

GUIÃO PARA O MÊS DE MARIA
ANO DA ORAÇÃO 2024

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA



ORGANIZAÇÃO E COMPILAÇÃO
PE. AMARO GONÇALO FERREIRA LOPES
PE. ARTUR JOSÉ MOREIRA DIAS



**TEMAS DE REFLEXÃO NA ORAÇÃO DO
MÊS DE MAIO, MÊS DE MARIA**

ANO DA ORAÇÃO 2024

Dias Maio	Número das Catequeses do Papa Francisco sobre a oração Temas especiais
1.	1. ^a O mistério da oração Especial São José (2 propostas) Memória de São José, Operário
2.	2. ^a A oração do cristão
3.	10. ^a A oração dos Salmos (1)
4.	11. ^a A oração dos Salmos (2)
5.	12. ^a Jesus, homem de oração Especial Dia da Mãe
6.	13. ^a Jesus, Mestre da oração
7.	14. ^a A oração perseverante
8.	17. ^a A oração de bênção
9.	18. ^a A oração de súplica
10.	19. ^a A oração de intercessão
11.	20. ^a A oração de ação de graças
12.	15. ^a A Virgem Maria, mulher orante Especial para o dia 12 ou 13: A Mensagem de Fátima Especial para o dia 12 ou 13: O Rosário pela Paz
13.	27. ^a Rezar em comunhão com Maria
14.	21. ^a A oração de louvor
15.	A oração em família Tema inspirado nas sugestões do Dicastério para a Evangelização Especial: Rosário pela Família Dia Internacional da Família
16.	22. ^a A oração com as Sagradas Escrituras
17.	24. ^a Rezar na vida quotidiana
18.	28. ^a Rezar em comunhão com os santos Especial Vigília da Solenidade de Pentecostes Especial Solenidade de Pentecostes (3 propostas)
19.	29. ^a A Igreja, Mestra em oração Especial: Maria, Mãe da Igreja, Memória na 2.^a feira seguinte ao Pentecostes
20.	16. ^a A oração da Igreja nascente
21.	30. ^a A oração vocal
22.	31. ^a A meditação
23.	32. ^a A oração contemplativa
24.	33. ^a O combate da oração
25.	25. ^a A oração e a Trindade (1)
26.	26. ^a A oração e a Trindade (2) Especial: Maria e a Trindade Solenidade da Santíssima Trindade
27.	34. ^a Distrações, aridez, acídia
28.	35. ^a A certeza de ser escutados
29.	36. ^a Jesus, modelo e alma de cada oração
30.	23. ^a Rezar na Liturgia Especial: Maria, Mulher Eucarística Solenidade do Santíssimo Corpo e Sangue do Senhor
31.	37. ^a A oração pascal de Jesus por nós Especial: Receber Maria em nossa casa

Notas:

1. A alteração da sequência numérica das catequeses teve em vista enquadrar algumas delas no dia litúrgico mais apropriado.
2. As propostas especiais destinam-se a reforçar o sentido litúrgico do dia através da oração do Rosário. Tem o inconveniente de se perder a sequência das catequeses, mas é uma opção.

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. Amen.

P. A graça de Nosso Senhor Jesus Cristo, nascido da Virgem Maria, esteja sempre convosco.

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

Ou

P. Deus, vinde em nosso auxílio R. Senhor, socorrei-nos e salvai-nos.

3. Meditação dos cinco mistérios

3.1. Meditação (textos do Papa sobre a Oração ou outros)

3.2. Pai-Nosso

3.3. Dez Ave-marias

3.4. Glória (se possível, cantar):

3.5. P. Jaculatória – esta ou outra:

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.

3.6. 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

4.2. Jaculatória – esta ou outra:

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 pelo Jubileu

7. Despedida

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

7.2. Cântico final (se possível)

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

1 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 1 de maio

Hoje, dia 1 de maio, seguimos a 1.^a Catequese do Papa, sobre o mistério da oração. Para isso, sugerimos que escutemos antes o Evangelho segundo São Marcos (Mc 10,46-52):

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São Marcos

Naquele tempo,
quando Jesus ia a sair de Jericó
com os discípulos e uma grande multidão,
estava um cego, chamado Bartimeu, filho de Timeu,
a pedir esmola à beira do caminho.

Ao ouvir dizer que era Jesus de Nazaré que passava,

começou a gritar:

«Jesus, Filho de David, tem piedade de mim».

Muitos repreendiam-no para que se calasse.

Mas ele gritava cada vez mais:

«Filho de David, tem piedade de mim».

Jesus parou e disse: «Chamai-o».

Chamaram então o cego e disseram-lhe:

«Coragem! Levanta-te, que Ele está a chamar-te».

O cego atirou fora a capa, deu um salto e foi ter com Jesus.

Jesus perguntou-lhe:

«Que queres que Eu te faça?».

O cego respondeu-Lhe:

«Mestre, que eu veja».

Jesus disse-lhe:

«Vai: a tua fé te salvou».

Logo ele recuperou a vista

e seguiu Jesus pelo caminho.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. A oração é o respiro da fé, é a sua expressão mais adequada. Como *um grito* que sai do coração de quem crê e se confia a Deus. Pensemos na história de Bartimeu, um personagem do Evangelho (cf. Mc 10, 46-52 e par.). Era cego, estava sentado a mendigar à beira da estrada, na periferia da sua cidade, Jericó. Não se trata de um personagem anónimo, tem um rosto, um nome: Bartimeu, ou seja, “filho de Timeu”. Um dia ouve dizer que Jesus passaria por ali. Então Bartimeu põe-se à espreita: faria todo o possível para encontrar Jesus. Muitas pessoas faziam o mesmo: recordemos Zaqueu, que subiu à árvore. Muitos queriam ver Jesus, ele também.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Ele não vê; não sabe se Jesus está perto ou longe, mas ouve-o, devido ao barulho da multidão, que num dado momento aumenta e se aproxima... Mas ele está completamente só, e ninguém se importa com isto. E o que faz Bartimeu? Grita. Grita e continua a bradar. Usa a única arma que possui: a voz. Começa a gritar: «Filho de David, Jesus, tem compaixão de mim!» (v. 47). E assim continua a bradar. Os seus repetidos gritos incomodam, não parecem educados, e muitos repreendem-no, dizendo-lhe para se calar: “Sê educado, não

faças assim!”. Mas Bartimeu não se cala, pelo contrário, grita ainda mais alto: «Filho de David, Jesus, tem compaixão de mim!» (v. 47). Aquela teimosia tão boa daqueles que procuram uma graça e batem, batem à porta do coração de Deus. Ele grita, bate à porta. A expressão “Filho de David” é muito importante; significa “Messias” — confessa o Messias — é uma profissão de fé que sai dos lábios daquele homem desprezado por todos.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. E Jesus ouve o seu grito. O pedido de Bartimeu toca o seu coração, o coração de Deus, e para ele abrem-se as portas da salvação. Jesus manda chamá-lo. Ele dá um salto e aqueles que antes lhe diziam para se calar, agora conduzem-no ao Mestre. Jesus fala com ele, pede-lhe que manifeste o seu desejo — isto é importante — e então o grito torna-se um pedido: «Que eu volte a ver, Senhor!» (cf. v. 51). Jesus diz-lhe: «Vai, a tua fé te salvou» (v. 52). Reconhece àquele homem pobre, indefeso e desprezado todo o poder da sua fé, que atrai a misericórdia e o poder de Deus. Fé significa ter duas mãos levantadas, uma voz que grita para implorar o dom da salvação. O Catecismo afirma que «a humildade é o fundamento da oração» (*Catecismo da Igreja Católica*, n. 2.559). A oração nasce da terra, do *húmus* — do qual deriva “humilde”, “humildade” — vem da nossa condição de precariedade, da nossa sede constante de Deus (cf. *ibid.*, nn. 2.560-2.561).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. A fé, vimo-lo em Bartimeu, é grito; a não-fé é sufocar aquele grito. Aquela atitude que as pessoas tinham, ao silenciá-lo: não eram pessoas de fé, mas ele sim. Sufocar aquele grito é uma espécie de “cumplicidade tácita”. A fé é protesto contra uma condição penosa da qual não compreendemos o motivo; a não-fé é limitar-se a padecer uma situação à qual nos adaptamos. A fé é esperança de ser salvo; a não-fé é acostumar-nos com o mal que nos oprime e continuar assim.

Pai-Nosso | Ave-maria | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Mais forte do que qualquer argumentação contrária, no coração do homem há uma voz que invoca. Todos nós temos esta voz interior. Uma voz que sai espontaneamente, sem que ninguém a governe, uma voz que se interroga sobre o sentido do nosso caminho aqui na terra, especialmente quando nos encontramos na escuridão: “Jesus, tem compaixão de mim! Jesus, tem compaixão de mim!”. É uma bonita oração!

Mas não estão estas palavras esculpidas em toda a criação? Tudo invoca e suplica para que o mistério da misericórdia encontre o seu cumprimento definitivo. Não rezam só os cristãos: eles compartilham o clamor de oração com todos os homens e mulheres. Mas o horizonte ainda pode ser ampliado: Paulo afirma que toda a criação «geme e sofre as dores de parto» (*Rm 8, 22*). Com frequência, os artistas fazem-se intérpretes deste grito silencioso da criação, que pressiona em cada criatura e emerge sobretudo no coração do homem, pois o homem é um «mendigo de Deus» (cf. *cic*, n. 2.559). Bonita definição do homem: “mendigo de Deus”.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

Dia 1 de maio

São José, operário

1.ª PROPOSTA ALTERNATIVA

Cântico Inicial

Saudação Inicial

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

R. Ámen.

P. Exultai, sombra na terra do Pai celeste.

R. Para que sejamos dignos das promessas de Cristo.

P. São José, operário, casto esposo de Maria e padroeiro da Igreja de Cristo.

R. Rogai por nós.

Introdução ao dia 1

Hoje, por ser dia 1 de maio, Dia de São José, Operário, Dia do Trabalhador, meditaremos em São José, como «pai trabalhador», tal como o refere o Papa Francisco, no n.º 6 da sua Carta Apostólica “*Com coração de Pai*” (PC 6) e como já o fizera antes, numa Audiência Geral, em 1 de maio de 2013. Também São João Paulo II, na sua Exortação Apostólica *Guarda do Redentor (Redemptoris Custos – RC)* nos fala desta dimensão do trabalho, como expressão de amor, em São José e na vida oculta de Jesus em Nazaré (RC 22-24).

1.º Mistério: Jesus, filho do carpinteiro

Leitura bíblica: «De onde Lhe vem esta sabedoria e este poder de fazer milagres? Não é Ele o filho do carpinteiro? (Mt 13,54).

