adiante ele recorda-nos “a boa notícia que nos deu a manhã da Ressurreição, ou seja, que, em todas as situações escuras ou dolorosas mencionadas, há uma via de saída” (CV 104).

**Prece:** Senhor, todos nascem como originais, mas muitos morrem como fotocópias (Carlos Acutis). Não permitas que isso aconteça aos nossos jovens (cf. CV 106).

#### 2. No segundo mistério, nós te anunciamos: Cristo é a verdadeira juventude dos ressuscitados

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Marcos: “Entrando no sepulcro, viram um jovem sentado do lado direito, vestido com uma túnica branca, e ficaram assustadas. Mas ele disse-lhes: «Não vos

assusteis. Procurais a Jesus de Nazaré, o Crucificado? Ressuscitou: não está aqui. Vede o lugar onde O tinham depositado»” (Mc 16,5-6).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “Jesus ressuscitou e quer fazer-nos participantes da novidade da sua ressurreição. Ele é a verdadeira juventude dum mundo envelhecido, e é também a juventude dum universo que espera, por entre «dores de parto» (Rm 8, 22), ser revestido com a sua luz e com a sua vida. Junto d’Ele, podemos beber da verdadeira fonte que mantém vivos os nossos sonhos, projetos e grandes ideais, lançando-nos no anúncio da vida que vale a pena viver. Em dois detalhes interessantes do Evangelho de Marcos, podemos notar a chamada à verdadeira juventude dos ressuscitados: na paixão do Senhor, aparece um jovem medroso que procurava seguir Jesus, mas fugiu nu (cf. 14, 51-52), um jovem que não teve a força de arriscar tudo para seguir o Senhor; enquanto, junto do túmulo vazio, vemos um jovem «vestido com uma túnica branca» (16, 5), que convidava a vencer o medo e anunciava a alegria da ressurreição (cf. 16, 6-7)” (CV 32).

**Prece:** Senhor, fica comigo. Tu Estás em mim, estás comigo e jamais me deixas. Por mais que me possa afastar, Tu estás sempre junto de mim. Tu que me chamas e espera, ajuda-me a recomeçar (cf. CV 2).

### **3. No terceiro mistério, nós te anunciamos: Cristo enche de luz a tua vida**

**Leitura Bíblica:** Da Primeira Carta de São Paulo aos Coríntios: “Irmãos, se Cristo não ressuscitou, é vã a vossa fé” (1 Cor 15, 17).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “Aquele que nos enche com a sua graça, Aquele que nos liberta, Aquele que nos transforma, Aquele que nos cura e consola é Alguém que vive. É Cristo ressuscitado, cheio de vitalidade sobrenatural, revestido de luz infinita. Por isso dizia São Paulo: «Se Cristo não ressuscitou, é vã a vossa fé» (1 Cor 15, 17)” (CV 124).

**Prece:** Senhor, Tu vives. Tu estás presente em cada momento da minha vida, para o encher de luz. Assim, nunca mais sentirei a solidão nem o abandono. Ainda que todos me abandonem, Tu permanecerás. Preenche o meu vazio com a Tua presença invisível e, para onde quer que eu vá. Ensina-me, Senhor, a caminhar para um horizonte sempre novo (cf. CV 125).

#### **4. No quarto mistério, nós te anunciamos: Agarrado a Ele viverás**

**Leitura Bíblica:** Do Livro dos Atos dos Apóstolos: “Negastes o Santo e o Justo e pedistes a libertação dum assassino; matastes o autor da vida, mas Deus ressuscitou-O dos mortos, e nós somos testemunhas disso” (At 3,14-15).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “Contempla Jesus feliz, transbordando de alegria. Alegra-te com o teu Amigo que triunfou. Mataram o Santo, o Justo, o Inocente, mas Ele venceu. O mal não tem a última palavra. Também na tua vida, o mal não terá a última palavra, porque o teu Amigo, que te ama, quer triunfar em ti. O teu Salvador vive” (CV 126).

**Prece:** Senhor, Tu vives e és a garantia de que o bem pode triunfar na minha vida e de que as nossas fadigas servirão para qualquer coisa. Então deixarei de me lamentar e olharei em frente. Jesus. Tu és o Eterno vivente; agarrado(a) a Ti, viverei e atravessarei, ileso(a), todas as formas de morte e violência que se escondem no meu caminho (cf. CV 127).

#### **5. No quinto mistério nós te anunciamos: o Espírito dá vida. Invoca-O.**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Dito isto, Jesus Ressuscitado soprou sobre os discípulos e disse-lhes: «Recebei o Espírito Santo: àqueles a quem perdoardes os pecados ser-lhes-ão perdoados; e àqueles a quem os retiverdes ser-lhes-ão retidos»” (cf. Jo 20,22-23).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “É Ele (o Espírito Santo) que prepara e abre os corações para receberem este anúncio, é Ele que mantém viva esta experiência de salvação, é Ele que te ajudará a crescer nesta alegria se O deixares agir. O Espírito Santo enche o coração de Cristo ressuscitado e de lá, como duma fonte, derrama-Se na tua vida. E quando O recebes, o Espírito Santo faz-te entrar cada vez mais no coração de Cristo, para que te enchas sempre mais com o seu amor, a sua luz e a sua força” (CV 130).

E o Papa tira as consequências, com um desafio especial: “Todos os dias invoca o Espírito Santo, para que renove em ti constantemente a experiência do grande anúncio. Porque não? Tu não perdes nada

e Ele pode mudar a tua vida, pode iluminá-la e dar-lhe um rumo melhor. Não te mutila, não te tira nada, antes ajuda-te a encontrar da melhor maneira aquilo que precisas (CV 131).

**Prece:** Espírito Santo: preciso de amor. Faz com que não o procure na devassidão, usando os outros, possuindo ou dominando os outros. Faz com que não busque a intensidade da vida acumulando objetos, gastando dinheiro, correndo desesperadamente atrás das coisas deste mundo, mas deixando-me guiar por T” (cf. CV 131).

**Nota:**

Dado que nos inspirámos nos textos da Exortação Apostólica do Papa Francisco, *Christus vivit*, dirigida aos Jovens e ao Povo de Deus, é conveniente incluir ou concluir com a Oração Oficial da JMJ 2023

## Dia 11

### Mistérios Luminosos

a partir da Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive)  
do Papa Francisco aos jovens e a todo o Povo de Deus

Hoje, quinta-feira, seria o dia de meditar os mistérios luminosos, que se referem à vida pública de Jesus, que começa no seu Batismo. Iremos sobretudo meditar na adolescência e juventude adulta de Jesus. Como nos dias anteriores, deixamo-nos guiar pelas palavras do Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus. O capítulo II desta Exortação apresenta-nos a figura de Cristo sempre jovem: “Jesus é «jovem entre os jovens, para ser o exemplo dos jovens e consagrá-los ao Senhor». Por isso, o Sínodo disse que «a juventude é um período original e estimulante da vida, que o próprio Jesus viveu, santificando-a»” (CV 22). Que nos refere o Evangelho sobre a juventude de Jesus?

#### 1. No primeiro mistério, meditemos na adolescência de Jesus

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Desceu então com eles, com Maria e José, para Nazaré e era-lhes submisso” (Lc 2, 51).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “No intervalo entre estes dois episódios (o regresso da família a Nazaré e o Batismo no Jordão), aparece uma cena que mostra Jesus em plena adolescência: quando regressou para Nazaré com seus pais, depois que estes O perderam e reencontraram no Templo (cf. Lc 2, 41-51). Em Nazaré, diz o texto que Jesus «era-lhes submisso» (Lc 2, 51), pois não tinha rejeitado a sua família. Então Lucas acrescenta que «Jesus crescia em sabedoria, em estatura e em graça diante de Deus e dos homens» (2, 52). Por outras palavras, estava-Se preparando e, naquele período, ia aprofundando a sua relação com o Pai e com os outros. São João Paulo II explicou que não crescia apenas fisicamente, mas «houve em Jesus também um crescimento espiritual», porque «a plenitude de graça em Jesus era relativa à idade: havia sempre plenitude, mas uma plenitude crescente com o crescer da idade»” (CV 26)

Conclui o Papa Francisco: “Com base nestes dados evangélicos, podemos afirmar que Jesus, na sua fase juvenil, foi-Se «formando», foi-Se preparando para realizar o projeto que o Pai tinha. A sua adolescência e juventude orientaram-No para esta missão suprema” (CV 27).

**Prece:** Jesus, inspira nos nossos jovens a tua confiança incondicional no Pai (cf. CV 31).

## **2. No segundo mistério meditemos nos alvares da juventude de Jesus**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Tendo isso para a sua terra natal, ensinava-os nas suas sinagogas de tal modo que eles ficavam perplexos e diziam: «donde lhe vem esta sabedoria e estes poderes? Não é este o filho do carpinteiro» (Mt 13,54-55).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “Na adolescência e juventude, a sua relação com o Pai era a do Filho muito amado; atraído pelo Pai, crescia ocupando-se das coisas d’Ele: «Não sabíeis que devia estar em casa de meu Pai?» (Lc 2, 49). Mas, não devemos pensar que Jesus fosse um adolescente solitário ou um jovem fechado em si mesmo. A sua relação com as pessoas era a de um jovem que compartilhava a vida inteira dum família bem integrada na aldeia. Aprendera o ofício do pai e, depois, substituiu-o como carpinteiro. Por isso no Evangelho, uma vez, é chamado «o filho do carpinteiro» (Mt 13, 55) e, outra, simplesmente «o carpinteiro» (Mc 6, 3). Este detalhe mostra que era um rapaz da aldeia como os outros, relacionando-se com toda a normalidade. Ninguém O considerava um jovem estranho ou separado dos outros. Por isso mesmo, quando Jesus começou a pregar, as pessoas não sabiam explicar donde Lhe vinha aquela sabedoria: «Não é este o filho de José?» (Lc 4, 22)” (CV 28).

**Prece:** Jesus, inspira os jovens a dirigir o seu olhar para o futuro, colocando-se, como Tu, nas mãos seguras do Pai e confiando na força do Espírito (cf. CV 31)!

## **3. No terceiro mistério meditemos no caminho de Jesus, no seio da comunidade**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Pensando Maria e José que Jesus se encontrava na caravana, fizeram um dia de caminho e procuravam-n’O entre os parentes e conhecidos” (Lc 2, 44).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “A verdade é que «Jesus também não cresceu numa relação fechada e exclusiva com Maria e José, mas de bom grado movia-se na família alargada, onde encontrava os parentes e os amigos». Assim se compreende que, ao regressar da peregrinação a

Jerusalém, os pais estivessem tranquilos pensando que aquele adolescente de doze anos (cf. Lc 2, 42) Se movia livremente entre as pessoas a ponto de não O verem durante um dia inteiro: «pensando que Ele Se encontrava na caravana, fizeram um dia de viagem» (Lc 2, 44). Com certeza – supunham eles –, Jesus estaria lá indo e vindo entre os demais, brincando com os da sua idade, ouvindo as histórias dos adultos e compartilhando as alegrias e tristezas da caravana. Para expressar a «caravana» de peregrinos, Lucas usou o termo grego *synodía*, que indica precisamente esta «comunidade em caminho», na qual se integrou a sagrada Família. Graças à confiança que n’Ele depositam seus pais, Jesus move-Se livremente e aprende a caminhar com todos os outros” (CV 29).

**Prece:** Jesus, inspira os nossos jovens a caminharem juntos, a cuidarem da amizade e, até nos momentos de crise, permanecerem fiéis (cf. CV 31)!

#### **4. No quarto mistério meditemos no Batismo de Jesus**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Jesus também foi batizado; e, enquanto orava, o céu abriu-se e o Espírito Santo desceu sobre Ele em figura corpórea, como uma pomba. E do céu surgiu uma voz: «Tu és o meu Filho amado: em Ti Me comprazo»” (Lc 2,21-22).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “As primeiras imagens de Jesus, jovem adulto, são as que no-Lo apresentam na multidão ao pé do rio Jordão, para ser batizado pelo primo João Batista, como qualquer um do seu povo” (CV 24). “Aquele batismo não era como o nosso, que nos introduz na vida da graça, mas foi uma consagração antes de começar a grande missão da sua vida. O Evangelho diz que o seu batismo foi motivo de júbilo e comprazimento do Pai: «Tu és o meu Filho muito amado» (Lc 3, 22). Imediatamente Jesus apareceu cheio do Espírito Santo e foi levado pelo Espírito ao deserto. Assim, estava pronto para ir pregar e fazer prodígios, libertar e curar (cf. Lc 4, 1-14). Cada jovem, quando se sente chamado a cumprir uma missão nesta terra, é convidado a reconhecer dentro de si as mesmas palavras que Deus Pai dissera a Jesus: «Tu és o meu filho muito amado»” (CV 25).

**Prece:** Jesus inspira os nossos jovens a desenvolver uma profunda compaixão pelos mais fracos, especialmente os pobres, os doentes, os pecadores e os excluídos (cf. CV 31)!

## 5. No quinto mistério meditemos na juventude adulta de Jesus até à Cruz e Ressurreição

**Leitura bíblica:** Da Primeira Carta aos Coríntios: “Leitura da Primeira Epístola do apóstolo São Paulo aos Coríntios: “Irmãos: Não sabeis que um pouco de fermento leveda toda a massa? Purificai-vos do velho fermento, para serdes uma nova massa, visto que sois pães ázimos. Cristo, o nosso cordeiro pascal, foi imolado. Celebremos a festa, não com fermento velho, nem com fermento de malícia e perversidade, mas com os pães ázimos da pureza e da verdade” (1 Cor 5,6-8).

**Meditação:** Diz o Papa Francisco, na sua Exortação Apostólica pós-sinodal *Christus vivit* (Cristo vive), dirigida aos jovens e a todo o Povo de Deus: “O Senhor «entregou o seu espírito» (Mt 27, 50) numa cruz, quando tinha pouco mais de 30 anos de idade (cf. Lc 3, 23). É importante tomar consciência de que Jesus foi um jovem. Deu a sua vida numa fase que hoje se define como a dum jovem adulto. Em plena juventude, começou a sua missão pública e, assim, brilhou «uma grande luz» (Mt 4, 16), sobretudo quando levou até ao extremo o dom da sua vida. Este final não foi improvisado, mas teve uma preciosa preparação em toda a sua juventude” (CV 23). “Por outro lado, Jesus ressuscitou e quer fazer-nos participantes da novidade da sua ressurreição. Ele é a verdadeira juventude dum mundo envelhecido” (CV 32).

**Prece:** Jesus, ilumina os jovens, para que tenham projetos que os fortaleçam, acompanhem e lancem para o encontro com os outros, o serviço generoso, a missão (cf. CV 30)!

### Oração adaptada a partir de *Christus vivit*, n.º 33

Senhor, Deus de Amor:  
faz-nos acender estrelas  
na noite de outros jovens.

Dá-nos a sabedoria do Teu Espírito,  
para sabermos ler os sinais tão variados  
que Tu nos colocas no nosso caminho,  
para não ficarmos parados,  
mas imitarmos o semeador  
que observava as estrelas  
para poder lavrar o seu campo.



Senhor, Deus de Amor,  
as estrelas respondem ao teu chamamento  
e brilham alegremente nos seus postos,

Acende estrelas dentro de nós,  
a fim de podermos continuar  
a caminhar juntos.

Senhor Jesus Cristo  
Tu és a brilhante estrela da manhã!  
Sê, para nós, a grande luz de esperança  
e o nosso guia no meio da noite.  
Leva-nos mais longe e apressadamente,  
na companhia de Maria, Tua e nossa Mãe.  
Ámen.

**Nota:**

Dado que nos inspirámos nos textos da Exortação Apostólica do Papa Francisco, *Christus vivit*, dirigida aos Jovens e ao Povo de Deus, é conveniente incluir ou concluir com a Oração Oficial da JMJ 2023

## Dias 12 e 13 (1)

### A mensagem de Fátima

#### Introdução

**P.** Queremos ser peregrinos de Fátima, porque todos, em espírito, trazemos no coração os caminhos do Santuário. Hoje vamos refletir na mensagem de Fátima.

As aparições tiveram lugar na Cova da Iria, no ano de 1917, com três crianças entre os sete e os dez anos de idade, Lúcia, Francisco e Jacinta, como protagonistas. No ano de 1916, as mesmas crianças já tinham sido testemunhas de três manifestações de um anjo que se apresentou como Anjo da Paz e Anjo de Portugal. A 13 de maio de 1917, foram testemunhas da aparição da Senhora «mais brilhante que o Sol», no cimo de uma azinheira. Convidou-as a regressar àquele mesmo lugar no dia 13 dos meses seguintes, até outubro. E ao longo destes encontros, comunicou-lhes uma mensagem de misericórdia e paz, depois transmitida através dos interrogatórios a que as crianças desde o princípio foram submetidas e das Memórias escritas pela Lúcia anos mais tarde.

Ao longo destes cinco mistérios, vamos meditar na Mensagem de Fátima.

#### **1.º Mistério: No primeiro mistério mediamos na Mensagem de Nossa Senhora na primeira aparição a 13 de maio de 1917**

**P.** Uma por uma, as seis mensagens, de seis meses seguidos, de maio a outubro, são um contínuo convite à santidade. Na primeira aparição, a 13 de maio, além de dizer donde vinha, do Céu, de pedir aos Pastorinhos que viessem ali seis meses seguidos, Nossa Senhora convida-os a oferecerem-se para ajudar a reparar e a salvar o mundo, com as seguintes palavras:

**Leitor 1:** *«Quereis oferecer-vos a Deus para aceitar todos os sofrimentos que Ele quiser mandar-vos, em ato de reparação pelos pecados com que é ofendido e de súplica pela conversão dos pecadores?»*. E a resposta foi de total generosidade:

**Leitor 2:** *Sim, queremos!*

**P.** Depois desta pronta e generosa resposta, Nossa Senhora confirma-os e anima-os dizendo-lhes: *«Ides, pois, ter muito que sofrer, mas a graça de Deus será o vosso conforto»*. Para os animar ainda mais, Nossa Senhora abriu as mãos num gesto de bondade maternal que oferece o seu Coração, donde

saía um reflexo misterioso que penetrou o mais íntimo da alma dos Pastorinhos, consolando-os de tal modo que nunca esqueceram este momento. Finalmente, a Senhora despediu-Se dizendo:

**Leitor 2:** «*Rezai o terço todos os dias para alcançar a paz para o mundo e o fim da guerra*». Este convite, como sabemos, será repetido todos os meses: «*Rezem o terço todos os dias*».

**P.** Examinemos, com generosidade e seriedade, como temos ouvido o pedido da Senhora, se temos ou não rezado todos os dias. Foi-nos proposto rezar, ao menos, um mistério do Rosário, por semana. Temo-lo feito? Rezemos pela Paz no mundo. Peçamos ao Senhor, piedoso, que tenha piedade de nós.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós. P. Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. R. Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | P. Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude! R. Rogai por nós | Cântico**

**2.º Mistério: No segundo mistério, meditemos na Mensagem de Nossa Senhora na segunda aparição, a 13 de junho de 1917**

**P.** Além de voltar a repetir que queria que voltassem ali no dia 13 de cada mês, e de lhes dizer que queria que aprendessem a ler, Nossa Senhora promete levar em breve para o Céu a Jacinta e o Francisco, mas revela a grande missão reservada a Lúcia, com estas palavras:

**Leitor 1:** «*Tu ficas cá mais algum tempo. Jesus quer servir-se de ti para Me fazer conhecer e amar. Ele quer estabelecer no mundo a devoção ao meu Imaculado Coração. Prometo a salvação a quem a aceitar; e estas almas serão queridas por Deus como flores colocadas por mim para adornar o seu trono*».

**Leitor 2:** E para confortar a pequena Lúcia que ficaria cá para cumprir esta missão, Nossa Senhora afirma-lhe: «*Eu nunca te deixarei. O meu Imaculado Coração será o teu refúgio e o caminho que te conduzirá até Deus*».

**P.** Cada um de nós deve acolher este convite de ser apóstolo do Imaculado Coração, de O dar a conhecer, de O fazer amar. Como tem cada um realizado esta tão nobre missão, este apostolado da misericórdia e da bondade de Deus, no seio da sua família, na paróquia, no movimento eclesial ou no grupo a que pertence?

PN | 10 Ave-marias | Glória | **P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. **P.** Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. **R.** Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | **P.** Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude!  
**R.** Rogai por nós | Cântico

**3.º Mistério: No terceiro mistério meditemos na Mensagem de Nossa Senhora na terceira aparição a 13 de julho de 1917**

**P.** Além de continuar a dizer aos Pastorinhos que rezem o terço, Nossa Senhora, nesta mensagem, acrescenta o seguinte: «*Continuai a rezar o terço em honra de Nossa Senhora do Rosário para obter a paz do mundo e o fim da guerra, porque só Ela lhes poderá valer*». Depois, iniciando-os na prática da penitência, no valor e na finalidade dos sacrifícios, ensina-lhes o seguinte:

**Leitor 1:** “Sacrificai-vos pelos pecadores dissei muitas vezes, em especial sempre que fizerdes algum sacrifício: «Ó Jesus, é por vosso amor, pela conversão dos pecados cometidos contra o Imaculado Coração de Maria»”. Depois destas palavras, através de uma visão, Nossa Senhora mostrou-lhes o Inferno.

**Leitor 2:** “Mas ainda assim, a sua mensagem termina com uma palavra de esperança: «*Por fim, o Meu Imaculado Coração triunfará*». Deste modo, a mensagem de Fátima converte-se num hino de esperança. Como disse o cardeal Ratzinger, a Virgem Maria não provoca medo nem faz previsões apocalípticas, mas conduz ao Filho, ao essencial da revelação cristã. Repetiu-o depois como papa Bento XVI:

**P.** «*A mensagem de Fátima, condensada na promessa da Senhora, é «como uma janela de esperança que Deus abre quando o homem Lhe fecha a porta*».

PN | 10 Ave-marias | Glória | **P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. **P.** Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. **R.** Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | **P.** Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude!  
**R.** Rogai por nós | Cântico

#### **4.º Mistério: No quarto mistério, meditemos na mensagem a 19 de agosto de 1917**

**P.** Como os Pastorinhos estavam presos em Vila Nova de Ourém no dia 13 de agosto, Nossa Senhora apareceu-lhes no dia 19, nos Valinhos. Nesta aparição, além da sempre renovada recomendação de que rezemos o terço todos os dias, a Senhora da Mensagem disse aos Pastorinhos as seguintes palavras:

**Leitor 1:** *«Rezai, rezai muito e fazei sacrifícios pelos pecadores, pois vão muitas almas para o Inferno por não haver quem se sacrifique por elas».*

**Leitor 2:** Partindo da sua profunda união com Deus, os pastorinhos tomaram consciência de que os outros são tão importantes que se sacrificaram por eles. Foi assim despertando a sua responsabilidade: não podiam abandonar o pecador na sua culpa ou o que sofre no seu sofrimento. O convite à conversão e à reparação desafia-nos a não nos resignarmos diante da banalização do mal, a vencermos a ditadura da indiferença face ao sofrimento que nos cerca.

**P.** Examinemos a maneira como assumimos a nossa condição e a nossa ação de colaboradores na salvação do mundo. Como e quanto rezamos, e fazemos penitência, para ajudar a salvar os outros?

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós. P. Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. R. Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | P. Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude! R. Rogai por nós | Cântico**

#### **5.º Mistério: No quinto mistério, meditemos na mensagem da quinta aparição a 13 de setembro de 1917**

**P.** Nesta quinta aparição, a que tem um conteúdo mais curto, Nossa Senhora continua a dizer que quer que rezem o terço todos os dias, fazendo depender daí o dom do fim da guerra. Depois promete fazer um milagre em outubro, na última aparição, e diz que nesse dia virá S. José com o Menino Jesus para dar a paz ao mundo e Nosso Senhor para abençoar o povo. Conheçamos um pouco melhor como estas crianças, os santos pastorinhos, saborearam a presença de Deus:

**Leitor 1:** São Francisco Marto confessa: *«do que gostei mais foi de ver a Nosso Senhor, naquela luz que Nossa Senhora nos meteu no peito. Gosto tanto de Deus!».* Sente-se *«a arder, naquela luz que é Deus*

[...]. *Como é Deus! Não se pode dizer!*». Esta união com Deus fá-lo perceber a dor que lhe provocam as ofensas humanas. Dá-lhe pena por «*Ele estar tão triste*» e, por isso, brota nele a resposta enternecedora: «*Se eu O pudesse consolar!*».

**Leitor 2:** Santa Jacinta Marto era especialmente sensível a Cristo crucificado, que para ela condensava o amor de Deus e suscitava, por isso, uma imensa gratidão: «enteneceu-se e chorou» ao contemplá-lo, «porque morreu por nós». É assim levada a desenvolver um diálogo constante de amor: gosta tanto de Jesus e de sua Mãe que não se cansa de Lhes dizer que os ama; busca a solidão para «estar muito tempo sozinha, a falar com Jesus escondido».

**P.** A vidente Irmã Lúcia assumirá como missão da sua vida transmitir a todos o amor de Deus manifestado no Coração Imaculado de Maria. Viverá para recordar ao mundo, não a miséria do que existe, mas a grandeza da misericórdia divina”. Confiemo-nos neste mistério à proteção dos santos pastorinhos Francisco e Jacinta Marto e rezemos pela beatificação da Irmã Lúcia.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós. P. Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. R. Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | P. Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude! R. Rogai por nós | Cântico**

### **Introdução sobre a sexta aparição, antes das três últimas Ave-marias**

**P.** “O ciclo das aparições de 1917 encerrou em 13 de outubro e as últimas palavras do relato de Lúcia, na sua “Quarta Memória”, falam da bênção então dirigida ao mundo: «*Desaparecida Nossa Senhora, na imensa distância do firmamento, vimos, ao lado do Sol, S. José com o Menino e Nossa Senhora vestida de branco, com um manto azul. São José com o Menino pareciam abençoar o mundo com uns gestos que faziam com a mão em forma de cruz. Pouco depois, desvanecida esta aparição, vi Nosso Senhor e Nossa Senhora [...]. Nosso Senhor parecia abençoar o mundo da mesma forma que S. José*». Esta bênção vinha sendo anunciada pelos pastorinhos desde os meses precedentes. E não era algo apenas para eles, mas para a humanidade inteira (...) No meio de situações verdadeiramente dramáticas, quando muitos contemporâneos estavam dominados pela angústia e a incerteza, quando a força do mal e do pecado parecia impor o seu domínio, a Virgem Maria faz brilhar em todo o seu esplendor a vontade salvífica de Deus, uma bênção que revela a extensão da sua ternura a todas as criaturas.

**Leitor 1:** Além do milagre e das diversas aparições, parecem muito importantes as palavras ditas por Nossa Senhora, que com ar muito triste afirma: «*Não ofendam mais a Nosso Senhor que já está muito ofendido!*». É deste modo que nos chega o pedido da Mãe para não ofendermos Jesus, seu Filho. A Virgem Maria quer a conversão das nossas vidas e dos nossos corações ao amor de Jesus.

**Leitor 2:** “O seu convite à conversão, à oração e à penitência pretende desbloquear os obstáculos que impedem os seres humanos de experimentar uma bondade que procede de Deus e foi depositada no coração humano. A mensagem de Fátima é um fortíssimo apelo à conversão e à penitência (...) Como afirmava o cardeal Ratzinger, no *comentário teológico ao segredo de Fátima*, a «palavra-chave da terceira parte do ‘segredo’ é o tríplice grito: “Penitência, Penitência, Penitência!” Voltam-nos ao pensamento as palavras do início do Evangelho: “Converti-vos e acreditai no Evangelho” (Mc 1,15)” (FSE, n.º 3).

**P.** Rezemos três Ave-Marias em honra do Coração Imaculado de Maria.

### 3 AM | Salve Rainha

#### Oração oficial da JMJ 2023

e/ou

#### Oração de consagração da Rússia e da Ucrânia e do mundo inteiro ao Imaculado Coração de Maria

Pode rezar-se apenas a parte a negrito

Ó Maria, Mãe de Deus e nossa Mãe,  
recorremos a Vós nesta hora de tribulação.  
Mãe de misericórdia,  
muitas vezes experimentamos a vossa ternura providente,  
a vossa presença que faz voltar a paz,  
porque sempre nos guiais para Jesus, Príncipe da paz.  
Mas perdemos o caminho da paz.  
Perdemos a humanidade, malbaratamos a paz.  
Tornamo-nos capazes de toda a violência e destruição.  
Temos necessidade urgente da vossa intervenção materna.

**Por isso acolhei, ó Mãe, esta nossa súplica:**

**Vós, estrela do mar, não nos deixeis naufragar na tempestade da guerra;**

**Vós, arca da nova aliança, inspirai projetos e caminhos de reconciliação;**

**Vós, «terra do Céu», trazei de volta ao mundo a concórdia de Deus;**

**Apagai o ódio, acalmai a vingança, ensinai-nos o perdão;**

**Libertai-nos da guerra, preservai o mundo da ameaça nuclear;**

**Rainha do Rosário, despertai em nós a necessidade de rezar e amar;**

**Rainha da família humana, mostrai aos povos o caminho da fraternidade;**

**Rainha da paz, alcançai a paz para o mundo.**

O vosso pranto, ó Mãe, comova os nossos corações endurecidos.

As lágrimas, que por nós derramastes,  
façam reflorescer este vale que o nosso ódio secou.

E, enquanto o rumor das armas não se cala,  
que a vossa oração nos predisponha para a paz.

As vossas mãos maternas acariciem  
quantos sofrem e fogem sob o peso das bombas.

O vosso abraço materno console  
quantos são obrigados a deixar as suas casas e o seu país.

Que o vosso doloroso Coração  
nos mova à compaixão e estimule a abrir as portas  
e a cuidar da humanidade ferida e descartada.

Nós, ó Mãe de Deus e nossa,  
solenemente confiamos e consagramos ao vosso Imaculado Coração  
nós mesmos, a Igreja e a humanidade inteira,  
de modo especial a Rússia e a Ucrânia.

Acolhei este nosso ato que realizamos com confiança e amor,  
fazei que cesse a guerra, providenciai ao mundo a paz. O sim que brotou do vosso Coração abriu as  
portas da história ao Príncipe da Paz;  
confiamos que mais uma vez, por meio do vosso Coração, virá a paz.  
Assim a Vós consagramos o futuro da família humana inteira,  
as necessidades e os anseios dos povos,



as angústias e as esperanças do mundo.