Meditação: “No Evangelho de São Mateus, no momento em que Jesus volta para o seu povoado, Nazaré, e fala na sinagoga, salientam-se o assombro dos seus compatriotas pela sua sabedoria, e a interrogação que levantam: «*Não é ele o filho do carpinteiro?*» (Mt 13, 55). Jesus entra na nossa história, vem ao meio de nós, nascendo de Maria por obra de Deus, mas com a presença de São José, o pai legal que o protege e que lhe ensina também o seu trabalho. 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).

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).

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós!

P. São José, exemplo de operário!

R. Rogai por nós, pecadores.

2.º mistério: O trabalho como virtude humanizadora

Leitura bíblica: «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. Se a Família de Nazaré, na ordem da salvação e da santidade, é exemplo e modelo para as famílias humanas, é-o analogamente também o trabalho de Jesus ao lado de José carpinteiro. Na nossa época, a Igreja pôs em realce isto mesmo, também com a memória litúrgica de São José Operário, fixada no primeiro de maio. O trabalho humano, em particular o trabalho manual, tem no Evangelho uma acentuação especial. Juntamente com a humanidade do Filho de Deus ele foi acolhido no mistério da Incarnação, como também foi redimido de maneira particular. Graças ao seu banco de trabalho, junto do qual exercitava o próprio ofício juntamente com Jesus, José aproximou o trabalho humano do mistério da Redenção” (RC 22).

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).

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós!

P. São José, homem de trabalho humilde!

R. Rogai por nós, pecadores.

3.º Mistério: A dignidade do trabalho

Leitura bíblica: 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 livro do Génesis narra que Deus criou o homem e a mulher, confiando-lhes a tarefa de encher a terra e de a submeter, o que não significa explorá-la, mas repudia-la, preservá-la e cuidá-la com a própria obra (cf. Gn 1, 28; 2, 15). 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).

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).

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós!

P. São José, homem de trabalho digno e alegre!

R. Rogai por nós, pecadores.

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

Leitura bíblica: “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. A perda de trabalho que afeta tantos irmãos e irmãs e tem aumentado nos últimos meses devido à pandemia de Covid-19, deve ser um apelo a revermos as nossas prioridades” (PC 6).

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)!

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós!

P. São José, homem trabalhador para todos!

R. Rogai por nós, pecadores.

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

Leitura bíblica: “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)?

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.

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós!

P. São José, homem comprometido no trabalho!

R. Rogai por nós, pecadores.

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

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.

**P. São José, que fostes um trabalhador exímio,
cumprindo os desígnios de Deus na educação de Jesus,
com alegria na oração, no trabalho, no sacrifício,
no sofrimento e na morte; pela vossa intercessão
junto de vosso Filho, auxiliai-nos no nosso trabalho,
para que o façamos de boa vontade, com dedicação,
responsabilidade e entrega
como quem serve ao Senhor e não aos homens,
para que na eternidade mereçamos participar no banquete celeste.
Por Cristo nosso Senhor.**

R. *Ámen.*

Conclusão:

P. Venerável São José, operário.

R. Rogai por nós.

P. O Senhor nos abençoe, nos livre de todo o mal e nos conduza a vida eterna.

R. *Ámen.*

Cântico final

1 DE MAIO

2.^a PROPOSTA ALTERNATIVA

OS MISTÉRIOS DO ROSÁRIO DE SÃO JOSÉ ¹

Cântico Inicial

Saudação Inicial

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

R. Ámen.

P. Exultai, sombra na terra do Pai celeste.

R. Para que sejamos dignos das promessas de Cristo.

P. São José, operário, casto esposo de Maria e padroeiro da Igreja de Cristo.

R. Rogai por nós.

P. Vivemos o *Ano de São José*, desde o dia 8 de dezembro de 2020 ao mesmo dia do ano de 2021. A escolha dessa data para iniciar e concluir o ano de São José tem a ver com os 150 anos da Declaração de São José, como Padroeiro da Igreja Católica, feita pelo Beato Pio IX, precisamente em 8 de dezembro de 1870. Hoje vamos meditar os mistérios do Rosário, à sombra da figura de São José. O Papa Francisco deixou-nos uma belíssima Carta Apostólica, sobre São José, conhecida pelas suas primeiras palavras “*Patris corde*” (PC), isto é, «com coração de pai»: «*Com coração de pai: assim José amou a Jesus, designado nos quatro evangelhos como ‘o filho de José’*» (PC, Introdução).

Por isso, neste dia de São José, operário queremos dedicar este Rosário à meditação dos mistérios da Vida de Jesus, em que se revela, de modo luminoso, a figura de São José. Unimo-nos a todos os santos do céu, especialmente ao justo e venerável São José e a todos os fiéis vivos e defuntos, invocando para os que partiram a proteção de São José, padroeiro da boa morte (cf. PC, Introdução). Unimo-nos a Vós, Bom Jesus, para louvar a vossa Santa Mãe e, n’Ela e por Ela, louvar-Vos também a Vós.

[pode omitir-se esta parte e passar logo para a meditação dos cinco mistérios]

¹ Proposta inspirada em **SECRETARIADO NACIONAL DE LITURGIA**, *São José, Guardião do Redentor. Novo Devocionário*, Ed. SNL, Fátima 2021, pp.47-56. Acrescentamos as meditações a partir da Exortação Apostólica de São João Paulo II, *Redemptor Custos* (RC).

1. No primeiro mistério meditemos esponsais de José com Maria

Leitura bíblica: Do Evangelho segundo São Mateus: “O nascimento de Jesus deu-se do seguinte modo: Maria, sua Mãe, noiva de José, antes de terem vivido em comum, encontrara-se grávida por virtude do Espírito Santo” (Mt 1,18).

Meditação: “Maria estava desposada com um homem chamado José, da casa de David. A natureza destes esponsais é explicitada, indiretamente, quando Maria, depois de ter ouvido aquilo que o mensageiro dissera do nascimento do filho, pergunta: «*Como se realizará isso, pois eu não conheço homem?*» (Lc 1, 34). E então é-lhe dada esta resposta: «*O Espírito Santo descera sobre ti e a potência do Altíssimo estenderá sobre ti a sua sombra. Por isso mesmo, aquele que vai nascer será santo e há de chamar-se Filho de Deus*» (Lc 1, 35). Maria, embora fosse já «desposada» com José, permanecerá virgem, pois o menino, nela concebido desde o momento da Anunciação, era concebido por obra do Espírito Santo” (RC 2).

Convite à Oração: Louvemos o venerável São José, homem obediente ao eterno Pai.

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós! | São José, homem obediente ao eterno Pai! R. Rogai por nós.

2. No segundo mistério meditemos na Anunciação a São José

Leitura bíblica: Do Evangelho segundo São Mateus: “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” (Mt 1,19-20).

Meditação: “Existe uma estreita semelhança entre a «Anunciação» do texto de São Mateus e a do texto de São Lucas. O mensageiro divino introduz José no mistério da maternidade de Maria. Aquela que, segundo a lei, é a sua «esposa», permanecendo virgem, tornou-se mãe pela virtude do Espírito Santo” (RC 3). “José, obediente ao Espírito, encontra precisamente nele a fonte do amor, do seu amor sponsal de homem; e este amor foi maior do que aquele «homem justo» poderia esperar, segundo a medida do próprio coração humano” (RC 19).

Convite à Oração: Louvemos o venerável São José, pai admirável de Deus Filho.

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós! | São José, pai admirável de Deus Filho! R. Rogai por nós.

3. No terceiro mistério, meditemos no nascimento de Jesus

Leitura bíblica: Do Evangelho segundo São Mateus: “Tudo isto aconteceu para se cumprir o que o Senhor anunciara por meio do Profeta, que diz: «A Virgem conceberá e dará à luz um Filho, que será chamado Emanuel», que quer dizer Deus conosco. Quando despertou do sono, José fez como o Anjo do Senhor lhe ordenara e recebeu sua esposa. E, sem que antes a tivesse conhecido, ela deu à luz um filho, ao qual ele pôs o nome de Jesus” (Mt 1,22-25).

Meditação: «Despertando do sono, José fez como lhe ordenara o anjo do Senhor e recebeu a sua esposa» (Mt 1, 24). Ele recebeu-a com todo o mistério da sua maternidade; recebeu-a com o Filho que havia de vir ao mundo, por obra do Espírito Santo: demonstrou deste modo uma disponibilidade de vontade, semelhante à disponibilidade de Maria, em ordem àquilo que Deus lhe pedia por meio do seu mensageiro” (RC 3).

Convite à Oração: Louvemos o venerável São José, sustento de Deus Filho.

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós! | São José, sustento de Deus Filho! R. Rogai por nós.

4. No quarto mistério meditemos na fuga para o Egito

Leitura bíblica: Do Evangelho segundo São Mateus: “Depois de os Magos partirem, o Anjo do Senhor apareceu em sonhos a José e disse-lhe: «Levanta-te, toma contigo o Menino e sua Mãe e foge para o Egito; fica lá até que eu te diga, pois Herodes vai procurar o Menino para O matar». José levantou-se de noite, tomou consigo o Menino e sua Mãe e partiu para o Egito e ficou lá até à morte de Herodes, para se cumprir o que o Senhor anunciara pelo profeta: «Do Egito chamei o meu filho»” (Mt 2,13-15).

Meditação: “Deste modo, o caminho do regresso de Jesus de Belém a Nazaré passou pelo Egito. Assim como Israel tinha tomado o caminho do êxodo «da condição de escravidão» para iniciar a Antiga Aliança, assim José, depositário e cooperador do mistério providencial de Deus, também no exílio vela por Aquele que vai tornar realidade a Nova Aliança” (RC 14).

Convite à Oração: Louvemos o venerável São José, protetor de Jesus.

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós! | São José, sustento de Deus Filho! R. Rogai por nós.

5. No quinto mistério meditemos na vida silenciosa de José em Nazaré

Leitura bíblica: Dos Evangelhos segundo São Lucas e segundo São Mateus: “José foi morar para uma cidade chamada Nazaré. Assim se cumpriu o que fora anunciado pelos Profetas: «há de chamar-Se Nazareno» (Lc 2,51). Do Evangelho segundo São Mateus: “Jesus desceu então com eles para Nazaré e era-lhes submisso. Sua Mãe guardava todos estes acontecimentos em seu coração. E Jesus ia crescendo em sabedoria, em estatura e em graça, diante de Deus e dos homens” (Mt 2,23; Lc 2,51-52).