Mulher do sim, sobre Quem desceu o Espírito Santo,

trazei de volta ao nosso meio a harmonia de Deus.

Tecestes a humanidade para Jesus, fazei de nós artesãos de comunhão.

Caminhastes pelas nossas estradas,

guiai-nos pelas sendas da paz.

Ámen.

## Dias 12 e 13 (2)

### O Rosário pela Paz

#### Introdução

Anota o Evangelho, e por duas vezes, que “Jesus veio, pôs-Se no meio deles e disse: «A paz esteja convosco»” (Jo 20,19.26), ou talvez ainda melhor: “A paz está convosco”. A paz que Jesus nos dá, na Sua Páscoa, não é a paz do mundo, alcançada através da força, da conquista ou de várias formas de imposição. Essa paz, na realidade, é apenas um intervalo entre guerras. A Paz do Senhor segue o caminho da mansidão e da cruz: é ocupar-se do próximo, cuidar das suas feridas abertas. Com feito, Cristo assumiu sobre Si o nosso mal, o nosso pecado e a nossa morte. Mesmo Ressuscitado, Ele continua a trazer em si as marcas dos nossos pecados; as Suas feridas são as feridas das vítimas de todos os tempos, que continuam a sangrar, de modo tão cruel nesta guerra contra a Ucrânia. Ele revela-Se vivo, para mostrar que Ele, a Vítima, que Se oferece continuamente por todas as vítimas de todos os tempos, é o verdadeiro Vencedor. Ele assumiu sobre Si todas as nossas feridas e pecados. Meditemos os mistérios do rosário, em ligação com a mensagem de Fátima, olhando para Maria, como Rainha da Paz. O Papa Francisco pediu-nos que rezássemos todos os dias o Rosário pela Paz. Irmãos e irmãs: rezemos juntos, para que, em vez de sirenes de alarme, ressoem por todo este tempo pascal as campainhas do anúncio da vitória da Paz!

#### No 1.º mistério meditemos na Paz como parte essencial da Mensagem de Fátima

**Leitor 1:** No centro de todas as aparições marianas, entre as quais a de Fátima, é constante a solicitude de Maria, por guiar a Humanidade, nos caminhos da Paz, mostrando-lhe os meios de a alcançar. No ano do Rosário (2003-2004) o Papa colocava como intenção e fruto principais desta Oração a Paz. Disse um dia João Paulo II: «A mensagem de Fátima destina-se de modo particular aos homens do nosso século, marcado pelas guerras, pelo ódio, pela violação dos direitos fundamentais do homem, pelo enorme sofrimento de homens e nações e por fim, pela luta contra Deus até à negação da sua existência!» Maria, Virgem Imaculada e gloriosa, traz-nos «em corpo e alma» esta certeza viva da fé: *“por mais radical que seja o mal, nunca é tão profundo como a bondade”*.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós. P. Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. R. Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | P. Nossa Senhora de Fátima, Rainha da Paz! R. Rogai por nós. P. Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude. R. Rogai por nós.**

**Leitor 2:** Rezemos pela Paz porque a oração dirigida a um Deus, Pai de todos e não de alguns, ajuda-nos a tomar consciência de que somos todos filhos de Deus e, portanto, todos irmãos e não inimigos. A Oração atinge a raiz de onde brota a paz, na medida em que reforça os laços de uma pertença comum, os laços da nossa fraternidade. Rezemos ao Pai e jamais nos esqueceremos de que somos todos irmãos!

### **Oração coleta da Missa pela paz e pela justiça**

**P.** Oremos:

Pai santo, que chamais vossos filhos àqueles que promovem a paz, concedei-nos a graça de trabalhar incansavelmente pela instauração da justiça, que pode garantir aos homens a paz firme e verdadeira.

Por nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus e convosco vive e reina, na unidade do Espírito Santo, por todos os séculos dos séculos.

**R.** Ámen.

### **No 2.º mistério meditemos na Promessa da Paz na Mensagem de Fátima**

**Leitor 1:** A Mensagem de Fátima inclui o anúncio e a promessa da Paz para o mundo. O Anjo das Aparições intitula-se «ajo da paz» e convida a não ter medo» (cfr. Memórias, 152). Nossa Senhora anuncia a possibilidade e os meios para obter o bem da paz para os homens. Um dos meios, porventura o mais potente, é a oração, alimento indispensável da vida cristã. A primeira saudação ou recomendação que fez a Senhora foi que não tivessem medo. E o primeiro pedido foi que se rezasse para se alcançar o "fim da guerra". Com Maria, aprenderemos sempre a não ceder à tentação do desencorajamento e da desconfiança, na luta pela Paz. Ela acompanha-nos nesta luta pela Paz ou, se quiserem, nesta «peregrinação de confiança através da Terra».

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. **P.** Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. **R.** Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | **P.** Nossa Senhora de Fátima, Rainha da Paz! **R.** Rogai por nós. **P.** Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude. **R.** Rogai por nós.

**Leitor 2:** Rezemos pela Paz, porque este é o modo justo de nos colocarmos do lado de Deus. Não rezemos para pôr Deus a combater, como nosso aliado e do nosso lado, contra o lado oposto do inimigo. Não rezemos para que Deus sirva os nossos propósitos e ambições, mas para servirmos nós o Seu Reino de Amor e de Paz. Rezemos para nos sintonizarmos com a vontade de Deus que é salvar, é reconciliar, é a Paz.

### **Oração coleta da Missa pela paz e pela justiça**

**P.** Oremos:

Senhor nosso Deus,  
que a todos estendeis a vossa solicitude paterna,  
concedei aos homens, que de Vós receberam a mesma origem,  
a graça de formarem uma só família na paz e no amor fraterno.

Por nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus  
e convosco vive e reina, na unidade do Espírito Santo,  
por todos os séculos dos séculos.

**R.** Ámen.

### **No 3.º mistério, meditemos no Coração Imaculado de Maria, de onde irradia o esplendor da Paz**

**Leitor 1:** A Paz apoderou-se de Maria. Nela, o pecado, o principal agente ou vírus corrosivo da Paz, não entrou, nem prosperou. O seu coração, imaculado, não conheceu qualquer espécie de desordem, e por isso Maria se tornou terra fértil, onde floresceram “*a justiça e a Paz para sempre*” [Sal.72 (71) 7]). Só a libertação do pecado, pode dar a Paz. Maria, entre todas as criaturas, refulge como o mais belo exemplar do esplendor da Paz, como se dos seus olhos irradiassem sempre a Luz, do Filho que «*é, de facto a nossa Paz*» (Ef.2,13).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. **P.** Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. **R.** Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | **P.** Nossa Senhora de Fátima, Rainha da Paz! **R.** Rogai por nós. **P.** Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude. **R.** Rogai por nós.

**Leitor 2:** Rezemos pela Paz, porque, a seu tempo e a seu modo, a oração transforma sempre a realidade. Se, pela oração, não mudam as coisas ao nosso redor, pelo menos mudamos nós, muda o

nosso coração e a partir daí muda tudo o resto. E, por isso, rezemos, para transformarmos o ressentimento e vingança nos mesmos sentimentos de perdão e de paz, que há em Cristo Jesus (cf. Fl 2,5). Rezemos para que a guerra termine também dentro de nós e com quem nos rodeia, para que a nossa resposta ao mal seja sempre o bem. Rezemos para alcançar do Senhor um coração novo, que as nossas mãos são incapazes de criar. A oração é arma que nos desarma.

### **Oração coleta da Missa pela paz e pela justiça**

**P.** Oremos:

Deus criador do universo,  
que na vossa providência dirigis os acontecimentos do mundo,  
atendei propício as nossas súplicas e concedei a paz aos nossos tempos,  
para que nos alegremos sempre no louvor da vossa misericórdia.

Por nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus  
e convosco vive e reina, na unidade do Espírito Santo,  
por todos os séculos dos séculos.

**R.** Ámen.

### **No 4.º mistério meditemos em Maria, como Rainha da Paz**

**Leitor 1:** Assim, ainda que humanamente nos pareça difícil olhar o futuro com otimismo, ainda que nos pareça que a *“cauda do mal arrasta o céu e se alastra pela Terra”* (Ap.12,4), há sempre um sinal de esperança. A Virgem Maria está diante de nós, como *Rainha da Paz*. Devemos trabalhar pela Paz, com coragem, com a confiança de que o mal não prevalecerá. «Esta confiança permite manter-se de pé, onde as sociedades humanas são abaladas. Ela permite avançar mesmo quando surge o fracasso». Segundo a visão profética de São João, no Apocalipse, Maria está bem no coração desta luta pela Paz, *«contra o Príncipe deste Mundo»* (Ef.1,2), e coopera na vitória alcançada pelo Príncipe da Paz!

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. **P.** Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. **R.** Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | **P.** Nossa Senhora de Fátima, Rainha da Paz! **R.** Rogai por nós. **P.** Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude. **R.** Rogai por nós.

**Leitor 2:** Rezemos pela Paz, para que o nosso olhar não fique colado ao chão. Não rezemos como se Deus tivesse uma varinha mágica, para bloquear os botões da guerra. Deus está, conhece-nos, acompanha-nos, inspira-nos, anima-nos, mas não nos substitui nesta luta. Rezemos para termos a coragem de enfrentar este combate, de mãos irmanadas, pela vida e pela paz.

### **Oração coleta da Missa pela paz e pela justiça**

**P.** Oremos:

Deus da paz, que não podeis ser compreendido  
por quem vive na discórdia  
nem recebido por quem ama a violência,  
concedei aos que vivem na concórdia a perseverança no bem  
e aos que vivem na discórdia a cura do seu mal,  
para que todos se encontrem em Vós, que sois a verdadeira paz.  
Por nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus  
e convosco vive e reina, na unidade do Espírito Santo,  
por todos os séculos dos séculos.

**R.** Ámen.

### **No 5.º mistério meditemos no Rosário, como arma da Paz**

**Leitor 1:** Eis-nos diante da doce figura de *Nossa Senhora da Paz*, como que apontando-nos o Rosário, como silenciosa, simples e eficaz arma da Paz! “O Rosário é, por natureza, uma oração orientada para a Paz, precisamente porque consiste na contemplação de Cristo, Príncipe da Paz e «nossa Paz» (Ef 2, 14). Devido ao seu caráter meditativo, com a serena sucessão das “Ave-marias”, o Rosário exerce uma ação pacificadora, sobre quem o reza, predispondo-o a receber, a experimentar e a espalhar ao seu redor aquela Paz verdadeira, que é um dom especial do Ressuscitado (cf. Jo 14, 27; 20, 21). O Rosário é oração de Paz também pelos frutos de caridade que produz. O Rosário, ao mesmo tempo que nos leva a fixar os olhos em Cristo, torna-nos também construtores da Paz no mundo! Pelas suas características de petição insistente e comunitária, em sintonia com o convite de Cristo para «orar sempre, sem desfalecer» (Lc.18, 1), o Rosário permite-nos esperar que, também hoje, se possa vencer uma “batalha” tão difícil como é a da Paz.

PN | 10 Ave-marias | Glória | **P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. **P.** Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno. **R.** Levai as almas todas para o Céu, principalmente as que mais precisarem. | **P.** Nossa Senhora de Fátima, Rainha da Paz! **R.** Rogai por nós. **P.** Nossa Senhora, jovem de Nazaré e mãe da juventude. **R.** Rogai por nós.

**Leitor 2:** Rezemos pela Paz, porque Deus Pai escuta-nos sempre, mesmo se os problemas nem sempre se resolvem, mesmo se o sofrimento e a guerra continuam. Se rezarmos, confessamos a Deus a nossa escuridão e Ele rasgará a fenda pela qual a luz poderá entrar; saberemos que somos ouvidos por Ele, e tudo se tornará mais suportável. A pior coisa que nos pode acontecer é sofrermos sem sermos escutados. É disto que a oração nos salva e liberta: da solidão e do desespero, porque, em boa verdade, quem reza nunca está só.

### **Oração coleta da Missa pela reconciliação**

**P.** Oremos:

Deus de clemência e de reconciliação,  
que dais aos homens dias propícios de salvação e de graça,  
para que todos Vos reconheçam como seu Criador e Pai,  
ajudai-nos benignamente, de modo que, acolhendo de coração sincero a vossa palavra de paz,  
colaboremos no desígnio da vossa vontade  
para renovar todas as coisas em Cristo.  
Por nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus  
e convosco vive e reina, na unidade do Espírito Santo,  
por todos os séculos dos séculos.

**R.** Ámen.

### **3 AM | Salve Rainha | Consagração a Nossa Senhora**

#### **Oração oficial da JMJ**

e/ou

**Oração de consagração da Rússia e da Ucrânia e do mundo inteiro ao Imaculado Coração de Maria**

A paz que Jesus Ressuscitado nos traz não é fruto de algum compromisso diplomático; ela nasce do dom de Si mesmo. Esta Paz, mansa e corajosa, que não acusa nem se vinga da morte é-nos difícil de aceitar, de acolher, de praticar. Esta paz de Jesus não domina os outros, nunca é uma paz armada: nunca! As armas do Evangelho, que Jesus nos ensinou a usar, da sua Paixão à gloriosa Ressurreição, são a oração, a ternura, o perdão e o amor gratuito ao próximo, o amor a todos, o amor aos inimigos, o amor capaz de reconstruir e de reconciliar. Esta é a forma de trazer a Paz de Deus ao mundo. É por isso que a agressão armada destes dias, como qualquer guerra, representa um ultraje contra Deus, uma traição blasfema ao Senhor da Páscoa, preferindo ao seu rosto manso a figura do falso deus deste mundo. A guerra é sempre uma ação humana para levar à idolatria do poder, seja ele de quem for. Oremos, inspirados na Oração do Papa Francisco no ato de consagração da Rússia e da Ucrânia e do mundo inteiro ao Imaculado Coração de Maria

Pode rezar-se apenas a parte a negrito

Ó Maria, Mãe de Deus e nossa Mãe,  
recorremos a Vós nesta hora de tribulação.

Mãe de misericórdia,  
muitas vezes experimentamos a vossa ternura providente,  
a vossa presença que faz voltar a paz,  
porque sempre nos guiais para Jesus, Príncipe da paz.  
Mas perdemos o caminho da paz.  
Perdemos a humanidade, malbaratamos a paz.  
Tornamo-nos capazes de toda a violência e destruição.  
Temos necessidade urgente da vossa intervenção materna.

**Por isso acolhei, ó Mãe, esta nossa súplica:**

**Vós, estrela do mar, não nos deixeis naufragar na tempestade da guerra;**  
**Vós, arca da nova aliança, inspirai projetos e caminhos de reconciliação;**  
**Vós, «terra do Céu», trazei de volta ao mundo a concórdia de Deus;**  
**Apagai o ódio, acalmai a vingança, ensinai-nos o perdão;**  
**Libertai-nos da guerra, preservai o mundo da ameaça nuclear;**  
**Rainha do Rosário, despertai em nós a necessidade de rezar e amar;**  
**Rainha da família humana, mostrai aos povos o caminho da fraternidade;**  
**Rainha da paz, alcançai a paz para o mundo.**



O vosso pranto, ó Mãe, comova os nossos corações endurecidos.  
As lágrimas, que por nós derramastes, façam reflorescer este vale que o nosso ódio secou.  
E, enquanto o rumor das armas não se cala, que a vossa oração nos predisponha para a paz.  
As vossas mãos maternas acariciem quantos sofrem e fogem sob o peso das bombas.  
O vosso abraço materno console quantos são obrigados a deixar as suas casas e o seu país.  
Que o vosso doloroso Coração nos mova à compaixão e estimule  
a abrir as portas e cuidar da humanidade ferida e descartada.  
Nós, ó Mãe de Deus e nossa, solenemente confiamos e consagramos  
ao vosso Imaculado Coração nós mesmos,  
a Igreja e a humanidade inteira, de modo especial a Rússia e a Ucrânia.  
Acolhei este nosso ato que realizamos com confiança e amor,  
fazei que cesse a guerra, providenciai ao mundo a paz.  
O sim que brotou do vosso Coração abriu as portas da história ao Príncipe da Paz;  
confiamos que mais uma vez, por meio do vosso Coração, virá a paz.  
Assim a Vós consagramos o futuro da família humana inteira,  
as necessidades e os anseios dos povos, as angústias e as esperanças do mundo.  
Mulher do sim, sobre Quem desceu o Espírito Santo,  
trazei de volta ao nosso meio a harmonia de Deus.  
Teceste a humanidade para Jesus,  
fazei de nós artesãos de comunhão.  
Caminhastes pelas nossas estradas,  
guiai-nos pelas sendas da paz.  
Ámen.

## Dia 14

### Semana da Vida (1.º dia) – Levanta-te. A tua vida é um dom

#### Mistérios gloriosos

Esta é a proposta do Departamento Nacional da Pastoral Familiar para a Semana da Vida para o dia 21.

Mas como no dia 21, iniciaremos a Semana Laudato Sí, aproveitamos as reflexões,  
para este 1.º Dia da Semana da Vida.

#### 1.º Mistério: A Ressurreição de Jesus

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: «No primeiro dia da semana, ao romper da alva, as mulheres foram ao sepulcro [...]. Encontraram removida a pedra da porta do sepulcro e, entrando, não acharam o corpo do Senhor Jesus. Estando elas perplexas com o caso, apareceram-lhes dois homens em trajes resplandecentes. Como estivessem amedrontadas e voltassem o rosto para o chão, eles disseram-lhes: «Por que buscais o Vivente entre os mortos? Não está aqui; ressuscitou! Lembrai-vos de como vos falou, quando ainda estava na Galileia, dizendo que o Filho do Homem havia de ser entregue às mãos dos pecadores, ser crucificado e ressuscitar ao terceiro dia. Recordaram-se, então, das suas palavras» (Lc 24,1-8).

**Meditação:** «A certeza da imortalidade futura e a esperança na ressurreição prometida projetam uma nova luz sobre o mistério do sofrimento e da morte e infundem uma força extraordinária para se abandonar ao desígnio de Deus» (EV 67). Só depois da ressurreição de Jesus é que a missão dos apóstolos se tornou evidente. Apesar de terem percorrido muitos quilómetros, convivido diariamente e ouvido tudo o que Jesus lhes disse, foi só depois da sua morte e ressurreição que eles compreenderam tudo, ou seja, só depois da esperança desabrochada na manhã de Páscoa "fez-se luz" no seu entendimento. Jesus está vivo! Ele venceu a morte e o pecado. A ressurreição é fonte de Fé e da Esperança. Em Jesus Cristo ressuscitado somos chamados a dar ao mundo o testemunho da vida e do amor do Pai que nos sustenta e faz crescer.

**Prece:** Senhor, ajuda-nos a descobrir Cristo vivo na nossa vida, em cada pessoa para sermos fermento de esperança e construtores generosos de uma nova cultura da vida. Que na força da Sua ressurreição nos levantemos novamente e ajudemos a elevar cada vida como um dom. A Maria nossa Mãe imploremos a graça de crescer na intimidade com o seu divino Filho, fonte da verdadeira vida.

## **2.º Mistério: A Ascensão de Jesus ao Céu**

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: «Estavam todos reunidos, quando Lhe perguntaram: “Senhor, é agora que vais restaurar o Reino de Israel?” Respondeu-lhes: “Não vos compete saber os tempos nem os momentos que o Pai fixou com a sua autoridade. Mas ides receber uma força, a do Espírito Santo, que descerá sobre vós, e sereis minhas testemunhas em Jerusalém, por toda a Judeia e Samaria e até aos confins do mundo”. Dito isto, elevou-Se à vista deles e uma nuvem subtraiu-O a seus olhos» (At 1,6-11).

**Meditação:** Os tempos e momentos que o Pai fixou com a Sua autoridade servem para que cada um possa crescer e humanizar-se, porque é isso que significa autoridade, fazer crescer e ganhar maturidade. O Senhor Deus, faz uma das mais importantes promessas, a de que nos iria enviar o Espírito Santo. Cumprindo essa promessa ficaremos cheios de força que nos permitirá testemunhar o quanto o Senhor nos ama, o quanto o Senhor faz nas nossas vidas para que sejamos felizes. A promessa não se destinava apenas aos apóstolos, mas a todos nós. Perante isto, Jesus conta com o nosso testemunho e garante-nos a força para proclamar que Ele é o Senhor! Acolher o evangelho, acreditar e viver com fé tornará possível o surgimento de uma nova perspectiva sobre o sentido da vida, do matrimónio e da família no plano de Deus. No nosso tempo em que a Igreja reconhece a necessidade de uma nova evangelização, o Papa Francisco, inspirado pelo Espírito Santo, proclamou a exortação apostólica *Amoris Laetitia*: «o anúncio cristão sobre a família é verdadeiramente uma boa notícia» (AL,1).

**Prece:** Senhor, que alimentas as tuas testemunhas na força do Espírito Santo faz que a família acolha e anuncie a Palavra de Deus. Que na força da Sua ressurreição nos levantemos novamente e ajudemos a levantar cada vida como um dom. Maria nossa Mãe, que contempleste a subida do Teu Filho ao Céu, ajuda-nos a manter sempre viva a ligação ao Seu coração porque Ele é o caminho para o Pai. Contigo queremos transformar a nossa vida no projeto que Deus pensou para nós.

## **3.º Mistério: A descida do Espírito Santo sobre Nossa Senhora e os Apóstolos**

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: «De repente, ressoou, vindo do céu, um som comparável ao de forte rajada de vento, que encheu toda a casa onde eles se encontravam. Viram então aparecer umas línguas, à maneira de fogo, que se iam dividindo, e poisou uma sobre cada um

deles. Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar outras línguas, conforme o Espírito lhes inspirava que se exprimissem» (At 2,1-4).

**Meditação:** Todos ficaram cheios do Espírito Santo! O mesmo Espírito Santo que nos foi concedido no dia do nosso batismo e que quer agir no nosso interior e conceder-nos os seus dons e os seus frutos. É Ele que nos guia pelo caminho da santidade, nos dá a força para sermos testemunhas da Ressurreição do Senhor Jesus, nos conduz à Verdade plena que recebemos do Pai e do Filho o Espírito Santo. A Igreja nascida do mistério Pascal de Cristo adquiriu o seu vigor com a descida do Espírito Santo. Na exortação apostólica *Amoris Laetitia* o Papa Francisco diz-nos que a “Trindade está presente no templo da comunhão matrimonial” (AL, 314) e vive intimamente no amor conjugal que Lhe dá glória. Na celebração do sacramento do matrimónio o sacerdote abençoa os noivos invocando sobre eles o Espírito Santo e a sua chama manterá aceso nos seus corações o amor fiel e fecundo: “a espiritualidade matrimonial é uma espiritualidade do vínculo habitado pelo amor divino”. (AL, 315). Procuremos viver sempre em comunhão com o Deus de Amor que, pelo Espírito Santo, fortalece a nossa comunhão e fecunda a nossa entrega impelindo-nos ao testemunho que dá sentido a nossa vida.

**Prece:** Senhor, suplicamos-Te que envies novamente o Espírito Santo sobre as nossas famílias e que renove e levante o amor dos esposos, para viverem o dom do seu amor como expressão do Teu amor divino. Maria Rainha da Nova Evangelização, intercede por nós junto do Teu Filho Jesus para que pela ação do Espírito Santo sejamos testemunhas do amor de Deus no amor conjugal e familiar.

#### **4.º Mistério: A Assunção de Nossa Senhora ao Céu**

**Leitura bíblica:** Do livro do Apocalipse: “Apareceu no céu um sinal extraordinário: uma mulher vestida do sol, com a lua debaixo dos seus pés e uma coroa de doze estrelas sobre a cabeça. Ela estava grávida e gritava de dor, pois estava para dar à luz. [...] Ela deu à luz um filho, um homem, que governará todas as nações com cetro de ferro. Seu filho foi arrebatado para junto de Deus e de seu trono» (Ap 12, 1-2-5).

**Meditação:** “Toda a existência da Virgem Mãe está envolvida pela certeza de que Deus está com Ela e A acompanha com a sua benevolência providente. O mesmo se passa também com a existência da Igreja que encontra «um refúgio» (cf. Ap 12, 6) no deserto, lugar da provação, mas também da manifestação do amor de Deus pelo seu povo (cf. Os 2, 16).

«Maria é uma mensagem de viva consolação para a Igreja na sua luta contra a morte. Ao mostrar-nos o seu Filho, assegura-nos que n'Ele as forças da morte já foram vencidas». (EV 105).

Ao elevar Maria em corpo e alma ao Céu, o Senhor confirmou que Ela, toda Santa e Imaculada, é a Mãe que intercede por nós. Olhemos atentamente para Maria e descubramos o seu testemunho de fé, amor, entrega e missão de a todos levar o seu filho Jesus. Maria levantou-se e partiu apressadamente e levou no seu ventre o Filho de Deus. “Maria partiu apressadamente” significa que Ela não ficou à espera que tudo acontecesse à sua volta.

**Prece:** Maria nossa Mãe, ajuda-nos a levantarmo-nos e partir como Tu ao encontro daqueles que ninguém visita, reza, serve ou ajuda levando o amor de Jesus. Ensina-nos a levar a saudação de Deus para que cada vida possa descobrir-se como um dom. Protege-nos na caminhada da vida com o Teu manto de Mãe. Nós confiamos em Ti!

## **5.º Mistério: A coroação de Nossa Senhora como Rainha do Céu e da Terra**

**Leitura bíblica:** Do Livro de Judite: «Tu és a glória de Jerusalém, Tu a alegria de Israel, Tu a honra do nosso povo. ... Sê eternamente bendita pelo Senhor onnipotente»» (Jt 15,10).

**Meditação:** Na hora da Anunciação, o anjo diz a Maria que o Filho que dará à luz “chamar-se-á Filho do Altíssimo... e o seu reino não terá fim”. O anjo foi o primeiro a dizer que Maria é Rainha, porque seu Filho é o Filho de Deus Encarnado, o Rei. Maria acolhe no seu coração e no seu corpo a grandeza do mistério que nela se desenvolve desde o instante do seu sim. Como Mãe do Salvador Maria é cheia de graças pois o Espírito Santo desceu sobre Ela cumulando-a de glórias como a nenhuma outra criatura. Maria tem a tarefa de dar à luz a Cristo de preparar no mundo o Reino de Cristo, de abrir o caminho à missão, ao trabalho missionário da Igreja. Também nós podemos e devemos coroar Maria pois isso é permitir que ela seja nossa Mãe, Educadora e Rainha no pequeno mundo do nosso ser; que ela reine em todos os momentos e situações da nossa vida, assim entregando-nos a ela e confiamos totalmente em seu poder.

**Prece:** Maria nossa Mãe, reinas no Céu e reinas no mundo, podendo assim distribuir as tuas graças. Nós te coroamos como Rainha do nosso Coração. Faz nascer Cristo em nós para que as nossas famílias se tornem um novo Belém e levem o dom de Jesus ao mundo. Contigo queremos levantar-nos e caminhar. Educa-nos, guia-nos e fortalece-nos nas dificuldades da nossa vida e leva-nos rumo ao Céu!

## Oração de Agradecimento

Infinitas graças vos damos, Soberana Rainha, pelos benefícios que todos os dias recebemos das vossas mãos. Dignai-vos, agora e para sempre, tomar-nos debaixo do vosso poderoso amparo e para mais vos obrigar vos saudamos com uma Salve Rainha:

Salve Rainha, Mãe de Misericórdia, vida, doçura, esperança nossa, salve! A vós bradamos, os degredados filhos de Eva; a vós suspiramos gemendo e chorando neste vale de lágrimas. Eia, pois, advogada nossa, esses vossos olhos misericordiosos a nós volvei, e depois deste desterro nos mostrai a Jesus, bendito fruto do vosso ventre, ó Clemente, ó Piedosa, ó Doce, sempre virgem Maria.

Proposta do Departamento Nacional da Pastoral Familiar

Movimento Apostólico Schoenstatt

## Dia 15 (1)

### Semana da Vida (2.º dia) – Levanta-te. A tua vida é um dom (1)

#### 1.º Mistério: O Anjo anuncia a Maria que vai ser Mãe do Filho de Deus

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Disse-lhe o anjo: «Maria, não temas, pois achaste graça diante de Deus. Hás de conceber no teu seio e dar à luz um filho, ao qual porás o nome de Jesus. Será grande e vai chamar-se Filho do Altíssimo. O Senhor Deus vai dar-lhe o trono de seu pai David, reinará eternamente sobre a casa de Jacob e o seu reinado não terá fim»” (Lc 1, 30-33).ç

**Meditação:** Num tempo caracterizado pela baixa taxa de natalidade das famílias Portuguesas, a anunciação parece gritar bem alto a pergunta: “Que resposta damos ao apelo de Deus a sermos co-criadores da Vida? Que disponibilidade manifestamos para essa suprema vocação das Famílias? E coletivamente que sociedade queremos construir? Que abertura à vida queremos ter? Que apoios às famílias numerosas queremos instituir? Que apoios queremos dar para que pais e mães possam ser mais recetivos a “receber amorosamente os filhos das mãos de Deus”?

#### 2.º Mistério: Maria visita sua prima Isabel

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: 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. (Lc 1, 39-42)

**Meditação:** Maria, sem vacilar colocou-se ao caminho para Servir Isabel. Estando já ao Serviço de Deus, como mãe do redentor, não vacila e enfrenta com determinação novo chamamento. Também nós e as nossas Famílias recebemos esta chamada ao serviço constante e reiterado, aos filhos, aos pais, nos empregos, na Igreja, nas associações, no voluntariado. E a nossa resposta é SIM? Sem vacilar? Ou é um talvez? Ou é mais frequentemente um não posso?

### **3.º Mistério: O nascimento de Jesus**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “E, quando eles ali se encontravam, completaram-se os dias de ela dar à luz e teve o seu filho primogénito, que envolveu em panos e recostou numa manjedoura, por não haver lugar para eles na hospedaria” (Lc 2, 6-7).

**Meditação:** O Rei divino chega e nem um quarto encontra para lhe dar conforto. Não obstante o poder de Deus, não obstante as maravilhas que vem anunciar, desde o princípio tudo nele é humildade e serviço. E nas nossas famílias? Servimos apenas quando temos excedentes? Servimos apenas quando temos as condições ideais para prestar o Serviço? Sabemo-nos humildes servos que gratuitamente receberam os dons e com Deus contam?

### **4.º Mistério: Maria e José levam o Menino Jesus ao Templo**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Quando se completaram os oito dias, para a circuncisão do menino, deram-lhe o nome de Jesus indicado pelo anjo antes de ter sido concebido no seio materno. Quando se cumpriu o tempo da sua purificação, segundo a Lei de Moisés, levaram-no a Jerusalém para o apresentarem ao Senhor, conforme está escrito na Lei do Senhor” (Lc 2, 21-23a).

**Meditação:** A Deus a primazia, para Deus as primícias de tudo. Nisso consistia o preceito de apresentar o menino no Templo. E nós, nas nossas famílias. Temos Deus presente no que fazemos, no que queremos, no que construímos, no que oferecemos? Fazemos Deus um permanente e bem-vindo conviva da nossa casa ou mantemo-lo distante como a um estranho? Sentimo-lo fonte e destino das nossas ações, da nossa vocação, do nosso Amor?

### **5.º Mistério: Jesus é encontrado no Templo entre os doutores**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Três dias depois, encontraram-no no templo, sentado entre os doutores, a ouvi-los e a fazer-lhes perguntas. Todos quantos o ouviam, estavam estupefactos com a sua inteligência e as suas respostas. Ao vê-lo, ficaram assombrados e sua mãe disse-lhe: «Filho, porque nos fizeste isto? Olha que teu pai e eu andávamos aflitos à tua procura!» Ele respondeu-lhes: «Porque me procuráveis? Não sabíeis que devia estar em casa de meu Pai?» Mas eles não compreenderam as palavras que lhes disse” (Lc 2, 46-50).



**Meditação:** Jesus sente a vocação e a ela responde. Maria e José, persistem na missão de o acompanhar, de o proteger e de o cuidar. Esta é também a eterna dualidade que sente cada pai e cada mãe. Recebemos os filhos para proteger, cuidar e amar. Não para os impedir de sentir, reconhecer e abraçar a sua vocação. Que abertura temos, na nossa Família, para acolher, acarinhar e incentivar os filhos na sua vocação, seja ela qual for? Apoiamo-los mesmo que se sintam chamados a uma vocação que os leva para longe da família?

Proposta do Departamento Nacional da Pastoral Familiar

Centros de Preparação para o Matrimónio

## Dia 15 (2)

### Semana da Vida (2.º dia) – Levanta-te. A tua vida é um dom

#### Dia Internacional da Família

#### Introdução

A Semana da Vida, em Portugal, celebra-se sempre na semana que inclui o Dia 15 de Maio, o Dia Internacional da Família. Meditemos então, hoje, ao longo da nossa oração, na Família, como Igreja Doméstica.

#### 1. No 1.º mistério meditemos sobre a beleza do matrimónio cristão

**Leitura bíblica:** Da Carta de São Paulo aos Efésios (Ef 5, 1.25-32): “Caminhai na caridade, a exemplo de Cristo, que nos amou e Se entregou por nós (...). Maridos, amai as vossas mulheres, como Cristo amou a Igreja e Se entregou por ela. Ele quis santificá-la, purificando-a no batismo da água pela palavra da vida, para a apresentar a Si mesmo como Igreja cheia de glória, sem mancha nem ruga, nem coisa alguma semelhante, mas santa e imaculada. Assim devem os maridos amar as suas mulheres, como amam os seus corpos. Quem ama a sua mulher ama-se a si mesmo. Ninguém, de facto, odiou jamais o seu corpo, antes o alimenta e lhe presta cuidados, como Cristo à Igreja; porque nós somos membros do seu Corpo. Por isso, o homem deixará pai e mãe, para se unir à sua mulher, e serão dois numa só carne. É grande este mistério, digo-o em relação a Cristo e à Igreja”.

**Meditação:** Ao falarmos de «beleza do matrimónio cristão», não se trata de uma simples cerimónia que se faz na igreja, com flores, o vestido da noiva, as fotografias... O matrimónio cristão é um sacramento que tem lugar na Igreja, mas é também um sacramento *que faz a Igreja*, dando início a uma nova comunidade familiar. Isso mesmo no-lo dizia o Apóstolo Paulo na sua célebre expressão: «Grande mistério é este! Digo-o em relação a Cristo e à Igreja» (Ef 5, 32). Inspirado pelo Espírito Santo, Paulo afirma que o amor entre os cônjuges é imagem do amor entre Cristo e a Igreja. Uma dignidade impensável! É claro que se trata de uma analogia (comparação) imperfeita, mas devemos entender o seu sentido espiritual, que é deveras excelso e revolucionário, e ao mesmo tempo simples, ao alcance de cada homem e mulher que confia na graça de Deus. O marido — diz Paulo — deve amar a esposa «como ao seu próprio corpo» (Ef 5, 28); amá-la como Cristo «amou a Igreja e se entregou por ela» (Ef.5, 25). Mas vós maridos, que estais aqui presentes, compreendeis isto? Amar a vossa esposa como Cristo ama a Igreja?! Não se trata de uma brincadeira, mas de algo sério! O efeito deste

radicalismo da dedicação exigida do homem, para o amor e a dignidade da mulher, segundo o exemplo de Cristo, deve ter sido enorme, na própria comunidade cristã! Isto é verdadeiramente revolucionário! Os esposos cristãos são convidados assim a percorrer juntos o seu próprio caminho de santidade, a viver com fé as dolorosas provações da vida e a imprimir, na tela do seu amor, a presença fiel de Cristo. A partir do impulso de esperança gerado pelo amor fiel de Deus, nasce o desejo de anunciar o Seu amor e transformar a família no “caminho da Igreja” (AL 69).

**Prece:** Peçamos ao Senhor, por todos os casais, para que sejam testemunhas fiéis da santidade e do amor de Deus no mundo.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Jesus, Maria e José, Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai por nós! | Cântico**

## **2. No 2.º mistério, meditemos na missão dos esposos cristãos**

**Leitura bíblica:** Do Livro dos Atos dos Apóstolos (At.18,18.24-27): “Paulo demorou-se ainda algum tempo em Corinto; depois despediu-se dos irmãos e embarcou para a Síria, em companhia de Priscila e Áquila. (...) Entretanto, chegou a Éfeso um judeu chamado Apolo, natural de Alexandria, homem eloquente, muito versado nas Escrituras. Fora instruído no caminho do Senhor e pregava com muito entusiasmo, ensinando com exatidão o que se referia a Jesus, embora só conhecesse o batismo de João. E começou a falar também com firmeza na sinagoga. Priscila e Áquila, ouvindo-o falar, tomaram-no consigo e expuseram-lhe com maior exatidão o caminho do Senhor”.

**Meditação:** A decisão de se «desposar no Senhor» contém também uma dimensão missionária, que significa ter no coração a disponibilidade para ser porta-voz da bênção de Deus e da graça do Senhor para todos. Com efeito, enquanto esposos, os cônjuges cristãos participam na missão da Igreja. É preciso ter coragem para isto! Para oferecer a todos os dons da fé, do amor e da esperança, a Igreja precisa também da corajosa fidelidade dos esposos à graça do seu sacramento! O povo de Deus tem necessidade do seu caminho quotidiano na fé, no amor e na esperança, com todas as alegrias e dificuldades que este caminho comporta num matrimónio e numa família. As nossas famílias não devem ser apenas objeto da solicitude da Igreja. Mas elas próprias, enquanto Igrejas domésticas, devem ser sujeitos ativos e protagonistas da evangelização.

**Prece:** Peçamos neste mistério por todas as famílias associadas às Sagradas Famílias, para que vivam e cresçam como verdadeiras Igrejas doméstica.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Jesus, Maria e José, Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai por nós! | Cântico**

### **3. No 3.º mistério, meditemos na importância da palavra «por favor», ou «com licença», na vida familiar**

**Leitura bíblica:** Da Carta aos Efésios (4,1-4): “Irmãos: recomendo-vos que vos comporteis segundo a maneira de viver a que fostes chamados: procedei com toda a humildade, mansidão e paciência; suportai-vos uns aos outros com caridade; empenhai-vos em manter a unidade do espírito pelo vínculo da paz”.

**Meditação:** É necessário pronunciarmos três palavras, lá em casa: «Por favor», «Desculpa» e «Obrigado». São três palavras mágicas do vocabulário familiar, que o Papa Francisco tantas vezes nos recomenda (cf. Diálogo do Papa Francisco com os noivos, no dia 14 de fevereiro de 2014, e a sua Catequese sobre o Matrimônio, na *Audiência Geral*, de 2 de abril de 2014; e ainda 14.05.2015; cf. *Amoris Laetitia*, 133 e 266). Três palavras que nunca devem faltar lá em casa. Meditemos agora na importância da primeira palavra mágica da vida familiar: «por favor» ou «com licença»:

“Por favor... com licença” significa ser capaz de pedir consentimento, para entrar na vida do outro, com gentileza. Às vezes, usam-se modos um pouco “pesados”, como quem entra em casa, com botas de montanha! O verdadeiro amor não se impõe com dureza e agressividade. Nos escritos de São Francisco, encontra-se esta expressão: “A gentileza é uma das propriedades de Deus, é irmã da caridade, que apaga o ódio e conserva o amor”. Sim, a gentileza preserva o amor. E, hoje, nas nossas famílias, no nosso mundo, muitas vezes violento e arrogante, nós precisamos muito de gentileza. É também neste espírito, que vamos prestar o consentimento matrimonial. Pedimos licença, para que cada um entre definitivamente na vida do outro, sem a possuir nem invadir. É, no fundo um pedido gentil, para poder entrar na vida de outra pessoa com respeito e atenção. É preciso aprender a pedir por favor e não falar para o outro, como quem está a dar ordens.

**Prece:** Neste mistério, peçamos a graça da delicadeza e da gentileza na vida familiar

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Jesus, Maria e José, Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai por nós! | Cântico**

**4. No 4.º mistério, meditemos na importância da palavra «desculpa» na vida familiar...**

**Leitura bíblica:** Da Carta de São Paulo aos Colossenses (3,12-15): “Irmãos: Como eleitos de Deus, santos e prediletos, revesti-vos de sentimentos de misericórdia, de bondade, humildade, mansidão e paciência. Suportai-vos uns aos outros e perdoai-vos mutuamente, se algum tiver razão de queixa contra outro. Tal como o Senhor vos perdoou, assim deveis fazer vós também. Acima de tudo, revesti-vos da caridade, que é o vínculo da perfeição. Reine em vossos corações a paz de Cristo, à qual fostes chamados para formar um só corpo”.

**Meditação:** “Desculpa”. Na vida, nós cometemos tantos erros, tantos enganos. Todos nós. Talvez, não haja um dia, em que nós não façamos algo errado. Eis, então, a necessidade de usar esta simples palavra: “desculpa”. Em geral, cada um de nós está pronto para acusar os outros e para se justificar. É um instinto, que está na origem de muitos desastres. Aprendamos a reconhecer os nossos erros e a pedir desculpas, para podermos ir em frente. Quando falta a capacidade de pedir desculpa, em família, «pequenas fendas alargam-se e tornam-se divisões profundas». Ao contrário, «reconhecer que se errou, e desejar restituir aquilo que tiramos – respeito, sinceridade, amor – torna dignos de perdão. E assim se impede a infeção». Com efeito, se «não somos capazes de pedir desculpa, significa que nem sequer somos capazes de perdoar. Na casa onde não se pede desculpa começa a faltar o ar, a água estagna». A este propósito o Papa Francisco sugeriu um conselho, mais uma vez, aos casais e aos filhos: «Nunca terminar o dia sem fazer as pazes».

**Prece:** Neste mistério, peçamos a Deus que, na nossa vida familiar, nos torne capazes de pedir e de oferecer o perdão.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Jesus, Maria e José, Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai por nós! | Cântico**

**5. No 5.º mistério, meditemos na importância da palavra «Obrigado», ou «com licença», na vida familiar**

**Leitura bíblica:** Da Carta de São Paulo aos Colossenses (3,15-17): “E vivei em ação de graças. Habite em vós com abundância a palavra de Cristo, para vos instruídes e aconselhades uns aos outros com toda a sabedoria; e com salmos, hinos e cânticos espirituais, cantai de todo o coração a Deus a vossa gratidão. E tudo o que fizerdes, por palavras ou por obras, seja tudo em nome do Senhor Jesus, dando graças, por Ele, a Deus Pai”.

**Meditação:** Parece fácil pronunciar esta palavra, mas sabemos que não é assim... Mas ela é tão importante, que nós a ensinamos, desde cedo, às crianças, mas, depois, esquecemo-la! A gratidão é um sentimento importante. É a memória do coração. Manifesta a consciência de que tudo é dom, tudo é graça. Como nos lembra São Paulo: «Que tens tu, afinal, que não tenhas recebido»? (1 Cor.4,7). Sabemos agradecer? No nosso relacionamento, é importante saber agradecer, para manter viva a consciência de que a outra pessoa é um dom de Deus e de que queremos ser uma «prenda» para o outro. Nessa atitude interior, é preciso saber agradecer por tudo, dar graças em todas as circunstâncias. Dizer «Obrigado» não é simplesmente uma palavra amável de cortesia, a usar com estranhos. É necessário sabermos dizer ‘obrigado’, para nos reconhecermos e podermos caminharmos juntos. Porque dizer «Obrigado», de algum modo, é dizer: «que seria de mim, sem ti»... «é bom que tu existas»... Por isso, digamos esta palavra... «Obrigado» e acrescentemos outros motivos de gratidão... Estamos a tornar-nos uma civilização das más maneiras e das más palavras», habituada a considerar a gentileza e a capacidade de agradecer «como um sinal de debilidade». Precisamente por isto a família tem uma importante tarefa pedagógica: «devemos tornar-nos intransigentes quanto à educação para a gratidão, o reconhecimento: a dignidade da pessoa e a justiça social passam ambas por isto». Com efeito, se «a vida familiar descuida este estilo, também a vida social o perderá». Além disso, a gratidão, para o crente, está no próprio centro da fé: um cristão que não sabe agradecer esqueceu a língua de Deus.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Jesus, Maria e José, Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai por nós! | Cântico**

**3 AM | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora | Oração pelas Famílias**

Jesus, Maria e José,  
em Vós contemplamos  
o esplendor do verdadeiro amor,  
confiantes, a Vós nos consagramos.

Sagrada Família de Nazaré,  
tornai também as nossas famílias  
lugares de comunhão e cenáculos de oração,  
autênticas escolas do Evangelho  
e pequenas igrejas domésticas.

Sagrada Família de Nazaré,  
que nunca mais haja nas famílias  
episódios de violência, de fechamento e divisão;  
e quem tiver sido ferido ou escandalizado  
seja rapidamente consolado e curado.

Sagrada Família de Nazaré,  
fazei que todos nos tornemos conscientes  
do caráter sagrado e inviolável da família,  
da sua beleza no projeto de Deus.

Jesus, Maria e José,  
ouvi-nos e acolhei a nossa súplica.  
Ámen.

Papa Francisco, Amoris laetitia, n.º 325

**Dia 16**

**Semana da Vida (3.º dia) – Levanta-te. A tua vida é um dom**

**Mistérios dolorosos**

### **1.º Mistério: Oração e Agonia de Jesus no Jardim das Oliveiras**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Jesus foi para o monte das Oliveiras. E os discípulos foram também com Ele. Afastou-se deles... e, pondo-se de joelhos, começou a orar, dizendo: «Pai, se quiseres, afasta de mim este cálice; contudo, não se faça a minha vontade, mas a tua»” (Mt 26, 38-39).

**Meditação:** A intercessão na agonia é uma experiência de amor. Em momentos de dor, de confusão, de dúvida e de desespero, é consolador estarmos acompanhados de pessoas que nos amam e que mesmo em silêncio parecem nos dizer: “Conta comigo, estou aqui!” «Os pais, que querem acompanhar a fé dos seus filhos, estão atentos às suas mudanças, porque sabem que a experiência espiritual não se impõe, mas propõe-se à sua liberdade. É fundamental que os filhos vejam de maneira concreta que, para os seus pais, a oração é realmente importante. Os momentos de oração em família e as expressões de piedade popular podem ter mais força evangelizadora do que todas as catequeses e todos os discursos» (AL 288).

**Prece:** Senhor Jesus, que as nossas vocações sejam fortalecidas através do Vosso sofrimento redentor e convosco aprendamos a dizer: “Não se faça a minha, mas a tua vontade, Senhor.”

### **2.º mistério: a flagelação de Jesus**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Então, Pilatos mandou levar Jesus e flagelá-lo. Depois, os soldados entrelaçaram uma coroa de espinhos, cravaram-lha na cabeça e cobriram-no com um manto de púrpura; e, aproximando-se dele, diziam-lhe: «Salve! Ó Rei dos judeus!» E davam-lhe bofetadas” (Jo 19,1-3).

**Meditação:** Tal como Pilatos mandou flagelar Jesus, apenas para agradar o povo, também nós tantas vezes julgamos e ferimos o nosso marido, a nossa esposa, os nossos familiares, a nossa comunidade, apenas para agradar a outros e para ficarmos bem-vistos. «Na vida familiar, não pode reinar a lógica



do domínio de uns sobre os outros, nem a competição para ver quem é mais inteligente ou poderoso, porque esta lógica acaba com o amor. Vale também para a família o seguinte conselho: "Revesti-vos todos de humildade no trato uns com os outros, porque Deus opõe-se aos soberbos, mas dá a sua graça aos humildes"» (AL 98).

**Prece:** Senhor Jesus, que a nossa presença seja fonte de cura para todos aqueles que nos são próximos em família, em comunidade.

### **3.º Mistério: A coroação de espinhos**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Os soldados do governador conduziram Jesus para o pretório e reuniram toda a coorte à volta dele. Despiram-n’O e envolveram-no com um manto escarlate. Tecendo uma coroa de espinhos, puseram-lha na cabeça, e uma cana na mão direita. Dobrando o joelho diante dele, escarneciam-no, dizendo: «Salve! Rei dos Judeus!»” (Mt 27, 27-29).

**Meditação:** A coroa sempre foi um sinal de autoridade e de realeza. A coroa de Jesus não era de ouro, nem de prata, nem estava coberta de joias. Foi uma coroa feita à pressa pelas mãos rudes de um soldado romano. Aclamado como um rei, deram-lhe uma coroa, de espinhos... que Jesus aceitou, por amor a todos nós. Assim como Jesus também nós casais, famílias, sacerdotes e religiosas devemos aceitar, com amor, as fragilidades do outro. «O amor possui sempre um sentido de profunda compaixão, que leva a aceitar o outro como parte deste mundo, mesmo quando age de modo diferente daquele que eu desejaria» (AL 92).

**Prece:** Senhor Jesus, que eu seja capaz de compreender todos os meus familiares e a minha comunidade, com paciência, para que as minhas ações estejam de acordo com o Vosso amor misericordioso.

### **4.º mistério: Jesus com a Cruz a caminho do Calvário**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Quando o iam conduzindo, lançaram mão de um certo Simão de Cirene, que voltava do campo, e carregaram-no com a cruz, para a levar atrás de Jesus” (Lc 23, 26).

**Meditação:** Em toda a relação de casal, ou de sacerdote ou religiosa com a sua comunidade, é extremamente importante sabermos aceitar-nos, uns aos outros, com todas as nossas limitações e fragilidades. Somos convidados a viver diariamente a nossa cruz e a auxiliarmos os outros na sua cruz. Esta é uma maneira de responder ao convite que Jesus nos faz de carregar a nossa cruz a cada dia e a segui-Lo unidos até que a morte nos separe. «O amor suporta, com espírito positivo, todas as contrariedades. Mantém-se firme no meio de um ambiente hostil. É amor que, apesar de tudo, não desiste, mesmo que todo o contexto convide a outra coisa. Na vida familiar, é preciso cultivar esta força do amor» (AL 118. 119).

**Prece:** Senhor Jesus, que eu tenha sempre em mente que para amar é preciso ser forte, resiliente e deixar-me ajudar pelos outros que vivem ao meu lado

### **5.º mistério: A crucificação e morte de Jesus**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: Quando chegaram ao lugar chamado Calvário, crucificaram-no a Ele e aos malfeitores, um à direita e outro à esquerda (...) Por volta do meio-dia, as trevas cobriram toda a região até às três horas da tarde. O Sol tinha-se eclipsado e o véu do templo rasgou-se ao meio. Dando um forte grito, Jesus exclamou: «Pai, nas tuas mãos entrego o meu espírito.» Dito isto, expirou” (Lc 23, 17. 44 - 46).

**Meditação:** Quando num casal, um não está disposto a compreender o outro, a pedir perdão e a perdoar, então a relação morre. O mesmo acontece quando o sacerdote e a sua comunidade não resolvem os conflitos. E é exatamente neste momento, quando a relação se destrói, que se torna para cada um de nós um novo calvário. Os flagelos, os insultos, a cruz e os próprios pregos voltam a estar presentes na Tua nova paixão de dor, provocada pelo nosso egoísmo, pelos nossos pecados, pelos nossos ódios. Onde deveria reinar o dom do amor que nos ofereceste reina apenas a morte de desamor. «Se a família consegue concentrar-se em Cristo, Ele unifica e ilumina toda a vida familiar: os sofrimentos e os problemas são vividos em comunhão com a Cruz do Senhor e, abraçados a Ele, pode-se suportar os piores momentos. Nos dias amargos da família, há uma união com Jesus abandonado que transforma as dificuldades e os sofrimentos em oferta de amor» (cf AL 317).

**Prece:** Senhor Jesus, pedimos-vos por todos os casais, sacerdotes e religiosas que vivem horas de provação, de desânimo e de tentação para que encontrem na Cruz do Senhor a liberdade de permanecerem fiéis à sua Decisão de Amar.

**Dia 17**

**Semana da Vida (4.º dia) – Levanta-te. A tua vida é um dom**

**Mistérios gloriosos**

Na Paróquia de Nossa Senhora da Hora, seguir Guião próprio para a Procissão de velas em honra da Padroeira

### **1.º Mistério: Ressurreição de Jesus**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Estando elas perplexas com o caso, apareceram-lhes dois homens em trajes resplandcentes. Como estivessem amedrontadas e voltassem o rosto para o chão, eles disseram-lhes: «Porque buscais o Vivente entre os mortos? Não está aqui; ressuscitou»” (Lc 24, 4-6).

**Meditação:** A nossa vida está carregada de coisas. Demasiadas coisas. Obstáculos que se veem e que não se veem, mas que nos fazem caminhar esmagados pelo seu peso ... . Queremos controlar os detalhes da vida, moldá-la à nossa ambição estreita, retê-la, como se isso estivesse na nossa mão. E, com isso, não enxergamos a lição fundamental: que a lei mais profunda da vida se acolhe no paradoxo do amor. Quando entrego a vida como dom é que ela se multiplica. Quando me abandono é que me encontro. Quando digo «a minha vida é tua» é que ela me pertence verdadeiramente. A vida será uma aventura fecunda se estivermos seguros desse amor. [D. Tolentino de Mendonça, O Pequeno caminho das grandes Perguntas]

**Prece:** Eterno Pai, em nome de Jesus e pelas mãos de Maria e José, concede-nos a graça de uma vida com os pés assentes na terra e os olhos postos no Céu.

### **2.º Mistério: Ascensão de Jesus ao Céu**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Ide, pois, fazei discípulos de todos os povos, batizando-os em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo, ensinando-os a cumprir tudo quanto vos tenho mandado. E sabeis que Eu estarei sempre convosco até ao fim dos tempos” (Mt 28, 19-20).

**Meditação:** Esta mensagem de salvação implica antes de mais o dever do testemunho - sem testemunho não se pode anunciar - ao qual também nós, discípulos de hoje, somos chamados, para dizer a razão da nossa fé ... Ele está presente através do seu Espírito, que leva a Igreja a caminhar na história como

companheira de viagem de cada homem. Este Espírito, enviado por Cristo e pelo Pai, opera a remissão dos pecados e santifica todos aqueles que, arrependidos, se abrem com confiança ao seu dom. Com a promessa de permanecer conosco até ao fim dos tempos, Jesus inaugura o estilo da sua presença no mundo como Ressuscitado. Jesus está presente no mundo, mas com outro estilo, o estilo do Ressuscitado, ou seja, uma presença que se revela na Palavra, nos Sacramentos, na ação constante e interior do Espírito Santo (cf. Papa Francisco, 24 de maio de 2020).

**Prece:** Eterno Pai, em nome de Jesus e pelas mãos de Maria e José, conduz-nos ao centro do teu Amor e dá-nos a capacidade de confiar em Ti para além de tudo.

### **3.º Mistério: Vinda do Espírito Santo sobre os Apóstolos**

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: Foi este Jesus que Deus ressuscitou, e disto nós somos testemunhas. Tendo sido elevado pelo poder de Deus, recebeu do Pai o Espírito Santo prometido e derramou-o como vedes e ouvis (At 2, 32-34)

**Meditação:** O futuro tem um coração de tenda. Não conhecemos por completo o caminho que orientará os nossos passos, mas alegamo-nos por ele e seguimos animados pelo Espírito e pela promessa do Senhor, montando e desarmando a nossa tenda, sempre que necessário.

Inspirando-nos na atitude de Maria, queremos instalar-nos no provisório, na tenda, e ir avançando junto com os outros, discernindo os chamamentos do Espírito. Não gostamos apenas de imaginar a Igreja como uma tenda, mas de aceitar com alegria morar nela, com tudo o que isso significa de mobilidade, de temporário, de adaptação, de viver na intempérie, porém também de acolhimento, de relacionamento. Santa Maria, tenda humilde do Verbo, movida somente pelo vento do Espírito. Como Maria, podemos converter-nos em pessoas de esperança, abertas à novidade do Espírito, que espreita oculto nas dobras da nossa história. Podemos chegar a ser sentinelas da manhã, espreitando no horizonte sinais de esperança e de vida (cf. Ermes Ronchi, O futuro tem um coração de tenda).

**Prece:** Eterno Pai, em nome de Jesus e pelas mãos de Maria e José, derrama sobre nós o Teu Espírito para que sejamos Tuas testemunhas sem medo de montar a tenda onde Tu quiseres.

### **4.º Mistério: Assunção de Nossa Senhora ao Céu**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Porque pôs os olhos na humildade da sua serva. De hoje em diante, me chamarão bem-aventurada todas as gerações. O Todo-poderoso fez em mim maravilhas. Santo é o seu nome” (Lc 1, 48-49).

**Meditação:** Maria, de facto, reconhece-se pequena e exalta as «grandes coisas» que o Senhor fez por ela ... O Senhor faz maravilhas com os pequeninos, com aqueles que não se consideram grandes, mas que dão a Deus muito espaço na vida. Ele derrama a Sua misericórdia sobre aqueles que confiam n'Ele e eleva os humildes. Maria louva a Deus por isto. E nós, podemos nós perguntar-nos, lembramo-nos de louvar a Deus? Agradecemos-Lhe as grandes coisas que Ele faz por nós? Por cada dia que nos dá, porque nos ama sempre e nos perdoa, pela sua ternura? E mais uma vez, por nos ter dado a sua Mãe, pelos irmãos e irmãs que põe no nosso caminho, porque nos abriu o Céu? Damos graças a Deus, louvamos a Deus por estas coisas? Se nos esquecermos do bem, o coração atrofia-se. Mas se, como Maria, nos lembrarmos das grandes coisas que o Senhor realiza, se pelo menos uma vez por dia O magnificarmos, então damos um grande passo em frente (cf. Papa Francisco, Angelus 15 agosto 2020).

**Prece:** Eterno Pai, em nome de Jesus e pelas mãos de Maria e José, dá-nos a graça de sabermos agradecer e louvar pelas maravilhas que operas em nós.

#### **5.º Mistério: Coroação de Nossa Senhora como Rainha do Céu e da Terra**

**Leitura bíblica:** Do livro do Apocalipse: “Depois, apareceu no céu um grande sinal: uma Mulher vestida de Sol, com a Lua debaixo dos pés e com uma coroa de doze estrelas na cabeça” (Ap 12, 1).

**Meditação:** Antes de tudo a «mulher» do Apocalipse é Maria. Ela está «revestida de sol», ou seja, revestida de Deus: de facto, a Virgem Maria está totalmente circundada pela luz de Deus e vive em Deus. Este símbolo da veste luminosa expressa claramente uma condição que diz respeito a todo o ser de Maria: Ela é a «cheia de graça», colmada pelo amor de Deus. E «Deus é luz», diz ainda são João (1 Jo 1, 5). E eis que a «cheia de graça», a «Imaculada», reflete com toda a sua pessoa a luz do «sol» que é Deus. Esta mulher tem debaixo dos pés a lua, símbolo da morte e da mortalidade. Com efeito, Maria está plenamente associada à vitória de Jesus Cristo, seu Filho, sobre o pecado e sobre a morte; está livre de qualquer sombra de morte e totalmente repleta de vida. Pois a morte já não tem poder algum sobre Jesus ressuscitado (cf. Rm 6, 9), também por uma graça e um privilégio singulares de Deus Onnipotente, Maria deixou-a atrás de si, superou-a. (Jo 10, 10) (cf. Bento XVI, 8 de dezembro 2011).

**Prece:** Eterno Pai, em nome de Jesus e pelas mãos de Maria e José, concede-nos a graça de louvarmos e imitarmos Maria.

## Dia 18

### Semana da Vida (5.º dia) – Levanta-te. A tua vida é um dom

#### Mistérios luminosos

Na Paróquia de Nossa Senhora da Hora, bênção das grávidas – seguir esquema do dia 7

#### 1.º Mistério: Batismo de Jesus no Rio Jordão

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Assim que foi batizado, Jesus saiu da água. Nesse momento, abriram-se os céus e ele viu o Espírito de Deus descer sobre ele, como uma pomba. E uma voz do céu dizia: «Este é o meu filho muito querido. Tenho nele a maior satisfação»» (Mt 3,16-17).

**Meditação:** O dom recíproco constitutivo do matrimónio sacramental está enraizado na graça do batismo, que estabelece a aliança fundamental de cada pessoa com Cristo na Igreja. Na mútua receção e com a graça de Cristo, os noivos prometem-se entrega total, fidelidade e abertura à vida, e também reconhecem como elementos constitutivos do matrimónio os dons que Deus lhes oferece, tomando a sério o seu mútuo compromisso, em nome de Deus e perante a Igreja. Ora, na fé, é possível assumir os bens do matrimónio como compromissos que se podem cumprir melhor com a ajuda da graça do sacramento. (...) Portanto, o olhar da Igreja volta-se para os esposos como o coração da família inteira, que, por sua vez, levanta o seu olhar para Jesus». O sacramento não é uma «coisa» nem uma «força», mas o próprio Cristo, na realidade, «vem ao encontro dos esposos cristãos com o sacramento do matrimónio... (cf. Papa Francisco, *Amoris Laetitia*, 73)

**Prece:** Senhor, ajuda-nos a converter-nos e a sabermos “Viver Dentro”, viver em Ti, como Maria, procurando estar radicados no amor e assim fazermos frutificar os dons que recebemos no batismo.