Meditação: “O crescimento de Jesus «em sabedoria, em estatura e em graça» (Lc 2, 52), deu-se no âmbito da Sagrada Família, sob o olhar de São José, que tinha a alta função de o «criar»; ou seja, de alimentar, vestir e instruir Jesus na Lei e num ofício, em conformidade com os deveres estabelecidos para o pai. No Sacrifício eucarístico a Igreja venera «a memória da gloriosa sempre Virgem Maria ... e também a de São José», seu esposo, porque foi quem «sustentou Aquele que os fiéis deviam comer como Pão de vida eterna» (RC 16).

Convite à Oração: Louvemos o venerável São José, santo silencioso.

1 Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória... | Ó Maria, concebida sem pecado. R. Rogai por nós que recorremos a Vós! | São José, santo silencioso! R. Rogai por nós.

Cântico

P. Rezemos estas três ave-marias pelas intenções do Santo Padre, e pela proteção da Igreja de Cristo.

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 e/ ou Oração do Papa Francisco

Salve, guardião do Redentor
e esposo da Virgem Maria!
A vós, Deus confiou o seu Filho;
em vós, Maria depositou a sua confiança;
convosco, Cristo tornou-Se homem.
Bem-aventurado José,
mostrai-vos pai, também para nós,
e guiai-nos no caminho da vida.
Alcançai-nos graça, misericórdia e coragem,
e defendei-nos de todo o mal. Ámen.

Ladainha de São José: [Facultativo]

Oração

P. Deus todo-poderoso, que na aurora dos novos tempos confiastes a São José a guarda dos mistérios da salvação dos homens, concedei à vossa Igreja, por sua intercessão, a graça de os conservar fielmente e de os realizar plenamente. Por Cristo nosso Senhor.

R. Ámen.

Conclusão: (Fazendo o sinal da cruz)

P. A Santíssima Trindade, Pai, Filho e Espírito Santo e a Sagrada Família, Jesus, Maria e José, nos abençoem, nos livrem de todos os perigos e nos conduzam à vida eterna.

R. Ámen.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

2 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequeses sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 2 de maio

Hoje, dia 2 de maio, seguimos a 2.^a Catequese do Papa, sobre a oração do cristão.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. A oração pertence a todos: aos homens de todas as religiões, e provavelmente também àqueles que não professam religião alguma. A oração nasce no segredo de nós mesmos, naquele lugar interior a que muitas vezes os autores espirituais chamam “coração” (cf. Catecismo da Igreja Católica, nn. 2.562-2.563). Portanto, o que reza em nós não é algo periférico, nem uma nossa faculdade secundária e marginal, mas é o mistério mais íntimo de nós mesmos. É este mistério que reza. As emoções rezam, mas não se pode dizer que a oração é unicamente emoção. A inteligência reza, mas rezar não é apenas um ato intelectual. O corpo reza, mas

pode-se falar com Deus até na invalidez mais grave. Por conseguinte, é o homem todo que ora, se o seu “coração” reza.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. A oração é um impulso, uma invocação que vai além de nós próprios: algo que nasce no íntimo da nossa pessoa e que se estende, pois sente a nostalgia de um encontro. Aquela nostalgia que é mais do que uma carência, mais do que uma necessidade: é um caminho. A oração é a voz de um “eu” que tropeça, que procede às cegas, em busca de um “Tu”. O encontro entre o “eu” e o “Tu” não pode ser calculado: é um encontro humano e, muitas vezes, procede-se às cegas para encontrar o “Tu” que o meu “eu” procura. A oração do cristão nasce de uma revelação: o “Tu” não permaneceu envolvido no mistério, mas entrou em relação conosco. O cristianismo é a religião que celebra continuamente a “manifestação” de Deus, ou seja, a sua epifania. As primeiras festas do ano litúrgico são a celebração deste Deus que não permanece escondido, mas que oferece a sua amizade aos homens. Deus revela a sua glória na pobreza de Belém, na contemplação dos Magos, no batismo no Jordão, no prodígio das bodas de Caná. O Evangelho de João conclui o grande hino do Prólogo com esta afirmação sintética: «Ninguém jamais viu a Deus: o Filho único, que está no seio do Pai, foi quem o revelou» (1, 18). Foi Jesus quem nos revelou Deus.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. A oração do cristão entra em relação com o Deus de rosto profundamente terno, que não quer incutir medo algum aos homens. Esta é a primeira característica da prece cristã. Se os homens desde sempre estavam habituados a aproximar-se de Deus com um pouco de timidez, um pouco apavorados diante deste mistério fascinante e terrível, se se tinham habituado a adorá-lo com uma atitude servil, semelhante à de um servo que não quer desrespeitar o seu senhor, ao contrário os cristãos dirigem-se a Ele ousando chamá-lo de modo confiante, com o nome de “Pai”. Na verdade, Jesus usa outra palavra: “paizinho”.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Deus é o amigo, o aliado, o esposo. Na oração pode-se estabelecer uma relação de confiança com Ele, a ponto que no “Pai-Nosso” Jesus nos ensinou a dirigir-lhe uma série de pedidos. A Deus podemos pedir tudo, tudo; explicar tudo, contar tudo. Não importa se no nosso relacionamento com Deus nos sentimos em falta: não somos bons amigos, não somos filhos agradecidos, não somos esposos fiéis. Ele continua a amar-nos. É o que Jesus demonstra definitivamente na Última Ceia, quando diz: «Este cálice é a nova aliança no meu sangue, que é derramado por vós» (Lc 22, 20). Naquele gesto, Jesus antecipa no Cenáculo o mistério da Cruz.

Deus é um aliado fiel: até quando os homens deixam de amar, Ele continua a amar, mesmo que o amor o leve ao Calvário. Deus está sempre perto da porta do nosso coração e espera que lhe abramos. E às vezes bate à porta do coração, mas não é indiscreto: espera. A paciência de Deus conosco é a paciência de um pai, de alguém que nos ama muito. Diria que é a paciência de um pai e ao mesmo tempo de uma mãe.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Procuremos todos rezar assim, entrando no mistério da Aliança. Colocar-nos em oração nos braços misericordiosos de Deus, sentir-nos envolvidos por esse mistério de felicidade que é a vida trinitária, sentir-nos como convidados que não mereciam tanta honra. E, no assombro da oração, repetir a Deus: é possível que Tu só conheças amor? Ele não conhece o ódio. Ele é odiado, mas não conhece o ódio. Só conhece o amor. Tal é o Deus a quem rezamos. Eis o núcleo incandescente de toda a oração cristã. O Deus de amor, o nosso Pai que nos espera e nos acompanha.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante

dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

3 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequese sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequese, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 3 de maio

Hoje, dia 3 de maio, seguimos a 10.^a Catequese do Papa, sobre a oração do cristão. Avançamos algumas catequese sobre a oração em algumas figuras do Antigo Testamento (Abraão, Jacob, Moisés, David e Elias) e fixamo-nos, hoje e amanhã, na oração dos Salmos. A Bíblia contém 150 Salmos. Estamos habituados a rezá-los ou a cantá-los nas celebrações da Eucaristia no final da 1.^a leitura. São parte essencial da Liturgia das Horas, a oração oficial da Igreja.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Os salmos não são textos compostos de forma teórica, são invocações, muitas vezes dramáticas, que nascem da experiência viva da existência. Para os recitar basta ser quem somos. Não nos devemos esquecer que para rezar bem devemos orar assim como somos, sem nos maquilharmos. Não é preciso maquilhar a

alma para rezar. “Senhor, sou assim”, ir diante do Senhor como somos, com as coisas boas e também com as más que ninguém conhece, mas nós, dentro, conhecemos. O salmista não contesta radicalmente este sofrimento: ele sabe que pertence à vida. Contudo, nos salmos o sofrimento transforma-se em interrogação. Do sofrer ao perguntar. E entre as muitas perguntas, há uma que permanece suspensa, como um brado incessante que percorre todo o livro de um lado ao outro. Uma pergunta, que repetimos muitas vezes: “Até quando, Senhor? Até quando?”. Cada dor pede libertação, cada lágrima invoca consolação, cada ferida aguarda a cura, cada calúnia, uma sentença de absolvição. “Até quando Senhor tenho que sofrer isto? Ouve-me Senhor!”: quantas vezes rezamos assim com este “até quando?”, Senhor, chega!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Ao fazer constantemente tais perguntas, os salmos ensinam-nos a não nos habituarmos à dor e lembrarmos que a vida não se salva, se não for curada. A existência do homem é um sopro, a sua história é fugaz, mas o orante sabe que é precioso aos olhos de Deus, e por isso tem sentido bradar. Isto é importante. Quando rezamos, fazemo-lo porque sabemos que somos preciosos aos olhos de Deus. É a graça do Espírito Santo que de dentro suscita em nós esta consciência: de ser preciosos aos olhos de Deus. E por isso somos induzidos a rezar.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Neste mundo todos sofrem: quer acreditemos em Deus quer o rejeitemos. Não pode permanecer sem sentido, sem propósito. Até as dores que sofremos não podem ser apenas casos específicos de uma lei universal: são sempre as “minhas” lágrimas. As lágrimas não são universais, são as “minhas” lágrimas. Cada um tem as próprias. As “minhas” lágrimas e a “minha” dor impelem-me a continuar com a oração. Sou as “minhas” lágrimas que jamais ninguém derramou antes de mim. Sim, muitos choraram, muitos. Mas as “minhas” lágrimas são as minhas, o “meu” sofrimento é meu, a minha dor é minha. Para Deus, todas as dores dos homens são sagradas. Assim reza o orante do salmo 56-55: «Vós conheceis os caminhos do meu exílio, vós recolhestes as minhas lágrimas no vosso cantil; não está tudo escrito no vosso livro?» (v. 9). Diante de Deus não somos desconhecidos, nem números. Somos rostos e corações, conhecidos um por um, pelo nome.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Nos salmos, o crente encontra uma resposta. Ele sabe que mesmo se todas as portas humanas estiverem trancadas, a porta de Deus está aberta. Mesmo se o mundo inteiro emitisse um veredito de condenação, em

Deus há salvação. “O Senhor ouve”: às vezes na oração é suficiente saber isto. Os problemas nem sempre se resolvem. Quem reza não é um iludido: sabe que muitas questões da vida terrena permanecem sem solução, sem saída; o sofrimento acompanhar-nos-á e, após uma batalha, haverá outras que nos esperam. Mas se formos ouvidos, tudo se torna mais suportável.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. A pior coisa que pode acontecer é sofrer no abandono, sem ser recordado. É disto que a oração nos salva. Pois pode acontecer, e até frequentemente, que não compreendamos os desígnios de Deus. Mas os nossos gritos não estagnam aqui na terra: elevam-se até Ele, que tem o coração de Pai e chora por cada filho e filha que sofre e morre. Digo-vos uma coisa: faz-me bem, nos maus momentos, pensar no pranto de Jesus, quando chorou olhando para Jerusalém, quando chorou diante do túmulo de Lázaro. Deus chorou por mim, Deus chora, chora pelas nossas dores. Porque Deus quis fazer-se homem, dizia um escritor espiritual, para poder chorar. Pensar que Jesus chora comigo na dor é uma consolação: ajuda-nos a seguir em frente. Se nos mantivermos numa relação com Ele, a vida não nos poupa os sofrimentos, mas abre-se a um grande horizonte de bem e encaminha-se para a sua realização. Coragem, em frente com a oração. Jesus está sempre ao nosso lado.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Escutemos este elogio de Santo Ambrósio sobre o livro dos Salmos:

É medicina geral da salvação humana.