#### 2.º Mistério: Autorrevelação de Jesus nas Bodas de Caná

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Dois dias depois, houve um casamento em Caná da Galileia. A mãe de Jesus estava lá. Jesus e os seus discípulos também foram convidados. A certa altura da boda faltou o vinho. Então a mãe de Jesus disse-lhe: «Já não têm vinho». Jesus respondeu: «E que temos nós a ver com isso? A minha hora ainda não chegou.» Ela então disse aos criados de mesa: “Façam tudo o que ele lhes disser” (Jo 2, 1-5).

**Meditação:** Mas talvez exista um caminho para todos. E pode ser que não seja preciso procurar o próprio caminho, traçarmos um desenho, sonhar programas, mas mergulharmos no momento que passa e cumprir naquele instante a vontade d'Aquele que se disse "Caminho por excelência" ... A santidade constrói-se no tempo... A nós só nos compete construí-la momento a momento, correspondendo com todo o coração, alma e forças, ao amor que Deus nos tem, amor pessoal, como nosso Pai celeste; pleno, como a largueza da caridade de um Deus" (cf. Chiara Lubich, Imagino uma cidade de ouro, in Meditações).

**Prece:** Senhor ensina-nos a "Viver Dentro", desapegados de tudo, não para permanecermos suspensos entre o céu e a terra, mas para vivermos "enraizados no Céu, fixos em Ti, através do coração de Maria.

### **3.º Mistério: Anúncio do Reino de Deus**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Marcos: "Depois de João Batista ser preso, Jesus voltou para Galileia, e pregava assim a Boa Nova de Deus. «Chegou a hora! O Reino de Deus está próximo. Arrependam-se dos pecados e creiam na Boa Nova» (Mc 1, 14-15).

**Meditação:** "A Igreja tem a missão de anunciar a misericórdia de Deus, coração pulsante do Evangelho, que por meio dela deve chegar ao coração e à mente de cada pessoa. A Esposa de Cristo assume o comportamento do Filho de Deus, que vai ao encontro de todos sem excluir ninguém. Ela bem sabe que o próprio Jesus se apresenta como Pastor de cem ovelhas, não de noventa e nove; e quer tê-las todas. A partir desta consciência, tornar-se-á possível que a todos os crentes e afastados, possa chegar o bálsamo da misericórdia como sinal do Reino de Deus já presente no meio de nós" (Papa Francisco, Amoris Laetitia, 309).

**Prece:** Senhor, dá-nos a graça de "Viver Dentro", unidos à tua dor na cruz, para que de algum modo possas, em nós, continuar a obra de reunificação de um mundo que sofre por causa das divisões, das guerras e da pobreza.

### **4.º Mistério: Transfiguração de Jesus no Monte Tabor**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: "Seis dias depois, Jesus subiu a uma montanha e apenas levou consigo Pedro e os dois irmãos Tiago e João. O seu aspeto transformou-se então diante deles. O rosto ficou brilhante como o sol e a roupa, branca como a luz" (Mt 17, 1-2).

**Meditação:** “E se, recolhida em Deus abro o livro da vida e leio as Palavras eternas, sinto cantar na minha alma uma harmonia luminosa, e o Espírito de Deus envolver-me com os seus dons. Ao contacto com quem quer que seja, nobre ou maltrapilho, descubro cada semblante transfigurado na face belíssima do Verbo encarnado, Luz da Luz... Deus é o ouro da minha cidade, diante do qual o sol se ofusca, o firmamento se retrai, toda a beleza e majestade da natureza se retiram felizes para servir, formando uma coroa como moldura. E esta cidade existe em cada cidade e todos a podem ver se a nossa alma se anular em Deus esquecendo-se de si, e se nela se acender o fogo do amor divino” (Chiara Lubich, Imagino uma cidade de ouro, in Meditações).

**Prece:** Senhor ensina-nos a “Viver Dentro” e dá-nos o Teu amor, para oferecermos ao próximo unicamente a linfa que jorra do Céu, a fim de o servirmos realmente e de amarmos cada um “até ao fim”.

### **5.º Mistério: Instituição da Eucaristia**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: “Durante a ceia, Jesus pegou no pão, deu graças a Deus, passou-o aos discípulos e disse: «Tomai e comei. Isto é o meu corpo»”. (Mt 26, 26)

**Meditação:** “Imitando Maria, ou melhor, unindo-nos a Maria, mantendo-a presente durante vinte e quatro horas do dia, a marcha da existência torna-se uma escalada para o Paraíso porque nela e para ela, com o seu exemplo, tudo converge para o único fluxo da vontade de Deus. Vontade esta que, se desce do Paraíso, a ele retorna. As dificuldades da subida transformam-se em doçura, se nos deixarmos levar pela mão de Maria... Ela prepara-nos para a comunhão eucarística, acompanha-nos através das provas de cada dia, limpa a nossa alma de todo o mal que tenhamos praticado, apresenta diante do trono de Deus as nossas súplicas com os nossos suspiros... Levemos Maria para casa, para que lá esteja Jesus. Cedendo a ela a direção, temos a certeza de possuir o Espírito Santo. Aí o Pai Nosso garante-nos o pão quotidiano” (Igino Giordani, Paraíso na Terra, in Maria, modelo perfeito de vida interior).

**Prece:** Senhor faz-nos “Viver Dentro”, em unidade plena contigo, para que através do amor recíproco, o mundo possa experimentar a unidade e contemplar a fraternidade universal.



## Dia 19

### Semana da Vida (6.º dia) – Levanta-te. A tua vida é um dom

#### Mistérios dolorosos

##### Introdução aos Mistérios dolorosos

Os mistérios da dor levam o crente a reviver a morte de Jesus pondo-se aos pés da cruz junto de Maria, para com Ela penetrar no abismo do amor de Deus pelo homem e sentir toda a sua força regeneradora.» (RVM 22). “Jesus chama à parte os doze e disse-lhes: «Olhai: subimos para Jerusalém e vai cumprir-se tudo o que foi escrito pelos profetas a respeito do Filho do Homem. Pois Ele será entregue aos pagãos, será escarnecido, ultrajado e coberto de escarros e, depois de o açoitarem, vão dar-lhe a morte. Mas ao terceiro dia, ressuscitará». Eles, porém, nada entenderam» (Lc 18, 31-34).

##### 1.º Mistério: A agonia de Jesus no Horto das Oliveiras

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Depois da celebração da Ceia Pascal, «Jesus saiu e, como de costume, foi para o monte das Oliveiras. Os discípulos acompanharam-n’O. Chegando ao lugar, Jesus disse-lhes: «Rezai para não cairdes em tentação». Então, afastou-Se uns trinta metros e, de joelhos, começou a rezar: «Pai, se queres, afasta de Mim este cálice. Contudo, não se faça a Minha vontade, mas sim a Tua»” (Lc 22, 39-43).

**Meditação:** Neste cenário da agonia de Jesus, coexiste um duelo entre trevas e luz, como diz o prólogo do Evangelho de S. João: “O verbo era a Luz verdadeira, que, ao vir ao mundo, a todo o homem ilumina. Veio ao que era Seu e os Seus não O receberam. Mas, a quantos O receberam, deu-lhes o poder de se tornarem filhos de Deus”. Sabendo Jesus que a sua morte se deve à recusa da Luz por parte do homem, Jesus avança determinado para a morte, pois ela, testará a verdade da Sua pessoa e da Salvação oferecida por Deus à humanidade.

**Prece:** Peçamos ao Senhor pelos cristãos perseguidos em todo o mundo, para que diante da perseguição sintam o conforto do Amor de Deus e o seu testemunho seja, para os perseguidores, um sinal claro, que os leve a reconhecer e acolher Jesus como Luz dos homens.

## 2.º Mistério: A flagelação de Jesus

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Ao amanhecer, os anciãos do povo, os sumos sacerdotes e os doutores da Lei reuniram em conselho e levaram Jesus ao Sinédrio. E começaram: «Se Tu és o Messias, declara-no-lo». Jesus respondeu: «Se Eu vos disser, vós não acreditareis e, se vos fizer perguntas, não Me respondereis. Mas de agora em diante, o Filho do Homem estará sentado à direita do Deus todo-poderoso». Eles disseram: «Que necessidade temos ainda de testemunhas?»” (Lc 23, 66-71).

**Meditação:** A causa da flagelação de Jesus, reflete o quanto a Sua Pessoa e a Sua doutrina constituíam uma ameaça para ‘o modo de viver a religião, de instrumentalizar a pessoa e de perverter os sistemas, por isso, Jesus apenas confirma e afirma a sua identidade divina, nas palavras por eles proferidas e de seguida, remete-se a um silencio inquietante. Nos nossos dias, este mistério da flagelação de Jesus continua, na prepotência dos que negam os direitos de outros; nas infidelidades, nos sistemas de corrupção, que privam os pobres do necessário, na banalização da vida humana, no tráfico de seres humanos e nas tendências perversas, degradantes da dignidade humana, etc.

**Prece:** Que o Senhor nos torne defensores e construtores da dignidade da vida humana. Que sejamos solidários com os que são vítimas desta instrumentalização tão multifacetada. Que confessemos, sem medo que “o homem não é senhor, nem da vida nem da morte” (EV, nº 46)

## 3.º Mistério: A coroação de Espinhos

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Pilatos interrogou Jesus: Tu és o rei dos Judeus? Jesus respondeu, declarando: «Tu o dizes!» Então Pilatos disse aos sumos sacerdotes e à multidão: «Não encontro neste homem nenhum motivo de condenação (... )». Herodes e os seus soldados trataram Jesus com desprezo, escarneceram d’Ele e vestiram-n’O com uma capa brilhante” (Lc 23, 3-11).

**Meditação:** A coroação de Jesus, reflete a tentação humana de todos os tempos: a ausência de humildade por parte da pessoa em se reconhecer e acolher como criatura e a sua prepotência, que teima em ser deus e senhor. A tentação da idolatria humana, obscurece o sentido de Deus, o sentido do outro e a compaixão humana. Mesmo diante das maiores atrocidades que o ser humano comete, coroando-O de espinhos, escarnecendo da Sua realiza, Jesus permanece fiel, pois está ‘escudado no Amor do Pai, que não o abandona. Perdido no tempo, e longe de Deus, a pessoa humana é capaz das maiores barbaridades.

**Prece:** Peçamos por todas as Famílias, para que saibam reconhecer a dignidade da pessoa humana, eduquem e formem os seus filhos nesses valores, fomentando neles o sentido da fraternidade, da solidariedade e da compaixão. Que sejamos persistentes na realização do bem, do bom e do belo.

#### **4.º Mistério: Jesus carregado com a cruz, caminha para o Calvário**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Enquanto levavam Jesus para ser crucificado, pegaram em certo Simão, da cidade de Cirene, que voltava do campo, e forçaram-no a levar a cruz atrás de Jesus. (...). Quando chegaram ao chamado lugar da Caveira ali crucificaram Jesus e os criminosos, um à sua direita e outro à sua esquerda. E Jesus dizia: «Pai, perdoai-lhes, Eles não sabem o que fazem!»” (Lc 23, 26-35)

**Meditação:** Jesus estava consciente de que a entrega da Sua vida pela nossa salvação, implicava carregar a Cruz e deixar-se crucificar, na certeza de que a Vida triunfaria da morte mais infame. Suportando o sofrimento mais atroz, as Suas palavras são reveladoras de uma Misericórdia infinita. Ao ódio responde com perdão, à rejeição responde com o dom de si na gratuidade do Amor que salva. “Este episódio da Vida de Jesus, repete-se, hoje, em todas aquelas pessoas que são confrontadas com doenças incuráveis, suas ou dos outros, injustiças infligidas, incompreensões, maus-tratos, ingratidões, etc.

**Prece:** Que o Senhor nos ensine a ‘carregar’ a nossa cruz de todos os dias, com amor, com dignidade e respeito. Que nos dê a força para nos levantarmos, sempre que ‘formos feridos’ pelo desânimo, pelas ofensas, pelo cansaço e, a humildade para nos deixarmos ajudar.

#### **5.º Mistério: A crucificação e morte de Jesus na Cruz**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: «Já era antes do meio-dia e uma escuridão cobriu toda a região até às três horas da tarde, pois o sol deixou de brilhar. A cortina do santuário rasgou-se ao meio. Então Jesus deu um forte grito: «Pai em Tuas mãos entrego o meu espírito». Dizendo isto expirou. O oficial do exército, viu o que tinha acontecido, e glorificou a Deus, dizendo: «De facto este homem era justo» (Lc 23, 44-48).

**Meditação:** Jesus vai até ao extremo! A sua morte é provocada pelo desejo de O eliminar, pois a sua pessoa tornou-se incómoda. Jesus era portador de uma verdade que o homem não queria ver... mas que é confessada e desvelada por aquele oficial romano, que sem respetos humanos confessa: «De facto este homem era justo!». “Todos aqueles que estão empenhados na defesa da dignidade da vida, e na

verdade do homem em Deus, podem encontrar na morte de Jesus, a força e as razões e as mais profundas para esse compromisso (LS nº 65)

**Prece:** A Nossa Senhora que permaneceu junto à Cruz de Jesus, com o coração a sangrar de dor, peçamos-lhe que nos ensine a ir até ao martírio, na confissão da nossa fé. Com Jesus aprendamos a viver e a responder com inteireza, aos desafios do testemunho cristão, entre eles o da própria morte.

Proposta do Departamento Nacional da Pastoral Familiar

Instituto Secular das Cooperadoras da Família

**Dia 20**

**Semana da Vida (7.º dia) – Levanta-te. A tua vida é um dom**

**Mistérios gozosos**

## **Introdução**

Neste ano da Jornada Mundial da Juventude rezaremos o Terço do Rosário por todas as famílias e especialmente pelos jovens que vão participar neste encontro mundial de jovens. Que o Espírito Santo acenda em todos os corações o desejo de nos levantarmos e a alegria de caminharmos todos juntos, em estilo sinodal, abandonando falsas fronteiras. Como Papa Francisco disse «somos desafiados todos a nos levantarmos. Levantemo-nos apressadamente como Maria, levando Jesus dentro de nós, para O comunicar a todos». Neste momento de oração, peçamos a intercessão da Virgem Maria para que avancemos todos, jovens e famílias, não adiando o que o Espírito pode realizar em nós.

### **1.º Mistério: A anunciação do Anjo a Nossa Senhora**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas: “Naquele tempo disse o Anjo Gabriel à Virgem Maria: «Ave, cheia de graça, o Senhor está contigo». Ela ficou perturbada com estas palavras. Disse-lhe o Anjo: «Não temas, Maria. Conceberás e darás à luz um Filho, a quem porás o nome de Jesus. Ele chamar-se-á Filho do Altíssimo». Maria disse então: «Eis a escrava do Senhor; faça-se em mim segundo a Tua Palavra»” (Lc 1, 26-38).

**Meditação:** O Anjo saudou Maria e anunciou-lhe que Deus a escolhera para ser a Mãe de Jesus. A resposta que ela dá manifesta a radicalidade da sua entrega nas mãos do Senhor. Assim começou a nossa Redenção.

**Prece:** Olhai, Pai Santo, de forma particular para as famílias, para o bem que fazem. Abençoai-as para que vençam os desafios, ultrapassem as dificuldades, sejam compassivas e se distingam em humanidade. Derramai a vossa Misericórdia sobre as famílias para que sejam escolas de humanidade, de aprendizagem e discernimento do caminho da fé. Vos peço, ó Deus de misericórdia, por Jesus Cristo que convosco vive e reina na unidade do Espírito Santo, pelos séculos dos séculos.

## **2.º Mistério: Maria visita sua prima Isabel**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas: “Naqueles dias Maria pôs-se a caminho e dirigiu-se para a montanha, para uma cidade da Judeia. Entrou em casa de Zacarias e saudou Isabel. Isabel ficou cheia do Espírito Santo e exclamou em alta voz: «Bendita és tu entre as mulheres e bendito é o fruto do teu ventre. Bem-aventurada aquela que acreditou no cumprimento de tudo quanto lhe 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»” (Lc 1, 39-47).

**Meditação:** Depois da Anunciação, Maria teria podido concentrar-se em si mesma, nas preocupações e temores derivados da sua nova condição; mas não! Entrega-se totalmente a Deus! Ela levanta-se e põe-se em movimento, porque tem a certeza de que os planos de Deus são o melhor projeto possível para a sua vida. Maria torna-se templo de Deus, imagem da Igreja em caminho, a Igreja que sai e se coloca ao serviço, a Igreja portadora da Boa Nova.

**Prece:** Deus eterno e onipotente, que a família, Igreja doméstica, inundada de amor e misericórdia, escute as dores e sofrimentos, temores e angústias que afligem os irmãos mais frágeis e doentes e os apresente a Vós no altar da eucaristia para que, unidos à cruz de Jesus, sejam abençoados e fortalecidos na luta pela saúde da alma e do corpo. Peço-vos por Jesus Cristo, nosso Senhor, que convosco vive e reina pelos séculos dos séculos. Ámen.

## **3.º Mistério: O nascimento de Jesus em Belém**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas: “Naqueles dias, saiu um decreto da parte de César Augusto, para ser recenseada toda a terra. Todos se foram recensear, José, subiu também da Galileia, da cidade de Nazaré, à Judeia, à cidade de David, chamada Belém, a fim de se recensear com Maria, sua esposa, que estava para ser mãe. Enquanto ali se encontravam, chegou o dia de ela dar à luz e teve o seu Filho primogénito. Envolveu-o em panos e deitou-o numa manjedoura, porque não havia lugar para eles na hospedaria” (Lc 2, 1-7).

**Meditação:** Um recenseamento inesperado está na origem do nascimento de Jesus num abrigo de animais, com uma manjedoura a servir-lhe de berço. Na pobreza de Belém, Maria foi a porta por onde a salvação entrou no mundo.

**Prece:** Senhor meu Deus que as famílias acolham o dom que é o Teu Filho Jesus Cristo como a Virgem Maria. Ajuda-nos, Senhor, a tomar consciência do teu imenso amor e a vivê-lo no coração como fonte de conversão; que ele nos fortaleça para que vencamos as tentações e nos levantemos se pecarmos, pela tua misericórdia; ajuda-nos sobretudo, Senhor, a não ser ocasião de escândalo ou de ofensa para os nossos irmãos mais frágeis e doentes, sejam crianças ou jovens, adultos ou idosos, doentes do corpo ou do espírito. Peço-vos por Jesus Cristo, nosso Senhor, que convosco vive e reina pelos séculos dos séculos. *Ámen.*

#### **4.º Mistério: A apresentação do Menino Jesus no Templo**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas: “Maria e José levaram Jesus a Jerusalém, para o apresentarem ao Senhor. Vivia em Jerusalém um homem chamado Simeão, que esperava a consolação de Israel. O Espírito Santo revelara-lhe que não morreria antes de ver o Messias do Senhor. Quando os pais trouxeram o Menino para cumprirem as prescrições da Lei, Simeão recebeu-o em seus braços e bendisse a Deus, dizendo a Maria: «Este Menino foi estabelecido para ser sinal de contradição, e uma espada trespassará a tua alma»” (Lc 2, 22-35).

**Meditação:** Foi nos braços de Maria que o Salvador dos homens entrou no templo. Nesse dia, sobre as nações começou a brilhar uma grande Luz, mas no coração daquela Mãe nasceu uma grande dor.

**Prece:** Deus Pai Santo, que as famílias possam ter um ambiente propício ao discernimento vocacional, de forma que os jovens encontrem com alegria o dom da sua vocação, seja ao matrimónio, seja a uma vida de especial consagração por amor do Reino dos Céus. Que possam as famílias cultivar um ambiente que gere junto das novas gerações um cuidado pelas obras de misericórdia e, assim, coloquem no centro o tratamento dos doentes e as pessoas mais frágeis com compaixão, com misericórdia e que em tudo glorifiquem o vosso Nome. Por Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus e convosco vive e reina na unidade do Espírito Santo por todos os séculos dos séculos. *Ámen.*

#### **5.º Mistério: A perda e encontro do Menino Jesus no Templo**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas: Quando Jesus fez doze anos, os seus pais subiram até Jerusalém, como era costume. O Menino Jesus ficou na cidade, sem que os pais o soubessem. Começaram então a procurá-lo e passados três dias, encontraram-n’O no templo, sentado no meio dos doutores. Quando viram Jesus, seus pais ficaram admirados e sua Mãe disse-lhe: «Filho, porque agiste

assim connosco»? Jesus respondeu-lhes: «Porque me procuráveis? Não sabíeis que Eu devia estar na casa de meu Pai»? Mas eles não entenderam as palavras de Jesus” (Lc 2, 42-50).

**Meditação:** Uma viagem a Jerusalém pela Páscoa. Maria e José perdem Jesus e procuram-no com ansiedade até o encontrarem no templo. Fazem-lhe então uma pergunta, mas a resposta que recebem é para eles um enigma.

**Prece:** Senhor Jesus, tu que és Misericórdia infinita, ajuda as famílias a serem escolas onde se aprende a cuidar e a respeitar a vida humana desde a concepção até á sua morte. Especialmente pedimos que nas famílias haja um cuidado especial aos doentes em fim de vida e aos moribundos. Tu que vieste até nós por amor e para salvar, acolhe os seus sofrimentos e consola-os com o teu amor, prepara-os para a Viagem que os levará para junto de Ti. Por Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus e convosco vive e reina na unidade do Espírito Santo por todos os séculos dos séculos. Ámen.

Proposta do Departamento Nacional de Pastoral familiar

Movimento por um Lar Cristão



## Dia 21

### Semana Laudato Sí | 21 a 28 de maio (1.º dia)

#### Esperança para a Terra. Esperança para a humanidade

#### Eucaristia dominical e nova criação

Nota: para quem pretender concluir com a temática da Semana da Vida, seguir a proposta do dia 14.

## Introdução

De 21 a 28 de maio celebramos a Semana *Laudato Sí*. Recordamos que as palavras “*Laudato Sí*” («Louvado sejas»), do início do Cântico das Criaturas, atribuído a São Francisco, são também as primeiras palavras da encíclica social do Papa Francisco sobre o Cuidado da nossa Casa Comum. A Semana *Laudato Sí* 2023, que celebramos entre 21 e 28 de maio, marca precisamente o oitavo aniversário da encíclica histórica do Papa Francisco sobre o cuidado da criação, nossa Casa Comum. Esta celebração global une os católicos para nos alegrarmos com o progresso que fizemos em dar vida à *Laudato Sí*. O Tema deste ano é “*Esperança para a terra. Esperança para a humanidade*”.

Celebramos também hoje, na Liturgia da Igreja, a **Solenidade da Ascensão do Senhor**, que nos ensina a saborear as coisas da terra e a aspirar às coisas do Céu. Neste dia a Igreja celebra também o Dia Mundial das Comunicações Sociais. Porque hoje é Domingo, dia do Senhor, dia da Ressurreição, dia da nova criação, somos projetados na esperança do Domingo, que não tem ocaso, quando a humanidade entrar no repouso de Deus (cf. Missal Romano, Prefácio Dominical X).

Servem-nos de inspiração na meditação dos mistérios do Rosário, as últimas palavras da Encíclica *Laudato Sí*, que deixa este desafio: “Caminheemos cantando; que as nossas lutas e a nossa preocupação por este Planeta não nos tirem a alegria da esperança” (LS, 244).

### 1. No 1.º mistério, meditemos na presença de Deus, que preenche todo o Universo

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos (At 17,22.24.25.28): “Um dia, Paulo, de pé no meio do Areópago, disse: «O Deus que fez o mundo e tudo o que nele existe é o Senhor do céu e da terra. É Ele que a todos dá a vida, a respiração e tudo o mais. Na verdade, Ele não está longe de cada um de nós. É n’Ele que vivemos, nos movemos e existimos”.

**Meditação:** O Universo desenvolve-se em Deus e só Deus o preenche completamente. Há um mistério a contemplar numa folha, numa vereda, no orvalho, no rosto do pobre. O ideal não é só passar da exterioridade à interioridade, para descobrir a ação de Deus na alma, mas também chegar a encontrá-Lo em todas as coisas. E isto, não porque as coisas limitadas do mundo sejam realmente divinas, mas porque há uma relação íntima entre Deus e todos os seres vivos. No fundo, Deus é para nós todas as coisas» (cf. LS 233; 234).

**Prece:** Que o ser humano, a quem Deus confiou as maravilhas do Universo, louve, dê graças e glorifique sempre a Deus, pela grandeza das suas obras (cf. Missal Romano, Prefácio Comum VI).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

## **2. No 2.º mistério, meditemos nos dons da Terra, chamados à transformação plena em Cristo**

**Leitura bíblica:** Da Epístola aos Romanos (Rm 8,19-21): “Na verdade, as criaturas esperam ansiosamente a revelação dos filhos de Deus. Elas estão sujeitas à vã situação do mundo, com a esperança de que as mesmas criaturas sejam também libertadas da corrupção que escraviza, para receberem a gloriosa liberdade dos filhos de Deus”.

**Meditação:** Os sacramentos constituem um modo privilegiado em que a natureza é assumida por Deus e transformada em mediação da vida sobrenatural. Através do culto, somos convidados a abraçar o mundo num plano diferente. A água, o azeite, o fogo e as cores são assumidas com toda a sua força simbólica e incorporam-se no louvor. A mão que abençoa é instrumento do amor de Deus e reflexo da proximidade de Cristo, que veio para Se fazer nosso companheiro no caminho da vida. A água derramada sobre o corpo da criança batizada, é sinal de vida nova. Todas as criaturas do universo material encontram o seu verdadeiro sentido no Verbo encarnado, porque o Filho de Deus incorporou na sua pessoa parte do universo material, onde introduziu um gérmen de transformação definitiva (LS 235).

**Prece:** Que os cristãos não fujam do mundo, nem neguem a natureza, para Se encontrar com Deus. Saibamos nós valorizar os elementos naturais mais pobres e mais simples, tais como o pão, a água, o vinho, o azeite, que são a matéria dos sacramentos, pelos quais Cristo faz Corpo connosco, Se dá por nós e nos une a Ele (cf. LS 235).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

### 3. No 3.º mistério, meditemos na Eucaristia, onde a criação encontra a sua maior elevação

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus (Mt 26,26-29): “Enquanto comiam, Jesus tomou o pão, recitou a bênção e partiu-o, deu-o aos discípulos e disse: «Tomai: isto é o meu corpo». Depois tomou um cálice, deu graças e entregou-lho. E todos beberam dele. Disse Jesus: «Este é o meu sangue, o sangue da nova aliança, derramado pela multidão dos homens. Em verdade vos digo: Não voltarei a beber do fruto da videira, até ao dia em que beberei do vinho novo no reino de Deus».

**Meditação:** A criação encontra a sua maior elevação na Eucaristia (...) Unido ao Filho encarnado, presente na Eucaristia, todo o cosmos dá graças a Deus. Mesmo quando tem lugar no pequeno altar duma igreja da aldeia, a Eucaristia é sempre celebrada, de certo modo, sobre o altar do mundo». A Eucaristia une o céu e a terra, abraça e penetra toda a criação. O mundo, saído das mãos de Deus, volta a Ele em feliz e plena adoração: no Pão Eucarístico (cf. LS 236).

**Prece:** Que a celebração da Eucaristia se torne fonte de luz e de motivação para as nossas preocupações pelo meio ambiente, e nos leve a ser guardiões da criação inteira (cf. LS 236).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

### 4. No 4.º mistério, meditemos no descanso dominical, como antecipação gozosa do repouso eterno.

**Leitura bíblica:** Do Livro do Apocalipse (Ap 13,13; 21,4): “Eu, João, ouvi uma voz vinda do Céu, que me dizia: «Felizes os que morreram no Senhor. Sim – diz o Espírito de Deus – desde agora, descansem dos seus trabalhos, porque as suas obras os acompanham (...) Ele enxugará todas as lágrimas dos seus olhos; nunca mais haverá morte nem luto, nem gemidos nem dor, porque o mundo antigo desapareceu». Disse então Aquele que estava sentado no trono: «Vou renovar todas as coisas».

**Meditação:** “A participação na Eucaristia é especialmente importante ao domingo. O domingo é o dia da Ressurreição, o «primeiro dia» da nova criação, que tem as suas primícias na humanidade ressuscitada do Senhor, garantia da transfiguração final de toda a realidade criada. Além disso, este dia anuncia «o descanso eterno do homem, em Deus. Assim, a espiritualidade cristã integra o valor do repouso e da festa. (..) O dia de descanso, cujo centro é a Eucaristia, difunde a sua luz sobre a semana inteira e encoraja-nos a assumir o cuidado da natureza e dos pobres” (cf. LS 237).

**Prece:** Que a família reunida para escutar a palavra da salvação e participar no Pão da Vida, celebre, em cada Eucaristia, o memorial do Senhor ressuscitado, a esperança do domingo que não tem ocaso, quando toda a humanidade, entrar no repouso de Deus (cf. Missal Romano, Prefácio Dominical X).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

**5. No 5.º mistério, meditemos na bênção da mesa, como expressão de gratidão pelos dons da Criação**

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos (At 2, 42.44-47): “Os irmãos eram assíduos ao ensino dos Apóstolos, à comunhão fraterna, à fração do pão e às orações. Todos os que haviam abraçado a fé viviam unidos e tinham tudo em comum. Todos os dias frequentavam o templo, como se tivessem uma só alma, e partiam o pão em suas casas; tomavam o alimento com alegria e simplicidade de coração, louvando a Deus e gozando da simpatia de todo o povo”.

**Meditação:** Uma expressão desta “atitude do coração, que vive tudo com serena atenção (cf. LS 226) é “parar para agradecer a Deus antes e depois das refeições. Proponho aos crentes que retomem este hábito importante e o vivam profundamente. Este momento da bênção da mesa, embora muito breve, recorda-nos que a nossa vida depende de Deus, fortalece o nosso sentido de gratidão pelos dons da criação, dá graças por aqueles que com o seu trabalho fornecem estes bens, e reforça a solidariedade com os mais necessitados” (LS 227).