Quem os lê, encontra sempre um remédio especial para curar as suas feridas.

Que há de mais agradável que um salmo?

O salmo é:

a bênção do povo,

o louvor de Deus,
o hino dos fiéis,
o aplauso da assembleia,
a palavra da multidão,
a voz da Igreja,
a exultante confissão da fé,
a expressão da autêntica piedade,
a alegria da liberdade,
o clamor do júbilo
e a exultação da alegria.

Ao nascer do dia exulta o salmo;
Ao cair da noite ressoa o salmo.

No salmo disputam entre si a doutrina e a graça;
Canta-se com gosto e aprende-se com proveito.

Que é o salmo
senão aquele órgão das virtudes
com que o venerável Profeta,
ao ritmo inspirado pelo Espírito Santo,
fez ressoar na terra
a beleza da harmonia celeste?

S. AMBRÓSIO,
Sobre os Salmos 1,7.9.10.11

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

4 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequese sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequese, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 4 de maio

Hoje, dia 4 de maio, seguimos a 11.^a Catequese do Papa, sobre a oração. Avançamos algumas catequese sobre a oração em algumas figuras do Antigo Testamento (Abraão, Jacob, Moisés, David e Elias) e fixamo-nos, hoje, como ontem, na oração dos Salmos.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. O Saltério apresenta a oração como a realidade fundamental da vida. A referência ao absoluto e ao transcendente - a que os mestres da ascese denominam “temor sagrado de Deus” - é o que nos torna plenamente humanos, é o limite que nos salva de nós mesmos, impedindo que nos aventuremos nesta vida de modo predatório e voraz. A oração é a salvação do ser humano!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Quando rezamos, tudo adquire “profundidade”. Isto é curioso na oração, talvez comecemos por uma coisa sutil, mas na oração essa coisa adquire espessura, adquire peso, como se Deus a tomasse nas Suas mãos e a transformasse. O pior serviço que pode ser prestado, a Deus e também ao homem, é rezar com tédio, de maneira habitudinária. Rezar como papagaios. Não, reza-se com o coração. A oração é o centro da vida. Se houver oração, o irmão, a irmã, até o inimigo, torna-se importante. Um antigo ditado dos primeiros monges cristãos reza: «Abençoado é o monge que, depois de Deus, considera todos os homens como Deus» (Evágrio Pôntico, Tratado sobre a Oração, n. 123). Quem adora Deus, ama os seus filhos. Quem respeita Deus, respeita os seres humanos. A oração não é um calmante para aliviar as ansiedades da vida; ou, contudo, uma prece deste tipo certamente não é cristã. Ao contrário, a oração responsabiliza cada um de nós. Vemos isto claramente no “Pai-Nosso”, que Jesus ensinou aos seus discípulos.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. O mundo está sempre presente na oração do Saltério. Os Salmos, por exemplo, dão voz à promessa divina de salvação dos mais frágeis: «Por causa da aflição dos humildes e dos gemidos dos pobres, levantar-me-ei - diz o Senhor - para lhes dar a salvação que desejam» (12 [11], 6). Ou alertam para o perigo das riquezas mundanas, porque «o homem que vive na opulência e não reflete é semelhante ao gado que se abate» (48, 21). Ou, ainda, abrem o horizonte ao olhar de Deus sobre a história: «O Senhor desfaz os planos das nações pagãs, reduz a nada os projetos dos povos. Só os desígnios do Senhor permanecem eternamente, os pensamentos do seu coração por todas as gerações» (33, 10-11).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. A Sagrada Escritura é categórica: «Mas amamos, porque Deus nos amou primeiro - Ele está sempre à nossa frente. Ele espera sempre por nós porque nos ama primeiro, ele olha para nós primeiro, ele compreende-nos primeiro. Ele espera sempre por nós - Se alguém disser: “Amo a Deus”, mas odeia o seu irmão, é mentiroso. Porque aquele que não ama o seu irmão, a quem vê, é incapaz de amar a Deus, a quem não vê. Se rezas muitos terços por dia mas depois falas mal de outros, e depois sentes rancor interior, ódio contra o próximo, isto é puro artifício, não é verdadeiro. De Deus recebemos este mandamento: aquele que amar a Deus, ame também ao seu irmão» (1 Jo 4, 19-21).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. A Escritura admite o caso de uma pessoa que, mesmo procurando sinceramente a Deus, nunca consegue encontrá-lo; mas afirma também que nunca se pode negar as lágrimas dos pobres, sob pena de não encontrar a Deus. Deus não suporta o “ateísmo” daqueles que negam a imagem divina impressa em cada ser humano. Aquele ateísmo cotidiano: acredito em Deus, mas com os outros mantenho a minha distância e permito-me odiar os outros. Isto é ateísmo prático. Deixar de reconhecer a pessoa humana como imagem de Deus é um sacrilégio, uma abominação, é a pior ofensa que se pode levar ao templo e ao altar. Estimados irmãos e irmãs, que a oração dos Salmos nos ajude a não cair na tentação da “impiedade”, ou seja, de viver, e talvez até de rezar como se Deus não existisse, como se os pobres não existissem.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Escutemos, uma vez mais, este elogio de Santo Ambrósio sobre o livro dos Salmos:

É medicina geral da salvação humana.

Quem os lê, encontra sempre um remédio especial para curar as suas feridas.

Que há de mais agradável que um salmo?

O salmo é:

a bênção do povo,

o louvor de Deus,

o hino dos fiéis,

o aplauso da assembleia,

a palavra da multidão,

a voz da Igreja,

a exultante confissão da fé,

a expressão da autêntica piedade,

a alegria da liberdade,

o clamor do júbilo

e a exultação da alegria.

Ao nascer do dia exulta o salmo;

Ao cair da noite ressoa o salmo.

No salmo disputam entre si a doutrina e a graça;

Canta-se com gosto e aprende-se com proveito.

Que é o salmo

senão aquele órgão das virtudes

com que o venerável Profeta,

ao ritmo inspirado pelo Espírito Santo,

fez ressoar na terra

a beleza da harmonia celeste?

S. AMBRÓSIO,

Sobre os Salmos I,7.9.10.11

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,

a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,

e a chama de caridade

derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo

despertem em nós a bem-aventurada esperança

para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme

em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho

que fermentem a humanidade e o cosmos,

na espera confiante

dos novos céus e da nova terra,

quando, vencidas as potências do Mal,

se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

5 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada uma destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 5 de maio

Hoje, dia 5 de maio, seguimos a 12.^a Catequese do Papa, sobre a oração. Olhamos hoje para Jesus, como Homem de oração.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. E Jesus rezava. O início da sua missão pública tem lugar com o batismo no rio Jordão. Os Evangelistas concordam em atribuir uma importância fundamental a este episódio. Narram o modo como todo o povo se reuniu em oração, e especificam que esta reunião teve um claro carácter penitencial (cf. Mc 1, 5; Mt 3, 8). O povo procurava João para se fazer batizado para o perdão dos pecados: há um carácter penitencial, de conversão.

O primeiro ato público de Jesus é a participação numa oração comum do povo, uma prece do povo que se faz batizar, uma oração penitencial, na qual todos se reconhecem pecadores. Por isso, o Batista gostaria de se lhe opor, dizendo: «Eu é que devo ser batizado por ti. E Tu vens a mim?» (Mt 3, 14). O Batista compreende quem é Jesus. Mas Jesus insiste: o seu é um ato que obedece à vontade do Pai (v. 15), um ato de solidariedade para com a nossa condição humana. Ele reza com os pecadores do povo de Deus. Ponhamos isto na nossa cabeça: Jesus é o Justo, não é um pecador. Mas Ele queria vir até nós, pecadores, e Ele reza connosco, e quando rezamos Ele está connosco a rezar; Ele está connosco porque está no céu a rezar por nós. Jesus reza sempre com o seu povo, reza sempre connosco: sempre. Nunca rezamos sozinhos, rezamos sempre com Jesus. Ele não permanece na margem oposta do rio - “Eu sou justo, vós pecadores” para marcar a sua diversidade e distância do povo desobediente, mas mergulha os seus pés nas mesmas águas de purificação. Faz-se como um pecador. E esta é a grandeza de Deus que enviou o Seu Filho que se aniquilou a si mesmo e se manifestou como um pecador.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Ao inaugurar a sua missão, Jesus coloca-se à frente de um povo de penitentes, como se estivesse encarregado de abrir uma brecha pela qual todos nós, depois d'Ele, devemos ter a coragem de passar. Mas a via, o caminho, é difícil; mas Ele vai abrindo o caminho. O Catecismo da Igreja Católica explica que esta é a novidade da plenitude dos tempos. Diz: «A oração filial, que o Pai esperava dos seus filhos, vai finalmente ser vivida pelo próprio Filho Único na sua humanidade, com e para os homens» (n. 2599). Jesus reza connosco.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Jesus abre a porta do céu, e daquela brecha desce o Espírito Santo. E do alto uma voz proclama a maravilhosa verdade: «Tu és o meu Filho muito amado; em ti pus todo o meu enlevo» (v. 22). Esta simples frase contém um tesouro imenso: faz-nos intuir algo do mistério de Jesus e do seu coração, sempre voltado para o Pai. No turbilhão da vida e do mundo que chegará a condená-lo, até nas experiências mais duras e tristes que deverá suportar, inclusive quando experimenta que não tem onde reclinar a cabeça (cf. Mt 8, 20), até quando o ódio e a perseguição se desencadeiam à sua volta, Jesus nunca está sem o amparo de uma morada: habita eternamente no Pai. Eis a grandeza única da oração de Jesus: o Espírito Santo apodera-se da sua pessoa e a voz do Pai atesta que Ele é o amado, o Filho em quem se reflete plenamente. Esta prece de Jesus, que nas margens do rio Jordão é totalmente pessoal - e assim será ao longo da sua vida terrena - no Pentecostes tornar-se-á, pela graça, a oração de todos os batizados em Cristo. Ele próprio obteve este dom para nós e convida-nos a rezar como Ele rezou.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Por esta razão, se numa noite de oração nos sentirmos fracos e vazios, se nos parecer que a vida tem sido completamente inútil, nesse momento devemos implorar que a prece de Jesus se torne também a nossa. “Hoje não posso rezar, não sei o que fazer: não me apetece, sou indigno, indigna”. Neste momento, devemos confiar n'Ele para que reze por nós. Neste momento, Ele está diante do Pai a rezar por nós, é o intercessor; mostra ao Pai as feridas por nós. Tenhamos confiança nisto! Se tivermos confiança, então ouviremos uma voz do céu, mais alta do que a voz que se eleva da nossa ignomínia, e ouviremos esta voz sussurrar palavras de ternura: “Tu és o amado de Deus, tu és filho, tu és a alegria do Pai que está nos céus”.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Precisamente para nós, para cada um de nós, ressoa a palavra do Pai: mesmo que fôssemos rejeitados por todos, pecadores da pior espécie. Jesus não desceu às águas do Jordão para si mesmo, mas por todos nós. Foi todo o povo de Deus que se aproximou do Jordão para rezar, para pedir perdão, para fazer o batismo de penitência. E como diz aquele teólogo, aproximaram-se do Jordão “com a alma e os pés nus”. Isso é humildade. Rezar requer humildade. Abriu os céus, como Moisés abriu as águas do mar Vermelho, para que todos nós pudéssemos passar atrás dele. Jesus ofereceu-nos a sua própria oração, que é o seu diálogo de amor com o Pai. Concedeu-no-la como uma semente da Trindade, que quer criar raízes no nosso coração. Acolhamo-la! Acolhamos este dom, o dom da oração. Sempre com Ele. E não nos enganaremos.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo

despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

Dia 5

Dia da Mãe

Cântico inicial

Saudação inicial

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 afetuosamente: 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.^a 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, n.º 250

P. O Senhor Deus onnipotente, 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, n.º 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 destas vossas servas, que humildemente Vos suplicam, pela saúde dos filhos que vão nascer, e concedei-lhes um parto feliz, para que, entrando seus filhos na comunidade dos fiéis, se dediquem plenamente ao vosso serviço e alcancem a vida eterna. Por Cristo Nosso Senhor.

R. Ámen.

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

6 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 6 de maio

Hoje, dia 6 de maio, seguimos a 13.^a Catequese do Papa, sobre a oração. Olhamos hoje para Jesus, como Mestre de oração.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Durante a sua vida pública, Jesus recorre constantemente ao poder da oração. Os Evangelhos mostram-no quando se retira em lugares isolados para rezar. Trata-se de observações sóbrias e discretas, que deixam apenas imaginar aqueles diálogos orantes. Contudo, elas testemunham claramente que mesmo em momentos de maior dedicação aos pobres e aos doentes, Jesus nunca negligenciava o seu diálogo íntimo com

o Pai. Quanto mais estava imerso nas necessidades do povo, tanto mais sentia a necessidade de descansar na Comunhão trinitária, de voltar para o Pai e para o Espírito.

A oração de Jesus é uma realidade misteriosa, da qual só intuímos algo, mas que permite ler toda a sua missão na justa perspectiva. Naquelas horas solitárias – na madrugada ou durante a noite - Jesus mergulha na sua intimidade com o Pai, ou seja, no Amor do qual toda a alma tem sede. É isto que sobressai dos primeiros dias do seu ministério público.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Num sábado, por exemplo, a cidade de Cafarnaum transformou-se num “hospital de campanha”: ao pôr do sol, levam todos os doentes a Jesus e Ele cura-os. Mas antes do amanhecer, Jesus desaparece: retira-se para um lugar solitário e reza. Simão e os outros procuram-no e quando o encontram dizem-lhe: «Todos te procuram!». O que responde Jesus?: «Vamos às aldeias vizinhas, para que Eu pregue também lá, pois foi para isso que vim» (cf. *Mc* 1, 35-38). Com frequência Jesus vai além, além na oração com o Pai e além noutras aldeias, noutros horizontes para ir anunciar a outros povos.

A oração é o *leme que guia a rota* de Jesus. Não é o sucesso, não é o consentimento, não é aquela frase sedutora “todos te procuram”, que ditam as etapas da sua missão. É o modo menos confortável que traça o caminho de Jesus, mas que obedece à inspiração do Pai, que Jesus ouve e acolhe na sua prece solitária.

O *Catecismo* afirma: «Quando ora, Jesus já nos ensina a orar» (n. 2607). Portanto, a partir do exemplo de Jesus, podemos obter algumas *caraterísticas da oração cristã*.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Antes de mais, possui um primado: é o *primeiro desejo do dia*, algo que se pratica ao amanhecer, antes que o mundo desperte. Ela restitui uma alma àquilo que de outra forma ficaria sem respiro. Um dia vivido sem oração corre o risco de se transformar numa experiência aborrecida ou tediosa: tudo o que nos acontece poderia transformar-se para nós num destino mal suportado e cego. Jesus, ao contrário, educa na obediência à realidade e, portanto, à escuta. A oração é, antes de mais nada, escuta e encontro com Deus. Por conseguinte, os problemas da vida quotidiana não se tornam obstáculos, mas apelos do próprio Deus a ouvir e encontrar quantos estão à nossa frente. Assim, as provações da vida transformam-se em ocasiões para crescer na fé e na caridade. O caminho diário, incluindo as dificuldades, adquire a perspectiva de uma “vocação”. A oração tem o poder de transformar em bem o que de outra forma seria uma condenação na vida; a oração tem o poder de abrir um grande horizonte para a mente e de alargar o coração.

4. Em segundo lugar, a oração é uma arte a praticar *com insistência*. O próprio Jesus diz-nos: batei, batei, batei à porta. Todos somos capazes de orações episódicas, que nascem da emoção de um momento; mas Jesus educa-nos para outro tipo de oração: aquela que conhece uma disciplina, um exercício e é assumida no âmbito de uma regra de vida. A oração perseverante produz uma transformação progressiva, fortalece em tempos de tribulação, concede a graça de ser amparados por Aquele que nos ama e nos protege sempre.

Outra característica da oração de Jesus é *a solidão*. Quem reza não foge do mundo, mas prefere lugares desertos. Ali, no silêncio, podem surgir muitas vozes que escondemos no íntimo: os desejos mais afastados, as verdades que nos obstinamos a sufocar e assim por diante. E, acima de tudo, Deus fala no silêncio. Cada pessoa precisa de um espaço para si, onde cultivar a sua vida interior, onde as ações têm sentido. Sem vida interior tornamo-nos superficiais, agitados, ansiosos - a ansiedade faz-nos muito mal! Por isso devemos rezar; sem vida interior fugimos da realidade e também fugimos de nós mesmos, somos homens e mulheres sempre em fuga.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Por fim, a oração de Jesus é o lugar onde percebemos que *tudo vem de Deus e para Ele volta*. Por vezes, nós seres humanos acreditamos que somos senhores de tudo ou, caso contrário, perdemos toda a autoestima, vamos de um lado para o outro. A oração ajuda-nos a encontrar a correta dimensão na relação com Deus, nosso Pai, e com toda a criação. Por fim, a oração de Jesus consiste em entregar-se nas mãos do Pai, como Jesus no jardim das oliveiras, naquela angústia: “Pai se for possível... mas seja feita a tua vontade”. O abandono nas mãos do Pai. É bom quando estamos agitados, um pouco preocupados e o Espírito Santo nos transforma a partir de dentro e nos leva a este abandono nas mãos do Pai: “Pai, seja feita a tua vontade”. Amados irmãos e irmãs, redescubramos no Evangelho Jesus Cristo como mestre de oração, e coloquemo-nos na sua escola. Garanto-vos que encontraremos a alegria e a paz!

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

7 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequeses sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 7 de maio

Hoje, dia 7 de maio, seguimos a 14.^a Catequese do Papa, sobre a oração perseverante.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Jesus deu exemplo de uma oração contínua, praticada *com perseverança*. O diálogo constante com o Pai, no silêncio e no recolhimento, é o ponto fulcral de toda a sua missão. Os Evangelhos apresentam-nos também as suas exortações aos discípulos, para que rezem com insistência, sem se cansar. O *Catecismo* recorda as três parábolas contidas no Evangelho de Lucas que sublinham esta característica da oração de Jesus (cf. CIC, 2613). A oração deve ser antes de mais *tenaz*: como o personagem da parábola que, devendo um hóspede que chegou de repente, no meio da noite, vai bater à porta de um amigo e pede-lhe pão. O amigo responde “não!”;

porque já está na cama, mas ele insiste, e insiste a ponto de o obrigar a levantar-se e a dar-lhe pão (cf. Lc 11, 5-8). Um pedido tenaz. Mas Deus é mais paciente do que nós, e quem bate à porta do seu coração com fé e perseverança não fica desiludido. Deus responde sempre. Sempre. O nosso Pai sabe bem do que precisamos; a insistência não serve para o informar ou convencer, mas para alimentar o desejo e a expectativa em nós.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. A segunda parábola é a da viúva que se dirige ao juiz para que a ajude a obter justiça. Este juiz é corrupto, é um homem sem escrúpulos, mas no final, exasperado pela insistência da viúva, decide contentá-la (cf. Lc 18, 1-8). E pensa: “Mas, é melhor que lhe resolva o problema e me livre dela, sem que venha continuamente lamentar-se diante de mim”. Esta parábola faz-nos compreender que a fé não é o impulso de um momento, mas uma disposição corajosa para invocar Deus, até para “discutir” com Ele, sem se resignar ao mal e à injustiça.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. A terceira parábola apresenta um fariseu e um publicano que vão ao Templo para rezar. O primeiro dirige-se a Deus gabando-se dos próprios méritos; o outro sente-se indigno até de entrar no santuário. Contudo, Deus não ouve a oração do primeiro, isto é, dos soberbos, mas atende a dos humildes (cf. Lc 18, 9-14). Não há verdadeira oração sem espírito de humildade. É precisamente a humildade que nos leva a pedir na oração.