**Prece:** Que os cristãos deem um valor sagrado às refeições, aprendendo a agradecer a Deus, a reconhecer o trabalho dos outros e a partilhar o pão com os irmãos.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

3 AM | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora

**Oração Maria, Mãe da Vida e Rainha da Criação (mistérios gloriosos)**

Mãe da Vida em abundância,  
unida à glória do Vosso Filho Ressuscitado,  
elevada ao Céu, no Vosso Corpo glorificado,  
sois a Mãe e a Rainha de toda a Criação.

Em Vós a criação alcançou  
toda a plenitude da sua beleza.

Nós Vos pedimos, que reineis,  
no coração palpitante da Mãe Terra.  
Reinai, de modo que ninguém mais  
se sinta dono da obra de Deus.

Ensinai-nos a guardar,  
a cuidar e a contemplar o mundo,  
com o olhar maravilhado da sabedoria,  
e o coração agradecido por tanto amor.

Ámen.

Dia 22

Semana Laudato Sí | 21 a 28 de maio (2.º dia)

Esperança para a Terra. Esperança para a humanidade

O olhar de Jesus sobre a Criação

## Introdução Geral à Semana Laudato Sí

Se os participantes na oração não forem os mesmos do dia anterior, convém ler este texto para contextualizar; se forem os mesmos, pode apenas ler-se a introdução ao dia respetivo.

De 21 a 28 de maio celebramos a Semana *Laudato Sí*. Recordamos que as palavras “Laudato Sí” («Louvado sejas»), do início do Cântico das Criaturas, atribuído a São Francisco, são também as primeiras palavras da encíclica social do Papa Francisco sobre o Cuidado da nossa Casa Comum. A Semana Laudato Sí’ 2023, que celebramos entre 21 e 28 de maio, marca precisamente o oitavo aniversário da encíclica histórica do Papa Francisco sobre o cuidado da criação, nossa Casa Comum. Esta celebração global une os católicos para nos alegrarmos com o progresso que fizemos em dar vida à *Laudato Sí*’. O Tema deste ano é “*Esperança para a terra. Esperança para a humanidade*”.

Hoje vamos contemplar o Evangelho da Criação, a mensagem e a beleza da Criação, a partir do olhar de Jesus.

### 1. No 1.º mistério, meditemos na confiança que é devida ao Deus Criador e Providente

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus (Mt 6,26-29): “Naquele tempo disse Jesus aos seus discípulos: Olhai para as aves do céu: não semeiam nem ceifam nem recolhem em celeiros; o vosso Pai celeste as sustenta. Não valeis vós muito mais do que elas? Quem de entre vós, por mais que se preocupe, pode acrescentar um só côvado à sua estatura? E porque vos inquietais com o vestuário? Olhai como crescem os lírios do campo: não trabalham nem fiam; mas Eu vos digo: nem Salomão, em toda a sua glória, se vestiu como um deles”.

**Meditação:** “Jesus retoma a fé bíblica no Deus criador e destaca um dado fundamental: Deus é Pai (cf. Mt 11, 25). Em colóquio com os seus discípulos, Jesus convidava-os a reconhecer a relação paterna que Deus tem com todas as criaturas e recordava-lhes, com comovente ternura, como cada uma delas era importante aos olhos d’Ele: «Não se vendem cinco pássaros por duas pequeninas moedas? Contudo, nenhum deles passa despercebido diante de Deus» (Lc 12, 6)” (LS 96).

**Prece:** Peçamos ao Senhor o dom da confiança divina na providência do Pai, que cuida amorosamente de todas as suas criaturas. A natureza está cheia de palavras de amor. Aprendamos de Jesus, a assumir um estilo de vida humilde, profético e contemplativo, sem estarmos obcecados pelo consumo (cf. LS 222).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

**2. No segundo mistério, meditemos no olhar contemplativo de Jesus, diante da natureza que está cheia de palavras de amor (LS 225).**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São João (Jo 4,35-38): «Erguei os olhos e vede os campos, que já estão loiros para a ceifa. Já o ceifeiro recebe o salário e recolhe o fruto para a vida eterna e, deste modo, se alegra o semeador juntamente com o ceifeiro. Nisto se verifica o ditado: ‘Um é o que semeia e outro o que ceifa’. Eu mandei-vos ceifar o que não trabalhastes. Outros trabalharam e vós aproveitais-vos do seu trabalho».

**Meditação:** “O Senhor podia convidar os outros a estar atentos à beleza que existe no mundo, porque Ele próprio vivia em contacto permanente com a natureza e prestava-lhe uma atenção cheia de carinho e admiração. Quando percorria os quatro cantos da sua terra, detinha-Se a contemplar a beleza semeada por seu Pai e convidava os discípulos a individuarem, nas coisas, uma mensagem divina, por isso, ensinava assim: «O Reino dos Céus é semelhante a um grão de mostarda que um homem tomou e semeou no seu campo. É a menor de todas as sementes; mas, depois de crescer, torna-se a maior planta do horto e transforma-se numa árvore» (Mt 13, 31-32)” (LS 97).

**Prece:** Que nós saibamos cultivar a gratidão e a gratuidade, o reconhecimento do mundo, como dom recebido do amor do Pai (LS 220).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

**3. No terceiro mistério, meditemos no modo como Jesus saboreia os dons da Criação**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: «Naquele tempo, disse Jesus: Na verdade, veio João, que não come nem bebe e dizem «está possesso». Veio o Filho do Homem que come e bebe, e dizem: “Aí está um glutão e bebedor de vinho”» (Mt 11, 19).

**Meditação:** “Jesus vivia em plena harmonia com a criação, com grande maravilha dos outros: «Quem é este, a quem até o vento e o mar obedecem?» (Mt 8, 27). Não Se apresentava como um asceta separado do mundo ou inimigo das coisas aprazíveis da vida. Encontrava-Se longe das filosofias que desprezavam o corpo, a matéria e as realidades deste mundo (LS 98).

**Prece:** Que nós possamos crescer na sobriedade, aprendendo a alegrar-nos com pouco, pois quanto menos coisas estão à nossa mesa, tanto mais as podemos saborear (cf. LS 222).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

#### **4. No quarto mistério, meditemos no trabalho humano, como colaboração na obra da Criação**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Marcos (6,1-3): “Naquele tempo, Jesus dirigiu-Se à sua terra, e os discípulos acompanharam-n’O. Quando chegou o sábado, começou a ensinar na sinagoga. Os numerosos ouvintes estavam admirados e diziam: «De onde Lhe vem tudo isto? Que sabedoria é esta que Lhe foi dada e os prodigiosos milagres feitos por suas mãos? Não é Ele o carpinteiro, filho de Maria (Mc 6, 3).

**Meditação:** Jesus trabalhava com suas mãos, entrando diariamente em contacto com matéria criada por Deus para a moldar com a sua capacidade de artesanão. É digno de nota que a maior parte da sua existência terrena tenha sido consagrada a esta tarefa, levando uma vida simples que não despertava maravilha alguma: «Não é Ele o carpinteiro, o filho de Maria?» (Mc 6, 3). Assim santificou o trabalho, atribuindo-lhe um valor peculiar para o nosso amadurecimento. «Suportando o que há de penoso no trabalho em união com Cristo crucificado por nós, o homem colabora, de alguma forma, com o Filho de Deus na redenção da humanidade»” (LS 98).

**Prece:** Que o trabalho humano seja vivido como uma forma de colaborar na obra da Criação e na transformação constante do mundo, garantindo o sustento próprio e o bem comum.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

#### **5. No quinto mistério, meditemos na transfiguração final de toda a Criação**



**Leitura bíblica:** Da Carta aos Colossenses (Cl 1,19-20): «Foi em Cristo, que aprovou a Deus fazer habitar toda a plenitude e, por Ele e para Ele, reconciliar todas as coisas, tanto as que estão na terra como as que estão no céu».

**Meditação:** “O Novo Testamento não nos fala só de Jesus terreno e da sua relação tão concreta e amorosa com o mundo; mostra-no-Lo também como ressuscitado e glorioso, presente em toda a criação com o seu domínio universal. Isto lança-nos para o fim dos tempos, quando o Filho entregar ao Pai todas as coisas «a fim de que Deus seja tudo em todos» (1 Cor 15, 28). Assim, as criaturas deste mundo já não nos aparecem como uma realidade meramente natural, porque o Ressuscitado as envolve misteriosamente e guia para um destino de plenitude. As próprias flores do campo e as aves que Ele, admirado, contemplou com os seus olhos humanos, agora estão cheias da sua presença luminosa” (LS 100).

**Prece:** Que os cristãos, que caminham na Terra, para a Casa Comum do Céu, se esforcem por assumir tudo o que há de bom neste mundo, renovando todas as coisas e alimentando a esperança de se encontrar face a face com a beleza infinita de Deus (cf. LS 243).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

3 AM | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora e/ou, se for oportuno,

### **Oração de São Tomás Moro**

Recomendada pelo Papa na Exortação Apostólica sobre a santidade no mundo atual, “*Gaudete et exultate*” (Alegrai-vos e exultai), nota 101 ao n.º 126

«Dai-me, Senhor,  
uma boa digestão  
e também qualquer coisa para digerir.  
Dai-me a saúde do corpo,  
com o bom humor necessário para a conservar.  
Dai-me, Senhor, uma alma santa  
que saiba aproveitar o que é bom e puro,  
e não se assuste à vista do pecado,  
mas encontre a forma de colocar as coisas de novo em ordem.

Dai-me uma alma que não conheça o tédio,  
as murmurações, os suspiros e os lamentos,  
e não permitais que sofra excessivamente  
por essa realidade tão dominadora que se chama “eu”.

Dai-me, Senhor, o sentido do humor.

Dai-me a graça de entender os gracejos,  
para que conheça na vida um pouco de alegria  
e possa comunicá-la aos outros. Assim seja.

Guia: Bendigamos ao Senhor

**R.** Graças a Deus.

Cântico final

**Dia 23 (1)**

**Semana Laudato Sí**

Esperança para a Terra. Esperança para a humanidade

**21 a 28 de maio (3.º dia)**

**Mistérios Dolorosos**

## **Introdução Geral à Semana Laudato Sí**

Se os participantes na oração não forem os mesmos dos dias anteriores, convém ler este texto para contextualizar; se forem os mesmos, pode apenas ler-se a introdução ao dia respetivo.

De 21 a 28 de maio celebramos a Semana *Laudato Sí*. Recordamos que as palavras “*Laudato Sí*” («Louvado sejas»), do início do Cântico das Criaturas, atribuído a São Francisco, são também as primeiras palavras da encíclica social do Papa Francisco sobre o Cuidado da nossa Casa Comum. A Semana *Laudato Sí* 2023, que celebramos entre 21 e 28 de maio, marca precisamente o oitavo aniversário da encíclica histórica do Papa Francisco sobre o cuidado da criação, nossa Casa Comum. Esta celebração global une os católicos para nos alegrarmos com o progresso que fizemos em dar vida à *Laudato Sí*. O Tema deste ano é “*Esperança para a terra. Esperança para a humanidade*”.

### **1.º Mistério: A Agonia de Jesus no Horto das Oliveiras**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Marcos (14,35-36): «Jesus caiu por terra e orou (...). E dizia: “*Abbá, Pai, tudo te é possível; afasta de mim este cálice! Contudo, não se faça o que eu quero, mas o que Tu queres*”. Depois foi ter com os discípulos e encontrou-os a dormir».

**Meditação:** Jesus é condenado à morte porque a Sua vida e a Sua doutrina denunciavam as injustiças de um sistema baseado na lei do mais forte, que desrespeitava a dignidade humana. Hoje, «o impacto dos desequilíbrios atuais manifesta-se também na morte prematura de muitos pobres, nos conflitos gerados pela falta de recursos e em muitos outros problemas que não têm espaço suficiente nas agendas mundiais” (LS, 48).

**Prece:** Que os políticos sejam capazes de promover estilos de vida, de produção e de consumo que respeitem o carácter sagrado da vida humana e não gere excluídos.

PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Rainha da Criação! **P.** São José, guardião da Criação. **R.** Rogai por nós!  
| Cântico

## 2.º Mistério: A Flagelação de Jesus atado à coluna

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Marcos (15, 15): «Pilatos, desejando agradar à multidão, soltou-lhes Barrabás e, depois mandou flagelar Jesus».

**Meditação:** Muitos povos continuam a ser hoje ‘flagelados’ pelas inúmeras formas de poluição: «a exposição aos poluentes atmosféricos, produz uma vasta gama de efeitos sobre a saúde, particularmente dos mais pobres e provoca milhões de mortes prematuras» (LS, 20)

**Prece:** Que o Senhor nos livre do pecado de sermos «testemunhas mudas das gravíssimas desigualdades, no âmbito da degradação humana e ambiental (cf. LS, 36).

PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Rainha da Criação! **P.** São José, guardião da Criação. **R.** Rogai por nós!  
| Cântico

## 3.º Mistério: A coroação de espinhos de Jesus

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Marcos (15,17): «Revestiram-no de um manto de púrpura e puseram-lhe uma coroa de espinhos, que tinham entretecido».

**Meditação:** A coroação de Jesus é recusa da realeza de Jesus e manifestação da autossuficiência humana. A harmonia entre o Criador, a humanidade e toda a criação foi destruída por termos pretendido ocupar o lugar de Deus» (LS, 66).

**Prece:** «São Francisco de Assis propõe-nos reconhecer a natureza como um livro esplêndido onde Deus nos fala e transmite algo da sua beleza e bondade» (cf. Sab 13, 5): Louvado sejas, ó meu Senhor...

PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Rainha da Criação! **P.** São José, guardião da Criação. **R.** Rogai por nós!  
| Cântico

#### 4.º Mistério: Jesus carrega a Cruz a caminho do Calvário

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Marcos (15,21): «Para Lhe levar a cruz, requisitaram um homem que passava por ali ao regressar dos campos, um tal Simão de Sirene, pai de Alexandra e de Rufo».

**Meditação:** Jesus carrega a Sua cruz, ajudado por Simão de Sirene. Assumamos as nossas responsabilidades na defesa e promoção da vida. Ficar em «comportamentos evasivos» e na «irresponsabilidade», e «culpar o incremento demográfico, em vez do consumismo exacerbado e seletivo de alguns é uma forma de não enfrentar os problemas» (LS, 50 e 59).

**Prece:** Que o Senhor desperte os ouvidos do nosso coração, cada manhã, para “ouvir tanto o clamor da terra como o clamor dos pobres” (LS, 50).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Rainha da Criação! P. São José, guardião da Criação. R. Rogai por nós! | Cântico**

#### 5.º Mistério: Jesus é crucificado e morre na Cruz

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Marcos (15,37-39): «Mas Jesus, com um grito forte, expirou. O véu do Templo rasgou-se em dois, de alto a baixo. O centurião que estava em frente, ao vê-Lo expirar daquela maneira, disse: «Verdadeiramente este homem era Filho de Deus»

**Meditação:** Jesus morre na cruz, para nos abrir à verdadeira Vida. «Todos aqueles que estão empenhados na defesa da dignidade das pessoas, podem encontrar, na fé cristã, as razões mais profundas para tal compromisso» (LS nº 65).

**Prece:** Que o Senhor fortaleça e encoraje todos «aqueles que lutam, com vigor, por resolver as dramáticas consequências da degradação ambiental na vida dos mais pobres do mundo» (LS, 13).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

**3 AM | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora e/ou Oração a Maria, Mãe da Vida e Rainha da Criação (excerto relativo aos mistérios dolorosos).**

## Oração a Maria, Mãe da Vida e Rainha da Criação (mistérios dolorosos)

Mãe da Vida e Rainha da Criação,  
olhai para os pobres deste mundo,  
porque o seu lar está a ser destruído  
por interesses mesquinhos.

Quanta dor e quanta miséria,  
quanto abandono e quanto atropelo  
nesta nossa Terra bendita,  
transbordante de vida!

Tocai a sensibilidade dos poderosos  
porque, apesar de sentirmos que já é tarde,  
Vós nos chamais a salvar o que ainda vive.

Mãe do coração trespassado,  
que sofreis nos vossos filhos ultrajados  
e na natureza abusada e ferida,  
reinais Vós sobre a nossa Terra.

Em Vós confiamos, Mãe da vida!  
Não nos abandoneis nesta hora escura.

Ámen.

## Dia 23 (2)

### Assinalar o Dia JMJ

1. Seguir o esquema do Rosário da JMJ (cf. proposta para o dia 2 de maio);
2. Seguir o esquema dos mistérios dolorosos elaborados pela JMJ (cf. proposta do dia 5 – Forma mais longa);
3. Seguir o esquema dos mistérios dolorosos elaborados pela JMJ (cf. proposta do dia 5 – Forma mais breve).

**Nota:** é recomendado como sinal tocar os sinos às 20h23 (por referência ao ano 2023).



**Dia 24**

**Semana *Laudato Sí* | 21 a 28 de maio (4.º dia)**

**Esperança para a Terra. Esperança para a humanidade**

**Mistérios gloriosos**

## **Introdução Geral à Semana *Laudato Sí***

Se os participantes na oração não forem os mesmos dos dias anteriores, convém ler este texto para contextualizar; se forem os mesmos, pode apenas ler-se a introdução ao dia respetivo.

De 21 a 28 de maio celebramos a Semana *Laudato Sí*. Recordamos que as palavras “*Laudato Sí*” («Louvado sejas»), do início do Cântico das Criaturas, atribuído a São Francisco, são também as primeiras palavras da encíclica social do Papa Francisco sobre o Cuidado da nossa Casa Comum. A Semana *Laudato Sí* 2023, que celebramos entre 21 e 28 de maio, marca precisamente o oitavo aniversário da encíclica histórica do Papa Francisco sobre o cuidado da criação, nossa Casa Comum. Esta celebração global une os católicos para nos alegrarmos com o progresso que fizemos em dar vida à *Laudato Sí*. O Tema deste ano é “*Esperança para a terra. Esperança para a humanidade*”.

Hoje meditamos os mistérios gloriosos. “Na expectativa da vida eterna, unimo-nos para tomar a nosso cargo esta Casa que nos foi confiada, sabendo que aquilo de bom que há nela, será assumido na festa do Céu” (LS, 244).

### **1.º Mistério: A Ressurreição de Jesus**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Marcos (16,6): «O Anjo disse-lhes: “Não vos assusteis. Procurais Jesus de Nazaré, o Crucificado? Ressuscitou. Não está aqui. Eis o lugar onde O tinham depositado”».

**Meditação:** “A meta do caminho do universo situa-se na plenitude de Deus, que já foi alcançada por Cristo Ressuscitado, fulcro da maturação Universal” (LS, 83).

**Prece:** Que as famílias cristãs, confrontadas com o mistério da morte e do sofrimento, possam viver estas experiências na fé, na confiança e na Esperança da ressurreição.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**



## **2.º Mistério: A Ascensão de Jesus ao Céu**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas (24,51-52): «Enquanto os abençoava, separou-Se deles e elevou-Se ao Céu. E eles, depois de se terem prostrado diante d'Ele, voltaram para Jerusalém com grande alegria».

**Meditação:** A missão deles é na terra. “O ser humano, dotado de inteligência e amor, atraído pela plenitude de Cristo, é chamado a reconduzir todas as criaturas ao Seu Criador” (LS, 83).

**Prece:** Que Jesus suscite no coração de cada um de nós “uma preocupação pelo meio ambiente, unida ao amor sincero pelos seres humanos e a um compromisso constante com os problemas da sociedade” (LS, 91).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

## **3.º Mistério: O Espírito Santo desce sobre Nossa Senhora e os Apóstolos**

**Leitura bíblica:** Dos Atos dos Apóstolos (2,3-4): «Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar outras línguas, conforme o Espírito lhes inspirava que se exprimissem».

**Meditação:** “Quando nos apercebemos do reflexo de Deus em tudo o que existe, o coração experimenta o desejo de adorar o Senhor por todas as criaturas e juntamente com elas” (LS, 87).

**Prece:** Que Espírito Santo nos abra ao “ensinamento que Deus nos quer transmitir através de cada coisa» e, “prestando atenção a esta manifestação, o ser humano aprenda a reconhecer-se a si mesmo na relação com as outras criaturas” (LS, 85).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

## **4.º Mistério: A Assunção da Santíssima Virgem ao Céu**

**Leitura bíblica:** Do Apocalipse de S. João (12,1): «Um grande sinal apareceu no Céu: uma mulher envolvida pelo Sol, com a Lua debaixo dos pés e uma coroa de doze estrelas na cabeça».

**Meditação:** “Maria, a Mãe que cuidou de Jesus, agora cuida com carinho e preocupação materna, deste mundo ferido” (LS, 241).

**Prece:** Glorifiquemos o Senhor, que “criou o mundo para todos”. Que, por Maria, tenhamos “em atenção os direitos fundamentais dos mais desfavorecidos” (LS, 93).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

**5.º Mistério: A Coroação de Nossa Senhora como Rainha do Céu e da Terra**

**Leitura bíblica:** Do Livro de Judite (15,10): «Tu és a glória de Jerusalém, Tu a alegria de Israel, Tu a honra do nosso povo... Sê eternamente bendita pelo Senhor onnipotente».

**Meditação:** “Maria, elevada ao Céu é Mãe e Rainha de toda a criação. No seu corpo glorificado, juntamente com Cristo Ressuscitado, parte da criação, alcançou toda a plenitude da sua beleza” (LS, 241).

**Prece:** Que Maria, Mãe e Rainha da humanidade nos ensine a “contemplar este mundo com um olhar mais sábio” (LS, 241).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

**3 AM | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora e/ou Oração a Maria, Mãe da Vida e Rainha da Criação**

**Oração a Maria, Mãe da Vida e Rainha da Criação (mistérios gloriosos)**

Mãe da Vida em abundância,  
unida à glória do Vosso Filho Ressuscitado,  
elevada ao Céu, no Vosso Corpo glorificado,  
sois a Mãe e a Rainha de toda a Criação.

Em Vós a criação alcançou  
toda a plenitude da sua beleza.  
Nós Vos pedimos, que reineis,  
no coração palpitante da Mãe Terra.  
Reinai, de modo que ninguém mais

se sinta dono da obra de Deus.

Ensinai-nos a guardar,  
a cuidar e a contemplar o mundo,  
com o olhar maravilhado da sabedoria,  
e o coração agradecido por tanto amor.  
Ámen.

## Dia 25

Esperança para a Terra. Esperança para a humanidade

**Semana *Laudato Sí* | 21 a 28 de maio (5.º dia)**

### **Mistérios luminosos**

Se os participantes na oração não forem os mesmos dos dias anteriores, convém ler este texto para contextualizar; se forem os mesmos, pode apenas ler-se a introdução ao dia respetivo.

#### **Introdução Geral à Semana *Laudato Sí***

De 21 a 28 de maio celebramos a Semana *Laudato Sí*. Recordamos que as palavras “*Laudato Sí*” («Louvado sejas»), do início do Cântico das Criaturas, atribuído a São Francisco, são também as primeiras palavras da encíclica social do Papa Francisco sobre o Cuidado da nossa Casa Comum. A Semana *Laudato Sí* 2023, que celebramos entre 21 e 28 de maio, marca precisamente o oitavo aniversário da encíclica histórica do Papa Francisco sobre o cuidado da criação, nossa Casa Comum. Esta celebração global une os católicos para nos alegrarmos com o progresso que fizemos em dar vida à *Laudato Sí*. O Tema deste ano é “*Esperança para a terra. Esperança para a humanidade*”.

Hoje meditamos os mistérios luminosos, que nos recordam a importância dos elementos naturais (cf. LS 235), tais como a água no Batismo, o vinho nas bodas de Caná, a luz na cena da Transfiguração, os dons do pão e do vinho, na instituição da Eucaristia. E há ainda um mistério luminoso, dedicado ao anúncio do Reino e ao apelo à conversão. Neste dia, somos, pois, desafiados a converter e a transformar os nossos comportamentos, a nossa relação com os bens da criação. Porque há uma raiz humana da crise ecológica, o Papa Francisco fala de necessária “conversão ecológica”, desafiando-nos a regressar a uma vida mais simples, mais sóbria, mais gratuita e agradecida, uma vida que se alegra com pouco e não está obcecada pelo consumo (cf. LS 222; 27).

#### **1.º Mistério: O Batismo de Jesus no rio Jordão**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus (3,16-17): «Uma vez batizado, Jesus saiu da água e eis que se rasgaram os céus, e viu o Espírito de Deus descer como uma pomba e vir sobre Ele. E uma voz vinda do Céu dizia: “Este é o meu Filho muito amado, no qual pus todo o meu agrado”».

**Meditação:** «As Pessoas divinas são relações subsistentes; e o mundo, criado segundo o modelo divino, é uma trama de relações. Isto convida-nos ... a admirar os múltiplos vínculos que existem entre as criaturas (e) ... a descobrir uma chave da nossa própria realização» (LS 240).

**Prece:** Senhor Deus, Uno e Trino, tudo nos fala de Vós. Ensinai-nos a contemplar-Vos na beleza do universo. Despertai o nosso louvor e dai-nos a graça de nos sentirmos intimamente unidos a tudo o que existe (Cf LS 246).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

### **2.º Mistério: A revelação de Jesus nas bodas de Caná**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo S. João (2, 9-11): «O chefe da mesa, depois de provar a água transformada em vinho, como não sabia de onde viera (...), chamou o noivo e disse: “Toda a gente serve primeiro o vinho bom (...) Tu porém guardaste o vinho bom até agora”».

**Meditação:** Jesus santificou o amor esponsal de um homem e uma mulher. «É necessário ter apreço pelo próprio corpo na sua feminilidade ou masculinidade, para se poder reconhecer a si mesmo no encontro com o outro que é diferente. Assim, é possível aceitar com alegria o dom específico do outro ou da outra, obra de Deus criador, e enriquecer-se mutuamente» (LS 155).

**Prece:** Por Maria, rezamos por todos os casais para que se abram à presença santificante e festiva de Jesus.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

### **3.º Mistério: O anúncio do Reino e o convite à conversão**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de São Marcos (1, 14-15): «Depois de João ter sido preso, Jesus partiu para a Galileia e começou a proclamar o evangelho dizendo: “Cumpriu-se o tempo e está próximo o Reino de Deus. Arrependei-vos e acreditai no evangelho”».

**Meditação:** Jesus convida-nos a mudar de vida e a escolher os valores cristãos: a verdade, a justiça, o bem e o amor.

**Prece:** Pedimos ao Senhor que nos ajude a viver um estilo de vida mais simples e contemplativo, e a sabermos dar o devido apreço a cada coisa em cada momento (cf. LS 222).

PN | 10 Ave-marias | Glória | **P. Maria, Rainha da Criação!** **R. Rogai por nós!** | Cântico

#### 4.º Mistério: A Transfiguração de Jesus no Monte Tabor

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo S. Lucas (9,29-35): «Enquanto orava, o aspeto do seu rosto modificou-se e as suas vestes tornaram-se de uma brancura fulgurante. (...) E da nuvem veio uma voz que disse: “Este é o meu Filho predileto: escutai-O”».

**Meditação:** Cristo é «garantia da transfiguração final de toda a realidade criada» (LS, 237). N’Ele, também «as criaturas do universo material encontram o seu verdadeiro sentido ... porque o Filho de Deus incorporou na sua pessoa parte do universo material, onde introduziu um gérmen de transformação definitiva» (LS 235).

**Prece:** Pedimos ao Pai que nos ajude a saber escutar o seu Filho e a compreender o mistério da Sua ressurreição.

PN | 10 Ave-marias | Glória | **P. Maria, Rainha da Criação!** **R. Rogai por nós!** | Cântico

#### 5.º Mistério: A instituição da Eucaristia

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Mateus (26,26-27): «Enquanto comiam, Jesus tomou o pão ... partiu-o e deu-o aos seus discípulos, dizendo: “Tomai, comei: Isto é o meu corpo”. Em seguida, tomou o cálice, deu graças ..., dizendo: “Bebei dele todos”».

**Meditação:** «Mesmo quando tem lugar no pequeno altar duma igreja da aldeia, a Eucaristia é sempre celebrada, de certo modo, sobre o altar do mundo. A Eucaristia une o céu e a terra, abraça e penetra toda a criação» (LS, 236).

**Prece:** Que (re)descubramos, com as nossas famílias, a Eucaristia do domingo da Ressurreição, «dia de cura das relações do ser humano com Deus, consigo mesmo, com os outros e com o mundo» (LS, 237).

PN | 10 Ave-marias | Glória | **P. Maria, Rainha da Criação!** **R. Rogai por nós!** | Cântico

3 AM | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora e/ou, se for oportuno,

## **Oração a Maria, Mãe da Vida e Rainha da Criação** (excerto relativo aos mistérios luminosos)

Mãe da Vida, Mulher vestida de Sol,  
que viveis com Jesus Ressuscitado,  
completamente transfigurada na Sua glória,  
mostrai-Vos Mãe de todas as criaturas,  
na beleza das flores, dos rios, dos mares,  
e de tudo o que vibra nas florestas.

Protegei, com o vosso carinho,  
a explosão de beleza que toda a Criação nos oferece  
e que em Vós cantamos  
porque em Vós resplandece  
de modo singular.

Que, em cada Eucaristia,  
que une o céu e a terra,  
que abraça e penetra toda a Criação,  
se eleve também tanta maravilha  
para louvor e glória de Deus  
Pai, Filho e Espírito Santo.

Ámen.

## **Oração cristã com a criação** (*Laudato Sí*, n.º 246)

“Maria, a mãe que cuidou de Jesus, agora cuida com carinho e preocupação materna deste mundo ferido” (LS 241). Unidos a Maria, rezemos:

*Esta oração pode fazer-se no todo ou em parte. Pode começar só em “Senhor Deus, uno e trino”. Ou pode começar só em “Deus de Amor”... Pode ser rezada a várias vozes.*

**Leitor 1:**

Nós Vos louvamos, PAI,  
com todas as vossas criaturas,  
que saíram da vossa mão poderosa.  
São vossas e estão repletas da vossa presença  
e da vossa ternura.  
Louvado sejais!

**Leitor 2:**

FILHO DE DEUS, Jesus,  
por Vós foram criadas todas as coisas.  
Fostes formado no seio materno de Maria,  
fizestes-Vos parte desta terra,  
e contemplastes este mundo  
com olhos humanos.  
Hoje estais vivo em cada criatura  
com a vossa glória de ressuscitado.  
Louvado sejais!