O ensinamento do Evangelho é claro: é preciso rezar sempre, até quando tudo parece vão, quando Deus nos parece surdo e mudo, e que perdemos tempo. Mesmo que o céu se ofusque, o cristão não deixa de rezar. A sua oração anda de mãos dadas com a fé. E a fé, em muitos dias da nossa vida, pode parecer uma ilusão, uma labuta estéril. Há momentos escuros na nossa vida e nesses momentos a fé parece uma ilusão. Mas praticar a oração também significa aceitar esta dificuldade. “Pai, vou rezar e não ouço nada... Sinto-me assim, com um coração seco, com um coração árido”. Mas devemos continuar, com a dificuldade dos maus momentos, dos momentos nos quais não sentimos nada. Muitos santos e santas viveram a noite da fé e o silêncio de Deus - quando batemos à porta e Deus não responde - e estes santos foram perseverantes.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Nestas noites de fé, quem reza nunca está sozinho. Na verdade, Jesus não é apenas testemunha e mestre de oração, é muito mais. Ele acolhe-nos *na sua oração*, para podermos rezar n'Ele e através d'Ele. E isto é obra do Espírito Santo. É por este motivo que o Evangelho nos convida a rezar ao Pai em nome de Jesus. São João

relata estas palavras do Senhor: «E tudo o que pedirdes ao Pai em meu nome, vo-lo darei, para que o Pai seja glorificado no Filho» (14, 13). E o *Catecismo* explica que «a certeza de sermos atendidos nas nossas petições baseia-se na oração de Jesus» (n. 2614). Ela dá as asas que a oração do homem sempre desejou possuir.

5. Como deixar de recordar aqui as palavras do Salmo 90-91, carregadas de confiança, que brotam de um coração que espera tudo de Deus: «Ele cobrir-te-á com as suas plumas, sob as suas asas encontrarás refúgio. A sua fidelidade ser-te-á um escudo de proteção. Tu não temerás os terrores noturnos, nem a flecha que voa à luz do dia, nem a peste que se propaga nas trevas, nem o mal que grassa ao meio-dia» (vv. 4-6). É em Cristo que esta maravilhosa oração se cumpre, é n'Ele que encontra a sua verdade plena. Sem Jesus, as nossas orações correriam o risco de se reduzir a esforços humanos, na maioria das vezes destinados ao fracasso. Mas Ele tomou sobre si cada grito, cada gemido, cada júbilo, cada súplica... cada prece humana. E não esqueçamos o Espírito Santo que ora em nós; é Ele que nos leva a orar, leva-nos a Jesus. É o dom que o Pai e o Filho nos deram para prosseguirmos ao encontro com Deus. E o Espírito Santo, quando oramos, é o Espírito Santo que reza nos nossos corações.

Cristo é tudo para nós, inclusive na nossa vida de oração. Santo Agostinho dizia-o com uma expressão iluminante, que também encontramos no *Catecismo*: Jesus, «sendo o nosso Sacerdote, ora por nós; sendo a nossa Cabeça, ora em nós; e sendo o nosso Deus, a Ele oramos. Reconheçamos, pois, n'Ele a nossa voz, e a voz d'Ele em nós» (n. 2616). E é por isso que o cristão que reza nada teme, confia-se ao Espírito Santo, que nos foi dado como dom e que reza em nós, suscitando a oração. Que seja o próprio Espírito Santo, Mestre de oração, a ensinar-nos o caminho da oração.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade

derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

8 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 7 de maio

Hoje, dia 8 de maio, seguimos a 17.^a Catequese do Papa, sobre a oração: a bênção.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Nas narrações da criação (cf. *Gn* 1-2) Deus abençoa continuamente a vida, sempre. Abençoa os animais (1, 22), abençoa o homem e a mulher (1, 28), e no final abençoa o sábado, dia de descanso e de fruição de toda a criação (2, 3). É Deus quem abençoa. Nas primeiras páginas da Bíblia, é uma repetição contínua de bênçãos. Deus abençoa, mas também os homens abençoam, e depressa descobre-se que a bênção possui uma força especial, que acompanha o destinatário ao longo da vida e dispõe o coração humano a deixar-se mudar por DEUS (Conc. Ecum. Vat. II, Const. *Sacrosanctum concilium*, 61).

Pouco tempo depois, aquela beleza que Deus imprimiu na sua obra será alterada e o ser humano tornar-se-á uma criatura degenerada, capaz de difundir o mal e a morte no mundo; mas jamais nada poderá apagar a primeira marca de Deus, uma marca de bondade que Deus colocou no mundo, na natureza humana, em todos nós: a capacidade de abençoar e o facto de sermos abençoados. Deus não errou com a criação, nem com a criação do homem. *A esperança do mundo reside completamente na bênção de Deus: Ele continua a amar-nos, Ele primeiro, como diz o poeta Péguy, (Le porche du mystère de la deuxième vertu, 1ª ed. 1911. Ed. Port., Os portais do mistério da segunda virtude, Edições Paulinas, Portugal [2014])* continua a esperar o nosso bem.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. A grande bênção de Deus é Jesus Cristo, é o grande dom de Deus, o seu Filho. É uma bênção para toda a humanidade, é uma bênção que nos salvou a todos. Ele é a Palavra eterna com a qual o Pai nos abençoou, «quando éramos ainda pecadores» (Rm 5, 8) diz São Paulo: Palavra que se fez carne e foi oferecida por nós na cruz.

São Paulo proclama com comoção o desígnio de amor de Deus e diz assim: «Bendito seja Deus, Pai de nosso Senhor Jesus Cristo, que do alto do céu nos abençoou com toda a bênção espiritual em Cristo e nos escolheu nele antes da criação do mundo, para sermos santos e irrepreensíveis, diante dos seus olhos. No seu amor predestinou-nos para sermos adotados como filhos seus por Jesus Cristo, segundo o beneplácito da sua livre vontade, para fazer resplandecer a sua maravilhosa graça, que nos foi concedida por Ele no Amado» (Ef 1, 3-6). Não há pecado que possa cancelar completamente a imagem de Cristo presente em cada um de nós. Nenhum pecado pode cancelar aquela imagem que Deus nos concedeu. Deus é como um bom pai e como uma boa mãe, também Ele é uma boa mãe: nunca deixam de amar o seu filho, por mais que ele possa errar, sempre. Faz-me lembrar as muitas vezes que vi pessoas na fila para entrar na prisão. Tantas mães que esperam na fila para entrar e ver o seu filho na prisão: não deixam de amar o seu filho e sabem que as pessoas que passam no autocarro pensam “Ah, esta é a mãe do prisioneiro”. Contudo, não sentem vergonha, ou melhor, sentem vergonha, mas ficam ali, pois o filho é mais importante do que a vergonha. Portanto, somos mais importantes para Deus do que todos os pecados que podemos cometer, porque Ele é pai, Ele é mãe, Ele é puro amor, Ele abençoou-nos para sempre. E Ele nunca deixará de nos abençoar.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Uma forte experiência é ler estes textos bíblicos de bênção numa prisão, ou numa comunidade de recuperação. Fazer com que as pessoas que permanecem abençoadas apesar dos seus graves erros, sintam

que o Pai celeste continua a amá-las e espera que elas finalmente se abram ao bem. Se até os seus parentes mais próximos os abandonaram porque agora são considerados irrecuperáveis, para Deus continuam a ser sempre filhos. Deus não pode cancelar em nós a imagem de filho, cada um de nós é filho, é filha.

Pensemos no que Jesus fez com Zaqueu (cf. *Lc 19, 1-10*), por exemplo. Todos viam nele o mal; ao contrário, Jesus vê nele um vislumbre de bem, e dali, da sua curiosidade em ver Jesus, faz passar a misericórdia que salva. Assim, mudou primeiro o coração e depois a vida de Zaqueu. Nas pessoas menosprezadas e rejeitadas, Jesus via a bênção indelével do Pai. Zaqueu é um pecador público, ele praticou muitas ações más, mas Jesus via aquele sinal indelével da bênção do Pai e por isso teve compaixão. Aquela frase que se repete tanto no Evangelho, “teve compaixão”, e aquela compaixão leva Jesus a ajudá-lo e a mudar o seu coração. Mais ainda, chegou a identificar-se com cada pessoa em necessidade (cf. *Mt 25, 31-46*). No trecho do “protocolo” final sobre o qual seremos todos julgados, Mateus 25, Jesus diz: “*Tive fome, estava nu, estava na prisão, estava no hospital, estava ali...*”.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. A Deus que abençoa, nós também respondemos *abençoando*: Deus ensinou-nos a abençoar e nós devemos abençoar - é a oração de *louvor*, de *adoração*, de *ação de graças*. O [Catecismo](#) escreve: «A oração de bênção é a resposta do homem aos dons de Deus: uma vez que Deus abençoa, o coração do homem pode responder, bendizendo Aquele que é a fonte de toda a bênção» (n. [2626](#)). A oração é alegria e gratidão. Deus não esperou que nos convertêssemos para começar a amar-nos, mas fê-lo muito antes, quando ainda estávamos no pecado.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Não podemos só abençoar este Deus que nos abençoa, devemos abençoar tudo n'Ele, todo o povo, abençoar Deus e abençoar os irmãos, abençoar o mundo: esta é a raiz da mansidão cristã, a capacidade de se sentir abençoado e a capacidade de abençoar. Se todos fizéssemos isto, certamente não haveria guerras. Este mundo precisa de bênção e nós podemos dar a bênção e receber a bênção. O Pai ama-nos. E tudo o que nos resta é a alegria de o abençoar e a alegria de lhe agradecer, e de aprender com Ele a não amaldiçoar, mas a abençoar. E aqui apenas uma palavra para as pessoas que estão habituadas a amaldiçoar, as pessoas que têm sempre na boca, até no coração, uma palavra negativa, uma maldição. Cada um de nós pode pensar: tenho o hábito de amaldiçoar desta maneira? E peçamos ao Senhor a graça de mudar este hábito porque temos um coração abençoado e de um coração abençoado a maldição não pode sair. Que o Senhor nos ensine a nunca amaldiçoar, mas a abençoar.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

9 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequese sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequese, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 9 de maio

Hoje, dia 9 de maio, seguimos a 18.^a Catequese do Papa, sobre a oração de súplica.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. A oração cristã é totalmente humana - rezamos como pessoas humanas, como somos - inclui louvor e súplica. Com efeito, quando Jesus ensinou os seus discípulos a rezar, fê-lo com o “Pai-Nosso” para que nos colocássemos com Deus numa relação de confiança filial e lhe fizéssemos todos os *nostros pedidos*. Imploramos a Deus os dons mais elevados: a santificação do seu nome entre os homens, a vinda do seu senhorio, a realização da sua vontade de bem em relação ao mundo. O *Catecismo* recorda: «Há uma hierarquia nas petições: primeiro, o Reino; depois, tudo quanto é necessário para o acolher e para cooperar com a sua vinda» (n. 2632). Mas no “Pai-Nosso” rezamos também pelos dons mais simples, pelas dádivas mais comuns,

tais como o “pão nosso de cada dia” - que também significa saúde, casa, trabalho, coisas do dia a dia; e que significa inclusive a Eucaristia, necessária para a vida em Cristo - tal como rezamos pelo perdão dos pecados - que é uma coisa diária; precisamos sempre de perdão e portanto de paz nas nossas relações; e por fim, que nos ajude nas tentações e nos liberte do mal.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Pedir, suplicar. Isto é muito humano! Ouçamos novamente o *Catecismo*: «É pela oração de petição que traduzimos a consciência da nossa relação com Deus: enquanto criaturas, não somos a nossa origem, nem donos das adversidades, nem somos o nosso fim último; mas também, sendo pecadores, sabemos, como cristãos, que nos afastamos do nosso Pai. A petição é já um regresso a Ele» (n. 2629).