**Leitor 3:**

ESPÍRITO SANTO, que, com a vossa luz,  
guiais este mundo para o amor do Pai  
e acompanhais o gemido da criação,  
Vós viveis também nos nossos corações  
a fim de nos impelir para o bem.  
Louvado sejais!

**Leitor 1:**

SENHOR DEUS, UNO E TRINO,  
comunidade estupenda de amor infinito,  
ensinai-nos a contemplar-Vos  
na beleza do universo,  
onde tudo nos fala de Vós.  
Despertai o nosso louvor e a nossa gratidão



por cada ser que criastes.

Dai-nos a graça de nos sentirmos  
intimamente unidos  
a tudo o que existe.

**Leitor 2:**

DEUS DE AMOR,  
mostrai-nos o nosso lugar neste mundo  
como instrumentos do vosso carinho  
por todos os seres desta terra,  
porque nem um deles sequer  
é esquecido por Vós.

Iluminai os donos do poder e do dinheiro  
para que não caiam no pecado da indiferença,  
amem o bem comum, promovam os fracos,  
e cuidem deste mundo que habitamos.  
Os pobres e a terra estão bradando:

**Leitor 3:**

Senhor, tomai-nos  
sob o vosso poder e a vossa luz,  
para proteger cada vida,  
para preparar um futuro melhor,  
para que venha o vosso Reino  
de justiça, paz, amor e beleza.  
Louvado sejais!

**Todos:**

Ámen.

Dia 26

Semana *Laudato Sí* | 21 a 28 de maio (6.º dia)

Esperança para a Terra. Esperança para a humanidade

Mistérios dolorosos

## Introdução Geral à Semana *Laudato Sí*

Se os participantes na oração não forem os mesmos dos dias anteriores, convém ler este texto para contextualizar; se forem os mesmos, pode apenas ler-se a introdução ao dia respetivo.

De 21 a 28 de maio celebramos a Semana *Laudato Sí*. Recordamos que as palavras “*Laudato Sí*” («Louvado sejas»), do início do Cântico das Criaturas, atribuído a São Francisco, são também as primeiras palavras da encíclica social do Papa Francisco sobre o Cuidado da nossa Casa Comum. A Semana *Laudato Sí* 2023, que celebramos entre 21 e 28 de maio, marca precisamente o oitavo aniversário da encíclica histórica do Papa Francisco sobre o cuidado da criação, nossa Casa Comum. Esta celebração global une os católicos para nos alegrarmos com o progresso que fizemos em dar vida à *Laudato Sí*. O Tema deste ano é “*Esperança para a terra. Esperança para a humanidade*”.

Hoje meditemos, novamente, nos gemidos da criação, a partir dos mistérios dolorosos.

### 1.º Mistério: A Agonia de Jesus no Horto

**Leitura bíblica:** “Cheio de angústia, pôs-se a orar mais instantemente, e o suor tornou-se-lhe como grossas gotas de sangue, que caíam na terra” (Lc 22,44).

**Meditação:** “Estas situações provocam os gemidos da irmã terra, que se unem aos gemidos dos abandonados do mundo, com um lamento que reclama de nós outro rumo. Nunca maltratámos e ferimos a nossa casa comum como nos últimos dois séculos. Mas somos chamados a tornar-nos os instrumentos de Deus Pai para que o nosso planeta seja o que Ele sonhou ao criá-lo e corresponda ao seu projeto de paz, beleza e plenitude.” (LS 53)

**Prece:** Contemplemos as lágrimas de angústia de Cristo, no Jardim das Oliveiras, e rezemos para sermos os primeiros a cuidar de toda a vida, na nossa Casa Comum.

PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico

## 2.º Mistério: A Flagelação de Jesus

**Leitura bíblica:** “Mas eles insistiam em altos brados, pedindo que fosse crucificado, e os seus clamores aumentavam de violência. Então, Pilatos decidiu que se fizesse o que eles pediam” (Lc 23,23-24).

**Meditação:** “Estas narrações sugerem que a existência humana se baseia sobre três relações fundamentais intimamente ligadas: as relações com Deus, com o próximo e com a terra. Segundo a Bíblia, estas três relações vitais romperam-se não só exteriormente, mas também dentro de nós. Esta rutura é o pecado. A harmonia entre o Criador, a humanidade e toda a criação foi destruída por termos pretendido ocupar o lugar de Deus, recusando reconhecer-nos como criaturas limitadas” (LS 66).

**Prece:** Contemplemos Jesus flagelado pelos nossos pecados contra toda a criação nascida do amor do Pai, e rezemos para sermos construtores da harmonia sonhada por Deus.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

## 3.º Mistério: A Coroação de Espinhos

**Leitura bíblica:** “Depois, os soldados entrelaçaram uma coroa de espinhos, cravaram-lha na cabeça e cobriram-no com um manto de púrpura; e, aproximando-se dele, diziam-lhe: «Salve! Ó Rei dos judeus»” (Jo 19,2-3).

**Meditação:** “O descuido no compromisso de cultivar e manter um correto relacionamento com o próximo, relativamente a quem sou devedor da minha solicitude e custódia, destrói o relacionamento interior comigo mesmo, com os outros, com Deus e com a terra. Quando todas estas relações são negligenciadas, quando a justiça deixa de habitar na terra, a Bíblia diz-nos que toda a vida está em perigo” (LS 70).

**Prece:** Contemplemos o verdadeiro Rei, Jesus, coroado com espinhos e rezemos para sabermos entrelaçar as mãos e reconstruirmos, cada dia, a unidade com a fonte da vida e com toda a criação.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

#### 4.º Mistério: Jesus A Caminho do Calvário

**Leitura bíblica:** “Seguiam Jesus uma grande multidão de povo e umas mulheres que batiam no peito e se lamentavam por Ele. Jesus voltou-se para elas e disse-lhes: «Filhas de Jerusalém, não choreis por mim, chorai antes por vós mesmas e pelos vossos filhos” (Lc 23, 27,28).

**Meditação:** “Quero salientar a importância central da família, porque «é 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. Contra a denominada cultura da morte, a família constitui a sede da cultura da vida». Na família, cultivam-se os primeiros hábitos de amor e cuidado da vida, como, por exemplo, o uso correto das coisas, a ordem e a limpeza, o respeito pelo ecossistema local e a proteção de todas as criaturas.” (LS 213)

**Prece:** Contemplemos Jesus que caminha para a cruz, carregando todos os sinais de morte da nossa terra, e rezemos para que as famílias saibam educar para cuidar de toda a vida que nos foi confiada.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

#### 5.º Mistério: Crucificação e Morte de Jesus

**Leitura bíblica:** “Os soldados, depois de terem crucificado Jesus, pegaram na roupa dele e fizeram quatro partes, uma para cada soldado, exceto a túnica. A túnica, toda tecida de uma só peça de alto a baixo, não tinha costuras” (Jo 19,23).

**Meditação:** “Além disso nós, cristãos, somos chamados a «aceitar o mundo como sacramento de comunhão, como forma de partilhar com Deus e com o próximo numa escala global. É nossa humilde convicção que o divino e o humano se encontram no menor detalhe da túnica inconsútil da criação de Deus, mesmo no último grão de poeira do nosso planeta» (LS 9).

**Prece:** Contemplemos Jesus crucificado, de braços abertos entre o céu e a terra, e rezemos para que se refaça em nós e no mundo, pelo seu amor, a unidade e a comunhão de toda a vida.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

**3 AM | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora**

## Oração a Maria, Mãe da Vida e Rainha da Criação (mistérios dolorosos)

Mãe da Vida e Rainha da Criação,  
olhai para os pobres deste mundo,  
porque o seu lar está a ser destruído  
por interesses mesquinhos.

Quanta dor e quanta miséria,  
quanto abandono e quanto atropelo  
nesta nossa Terra bendita,  
transbordante de vida!

Tocai a sensibilidade dos poderosos  
porque, apesar de sentirmos que já é tarde,  
Vós nos chamais a salvar o que ainda vive.

Mãe do coração trespassado,  
que sofreis nos vossos filhos ultrajados  
e na natureza abusada e ferida,  
reinais Vós sobre a nossa Terra.

Em Vós confiamos, Mãe da vida!  
Não nos abandoneis nesta hora escura.

Ámen.

**Dia 27 (1)**

**Semana *Laudato Sí* de 21 a 28 de maio (7.º dia)**

**Esperança para a Terra. Esperança para a humanidade**

**Mistérios gozosos**

### **Introdução Geral à Semana *Laudato Sí***

Se os participantes na oração não forem os mesmos dos dias anteriores, convém ler este texto para contextualizar; se forem os mesmos, pode apenas ler-se a introdução ao dia respetivo.

De 21 a 28 de maio celebramos a Semana *Laudato Sí*. Recordamos que as palavras “*Laudato Sí*” («Louvado sejas»), do início do Cântico das Criaturas, atribuído a São Francisco, são também as primeiras palavras da encíclica social do Papa Francisco sobre o Cuidado da nossa Casa Comum. A Semana *Laudato Sí* 2023, que celebramos entre 21 e 28 de maio, marca precisamente o oitavo aniversário da encíclica histórica do Papa Francisco sobre o cuidado da criação, nossa Casa Comum. Esta celebração global une os católicos para nos alegrarmos com o progresso que fizemos em dar vida à *Laudato Sí*. O Tema deste ano é “*Esperança para a terra. Esperança para a humanidade*”.

Meditemos hoje, como é próprio dos sábados, os mistérios gozosos, os mistérios da infância de Jesus.

#### **1.º Mistério: A Anunciação do Anjo a Nossa Senhora**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de São Lucas (1,30-31.38): «Disse-lhe o anjo: “Maria, não temas, pois achaste graça diante de Deus. Hás de conceber no teu seio e dar à luz um filho, ao qual porás o nome de Jesus”. ... Maria disse então: “Eis a serva do Senhor, faça-se em mim segundo a tua palavra”».

**Meditação:** «O Criador pode dizer a cada um de nós: “Antes de te haver formado no ventre materno, Eu já te conhecia” (Jr 1,5). Fomos concebidos no coração de Deus e, por isso, “cada um de nós é o fruto de um pensamento de Deus. Cada um de nós é querido, cada um de nós é amado, cada um é necessário” (Bento XVI)» (LS, 65).

**Prece:** Contemplando Maria aprendamos a aceitar o dom da vida como algo querido e pensado por Deus por toda a eternidade.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

## 2.º Mistério: A visitação de Maria a Santa Isabel

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas (1, 41-43): «Isabel, cheia do Espírito Santo, erguendo a voz exclamou: “Bendita sois vós entre as mulheres e bendito é o fruto do vosso ventre. E donde me é dado que venha ter comigo a Mãe do meu Senhor?”».

**Meditação:** “Temos de «passar do consumo ao sacrifício, da avidez à generosidade, do desperdício à capacidade de partilha ... É um modo de amar, de passar gradualmente do que eu quero àquilo de que o mundo de Deus precisa” (LS, 9).

**Prece:** Como Maria, totalmente desprendida, saiu para ajudar a sua prima Isabel, saibamos sair de nós, renunciando ao egoísmo, e procurar os que precisam.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

## 3.º Mistério: O nascimento de Jesus em Belém

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas (2,7): «Quando se encontravam em Belém, completaram-se os dias de ela dar à luz e teve o seu filho primogénito, que envolveu em panos e recostou numa manjedoura».

**Meditação:** “A espiritualidade cristã propõe um crescimento na sobriedade e uma capacidade de se alegrar com pouco. É um regresso à simplicidade que nos permite parar a saborear as coisas, agradecer as possibilidades que a vida oferece sem nos apegarmos ao que temos nem entristecer-nos por aquilo que não possuímos” (LS, 222).

**Prece:** Que todos os homens e mulheres da terra adotem um estilo de vida inspirado na espiritualidade cristã e, não estando obcecados pelo consumo, encontrem a profunda alegria.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

## 4.º Mistério: A apresentação de Jesus no Templo

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas (2,22): «Ao chegarem os dias da purificação, Maria e José levaram Jesus a Jerusalém para O apresentarem ao Senhor».

**Meditação:** A ida de Maria e José ao templo de Jerusalém, com o seu menino, manifesta a beleza da comunhão no amor verdadeiro, manifestação da infinita grandeza do amor de Deus Pai e Criador.

**Prece:** Por intercessão de Maria e José, rezemos por todos os pais, para que consigam testemunhar a seus filhos a alegre descoberta do amor de Deus Pai e a contemplação agradecida das obras das suas mãos.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

### **5.º Mistério: A perda e encontro do Menino Jesus no Templo**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de S. Lucas (2,49-51): «”Porque Me procuráveis? Não sabíeis que devo ocupar-Me nas coisas de Meu Pai?”».

**Meditação:** Maria e José procuraram ansiosamente Jesus até que O encontraram no templo. Deus, paciente e misericordioso, que não Se cansa de procurar a todos, «mandou o Seu filho, nascido da Virgem Maria para nos revelar, de modo definitivo, o Seu Amor».

**Prece:** Rezemos para que «todos possam experimentar o amor de Deus, que consola, perdoa e dá esperança» (Mis.Vultus, n.º 3) e se tornem sinais vivos da misericórdia do Pai.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

**Cântico**

**Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós.**

**1 Ave-maria**

**Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós.**

**1 Ave-maria**

**Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós.**

**1 Ave-maria**

**Salve Rainha | Consagração a Nossa Senhora**



## Oração a Maria, Mãe da Vida e Rainha da Criação (mistérios gozosos)

Mãe da Vida,  
no Vosso seio materno formou-Se Jesus,  
que é o Senhor de tudo quanto existe.

Ao lado de José, homem justo,  
foste protegida da violência dos injustos,  
e ensinaste o Vosso Filho a cuidar e a trabalhar  
com generosidade e ternura,  
para proteger este mundo  
que Deus nos confiou.

Intercedei por nós, junto de Jesus,  
que cuidastes com tanto carinho,  
para que derrame todo o Seu amor  
nos homens e mulheres que habitam a Terra,  
a fim de que saibam admirá-la e cuidar dela.

Fazei nascer o Vosso Filho em nossos corações  
para que Ele brilhe em todas as regiões do mundo,  
nos seus povos e nas suas culturas,  
com a luz da Sua Palavra,  
com o conforto do Seu amor,  
com a Sua mensagem de fraternidade e justiça.  
Ámen.

## Dia 27 (2)

### Vigília da Solenidade do Pentecostes

#### Introdução

**P.** Este não é um dia qualquer. Estamos em vigília de Pentecostes, a solenidade que nos reconduz à Sala da Última Ceia e que nos reporta ao dom do Espírito Santo que abre as portas da Igreja e envia em missão pelo mundo. Com e como Maria, que estava unida aos Apóstolos na Sala da Última Ceia, queremos edificar assim a Igreja Doméstica. «Permanecer juntos» foi a condição exigida por Jesus, para receber o dom do Espírito Santo! A oração e a comunhão são o ambiente vital, do Espírito Santo, para pairar e agir em nós. Vamos meditar nos cinco mistérios, sobre a ação do Espírito Santo em nós, a partir dos textos da 1.ª leitura e do Evangelho, do Domingo de Pentecostes.

#### 1. No 1.º mistério meditemos na ação do Espírito Santo, o sopro de Jesus, que nos dá a vida

**Leitura bíblica:** Do Evangelho de São João: “Na tarde daquele dia, o primeiro da semana, estando fechadas as portas da casa onde os discípulos se encontravam, com medo dos judeus, veio Jesus, colocou-se no meio deles e disse-lhes: «A paz esteja convosco». Dito isto, mostrou-lhes as mãos e o lado. Os discípulos ficaram cheios de alegria ao verem o Senhor. Jesus disse-lhes de novo: «A paz esteja convosco. Assim como o Pai Me enviou, também Eu vos envio a vós». Dito isto, soprou sobre eles e disse-lhes: «Recebei o Espírito Santo»” (Jo 20, 19-22).

**Meditação:** O Senhor sopra sobre os discípulos, e assim dá-lhes o Espírito Santo. O sopro de Jesus é o Espírito Santo. Reconhecemos aqui, antes de mais, uma alusão à narração da criação do homem no Génesis, onde está escrito: "O Senhor Deus formou o homem do pó da terra e insuflou-lhe pelas narinas o sopro da vida" (Gn 2, 7). O homem é esta criatura misteriosa, que provém totalmente da terra, mas no qual foi posto o sopro de Deus. Jesus sopra sobre os apóstolos e dá-lhe de maneira renovada, maior, o sopro de Deus. Nos homens, não obstante todas as suas limitações, existe agora algo absolutamente novo o sopro de Deus. A vida de Deus habita em nós, o sopro do seu amor, da sua verdade e da sua bondade.

**Prece:** Que o Espírito Santos sopra sobre nós e nos plasme à imagem de Jesus Cristo.

PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Mãe da Igreja. **R. Rogai por nós!** | São José, protetor da Santa Igreja.

**R. Rogai por nós!** |

## Cântico

**Prece:** Espírito Santo, dá-nos a graça de viver sempre no espaço do sopro de Jesus Cristo, a fim de recebermos vida d'Ele, de modo que Ele inspire em nós a vida autêntica, a vida da qual morte alguma nos pode privar!

### 2. No 1.º mistério meditemos na ação do Espírito Santo, o vento impetuoso que dá alma e respiração à nossa vida

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: “Quando chegou, o dia de Pentecostes, os Apóstolos estavam todos reunidos no mesmo lugar. Subitamente, fez-se ouvir, vindo do Céu, um rumor semelhante a forte rajada de vento, que encheu toda a casa onde se encontravam” (At 2,1-2)!

**Meditação:** Um "vento impetuoso", faz pensar no ar, que distingue o nosso planeta dos outros astros e nos permite viver nele. O que o ar é para a vida biológica, o Espírito Santo é para a vida espiritual. Vede: se existe uma poluição atmosférica que envenena o ambiente e os seres vivos, há também uma poluição do coração e do espírito, que mortifica e envenena a existência espiritual. Assim como não podemos habituar-nos aos venenos do ar, da mesma forma deveríamos agir com relação àquilo que corrompe o espírito. No entanto, parece que a muitos produtos que poluem a mente e o coração, e que circulam nas nossas sociedades – por exemplo as imagens que fazem espetáculo do prazer, da violência e do desprezo pelo homem e pela mulher, - a isto parece que nos habituamos sem dificuldades. Também isto é liberdade, diz-se, sem se reconhecer que tudo aquilo que polui, tudo aquilo que intoxica a alma as novas gerações acaba por condicionar a sua própria liberdade.

**Prece:** Vinde, Espírito Santo, sopro divino! Que o nosso coração possa respirar o ar espiritual, o ar salutar do Espírito que é a caridade!

PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Mãe da Igreja. **R. Rogai por nós! | São José, protetor da Santa Igreja.**

**R. Rogai por nós! |**

## Cântico

### 3. No terceiro mistério meditemos no fogo do Espírito Santo, que nos forma e transforma por dentro

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: “Viram então aparecer uma espécie de línguas de fogo, que se iam dividindo, e poitou uma sobre cada um deles. Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar outras línguas, conforme o Espírito lhes concedia que se exprimissem” (At 2,3-4).

**Meditação:** A outra imagem do Espírito Santo que encontramos nos *Atos dos Apóstolos* é o fogo. Nas mãos dos homens o "fogo" e as suas enormes potencialidades tornam-se perigosos: podem voltar-se contra a vida e contra a própria humanidade, como demonstra a história! Mas a Sagrada Escritura revela-nos que o fogo, a energia capaz de mover o mundo, não é uma força anónima e cega, mas é a ação do "espírito de Deus que se movia sobre a superfície das águas" (Gn 1, 2) no início da criação. E Jesus Cristo "trouxe à terra" não a força vital, que já habitava nela, mas o Espírito Santo, ou seja, o amor de Deus que "renova a face da terra", purificando-a do mal e libertando-a do domínio da morte (cf. Sl 103 [104], 29-30).

**Prece:** Invoquemos do Senhor este "fogo" puro, essencial e pessoal, o fogo do amor, que desceu sobre os Apóstolos, reunidos em oração com Maria no Cenáculo, para fazer da Igreja o prolongamento da obra renovadora de Cristo!

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Mãe da Igreja. R. Rogai por nós! | São José, protetor da Santa Igreja.**

**R. Rogai por nós! |**

**Cântico**

#### **4. No 4.º mistério meditemos na ação do Espírito Santo criador de comunhão**

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: “Residiam em Jerusalém judeus piedosos, procedentes de todas as nações que há debaixo do céu. Ao ouvir aquele ruído, a multidão reuniu-se e ficou muito admirada, pois cada qual "os ouvia falar na sua própria língua. Atónitos e maravilhados, diziam: "Não são todos galileus os que estão a falar? Então, como é que os ouve cada um de nós falar na sua própria língua? Partos, médos, elamitas, habitantes da Mesopotâmia, da Judeia e da Capadócia, do Ponto e da Ásia, da Frígia e da Panfília, do Egipto e das regiões da Líbia, vizinha de Cirene, colonos de Roma, tanto judeus como prosélitos, cretenses e árabes, ouvimo-los proclamar nas nossas línguas as maravilhas de Deus” (At 2,5-11).

**Meditação:** No Pentecostes o Espírito, com o dom das línguas, mostra que a sua presença une e transforma a confusão em comunhão. O orgulho e o egoísmo do homem geram sempre divisões, erguem muros de indiferença, de ódio e de violência.

**Prece:** Espírito Santo, Tu que és o Amor, torna os nossos corações capazes de compreender as línguas de todos! Restabelece a ponte da comunicação autêntica entre a Terra e o Céu.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Mãe da Igreja. R. Rogai por nós! | São José, protetor da Santa Igreja.**

**R. Rogai por nós! |**

**Cântico**

**5. No 5.º mistério meditemos na ação do Espírito, como protagonista da missão**

**Leitura bíblica:** Do evangelho de São João: “Jesus disse-lhes de novo: «A paz esteja convosco. Assim como o Pai Me enviou, também Eu vos envio a vós»” (Jo 20,21).

**Meditação:** Quem encontrou algo de verdadeiro, de belo e de bom na sua própria vida, o único tesouro autêntico, a pérola inestimável, corre para o compartilhar em toda a parte, na família e no trabalho, em todos os âmbitos da sua existência. E fá-lo sem qualquer temor, porque sabe que recebeu a de filho; fá-lo sem qualquer presunção, porque tudo é dádiva; e fá-lo sem desânimo, porque o Espírito de Deus precede a sua ação no "coração" dos homens e, como semente, nas mais diversificadas culturas e religiões. Fá-lo, sem fronteiras, porque é portador de uma boa notícia, destinada a todos os homens e a todos os povos.

**Prece:** Oremos ao Deus Pai, por meio de nosso Senhor Jesus Cristo, na graça do Espírito Santo, a fim de que a celebração da Solenidade do Pentecostes seja como um fogo ardente e um vento impetuoso para a vida cristã e para a missão de toda a Igreja!

**PN | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Mãe da Igreja. R. Rogai por nós! | São José, protetor da Santa Igreja.**

**R. Rogai por nós! |**

**Cântico**

**3 AM | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora e/ou, se for oportuno, Oração final ao Espírito Santo e/ou Sequência do Pentecostes**

## **Oração ao Espírito Santo**

Ó Espírito Santo, dai-me um coração grande,  
aberto à vossa Palavra silenciosa,  
mas forte e inspiradora,  
fechado a todas as ambições mesquinhas,  
alheio a qualquer desprezível competição humana,  
compenetrado do sentido da Santa Igreja!

Ó Espírito Santo, dai-me um coração grande,  
desejoso de se tornar semelhante  
ao coração do Senhor Jesus.

Dai-me um coração grande e forte  
para amar a todos, para servir a todos,  
para sofrer por todos!

Um coração grande e forte  
para superar todas as provações,  
todo o tédio, todo o cansaço,  
toda a desilusão, toda a ofensa!

Um coração grande e forte,  
constante até ao sacrifício,  
quando este for necessário!

Ó Espírito Santo, dai-me um coração  
cuja felicidade seja palpitar  
com o coração de Cristo  
e cumprir humilde, fiel e firmemente  
a vontade do Pai.

Ámen.

**São Paulo VI**

## Dia 28 (1)

### Semana *Laudato Sí* | 21 a 28 de maio (8.º dia)

#### Esperança para a Terra. Esperança para a humanidade

#### O Evangelho da Criação

Se os participantes na oração não forem os mesmos dos dias anteriores, convém ler este texto para contextualizar; se forem os mesmos, pode apenas ler-se a introdução ao dia respetivo.

#### Introdução Geral à Semana *Laudato Sí*

De 21 a 28 de maio celebramos a Semana *Laudato Sí*. Recordamos que as palavras “*Laudato Sí*” («Louvado sejas»), do início do Cântico das Criaturas, atribuído a São Francisco, são também as primeiras palavras da encíclica social do Papa Francisco sobre o Cuidado da nossa Casa Comum. A Semana *Laudato Sí* 2023, que celebramos entre 21 e 28 de maio, marca precisamente o oitavo aniversário da encíclica histórica do Papa Francisco sobre o cuidado da criação, nossa Casa Comum. Esta celebração global une os católicos para nos alegrarmos com o progresso que fizemos em dar vida à *Laudato Sí*. O Tema deste ano é “*Esperança para a terra. Esperança para a humanidade*”.

Meditemos hoje sobre os mistérios do Rosário, contemplando o Evangelho da Criação.

#### 1. No 1.º mistério, meditemos na vocação do ser humano como guardião da Criação

**Leitura bíblica** – Do livro do Génesis (Gn 2, 7-10.15): “Então o Senhor Deus formou o homem do pó da terra, insuflou nele um sopro de vida e o homem tornou-se um ser vivo. O Senhor Deus plantou um jardim no Éden, a oriente, e nele colocou o homem que tinha formado. O Senhor Deus fez nascer da terra toda a espécie de árvores, de frutos agradáveis à vista e bons para comer, entre as quais a árvore da vida, no meio do jardim, e a árvore da ciência do bem e do mal. O Senhor Deus tomou o homem e colocou-o no jardim do Éden, para o cultivar e guardar”.

**Meditação:** Somos convidados pelo Criador a «cultivar e a guardar» o jardim do mundo (cf. Gn 2, 15). Enquanto «cultivar» quer dizer lavrar ou trabalhar um terreno, «guardar» significa proteger, cuidar, preservar, velar. Isto implica uma relação de reciprocidade responsável entre o ser humano e a natureza” (cf. LS 67).

**Prece:** Que cada comunidade tome da bondade da terra apenas aquilo de que necessita para a sua sobrevivência, consciente do dever de a proteger e de garantir a continuidade da sua fertilidade para as gerações futuras (cf. LS 67).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

## **2. No 2.º mistério meditemos na relação que há entre o cuidado dos irmãos e o cuidado da Terra.**

**Leitura bíblica** – Do livro do Génesis (Gn 4,8-12): “Disse Caim a seu irmão Abel: «Vamos ao campo». E quando estavam no campo, Caim lançou-se contra seu irmão Abel e matou-o. Senhor disse a Caim: «Onde está o teu irmão Abel?». Caim respondeu: «Não sei. Sou porventura eu o guarda do meu irmão?». O Senhor disse-lhe: «Que fizeste? A voz do sangue do teu irmão clama da terra por Mim. Agora ficas maldito pela terra, que abriu a boca para receber das tuas mãos o sangue do teu irmão. Ainda que a cultives, não mais te dará a sua fertilidade. Andarás errante e fugitivo sobre a terra»

**Meditação:** Vemos que a inveja levou Caim a cometer a injustiça extrema contra o seu irmão. Isto, por sua vez, provocou uma rutura da relação entre Caim e Deus e entre Caim e a terra, da qual foi exilado. O descuido no compromisso de cultivar e manter um correto relacionamento com o próximo, relativamente a quem sou devedor da minha solicitude e custódia, destrói o relacionamento interior comigo mesmo, com os outros, com Deus e com a terra. Quando todas estas relações são negligenciadas, quando a justiça deixa de habitar na terra, a Bíblia diz-nos que toda a vida está em perigo (c. LS 70)

**Prece:** Cuidemos da nossa própria vida e das nossas relações com a natureza, porque a isso está também ligada a fraternidade, a justiça e a fidelidade aos outros (LS 70).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

## **3. No 3.º mistério, meditemos na possibilidade de começarmos tudo de novo**

**Leitura bíblica:** Do livro do Génesis (Gn 6,5-6): “O Senhor viu que era grande a malícia do homem sobre a terra e que todos os desígnios do coração humano eram sempre inclinados ao mal. O Senhor arrependeu-Se de ter feito o homem sobre a terra e o seu coração ficou magoado”.

**Meditação:** Embora Deus reconhecesse que «a maldade dos homens era grande na terra» (Gn 6, 5), «arrendendo-Se de ter criado o homem sobre a terra» (Gn 6, 6), Ele decidiu abrir um caminho de



salvação através de Noé, que ainda se mantinha íntegro e justo. Assim deu à humanidade a possibilidade de um novo início. Basta um homem bom para haver esperança (LS 71).

**Prece:** Que todos os homens e mulheres descubram que uma nova criação, um novo tempo, um novo início, um mundo novo, implica a redescoberta e o respeito dos ritmos inscritos na natureza pela mão do Criador (cf. LS 71)

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

#### **4. No 4.º mistério, meditemos no louvor que irrompe do coração humano diante das obras do Criador**

**Leitura bíblica** – Do livro dos Salmos (Sl 148, 3-5): «Louvai-O, sol e lua; louvai-O, estrelas luminosas! Louvai-O, alturas dos céus e águas que estais acima dos céus! Louvem todos o nome do Senhor, porque Ele deu uma ordem e tudo foi criado».

**Meditação:** Os Salmos convidam, frequentemente, o ser humano a louvar a Deus criador: «Estendeu a terra sobre as águas, porque o seu amor é eterno» (Sl 136/135, 6). E convidam também as outras criaturas a louvá-Lo. Existimos não só pelo poder de Deus, mas também na sua presença e companhia. Por isso O adoramos (LS 72). Um dos salmos, diz que «a palavra do Senhor criou os céus» (Sl 33/32, 6). Deste modo indica-se que o mundo procede, não do caos nem do acaso, mas duma decisão, o que o exalta ainda mais. O universo não apareceu como resultado duma onipotência arbitrária, duma demonstração de força ou dum desejo de autoafirmação. A criação pertence à ordem do amor que move o sol e as outras estrelas (cf. LS 77).

**Prece:** Reconheçamos que o amor de Deus é a razão fundamental de toda a criação. Até a vida efémera do ser mais insignificante é objeto do seu amor e, naqueles poucos segundos de existência, Ele envolve-o com o seu carinho. À imagem do Criador, demos testemunho de uma bondade sem cálculos (cf. LS 77).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

#### **5. No quinto mistério, meditemos no poder e na ternura do Deus Pai e Criador, Deus de Amor.**

**Leitura bíblica:** Do livro do Profeta Isaías (Is 40, 28b-29): “O Senhor é um Deus eterno, que criou os confins da terra. Não se cansa nem perde as forças. É insondável a sua sabedoria. Ele dá forças ao cansado e enche de vigor os fracos”.

**Meditação:** Os escritos dos profetas convidam a recuperar forças, nos momentos difíceis, contemplando a Deus poderoso que criou o universo. O poder infinito de Deus não nos leva a escapar da sua ternura paterna, porque n'Ele se conjugam o carinho e a força. Na verdade, toda a sã espiritualidade implica simultaneamente acolher o amor divino e adorar, com confiança, o Senhor pelo seu poder infinito.

**Prece:** Que o ser humano aprenda a descobrir a figura de um Pai criador e único dono do mundo e assim se coloque no seu lugar e acabe com a sua pretensão de ser dominador absoluto da terra (cf. LS 75).

**Meditação:** Os escritos dos profetas convidam a recuperar forças, nos momentos difíceis, contemplando a Deus poderoso que criou o universo. O poder infinito de Deus não nos leva a escapar da sua ternura paterna, porque n'Ele se conjugam o carinho e a força. Na verdade, toda a sã espiritualidade implica simultaneamente acolher o amor divino e adorar, com confiança, o Senhor pelo seu poder infinito.

**Prece:** Que o ser humano aprenda a descobrir a figura de um Pai criador e único dono do mundo e assim se coloque no seu lugar e acabe com a sua pretensão de ser dominador absoluto da terra (cf. LS 75).

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Maria, Rainha da Criação! R. Rogai por nós! | Cântico**

**3 Ave-marias | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora**

**Oração final: Cântico das Criaturas de São Francisco de Assis**

“Quando nos damos conta do reflexo de Deus em tudo o que existe, o coração experimenta o desejo de adorar o Senhor por todas as suas criaturas e juntamente com elas, como se vê neste gracioso cântico de São Francisco de Assis” (LS 87).

*«Louvado sejas, ó meu Senhor,  
com todas as tuas criaturas,  
especialmente o meu senhor irmão Sol,  
o qual faz o dia e por ele nos alumias.  
E ele é belo e radiante com grande esplendor:  
de Ti, Altíssimo, nos dá ele a imagem.  
Louvado sejas, meu Senhor,  
pela irmã Lua e pelas Estrelas,*

*que no céu formaste claras, preciosas e belas.  
Louvado sejas, meu Senhor, pelo irmão Vento  
e pelo Ar, e Nuvens, e Sereno, e todo o tempo,  
por quem dás às tuas criaturas o sustento.  
Louvado sejas, meu Senhor, pela irmã Água,  
que é tão útil e humilde, e preciosa e casta.  
Louvado sejas, meu Senhor, pelo irmão Fogo,  
pelo qual alumias a noite:  
ele é belo e jucundo, e robusto e forte».*

*Nota: Tradução dos frades capuchinhos portugueses, apresentada na edição impressa da Laudato Sí pelas Edições Paulinas.*

## Dia 28 (2)

### Solenidade do Pentecostes – proposta 1

Nota também se pode seguir a proposta 2 do dia 27

#### Introdução

**P.** Estamos a celebrar a Solenidade do Pentecostes. Hoje contemplamos a figura de Maria, Mãe da Igreja e como ela, em todo o tempo pascal, nos ensina a crescer como cristãos, como pequena Igreja na família, como grande família na Igreja.

Oremos: Deus, Pai de Misericórdia, cujo Filho Unigénito, pregado na Cruz, nos deu a sua própria Mãe, a Virgem Santíssima, como nossa Mãe, fazei que a Igreja, assistida pelo seu amor materno, exulte com o número e a santidade dos seus filhos e reúna numa só família todos os povos da terra. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, Vosso Filho, que é Deus convosco na unidade do Espírito Santo. **R. Ámen.**

**Leitura bíblica para todos os mistérios:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: “Depois da Ascensão do Senhor, os Onze apóstolos desceram então do monte chamado das Oliveiras, situado perto de Jerusalém, à distância de uma caminhada de sábado e foram para Jerusalém. Quando chegaram à Cidade, subiram para a sala de cima, no lugar onde se encontravam habitualmente. Estavam lá Pedro, João, Tiago, André, Filipe, Tomé, Bartolomeu, Mateus, Tiago, filho de Alfeu, Simão, o Zelota, e Judas, filho de Tiago. E todos unidos pelos mesmos sentimentos, entregavam-se assiduamente à Oração, com algumas mulheres entre as quais Maria, Mãe de Jesus e com os irmãos de Jesus” (At 1, 12-14).

**P.** Vamos, ao longo destes cinco mistérios, aprofundar a experiência de Maria, tal qual nos relata o texto que ouvimos. Dele se depreende que Maria aguardava o Espírito Santo. E, unida à comunidade dos irmãos de Jesus, ela escutava a Palavra, permanecendo fiel à memória do Cenáculo e orando em comunidade. Meditemos, desde já, no primeiro aspeto.

#### 1. No 1.º mistério meditemos na fidelidade de Maria ao Espírito Santo

**Meditação:** No dizer do Concílio Vaticano II, «Maria implorava com suas preces o dom do Espírito que, na anunciação, já a tinha coberto com a Sua sombra» (LG 59). S. Lucas, autor do terceiro evangelho e dos Atos dos Apóstolos, parece relacionar a vinda do Espírito Santo sobre Maria com a do Pentecostes. No primeiro caso, a sombra cobre Maria e, misteriosamente, é gerado Cristo, cabeça do Corpo Místico. No Pentecostes, com a descida do Espírito, fica constituída a totalidade da Igreja, Corpo Místico de Cristo. O Espírito que fecundou o seio da Virgem Maria, do qual nasceu Cristo, fecunda a Igreja, seu Corpo.

**Prece:** Neste mistério, peçamos por todos os que são crismados ou se preparam para receberem o dom do Espírito Santo, no Sacramento da Confirmação, para que o guardem bem no coração, para poderem dar testemunho de fé, com alegria e generosidade. E que os cristãos aprendam a deixar-se inspirar e P:r pelo Espírito Santo, o Qual nos faz sair de nós mesmos ao encontro dos outros, como Maria. Movida pelo Espírito, acolheu o Verbo da Vida e levou a alegria a João Batista, fazendo-O exultar no seio de sua Mãe.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

## **2. No 2.º mistério, meditemos na fidelidade de Maria à memória da última Ceia**

**Meditação:** A referência à «sala de cima» do Cenáculo, que ouvimos no relato dos Atos, não pode deixar de evocar a Última Ceia de Cristo. Ali no Cenáculo começou, para o mundo, uma presença nova de Cristo, uma presença que se produz ininterruptamente, onde quer que seja celebrada a Eucaristia. Maria, diz o texto, permanece fiel ao encontro do Cenáculo; permanece fiel à memória da dádiva e do sacrifício de seu Filho, na Eucaristia. Por isso, de certo modo, Maria nos conduz ao mistério da Eucaristia.

**Prece:** Neste mistério, peçamos por todos os que, ao longo deste mês, se reuniram para rezar o terço à volta de Maria. Para que se deixem conduzir por ela às fontes da Eucaristia. As palavras de Maria em Caná “Fazei o que Ele vos disser” estão em sintonia com as palavras de Jesus na última Ceia: “Fazei isto em memória de Mim”. Nunca queiramos uma fé sem Maria, nem uma fé sem Eucaristia. Saibamos sair de casa, para o encontro com Jesus na Eucaristia, para daí sairmos cheios da presença de Jesus, ao encontro dos outros, como Maria.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

## **3. No terceiro mistério, meditemos na fidelidade de Maria à Oração Comunitária**

**Meditação:** Maria ora no seio da nova família. Ela é a primeira crente. Maria reza também avalizando a oração da Igreja. Ao participar agora na prece eclesial dirigida por Pedro, a sua fé e esperança comunicam uma força especial à oração do grupo. A Igreja sentiu-se sempre acompanhada por esta oração de Maria. Assim o proclama o concílio Vaticano II: «Depois de elevada ao céu, não abandonou esta missão salutar, mas, pela sua múltipla intercessão, continua a obter-nos os dons da salvação eterna. Com seu amor de mãe, cuida dos irmãos de seu Filho que ainda peregrinam e se debatem entre perigos e angústias até que sejam conduzidos à pátria feliz» (L.G. 62).

**Prece:** Neste mistério, peçamos por todos os que mais precisam de consolação e esperança, para que encontrem em Maria o seu manto de luz. E para que nas nossas comunidades e nas nossas famílias, nunca se deixe de rezar e de confiar no poder da oração, sobretudo da oração de louvor, pela qual a nossa alma glorifica o Senhor e exulta em Deus, nosso Salvador.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

#### **4. No quarto mistério, meditemos na fidelidade de Maria à escuta da Palavra**

**Meditação:** A palavra «irmãos» na Bíblia designa tanto os filhos da mesma mãe, como os parentes próximos. “Aqueles a quem os Evangelhos chamam «irmãos de Jesus», são por sua vez chamados a ultrapassar o significado imediato e familiar a respeito dele, para se converterem à revelação da sua identidade profunda. Quando anunciam a Jesus que sua mãe e os seus irmãos estão lá fora e o procuram, Jesus responde que sua Mãe e seus irmãos são de facto os que escutam a Palavra de Deus e a põem em prática (Lc.8,21). Há aqui um momento de rutura entre Jesus e o seu agregado familiar. Mas após a Ascensão, Maria e os irmãos de Jesus estarão reunidos com os apóstolos, numa adesão comum ao Cristo Ressuscitado. Eles tornam-se irmãos e irmãs pela fé e encontram-se entre os primeiros da multidão de irmãos que Jesus adquiriu através do mistério pascal” (Documento Ecuménico *Group des Dombes*, I, 186-187).

**Prece:** Neste mistério, peçamos por todos os nossos catequizandos e pelos catequistas. Para que escutem a Palavra, que lhes foi anunciada e de que se tornaram anunciadores, para corresponder, com amor, aos apelos do Senhor. Rezemos, sem nunca nos cansarmos, pelas vocações consagradas.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

#### **5. No quinto mistério, meditemos na fidelidade de Maria à Igreja**

**Meditação:** No momento culminante da fundação da Igreja, Maria está presente junto aos Doze. “Agora, - dizia o Papa São João Paulo II, na sua Encíclica sobre a Mãe do Redentor - nos alvares da Igreja, no princípio da sua longa caminhada mediante a fé, que se iniciava em Jerusalém com o Pentecostes, Maria estava com todos aqueles que então constituíam o gérmen do «novo Israel». Na base daquilo que a Igreja é desde o início, daquilo que ela deve tornar-se continuamente, de geração em geração, no seio de todas as nações da terra, encontra-se «aquela que acreditou no cumprimento das coisas que lhe foram ditas da parte do Senhor». Esta fé de Maria, precisamente, que assinala o início da nova e eterna Aliança de Deus

com a humanidade em Jesus Cristo, esta *sua fé heroica* «precede» o testemunho apostólico da Igreja e permanece no coração da mesma Igreja, escondida como uma herança especial da revelação de Deus. Todos aqueles que, de geração em geração, aceitando o testemunho apostólico da Igreja, começam a participar nessa herança misteriosa, *participam, em certo sentido, na fé de Maria* (R.M. 27).

**Prece:** Neste mistério, rezemos por todas as mulheres, sobretudo por aquelas que servem a Igreja, através dos seus serviços mais humildes, de limpeza, de decoração floral, de animação coral, da catequese, do apoio aos pobres. Rezemos sobretudo pelas mães, a quem Deus confia um tesouro tão imenso, para que sejam dignas da sua missão. Rezemos pelas mulheres exploradas, violentadas. Rezemos pelas nossas mães, pelas nossas amigas, sobretudo por aquelas que mais precisam da nossa oração.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

**3 Ave-marias | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora**

**e/ou Oração final (cf. Papa Francisco, *Evangelii Gaudium*, 288).**

*Virgem e Mãe Maria,*

Vós que recebestes a jubilosa consolação da ressurreição,

reunistes os discípulos à espera do Espírito

para que nascesse a Igreja evangelizadora:

Alcançai-nos agora um novo ardor de ressuscitados

para levar a todos o Evangelho da vida

que vence a morte.

Dai-nos a santa ousadia de buscar novos caminhos

para que chegue a todos

o dom da beleza que não se apaga.

Vós, Virgem da escuta e da contemplação,

Mãe do amor, esposa das núpcias eternas

intercedei pela Igreja nunca se feche

nem se detenha na sua paixão por instaurar o Reino.

*Estrela da nova evangelização,*

ajudai-nos a refulgir com o testemunho da comunhão,

do serviço, da fé ardente e generosa,

da justiça e do amor aos pobres,

para que a alegria do Evangelho  
chegue até aos confins da terra  
e nenhuma periferia fique privada da sua luz.

*Mãe do Evangelho vivente,*  
manancial de alegria para os pequeninos,  
rogai por nós. Ámen. Aleluia!

Papa Francisco,

*Evangelii Gaudium*, 288 (excertos)



## Dia 28 (3)

### Solenidade do Pentecostes –

Nota também se pode seguir a proposta 2 do dia 27 ou a proposta 2 deste dia 28

**P.** «Os apóstolos estavam todos reunidos no mesmo lugar» (At 2,1) «Permanecer juntos» foi a condição exigida por Jesus, para receber o dom do Espírito Santo! Pressuposto da sua concórdia, foi uma oração prolongada! Por vezes, pensamos que a eficiência missionária dependa principalmente de uma programação atenta e da sua inteligente realização, mediante um empenho concreto. Sem dúvida, o Senhor pede a nossa colaboração, mas antes de qualquer resposta nossa é necessária a sua iniciativa: é o seu Espírito o verdadeiro protagonista da Igreja. As raízes do nosso ser e do nosso agir estão no silêncio sábio e providente de Deus (Bento XVI, Homilia no Pentecostes, 4.06.2006)! *“quanto tempo perdido, quanto trabalho adiado, por inadvertência deste ponto”*. Por isso é tão importante estarmos aqui reunidos em oração. A oração e a comunhão são o ambiente vital, do Espírito Santo, para pairar e agir em nós. Vamos meditar nos cinco mistérios, sobre a ação do Espírito Santo em nós, a partir dos textos da 1.ª leitura e do Evangelho, deste domingo de Pentecostes.

#### **No primeiro mistério meditemos no Espírito, o sopro de Jesus que nos dá vida**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Na tarde daquele dia, o primeiro da semana, estando fechadas as portas da casa onde os discípulos se encontravam, com medo dos judeus, veio Jesus, colocou-se no meio deles e disse-lhes: «A paz esteja convosco». Dito isto, mostrou-lhes as mãos e o lado. Os discípulos ficaram cheios de alegria ao verem o Senhor. Jesus disse-lhes de novo: «A paz esteja convosco. Assim como o Pai Me enviou, também Eu vos envio a vós». Dito isto, soprou sobre eles e disse-lhes: «Recebei o Espírito Santo»” (Jo 20,19-22).

**Meditação:** O Senhor sopra sobre os discípulos, e assim dá-lhes o Espírito Santo. O sopro de Jesus é o Espírito Santo. Reconhecemos aqui, antes de mais, uma alusão à narração da criação do homem no Génesis, onde está escrito: "O Senhor Deus formou o homem do pó da terra e insuflou-lhe pelas narinas o sopro da vida" (Gn 2, 7). O homem é esta criatura misteriosa, que provém totalmente da terra, mas no qual foi posto o sopro de Deus. Jesus sopra sobre os apóstolos e dá-lhe de maneira renovada, maior, o sopro de Deus. Nos homens, não obstante todas as suas limitações, existe agora algo absolutamente novo o sopro de Deus. A vida de Deus habita em nós, o sopro do seu amor, da sua verdade e da sua bondade.

**Prece:** Espírito Santo, dá-nos a graça de viver sempre no espaço do sopro de Jesus Cristo, a fim de recebermos vida d'Ele, de modo que Ele inspire em nós a vida autêntica, a vida da qual morte alguma nos pode privar!

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

**No segundo mistério meditemos no vento impetuoso do Espírito que dá alma e respiração à nossa vida.**

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: “Quando chegou, o dia de Pentecostes, os Apóstolos estavam todos reunidos no mesmo lugar. Subitamente, fez-se ouvir, vindo do Céu, um rumor semelhante a forte rajada de vento, que encheu toda a casa onde se encontravam” (At 2,1-2).

**Meditação:** Um "vento impetuoso", faz pensar no ar, que distingue o nosso planeta dos outros astros e nos permite viver nele. O que o ar é para a vida biológica, o Espírito Santo é para a vida espiritual. Vede: se existe uma poluição atmosférica que envenena o ambiente e os seres vivos, há também uma poluição do coração e do espírito, que mortifica e envenena a existência espiritual. Assim como não podemos habituar-nos aos venenos do ar, da mesma forma deveríamos agir com relação àquilo que corrompe o espírito. No entanto, parece que a muitos produtos que poluem a mente e o coração, e que circulam nas nossas sociedades – por exemplo as imagens que fazem espetáculo do prazer, da violência e do desprezo pelo homem e pela mulher, - a isto parece que nos habituamos sem dificuldades. Também isto é liberdade, diz-se, sem se reconhecer que tudo aquilo que polui, tudo aquilo que intoxica a alma as novas gerações acaba por condicionar a sua própria liberdade.

**Prece:** Vinde, Espírito Santo, sopro divino! Que o nosso coração possa respirar o ar espiritual, o ar salutar do Espírito que é a caridade!

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

**No terceiro mistério meditemos no fogo do Espírito que nos forma e nos transforma por dentro.**

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: “Viram então aparecer uma espécie de línguas de fogo, que se iam dividindo, e poisou uma sobre cada um deles. Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar outras línguas, conforme o Espírito lhes concedia que se exprimissem” (At 2,3-4).

**Meditação:** A outra imagem do Espírito Santo que encontramos nos Actos dos Apóstolos é o fogo. Nas mãos dos homens o "fogo" e as suas enormes potencialidades tornam-se perigosos: podem voltar-se contra a vida e contra a própria humanidade, como demonstra a história! Mas a Sagrada Escritura revela-nos que o fogo, a energia capaz de mover o mundo, não é uma força anónima e cega, mas é a acção do "espírito de Deus que se movia sobre a superfície das águas" (Gn 1, 2) no início da criação. E Jesus Cristo "trouxe à terra" não a força vital, que já habitava nela, mas o Espírito Santo, ou seja, o amor de Deus que "renova a face da terra", purificando-a do mal e libertando-a do domínio da morte (cf. Sl 103 [104], 29-30).

**Prece:** Invoquemos do Senhor este "fogo" puro, essencial e pessoal, o fogo do amor, que desceu sobre os Apóstolos, reunidos em oração com Maria no Cenáculo, para fazer da Igreja o prolongamento da obra renovadora de Cristo!

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

**No quarto mistério meditemos no Espírito Santo que desfaz a confusão e cria comunhão**

**Leitura bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: “Residiam em Jerusalém judeus piedosos, procedentes de todas as nações que há debaixo do céu. Ao ouvir aquele ruído, a multidão reuniu-se e ficou muito admirada, pois cada qual "os ouvia falar na sua própria língua. Atónitos e maravilhados, diziam: "Não são todos galileus os que estão a falar? Então, como é que os ouve cada um de nós falar na sua própria língua? Partos, médos, elamitas, habitantes da Mesopotâmia, da Judeia e da Capadócia, do Ponto e da Ásia, da Frígia e da Panfília, do Egipto e das regiões da Líbia, vizinha de Cirene, colonos de Roma, tanto judeus como prosélitos, cretenses e árabes, ouvimo-los proclamar nas nossas línguas as maravilhas de Deus” (At 2,5-11).

**Meditação:** No Pentecostes o Espírito, com o dom das línguas, mostra que a sua presença une e transforma a confusão em comunhão. O orgulho e o egoísmo do homem geram sempre divisões, erguem muros de indiferença, de ódio e de violência.

**Prece:** Espírito Santo, Tu que és o Amor, torna os nossos corações capazes de compreender as línguas de todos! Restabelece a ponte da comunicação autêntica entre a Terra e o Céu.

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

## No quinto mistério meditemos no Espírito Santo protagonista da missão

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Jesus disse-lhes de novo: «A paz esteja convosco. Assim como o Pai Me enviou, também Eu vos envio a vós»” (Ajo 20,21).

**Meditação:** Quem encontrou algo de verdadeiro, de belo e de bom na sua própria vida, o único tesouro autêntico, a pérola inestimável, corre para o compartilhar em toda a parte, na família e no trabalho, em todos os âmbitos da sua existência. E fá-lo sem qualquer temor, porque sabe que recebeu a adoção de filho; fá-lo sem qualquer presunção, porque tudo é dádiva; e fá-lo sem desânimo, porque o Espírito de Deus precede a sua ação no "coração" dos homens e, como semente, nas mais diversificadas culturas e religiões. Fá-lo, sem fronteiras, porque é portador de uma boa notícia, destinada a todos os homens e a todos os povos.

**Prece:** Oremos ao Deus Pai, por meio de nosso Senhor Jesus Cristo, na graça do Espírito Santo, a fim de que a celebração da Solenidade do Pentecostes seja como um fogo ardente e um vento impetuoso para a vida cristã e para a missão de toda a Igreja!

**PN | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora, sacrário do Espírito Santo! R. Rogai por nós! | Cântico**

**3 AM | Salve-Rainha | Consagração a Nossa Senhora e/ou, se for oportuno, Oração final ao Espírito Santo e/ou Sequência do Pentecostes (cf. parte final da 2.ª proposta para o dia 27, a assinalar a Vigília da Solenidade do Pentecostes)**

**Dia 29**

## **Maria, Mãe da Igreja**

### **Introdução**

O Papa Francisco, em 11.2.2018, instituiu a celebração da Festa de Maria, Mãe da Igreja, na segunda-feira seguinte ao Pentecostes. Este é o dia. Com muita frequência, o Papa Francisco alerta para o facto de a palavra «Igreja» ser uma palavra feminina. E vê na dimensão mariana da Igreja um apelo a uma Igreja, que deve ser uma Mãe de coração aberto, capaz de gerar e cuidar com ternura de todos os filhos de Deus.

De onde vem afinal este título de Maria, Mãe da Igreja?

O título de Maria, Mãe da Igreja» foi utilizado pela primeira vez por Santo Ambrósio de Milão (338 - 397). O título já estava presente no pensamento de Santo Agostinho e de São Leão Magno. Santo Agostinho diz que Maria é a mãe dos membros de Cristo porque cooperou, com a sua caridade, no renascimento dos fiéis na Igreja. Esse argumento é citado na Constituição sobre a Igreja, do Concílio Vaticano II (*Lumen Gentium*, 53). São Leão Magno diz que o nascimento de Cristo, Cabeça é, também, o nascimento do Corpo, o que indica que Maria é, ao mesmo tempo, Mãe de Cristo, Filho de Deus, e Mãe dos membros do seu Corpo místico, isto é, da Igreja. São Paulo VI referia-se a Maria, Mãe de Deus e Mãe da Igreja, ao terminar a Sessão 3.<sup>a</sup> do Concílio Vaticano II. O Papa São João Paulo II falava muito do princípio mariano da Igreja, como algo tão constitutivo, da natureza e do perfil da Igreja, como o princípio apostólico e petrino e salientava que a fé de Maria precedeu e excedeu a fé dos apóstolos (cf. Discurso à Cúria Romana, 22.12.1987). Esta ideia foi retomada no Catecismo da Igreja Católica (n.º 773).

Tudo o que se pode dizer de Maria pode dizer-se da Igreja e vice-versa. Tanto a Igreja como a Virgem Maria são mães; o que se diz da Igreja pode ser dito também de Nossa Senhora; e o que se diz de Nossa Senhora pode ser dito inclusive da Igreja! Por isso, hoje vamos meditar em Maria, Mãe da Igreja, para que a Igreja se torne Mãe à imagem de Maria.

### **No 1.º mistério meditemos em Maria, a Mãe que gera e dá à luz**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Mas aconteceu que, enquanto ali estavam, cumpriram-se os dias de ela dar à luz. E deu à luz o seu Filho primogénito, envolveu-o em panos e reclinou-o numa manjedoura, porque não havia lugar para eles na hospedaria” (Lc 2,6-8).

**Meditação:** Na Encarnação, Maria recebe em seu seio virginal o Criador do Universo e prepara o nascimento da Santa Igreja. Nos Evangelhos, todas as vezes que se menciona o nome de Maria fala-se

dela como a “Mãe de Jesus” (Jo 19, 25-34). Embora na Anunciação não se profira a palavra “Mãe”, o contexto é, sem dúvida, o da maternidade: ela é a Mãe de Jesus.

Maria é Mãe. A Igreja é Mãe e a sua alma é Mãe: há algo de feminino na Igreja, algo que é «maternal». Por conseguinte, a Igreja é feminina porque é “a Igreja”, é “a Esposa”. A Igreja é feminina e é, por isso, uma Mãe que dá à luz. Portanto, a Igreja é Esposa e Mãe.

Ora, uma Mãe gera para a vida, leva no seu ventre por nove meses o seu filho e depois abre-o à vida, gerando-o. Assim deve ser a Igreja: gera-nos na fé, por obra do Espírito Santo que a torna fecunda, como a Virgem Maria. O vínculo do cristão com a Igreja é vital, como aquele que temos com a nossa Mãe porque, «a Igreja é realmente mãe dos cristãos» (Santo Agostinho De moribus Ecclesiae, I, 30, 62-63: PL 32, 1336).

**Prece:** Peçamos neste mistério que a Igreja se torne uma Mãe capaz de gerar filhos para a vida eterna!

PN | 10 AM | Glória | **P.** Maria, seio virginal do Criador! **R.** Rogai por nós! | Cântico

**No 2.º mistério meditemos no maior título de Maria, a Mãe de Jesus.**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Marcos: “A multidão estava sentada em volta de Jesus, quando lhe disseram: «Estão lá fora a tua mãe e os teus irmãos que Te procuram». Jesus respondeu-lhes: «Quem são minha mãe e meus irmãos»? E percorrendo com o olhar os que estavam sentados à volta dele, disse-lhes: «Aquele que fizer a vontade de Deus, esse é que é meu irmão, minha irmã e minha mãe»” (Mc 4,32-35).

**Meditação:** A atitude de Maria, como Mãe, acompanha a sua ação durante toda a vida de Jesus. As palavras de Maria são palavras de Mãe. Em Nazaré, fá-l’O crescer, cria-O, educa-O, mas depois segue-O: “A tua Mãe está ali”», dizem a Jesus. Ela está sempre com o Filho, também nas atitudes: escuta, acompanha e segue o Filho. Maria é Mãe desde o início da Anunciação até ao fim. Referindo-se a Ela «não se diz “a Senhora fulana de tal” ou “a viúva de José”» mas sim «a Mãe de Jesus».

Ora, uma mãe alimenta e faz crescer: a mãe ajuda os seus filhos a crescer, dá-lhes o leite, alimenta-os, ensina-lhes o caminho da vida, acompanha-os sempre com as suas atenções, com o seu carinho e com o seu amor, até quando são adultos. E nisto sabe também corrigir, perdoar e compreender, sabe estar próxima na enfermidade e no sofrimento. Em síntese, uma mãe boa ajuda os filhos a sair de si mesmos,

a não permanecer comodamente debaixo das asas maternas, como uma ninhada debaixo das asas da galinha.

Como uma boa Mãe, a Igreja faz a mesma coisa: acompanha o nosso crescimento, transmitindo a Palavra de Deus, o qual é uma luz que nos indica o caminho da vida cristã; administrando os Sacramentos. Alimenta-nos com a Eucaristia, concede-nos o perdão de Deus através do Sacramento da Penitência e apoia-nos na hora da doença com a Unção dos enfermos. A Igreja acompanha-nos durante toda a nossa vida de fé, em toda a nossa vida cristã.

**Prece:** Peçamos neste mistério que a Igreja seja uma Mãe que alimenta e faz crescer os seus filhos.

PN | 10 AM | Glória | **P.** Maria, Mãe de Jesus! **R.** Rogai por nós! | Cântico

### **No 3.º mistério meditemos em Maria, que nos é confiada por Jesus como nossa Mãe**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Junto à Cruz de Jesus, estavam de pé a sua Mãe, a irmã de sua Mãe, Maria, Mulher de Clopas, e Maria Madalena. Então, Jesus ao ver a sua Mãe e próximo o discípulo que amava, disse à Mãe: «Mulher, eis o teu filho!» Depois disse ao discípulo: «Eis a tua mãe!»” (Jo 19, 25-27).

**Meditação:** A maternidade de Maria, iniciada com o seu «sim» de Nazaré, cumpre-se aos pés da Cruz. Ao ver do alto da cruz Sua Mãe e ali, ao seu lado, o discípulo tão amado, Cristo moribundo reconheceu as primícias da nova Família, que Ele tinha vindo formar no mundo, o gérmen da Igreja e da nova Humanidade. Por isso, dirigiu-se a Maria, chamando-lhe “Mulher”, e não “Mãe”, termo este que, ao contrário, utilizou quando A confiou ao discípulo, ao dizer-lhe: “Eis a tua Mãe!” (Jo 19, 27).

Ora, uma Mãe acompanha com misericórdia os filhos: quando um filho cresce, torna-se adulto, toma o seu caminho, assume as suas responsabilidades, caminha com as próprias pernas, faz o que quer e, às vezes, pode até sair do caminho, acontece algum incidente. Em todas as situações, a mãe tem sempre a paciência de continuar a acompanhar os filhos. O que a impele é a força do amor; a mãe sabe acompanhar com discrição e ternura o caminho dos filhos e até quando erram procura sempre o modo de os compreender, para estar próxima, para ajudar.