Se alguém se sente mal por ter feito coisas ruins - é um pecador - quando recita o Pai-Nosso, já está a aproximar-se do Senhor. Por vezes podemos acreditar que não precisamos de nada, que nos bastamos nós próprios e que vivemos em completa autossuficiência. Às vezes isto acontece! Mas mais cedo ou mais tarde esta ilusão desaparece. O ser humano é uma invocação, que por vezes se torna um grito, muitas vezes reprimido. A alma assemelha-se a uma terra árida e sedenta, como diz o Salmo (cf. 63, 2). Todos vivemos, num ou noutro momento da nossa existência, o tempo da melancolia ou da solidão. A Bíblia não hesita em mostrar a condição humana marcada pela doença, injustiça, traição de amigos, ou ameaça de inimigos. Por vezes parece que tudo se desmorona, que a vida vivida até agora tem sido em vão. E nestas situações aparentemente sem esperança, só há uma saída: o grito, a oração: «Senhor, ajuda-me!». Isto abre o caminho, abre o caminho.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Nós, seres humanos, partilhamos este apelo de ajuda com toda a criação. Não somos os únicos que “oramos” neste imenso universo: cada fragmento da criação traz consigo o desejo de Deus. E São Paulo expressou-o deste modo. Diz assim: «Sabemos que toda a criação geme e sofre as dores de parto até ao presente. Não só ela, mas também nós, que temos as primícias do Espírito, gememos em nós mesmos» (Rm 8, 22-23). Em nós ressoa o gemido multiforme das criaturas: das árvores, das rochas, dos animais... Tertuliano escreveu: «Todas as criaturas rezam, os animais e as feras rezam e dobram os joelhos; quando saem dos estábulos ou das tocas, levantam a cabeça para o céu e não permanecem com a boca fechada, os seus gritos ressoam de acordo com os seus hábitos. E também as aves, assim que levantam voo, sobem rumo ao céu e abrem as asas como se fossem mãos em forma de cruz, chilreando algo que se parece com a oração» (*De oratione*, XXIX). Esta é uma expressão poética para comentar o que diz São Paulo, “que toda a criação geme,

reza”. Mas somos os únicos a rezar conscientemente, a saber que nos voltamos para o Pai, e entramos em diálogo com o Pai.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Não nos devemos scandalizar quando sentimos necessidade de rezar, não nos envergonhemos. E especialmente quando estamos em necessidade, peçamos. Jesus falando de um homem desonesto, que deve prestar contas ao seu senhor, diz o seguinte: “De mendigar, tenho vergonha”. E muitos têm este sentimento: temos vergonha de pedir; temos vergonha de pedir ajuda, de pedir a alguém que nos ajude a alcançar um objetivo, e também temos vergonha de pedir a Deus. Não devemos sentir vergonha de rezar e dizer: “Senhor, preciso disto”, “Senhor, enfrento esta dificuldade”, “Ajuda-me!”. É o grito do coração a Deus que é Pai. E devemos aprender a fazer isto também em tempos felizes; dar graças a Deus por tudo o que nos é concedido, e não considerar nada garantido ou devido: tudo é graça. O Senhor dá-nos sempre, sempre, e tudo é graça, tudo. A graça de Deus. No entanto, não sufoquemos a súplica que surge espontaneamente em nós. Até se pode não acreditar em Deus, mas é difícil não acreditar na oração: ela simplesmente existe; apresenta-se-nos como um grito; e todos temos de lidar com esta voz interior que pode permanecer em silêncio durante muito tempo, mas um dia acorda e grita.

5. A Bíblia repete-o inúmeras vezes: Deus ouve o grito de quem o invoca. Até os nossos pedidos hesitantes, que permanecem no fundo do coração, que também temos vergonha de expressar, o Pai ouve-os e quer conceder-nos o Espírito Santo, que anima cada oração e transforma tudo. É uma questão de paciência, sempre, suportar a espera. Agora estamos no tempo do Advento, um tempo típico de espera do Natal. Estamos à espera. Vê-se bem isto. Mas também toda a nossa vida está à espera. E a oração está sempre à espera, porque sabemos que o Senhor vai responder. Até a morte treme quando um cristão reza, pois sabe que cada pessoa que reza tem um aliado mais forte do que ela: o Senhor Ressuscitado. A morte já foi derrotada em Cristo, e chegará o dia em que tudo será definitivo, e ela não desafiará mais a nossa vida nem a nossa felicidade. E muitas vezes não percebemos que o Senhor está próximo, que Ele bate à nossa porta e deixamo-lo passar. “Tenho medo de Deus quando passa; tenho medo que Ele passe e eu não repare”, dizia Santo Agostinho. E o Senhor passa, o Senhor vem, o Senhor bate à porta. Mas se os vossos ouvidos estiverem cheios de outros ruídos, não ouvirão o chamamento do Senhor. Irmãos e irmãs, permanecer à espera: nisto consiste a oração!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração de Súplica pelo Jubileu: Senhor, fonte de toda sabedoria, guia-nos durante este Ano dedicado à Oração no caminho que nos levará a atravessar a Porta Santa. Dá-nos um coração aberto e uma mente iluminada para compreender e viver plenamente os dons da misericórdia e do perdão.

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

10 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequeses sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 10 de maio

Hoje, dia 10 de maio, seguimos a 19.^a Catequese do Papa, sobre a oração de intercessão.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Quem reza nunca deixa o mundo para trás. Se a oração não recolhe as alegrias e tristezas, as esperanças e angústias da humanidade, torna-se uma atividade “decorativa”, uma atitude superficial, teatral, uma atitude intimista. Todos precisamos de interioridade: de nos retirarmos para um espaço e um tempo dedicados ao nosso relacionamento com Deus. Mas isto não significa fugir à realidade. Na oração, Deus “toma-nos, abençoa-nos, e depois reparte-nos e oferece-nos”, pela fome de todos. Cada cristão é chamado a tornar-se, nas mãos de Deus, pão repartido e partilhado. Isto é, uma oração concreta, que não seja uma fuga.

Assim, homens e mulheres de oração procuram a solidão e o silêncio, não para não serem incomodados, mas para ouvir melhor a voz de Deus. Por vezes retiram-se do mundo, na intimidade do seu quarto, como Jesus recomendava (cf. Mt 6, 6), mas onde quer que estejam, mantêm sempre a porta do seu coração aberta: uma porta aberta para aqueles que rezam sem saber que estão a rezar; para aqueles que não rezam minimamente mas trazem dentro de si um grito abafado, uma invocação oculta; para aqueles que cometeram um erro e perderam o rumo... A oração é o nosso coração e a nossa voz, e faz-se coração e voz de muitas pessoas que não sabem rezar ou não rezam, ou não querem rezar ou estão impossibilitadas de o fazer: somos o coração e a voz destas pessoas, que se elevam até Jesus, ao Pai, somos intercessores. Assim o orante reza pelo mundo inteiro, carregando sobre os ombros as suas dores e os seus pecados. Reza por todos e por cada pessoa: é como se ele fosse a “antena” de Deus neste mundo. Em cada pobre que bate à porta, em cada pessoa que perdeu o sentido das coisas, aquele que reza vê o rosto de Cristo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. O *Catecismo* escreve: «Interceder, pedir a favor de outrem, é próprio, [...] dum coração conforme com a misericórdia de Deus» (n. 2635). Quando rezamos estamos em sintonia com a misericórdia de Deus: misericórdia em relação aos nossos pecados - que é misericordioso connosco - mas também misericórdia para com quantos pediram para rezar por eles, pelos quais queremos rezar em sintonia com o coração de Deus. Esta é a verdadeira oração. Em sintonia com a misericórdia de Deus, aquele coração misericordioso. «No tempo da Igreja, a intercessão cristã participa na de Cristo: é a expressão da comunhão dos santos» (*ibid.*). O que significa participar na intercessão de Cristo, quando intercedo por alguém ou rezo por alguém? Porque Cristo diante do Pai é intercessor, reza por nós, e ora mostrando ao Pai as chagas das suas mãos; porque Jesus fisicamente, com o seu corpo está perante o Pai. Jesus é o nosso intercessor, e rezar é fazer um pouco como Jesus: interceder em Jesus junto do Pai, pelos outros. E isto é muito bom.

Aquele que não ama o irmão não reza seriamente. Pode-se dizer: em espírito de ódio não se pode rezar; em espírito de indiferença não se pode rezar. A oração só se dá em espírito de amor. Quem não ama finge que reza, ou pensa que reza, mas não reza, pois falta precisamente o espírito que é o amor. É por isso que existe uma experiência do humano em cada oração, porque as pessoas, por muitos erros que possam cometer, nunca devem ser rejeitadas nem descartadas.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Quando um crente, movido pelo Espírito Santo, reza pelos pecadores, não faz seleções, não emite juízos de condenação: reza por todos. E também reza por si. Nesse momento, ele sabe que nem sequer é muito diferente das pessoas por quem reza: sente-se pecador, entre os pecadores, e reza por todos. A lição da parábola do fariseu e do publicano é sempre viva e atual (cf. *Lc 18, 9-14*): não somos melhores do que qualquer outra pessoa, somos todos irmãos numa afinidade de fragilidade, de sofrimento e de pecado. Portanto, uma oração que podemos dirigir a Deus é esta: Senhor, nenhum vivente é justo na vossa presença (cf. *Sl 143, 2*) – assim diz o salmo: Senhor, nenhum vivente é justo na vossa presença, nenhum de nós: somos todos pecadores - somos todos devedores que têm contas a ajustar; não há ninguém que seja impecável aos teus olhos. Senhor tem piedade de nós. E com este espírito a oração é fecunda, pois vamos com humildade diante de Deus rezar por todos. Ao contrário, o fariseu rezava de maneira soberba: “Dou-te graças, Senhor, porque não sou como os pecadores; sou justo, faço sempre...”. Esta não é oração: é olhar-se no espelho, para a própria realidade, olhar-se no espelho maquilhado pela soberba.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. O mundo avança graças a esta cadeia de orantes que intercedem, e que na sua maioria são desconhecidos... mas não a Deus! Há muitos cristãos desconhecidos que, em tempos de perseguição, puderam repetir as palavras de nosso Senhor: «Pai, perdoa-lhes, pois não sabem o que fazem» (*Lc 23, 34*).