A Igreja deve ser assim: uma mãe misericordiosa que entende, que procura sempre ajudar, encorajar, até quando os seus filhos erram, e nunca fecha as portas da Casa; não julga, mas oferece o perdão de Deus,

oferece o seu amor que convida a retomar o caminho até aos filhos que caíram num precipício profundo, a Igreja não tem medo de entrar na sua noite para dar esperança; a Igreja não tem medo de entrar na nossa noite, quando estamos na escuridão da alma e da consciência, para nos infundir a esperança, pois a Igreja é Mãe!

**Prece:** Neste mistério peçamos que a Igreja seja uma Mãe que acompanha com misericórdia os filhos em todos os momentos da vida.

PN | 10 AM | Glória | **P.** Maria, Mãe da Humanidade! **R.** Rogai por nós! | Cântico

#### **No 4.º mistério, meditemos em Maria, Mãe fecunda, pela virtude do Espírito Santo**

**Leitura Bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: “Depois da Ascensão do Senhor, os Onze apóstolos desceram então do monte chamado das Oliveiras, situado perto de Jerusalém, à distância de uma caminhada de sábado e foram para Jerusalém. Quando chegaram à Cidade, subiram para a sala de cima, no lugar onde se encontravam habitualmente. Estavam lá Pedro, João, Tiago, André, Filipe, Tomé, Bartolomeu, Mateus, Tiago, filho de Alfeu, Simão, o zelota, e Judas, filho de Tiago. E todos unidos pelos mesmos sentimentos, entregavam-se assiduamente à Oração, com algumas mulheres entre as quais Maria, Mãe de Jesus e com os irmãos de Jesus” (At 1, 12-14).

**Meditação:** No Pentecostes, associada à Igreja nascente, Maria torna-se modelo da Igreja em oração. O Espírito que concebeu o Filho no seio da Virgem Maria, dá à luz à Igreja. Maria está no centro desta dupla gestação: a do Filho Jesus e a da Igreja (seu Corpo na história). Maria é a Mãe fecunda, pela virtude do Espírito Santo.

Ora, uma Mãe ensina a caminhar na vida. E fá-lo sempre com ternura, carinho e amor, até quando procura endireitar o nosso caminho, porque nos desviamos um pouco na vida ou seguimos veredas que levam para um precipício. A mãe sabe o que é importante, para que o filho caminhe bem na vida, e não o aprendeu dos livros, mas do próprio coração.

Assim deve ser a Igreja: ela orienta a nossa vida, oferece-nos ensinamentos para caminharmos bem.

**Prece:** Neste mistério, peçamos que a Igreja seja uma Mãe e Mestre, que nos ensina a caminhar na vida.

PN | 10 AM | Glória | **P.** Maria, Mãe e Mestre! **R.** Rogai por nós! | Cântico



## No 5.º mistério, meditemos em Maria, a nossa Mãe do Céu

**Leitura bíblica:** Do Livro do Apocalipse: “Apareceu no céu um grande sinal: uma Mulher vestida de Sol, com a Lua debaixo dos pés e com uma coroa de doze estrelas na cabeça” (Ap 12,1.10-12).

**Meditação:** Elevada ao Céu, Maria assiste com amor materno a Igreja, intercedendo por ela. Maria é a rainha, adornada com as joias das virtudes: n’Ela se vê aquilo que toda a Igreja há de ser na consumação dos séculos.

Ora, uma mãe, na terra ou no céu, intercede sempre pelos seus filhos. A mãe sabe também pedir, bater a todas as portas pelos próprios filhos, sem calcular; faz tudo isso com amor. Pensemos no modo como as mães sabem bater, também e sobretudo, à porta do Coração de Deus! As mães rezam muito pelos seus filhos, especialmente pelos mais frágeis, por quantos enfrentam maiores necessidades, por aqueles que na vida empreenderam caminhos perigosos ou errados.

**Prece:** neste mistério, peçamos que a Igreja seja uma mãe que intercede continuamente pelos seus filhos!

PN | 10 AM | Glória | **P.** Maria, Mãe do Céu! **R.** Rogai por nós! | Cântico

**P.** Antes de rezarmos estas últimas três ave-marias, em honra da pureza de nossa Senhora, recordemos que a Igreja é uma Mãe. E esta Mãe-Igreja ou esta Igreja-Mãe exerce tal maternidade através de cada um dos seus fiéis, isto é, através de cada um de nós. Então, a maternidade da Igreja deve ser assumida e vivida por todos nós. Participemos todos no modo de exercer esta missão maternal da Igreja, a fim de que a luz de Cristo alcance todos os Povos.

**P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. | 1 Ave-maria

**P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. | 1 Ave-maria

**P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. | 1 Ave-maria

Salve Rainha | Consagração a Nossa Senhora

Oração Oficial JMJ 2023

**Dia 30**

## **Receber Maria em nossa Casa**

### **Introdução**

**P.** Hoje, quase a concluir este mês, vamos recordar as diversas «casas de Maria. Hoje, Jesus diz a cada um, como ao discípulo amado: “*Eis aí a tua mãe*” (Jo 19,26)! E, nós, como João, queremos receber Maria em nossa Casa, para que a nossa família se torne verdadeira Igreja Doméstica, fiel ao Espírito Santo, fiel à oração, fiel à escuta da Palavra, fiel à Eucaristia, fiel à Igreja. Quem recebe Maria e a acolhe em casa, recebe Jesus.

### **No primeiro mistério meditemos em Maria, em casa de Isabel: Maria traz a alegria do Senhor e a força do Espírito**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Isabel exclamou: Bendita és tu entre as mulheres, e bendito é o fruto das tuas entranhas. Mas eu quem sou, para ter a graça e receber em minha casa a Mãe do meu Senhor?” (Lc 1, 41-43).

**Meditação:** Quando Maria entrou em casa de Isabel e a cumprimentou, a velhinha ficou cheia de Espírito Santo e exclamou em alta voz: “Bendita és tu entre as mulheres, e bendito é o fruto das tuas entranhas. Mas eu quem sou, para ter a graça e receber em minha casa a Mãe do meu Senhor?” (Lc 1, 41-43). Estas palavras fazem-nos pensar nas do centurião, mais tarde: «Senhor, eu não sou digno que Tu entres em minha casa» (Lc 7, 6). Isabel recebeu Maria em sua casa. E com Maria entrou Deus encarnado e a abundância do seu Espírito.

**Prece:** Peçamos a graça da hospitalidade, do acolhimento de Deus e dos outros, da abertura das portas do coração e da casa às surpresas de Deus na nossa vida, à semelhança de Isabel, de Maria e de José.

**Pai-nosso | 10 Ave-marias | Glória | Sagrada Família de Nazaré. R. Rogai por nós! | Cântico**

### **No segundo mistério meditemos em Maria, acolhida em casa de José. Ela o sol da família**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São Mateus: «O Anjo do Senhor disse: «José, filho de David, não tenhas medo de trazer Maria para tua casa»” (Mt 1,20).

**Meditação:** Pouco tempo depois, a Virgem viu-se no grave perigo de ser abandonada, e ficar sozinha, com o seu Menino para criar. Mas Deus interveio a seu favor, por meio do Anjo, que, em sonho, recomendou a **José:** «Não tenhas medo de trazer Maria para tua casa». E José, porque era um justo, e porque Deus lhe fez ver claramente que ele ainda estava no seu devido lugar, trouxe Maria para sua casa (Mt 1, 20-24). E foi muito bom para ele, para ela, para o Menino, e para nós.

**Prece:** Que Maria e José nos ensinem a não ter medo de acolher em nossa casa aqueles que Deus confia aos nossos cuidados, sobretudo as crianças, os idosos e os mais frágeis.

**Pai-nosso | 10 Ave-marias | Glória | Sagrada Família de Nazaré. R. Rogai por nós! | Cântico**

**No terceiro mistério meditemos em Maria em casa do discípulo amado: que alegria receber a melhor das mães**

**Leitura Bíblica:** Do Evangelho segundo São João: “Estavam junto à cruz de Jesus sua Mãe, a irmã de sua Mãe, Maria, mulher de Cléofas, e Maria Madalena. Ao ver sua Mãe e o discípulo predileto, Jesus disse a sua Mãe: «Mulher, eis o teu filho». Depois disse ao discípulo: «Eis a tua Mãe». E a partir daquela hora, o discípulo recebeu-a em sua casa” (Jo 19, 25-27).

**Meditação:** Junto da cruz de Jesus agonizante, Ela estava, de novo, em perigo de ficar abandonada, sozinha, e sem o filho. E, desta vez, foi o próprio Filho de Deus moribundo que interveio, e recomendou a João. E João, consciente de tão grande graça e de tão grande responsabilidade, trouxe-a para sua casa. E todos ganharam com isso. Sobretudo ele, que recebeu assim a melhor das mães.

**Prece:** Que todos os cristãos tenham consciência de que faz parte essencial da vocação e da missão do discípulo de Jesus receber Maria, como Mãe. Façamo-lo com a mesma disposição do discípulo amado.

**Pai-nosso | 10 Ave-marias | Glória | Sagrada Família de Nazaré. R. Rogai por nós! | Cântico**

**No quarto mistério meditemos na presença de Maria no Cenáculo: Maria à espera do Espírito Santo**

**Leitura Bíblica:** Do livro dos Atos dos Apóstolos: «E todos unidos pelo mesmo sentimento, entregavam-se assiduamente à oração, com algumas mulheres, entre as quais, Mãe de Jesus» (At 1,14).

**Meditação:** Naquela sala, naquela grande cidade, naquele espaço emprestado, a Igreja de Deus estava a nascer. E Maria estava lá. A preparar o nascimento da Igreja, como tinha preparado o nascimento do Filho de Deus. Naquela sala da última ceia e do lava-pés e do mandamento novo, naquela sala da instituição da Eucaristia e da Oração Sacerdotal de Jesus, naquela sala em que Ele lhes prometera o Espírito, Maria orava com eles, a prepará-los para o Pentecostes.

**Prece:** Que os cristãos jamais separem o culto a Maria da centralidade da Eucaristia. Maria, no Cenáculo, recorda-nos que a Eucaristia faz a Igreja e a Igreja faz a Eucaristia. E a Eucaristia também edifica a família, reunindo-a, guiando-a, fortalecendo-a, fazendo-a sair de si mesma em direção à comunidade e no serviço aos irmãos.

**Pai-nosso | 10 Ave-marias | Glória | Sagrada Família de Nazaré. R. Rogai por nós! | Cântico**

**No quinto mistério, meditemos em Maria em nossa casa**

**Leitura bíblica:** Recordemos uma vez mais esta passagem do Evangelho segundo São João: “Estavam junto à cruz de Jesus sua Mãe, a irmã de sua Mãe, Maria, mulher de Cléofas, e Maria Madalena. Ao ver sua Mãe e o discípulo predileto, Jesus disse a sua Mãe: «Mulher, eis o teu filho». Depois disse ao discípulo: «Eis a tua Mãe». E a partir daquela hora, o discípulo recebeu-a em sua casa” (Jo 19, 25-27).

**Meditação:** Hoje, é a mim que Jesus vem recomendar: Eis aí a tua mãe! A Senhora de trazer para casa! Fica-te, pois, com ela em tua casa, no teu lar, na tua família, no teu coração, na tua vida. Nunca te arrependerás. Lembra-te que nunca se ouviu dizer que algum daqueles que a tivesse trazido para casa se tivesse arrependido. Se tu trouxeres Maria para tua casa, terás contigo aquela que consigo tem o Senhor Onnipotente. Quem a recebe e acolhe em casa, recebe e acolhe Aquele que vo-la recomenda. Tragam-na para casa todos os que andarem cansados e oprimidos! Ela lhes dará o descanso. E que significa para mim, concretamente, trazê-la para casa? Significa tê-la presente todos os dias, na minha oração e na minha vida. Significa rezar todos os dias a Ave-Maria. Significa regressar ao salutar costume do terço diariamente rezado em família. Significa levantar-lhe, em qualquer canto da casa, um pequenino oratório, onde alguma sua imagem devota me recorde todos os dias que Jesus me entregou sua própria mãe e me recomendou que a tivesse comigo em casa, como a mais excelente bênção de Deus.

**Prece:** Que em nossas casas não falte o cantinho da oração, para que, na companhia de Jesus, de Maria e de José, cada família cresça como Igreja doméstica.

**Pai-nosso | 10 Ave-marias | Glória | Sagrada Família de Nazaré. R. Rogai por nós! | Cântico**

**P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. | 1 Ave-maria

**P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. | 1 Ave-maria

**P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. | 1 Ave-maria

**Salve Rainha | Consagração a Nossa Senhora | Oração conclusiva**

**P.** Deus eterno e onipotente, que inspirastes à Virgem Santa Maria o desejo de visitar Santa Isabel, levando consigo o vosso Filho Unigénito, tornai-nos dóceis à inspiração do Espírito Santo, para podermos cantar sempre com ela as vossas maravilhas. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus convosco na unidade do Espírito Santo.

**ou Oração à Senhora de todas as idades**

Hoje quero recordar-Te  
a Ti, Santa Maria sem fronteiras,  
que acompanhas o homem em todas as idades,  
do berço à morte, como mãe sempre fecunda.

Rezar-Te a Ti, **Santa Maria das crianças.**

Que nos acompanhaste  
quando mal balbuciávamos pela primeira vez as tuas ave-marias.  
Tu, que um dia cuidaste do menino Jesus, cuida hoje dos nossos filhos,  
dá-lhes o gozo inextinguível de se sentirem amados, o pão da ternura,  
a graça de uma casa sem fendas,  
a luz de uma esperança no futuro.

E Tu, **Santa Maria dos adolescentes,** que, com catorze anos,  
penetraste no abismo de ser mãe de Deus  
e tiveste a audácia de dizer «SIM» ao céu,  
dá hoje aos nossos rapazes e raparigas a coragem de serem jovens a sério,  
a força para tomarem as suas vidas com ambas as mãos,  
sem desperdiçarem a sua juventude,  
sem perderem, no meio de ruídos e ilusões, o vulcão vivo do seu coração.  
E Tu, **Santa Maria da Juventude,**

que soubeste, sem dúvida mais do que ninguém,  
que ter a alma cheia é enchê-la de Deus,  
concede a tantos jovens o dom de descobrirem  
que o reino dos céus está dentro deles,  
que a alegria não se vende nos mercados deste mundo,  
que não têm direito a desperdiçar a alma,  
que é preciso encher a vida como Tu encheste a tua.

E a Ti, **Santa Maria da idade madura,**

que conheceste o medo e a angústia e o pranto  
e que também bebeste até à última gota a solidão,  
a Ti pedimos hoje por quantos veem frustrado o fruto dos seus anos,  
e chegam, mais do que à maturidade, à amargura de se sentirem vencidos.  
Ajuda a quantos veem os seus filhos perdidos, Tu, que perdeste o teu.  
Ampara quantos caem sob as injustiças,  
Tu, que foste testemunha da maior de todas.

E Tu, **Santa Maria da Terceira Idade,**

que perdeste na terra os melhores tesouros que o mundo conheceu,  
um esposo como foi José, um Filho como Jesus,  
lembra-Te, Senhora, de todos os anciãos que foram perdendo os seus entes queridos  
foram ficando sós, num mundo vazio,  
como um dia sucedeu contigo nesta terra, sem José e sem Jesus.  
Descobre-lhes a eles a luz da esperança, mostra-lhes o caminho  
Que conduz ao abraço com tudo o que se perdeu,  
O caminho que tu percorreste na tarde daquele dia glorioso  
Da tua assunção ao Céu!

J.L. MARTIN DESCALZO, *Maria de Nazaré,*

Ed. Missões, Cucujães, 2000, 118-120

**Dia 31**

## **O mistério da Visitação**

Pode também usar-se o esquema previsto para o dia 2 – Proposta JMJ

**P.** Hoje celebramos a festa da Visitação da Bem-Aventurada Virgem Maria à sua prima Isabel. A cena da visitação inspira a próxima Jornada Mundial da Juventude. Gostaríamos, por isso, de meditar convosco este mistério que indica, como Maria enfrenta o caminho da sua vida com grande realismo, humanidade e consistência. Cinco palavras resumem a atitude de Maria: escuta, decisão e ação; escuta, decisão e ação, prontidão e alegria. Palavras que indicam um caminho também para nós diante daquilo que o Senhor nos pede na vida. Escuta, decisão, ação, prontidão e alegria.

### **1. No 1.º mistério meditemos na primeira palavra: Escuta.**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Disse o Anjo a Maria: também Isabel, tua parente, concebeu um filho na sua velhice” (Lc 1, 36).

**Meditação:** *Maria sabe ouvir a Deus.* Atenção: não se trata de um simples «escutar», um ouvir superficial, mas é uma «escuta» feita de atenção, de acolhimento e de disponibilidade a Deus. Não é o modo distraído com que às vezes nos pomos diante do Senhor ou perante os outros: escutamos as palavras, mas não ouvimos verdadeiramente. Maria está atenta a Deus, ouve Deus.

*Mas Maria ouve também os acontecimentos, ou seja, lê os eventos da sua vida, está atenta à realidade concreta e não se limita à superfície, mas vai às profundezas, para compreender o seu significado. A parente Isabel, que já é idosa, está grávida: este é o acontecimento. Mas Maria está atenta ao significado, sabe compreendê-lo: «A Deus nada é impossível» (Lc 1, 37).*

Isto é válido também na nossa vida: escuta de Deus que nos fala, e escuta também da realidade quotidiana, atenção às pessoas, aos acontecimentos, porque o Senhor está à porta da nossa vida e bate de muitos modos, lançando sinais ao longo do nosso caminho; dá-nos a capacidade de os ver. Maria é a Mãe da escuta, da escuta atenta de Deus e da escuta igualmente atenta dos acontecimentos da vida.

**Prece:** Maria, Mulher da escuta, abre os nossos ouvidos; faz com que saibamos ouvir a Palavra do Teu Filho Jesus, no meio das mil palavras deste mundo; faz com que saibamos ouvir a realidade em que

vivemos, cada pessoa que encontramos, especialmente quem é pobre e necessitado, quem se encontra em dificuldade. São José, homem do silêncio, dá-nos a graça da vigilância do teu ouvido interior.

**Pai-nosso | 10 Ave-marias | Glória | P. Nossa Senhora da Escuta! R. Rogai por nós! | Cântico**

## **2. No 2.º mistério meditemos na segunda palavra: Decisão.**

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “«Maria ponderava tudo no seu coração» (cf. Lc 2, 19.51). E perguntava: «Como acontecerá isto?»” (Lc 1, 34).

**Meditação:** Mas não se detém nem sequer no momento da reflexão; dá um passo em frente: decide. Não vive apressadamente, mas só quando é necessário «vai à pressa». Maria não se deixa levar pelos acontecimentos, não evita o cansaço da decisão. E isto acontece tanto na escolha fundamental que mudará a sua vida: «Eis a serva do Senhor...» (cf. Lc 1, 38), como nas opções mais quotidianas, mas também elas ricas de significado. Vem ao meu pensamento o episódio das bodas de Caná (cf. Jo 2, 1-11): também aqui se vê o realismo, a humanidade e a consistência de Maria, que permanece atenta aos acontecimentos e aos problemas; Ela vê e compreende a dificuldade daqueles dois jovens esposos aos quais vem a faltar o vinho da festa, medita e sabe que Jesus pode fazer algo, e assim decide dirigir-se ao Filho para que intervenha: «Eles já não têm vinho» (Jo 2, 3). Decide.

Na vida é difícil tomar decisões, e muitas vezes tendemos a adiar, a deixar que outras pessoas decidam por nós, frequentemente preferimos deixar-nos levar pelos acontecimentos, seguir a moda do momento; às vezes sabemos o que devemos levar a cabo, mas não temos a coragem de o fazer, ou parece-nos demasiado difícil porque significa ir contra a corrente.

Na Anunciação, na Visitação e nas bodas de Caná Maria vai contra a corrente; Maria vai contra a corrente; põe-se à escuta de Deus, medita, procura compreender a realidade e decide confiar-se totalmente a Deus, e embora esteja grávida decide ir visitar a sua parente idosa, decide confiar-se ao Filho com insistência para salvar a alegria das bodas.

**Prece:** Maria, Mulher da decisão, ilumina a nossa mente e o nosso coração, a fim de que saibamos obedecer à Palavra do teu Filho Jesus, sem hesitações; concede-nos a coragem da decisão, de não nos deixarmos arrastar para que outros orientem a nossa vida. São José dá-nos a tua fidelidade à vontade de Deus, para decidirmos bem, com coragem criativa.



### 3. No 3.º mistério meditemos na terceira palavra: Ação.

**Leitura bíblica:** Do Evangelho segundo São Lucas: “Maria pôs-se a caminho «apressadamente” (cf. Lc 1, 39).

**Meditação:** Maria, não obstante as dificuldades, as críticas que terá recebido devido à sua decisão de partir, não se detém diante de nada. E assim vai «depressa». Na oração diante de Deus que fala, ponderando e meditando sobre os acontecimentos da sua vida, Maria não tem pressa, não se deixa levar pelo momento, não se deixa arrastar pelos eventos.

Mas quando compreende claramente o que Deus lhe pede, o que deve levar a cabo, não hesita, não se atrasa, mas vai «depressa». Santo Ambrósio comenta: «A graça do Espírito Santo não permite demoras» (*Expos. Evang. sec. Lucam, II, 19: PL 15, 1560*).

O agir de Maria é uma consequência da sua obediência às palavras do Anjo, mas unida à caridade: vai visitar Isabel para lhe ser útil; e neste gesto de sair da sua casa, de si mesma por amor, leva consigo aquilo que possui de mais precioso: Jesus; leva o Filho.

Partiu à pressa; não esperou. Não disse: «Mas agora eu estou grávida, e devo cuidar da minha saúde. A minha prima terá amigas que talvez a ajudem». Ela sentiu algo e «partiu à pressa». É bonito pensar isto de Nossa Senhora, da nossa Mãe que vai à pressa, porque sente algo dentro de si: ajudar. Vai para ajudar, e não para se gloriar e dizer à prima: «Escuta, agora sou eu que mando, porque sou a Mãe de Deus!». Não, não agiu deste modo. Partiu para ajudar! E Nossa Senhora é sempre assim. É a nossa Mãe, que vem sempre depressa quando nós precisamos dela. Seria bonito acrescentar às Ladainhas de Nossa Senhora uma que reze assim: «Senhora que vai depressa, ora por nós!». Isto é bonito, verdade? Porque Ela vai sempre à pressa, Ela não se esquece dos seus filhos. E quando os seus filhos se encontram em dificuldade, quando têm alguma necessidade e a invocam, Ela vem à pressa. E isto dá-nos uma segurança, a certeza de ter a Mãe ao lado, sempre ao nosso lado.

Vamos, caminhamos melhor na vida quando temos a mão próxima de nós. Pensemos nesta graça de Nossa Senhora, nesta graça que Ela nos concede: de estar próxima de nós, mas sem nos fazer esperar. Sempre! Ela existe — tenhamos confiança nisto — para nos ajudar. Nossa Senhora caminha sempre à pressa por nós.

Às vezes, também nós nos limitamos à escuta, à reflexão sobre aquilo que deveríamos levar a cabo, e talvez compreendamos claramente a decisão que devemos tomar, mas não realizamos a passagem para a ação. E sobretudo não nos pomos em jogo a nós mesmos, movendo-nos «depressa» rumo aos outros para lhes prestar a nossa ajuda, a nossa compreensão e a nossa caridade; para levar também nós, a exemplo de Maria, aquilo que possuímos de mais precioso e que recebemos, Jesus e o seu Evangelho, com a palavra e sobretudo com o testemunho concreto do nosso agir.

**Prece:** Maria, Mulher da ação, faz com que as nossas mãos e os nossos pés se movam «apressadamente» rumo aos outros, para levar a caridade e o amor do teu Filho Jesus, para levar ao mundo, como tu, a luz do Evangelho. Amém! São José, homem discreto, ensina-nos a trabalhar por um mundo melhor.

**Pai-nosso | 10 Ave-marias | Glória | Nossa Senhora que vai depressa! R. Rogai por nós! | Cântico**

#### **4. No 4.º mistério meditemos na quarta palavra: Prontidão**

**Leitura bíblica:** Recordemos de novo do Evangelho segundo São Lucas: “Maria pôs-se a caminho «apressadamente para a montanha, a uma cidade da Judeia. Entrou em casa de Zacarias e saudou Isabel” (cf. Lc 1, 39-40).

**Meditação:** Maria é a Virgem da prontidão, Nossa Senhora da prontidão. Está sempre pronta para vir em nossa ajuda quando a invocamos, quando pedimos o seu auxílio, a sua proteção a nosso favor. Nos muitos momentos da vida nos quais precisamos da sua ajuda, da sua tutela, recordemos que ela não se faz esperar: é a Nossa Senhora da prontidão, vai imediatamente servir.

**Prece:** Nossa Senhora da prontidão, que saís «à pressa» (Lc 1, 39) da tua povoação para ir ajudar os outros, faz que esta dinâmica de justiça e ternura, de contemplação e de caminho para os outros se torne um modelo eclesial para a evangelização. Ajuda-nos, com a tua oração materna, para que a Igreja se torne uma casa para muitos, uma mãe para todos os povos, e torne possível o nascimento dum mundo novo (E.G. 288). São José, operário, dá-nos a prontidão do serviço aos outros.

**Pai-nosso | 10 Ave-marias | Glória | Nossa Senhora da prontidão! R. Rogai por nós! | Cântico**

## 5. No 5.º mistério meditemos na quinta palavra: Alegria

**Leitura bíblica:** «Logo que ouvi a tua saudação, o menino saltou de alegria no meu seio».

**Meditação:** São tantos os cristãos que não conhecem a alegria. E até quando estão na Igreja a louvar a Deus, parece que seguem um cortejo fúnebre e não uma celebração jubilosa. Ao contrário, se aprendessem a sair de si mesmos e a dar graças a Deus, a «perder tempo louvando a Deus, compreenderiam realmente o que é a alegria que os liberta». «Tudo é alegria. Mas nós cristãos não estamos muito habituados a falar de alegria, de júbilo. Penso que muitas vezes nos agrada mais o lamento! O que é a alegria? A chave para compreender esta alegria é o que nos diz o evangelho: “Isabel estava cheia do Espírito Santo”. O que nos dá a alegria é o Espírito Santo.

**Prece:** “Tu, ó Virgem Mãe, cheia da presença de Cristo, levaste a alegria a João o Baptista, fazendo-o exultar no seio de sua mãe. Tu, estremecendo de alegria, cantaste as maravilhas do Senhor. Dá-nos a santa ousadia de buscar novos caminhos para que chegue a todos o dom da beleza que não se apaga” (EG, 288). São José, guardião da alegria na fidelidade de cada dia, intercedei por nós.

**Pai-nosso | 10 Ave-marias | Glória | Nossa Senhora da prontidão! R. Rogai por nós! | Cântico**

**P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. | 1 Ave-maria

**P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. | 1 Ave-maria

**P.** Ó Maria, concebida sem pecado. **R.** Rogai por nós que recorremos a Vós. | 1 Ave-maria

**Salve Rainha | Consagração a Nossa Senhora**

**Oração conclusiva**

**P.** Deus eterno e onnipotente, que inspirastes à Virgem Santa Maria o desejo de visitar Santa Isabel, levando consigo o vosso Filho Unigénito, tornai-nos dóceis à inspiração do Espírito Santo, para podermos cantar sempre com ela as vossas maravilhas. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus convosco na unidade do Espírito Santo.

Uma vez que a cena da visitação inspira a JMJ recomenda-se vivamente que esta meditação inclua ou se conclua com a Oração Oficial JMJ 2023

**Oração oficial da JMJ | A rezar, se possível, todos os dias, na conclusão do Rosário**

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!

Hino da JMJ | **cantar sempre que possível**

**Letra | João Paulo Vaz, Matilde Trocado, Hugo Gonçalves (Pe).**

**Música | Pedro Ferreira | Arranjo | Carlos Garcia**

A música “Há Pressa no Ar”, hino da Jornada Mundial da Juventude Lisboa 2023, foi inspirada no tema da JMJ Lisboa 2023 [«Maria levantou-se e partiu apressadamente» (Lc 1,39)] e desenvolve-se em torno do ‘sim’ de Maria e da sua pressa para ir ao encontro da prima Isabel, como relata a passagem bíblica.

### **Letra**

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.

### **Refrão:**

**Todos vão ouvir a nossa voz,  
Levantemos os braços, há pressa no ar.  
Jesus vive e não nos deixa só:  
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]**

Foi Maria quem primeiro acolheu  
A grande surpresa da vida sem fim.  
Confiante e simples, quis receber  
Tão grande mistério de um Deus que é  
p'ra sempre / Por ti e por mim.  
Não posso calar, não posso deixar  
De dizer: “Meu Senhor,  
Conta comigo, não mais calarei!”.

[Refrão]

Sem ter dúvidas da sua missão,  
Maria, tão jovem, depressa deixou  
Sua casa e p'la montanha subiu,  
P'ra ver Isabel e logo encontrou  
Saudação, comunhão.  
O fruto é bendito, é o meu Senhor!  
E eu também quero ouvir:  
“Porque acreditaste, para sempre és feliz!”.

[Refrão]

## Salve-rainha

Salve, Rainha,  
mãe de misericórdia,  
vida, doçura, esperança nossa, salve!

A Vós bradamos,  
os degredados filhos de Eva.

A Vós suspiramos, gemendo e chorando  
neste vale de lágrimas.

Eia, pois, advogada nossa,  
esses Vossos olhos misericordiosos  
a nós volvei.

E, depois deste desterro,  
nos mostrai Jesus, bendito fruto  
do Vosso ventre.

Ó clemente, ó piedosa,  
ó doce Virgem Maria.

Rogai por nós, Santa Mãe de Deus,  
para que sejamos dignos das promessas de Cristo.

## Consagração a Nossa Senhora

Ó Senhora minha, ó minha Mãe,  
eu me ofereço todo(a) a vós,  
e em prova da minha devoção para convosco,  
Vos consagro neste dia e para sempre,  
os meus olhos, os meus ouvidos,  
a minha boca, o meu coração  
e inteiramente todo o meu ser.

E porque assim sou vosso(a),  
ó incomparável Mãe,  
guardai-me e defendei-me como propriedade vossa.

Lembraí-vos que vos pertenço, terna Mãe, Senhora nossa.

Ah, guardai-me e defendei-me como coisa própria vossa.