O bom pastor permanece fiel mesmo perante a constatação do pecado do próprio povo: o bom pastor continua a ser pai mesmo quando os filhos se afastam e o abandonam. Persevera no serviço de pastor até perante aqueles que o levam a sujar as mãos; não fecha o coração a quem talvez o tenha feito sofrer.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. A Igreja, em todos os seus membros, tem a missão de praticar a oração de intercessão, intercede pelos outros. Em particular, é dever de todos aqueles que desempenham um papel de responsabilidade: pais, educadores, ministros ordenados, superiores de comunidades... Tal como Abraão e Moisés, devem por vezes “defender” perante Deus as pessoas que lhes foram confiadas. Na realidade, trata-se de olhar para elas com os olhos e o coração de Deus, com a sua mesma invencível compaixão e ternura. Rezar com ternura pelos outros. Somos todos folhas da mesma árvore: cada desprendimento lembra-nos a grande piedade que devemos nutrir, na oração, uns pelos outros. Rezemos uns pelos outros: far-nos-á bem e fará bem a todos.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração de Intercessão pelo jubileu: Ó Pai, na Tua misericórdia, escuta as súplicas dos Teus filhos. No caminho que nos conduz ao Jubileu de 2025, renova a nossa fé e aumenta em nós a esperança e a caridade, ajudando-nos a ser testemunhas do Teu amor no mundo.

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

11 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 11 de maio

Hoje, dia 11 de maio, seguimos a 20.^a Catequese do Papa, sobre a oração de ação de graças.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Meditemos sobre a oração de ação de graças. Inspiro-me num episódio narrado pelo evangelista Lucas. Enquanto Jesus está a caminho, dez leprosos vão ao seu encontro e imploram: «Jesus, Mestre, tem piedade de nós!» (17, 13). Sabemos que para os doentes de lepra, o sofrimento físico era acompanhado de marginalização social e de marginalização religiosa. Eram marginalizados. Jesus não evita um encontro com eles. Muitas vezes vai além dos limites impostos pelas leis e toca o doente – que não se podia fazer - abraça-o, cura-o. Neste caso, não há contacto. À distância, Jesus convida-os a apresentar-se aos sacerdotes (v. 14),

que, segundo a lei, estavam encarregados de certificar a cura. Jesus não diz mais nada. Ouviu o seu pedido, ouviu o seu grito de piedade, e envia-os imediatamente aos sacerdotes.

Aqueles dez confiam n'Ele, não permanecem lá até ao momento de serem curados, não: confiam e partem imediatamente, e enquanto caminham, os dez são curados. Então, os sacerdotes poderiam ter verificado a sua cura e readmiti-los na vida normal. Mas aqui está o ponto mais importante: daquele grupo, apenas um, antes de ir ter com os sacerdotes, volta para agradecer a Jesus e louvar a Deus pela graça recebida. Só um, os outros nove continuam o caminho. E Jesus observa que aquele homem era samaritano, uma espécie de “herege” para os judeus daquela época. Jesus comenta: «Não houve quem voltasse para dar glória a Deus, senão este estrangeiro?» (17, 18).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. A oração de ação de graças começa sempre a partir do reconhecer-se precedidos pela graça. Fomos pensados antes que aprendêssemos a pensar; fomos amados antes que aprendêssemos a amar; fomos desejados antes que brotasse um desejo no nosso coração. Se olharmos para a vida desta forma, então o “agradecimento” torna-se o motivo-guia dos nossos dias. Muitas vezes esquecemos até de dizer “obrigado”. Para nós, cristãos, a ação de graças deu o nome ao Sacramento mais essencial que existe: a *Eucaristia*. Com efeito, a palavra grega significa exatamente isto: *agradecimento*. Como todos os crentes, os cristãos bendizem a Deus pelo dom da vida. Viver é, sobretudo, ter recebido a vida. Todos nós nascemos porque alguém desejou a vida para nós. E esta é apenas a primeira de uma longa série de dívidas que contraímos vivendo. Dívidas de gratidão. Muitas vezes são educadores, catequistas, pessoas que desempenharam o seu papel além da medida exigida pelo dever. E eles fizeram surgir em nós a gratidão. A amizade é também um dom pelo qual devemos estar sempre gratos.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Este “obrigado”, que devemos pronunciar continuamente, este obrigado que o cristão partilha com todos, dilata-se *no encontro com Jesus*. As histórias de Natal são povoadas de orantes, cujos corações foram alargados pela vinda do Salvador. E também nós fomos chamados a participar neste imenso júbilo. Isto também é sugerido pelo episódio dos dez leprosos que foram curados. Naturalmente, todos eles ficaram felizes por ter recuperado a saúde, podendo assim sair daquela interminável quarentena forçada que os excluía da comunidade. Mas entre eles havia um que acrescentou alegria à alegria: além da cura, regozijou-se por ter encontrado Jesus. Não só está livre do mal, mas agora também tem a certeza de ser amado. Este é o núcleo: quando agradeces, expressas a certeza de seres amado. Este é um passo grande: ter a certeza de ser

amado. É a descoberta do amor como a força que governa o mundo. Dante disse: o Amor «que move o sol e as outras estrelas» (*Paraíso*, XXXIII, 145). Já não somos viajantes que vagueiam por aqui e por ali, não: temos uma casa, habitamos em Cristo, e desta “morada” contemplamos o resto do mundo, e parece-nos infinitamente mais bonito. Somos filhos do amor, somos irmãos do amor. Somos homens e mulheres de graça.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Procuremos estar sempre na alegria do encontro com Jesus. Cultivemos a alegria. O diabo, ao contrário, depois de nos ter enganado – com qualquer tentação - deixa-nos sempre tristes e sozinhos. Se estivermos em Cristo, nenhum pecado nem ameaça nos pode impedir de continuar o nosso percurso com alegria, com os nossos numerosos companheiros de caminho.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Acima de tudo, não deixemos de agradecer: se formos portadores de gratidão, o mundo também se tornará melhor, talvez só um pouco, mas é suficiente para lhe transmitir um pouco de esperança. O mundo precisa de esperança e com a gratidão, com esta atitude de dizer obrigado, transmitimos um pouco de esperança. Tudo está unido, tudo está interligado, e cada um pode desempenhar a sua parte onde quer que esteja. O caminho para a felicidade é aquele que São Paulo descreveu no final de uma das suas cartas: «Orai sem cessar. Dai graças em todas as circunstâncias, pois a respeito de vós esta é a vontade de Deus, em Jesus Cristo. Não extingais o Espírito!» (1 Ts 5, 17-19). Não extingais o Espírito, bom programa de vida! Não extinguir o Espírito que temos dentro leva-nos à gratidão.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração de Ação de Graças pelo Jubileu: Agradecemos-Te, ó Deus, por todo o bem e pelos dons que recebemos. Neste tempo de pre-paração para o Jubileu, ensina-nos a reconhecer a Tua mão em todos os momentos da nossa vida, acolhendo cada dia como um dom do Teu amor e da Tua misericórdia.

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

12 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 12 de maio

Hoje, dia 12 de maio, seguimos a 15.^a Catequese do Papa, sobre a Virgem Maria, Mulher orante.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Nossa Senhora rezava. Quando o mundo ainda não a conhece, quando é uma simples donzela, noiva de um homem da casa de David, Maria reza. Podemos imaginar a jovem de Nazaré, recolhida em silêncio, em diálogo contínuo com Deus, que em breve lhe teria confiado a sua missão. Ela já é cheia de graça e imaculada, desde a concepção, mas ainda nada sabe sobre a sua vocação surpreendente e extraordinária, e sobre o mar tempestuoso que terá de sulcar. Uma coisa é certa: Maria pertence ao grande exército dos humildes de

coração, que os historiadores oficiais não incluem nos seus livros, mas com quem Deus preparou a vinda do seu Filho.

Maria encontra-se em oração, quando o arcanjo Gabriel lhe vai levar o anúncio a Nazaré. O seu “Eis-me!”, pequeno e imenso, que naquele momento faz saltar de alegria toda a criação, na história da salvação tinha sido precedido por muitos outros “eis-me!”, por muitas obediências confiantes, por tantas disponibilidades à vontade de Deus. Não há melhor maneira de rezar do que colocar-se, como Maria, em atitude de abertura, de coração aberto a Deus: “Senhor, o que Tu quiseres, quando Tu quiseres e como Tu quiseres!”. Ou seja, o coração aberto à vontade de Deus. E Deus responde sempre. Quantos fiéis vivem assim a sua oração! Quem é mais humilde de coração, reza assim: digamos com humildade essencial; com humildade simples: “Senhor, o que Tu quiseres, quando Tu quiseres e como Tu quiseres!”. Reza assim, sem se zangar porque os dias estão cheios de problemas, mas indo ao encontro da realidade e consciente de que é no amor humilde, no amor oferecido em cada situação, que nos tornamos instrumentos da graça de Deus. Senhor, o que Tu quiseres, quando Tu quiseres e como Tu quiseres! Uma oração simples, mas que consiste em pôr a nossa vida nas mãos do Senhor: que Ele nos guie! Todos nós podemos orar desta forma, quase sem palavras.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. A oração sabe acalmar a inquietação: mas nós estamos inquietos, queremos sempre as coisas antes de as pedirmos, e queremos-las imediatamente. Esta inquietação fere-nos, e a oração sabe acalmar a inquietação, sabe transformá-la em disponibilidade. Quando estou inquieto, rezo e a oração abre o meu coração, tornando-me disponível à vontade de Deus. Nos poucos instantes da Anunciação, a Virgem Maria soube rejeitar o medo, embora tenha previsto que o seu “sim” lhe teria causado provações muito duras. Se na oração compreendermos que cada dia concedido por Deus é uma chamada, então dilataremos o coração e acolheremos tudo. Aprende-se a dizer: “O que quiseres, Senhor. Promete-me apenas que estarás presente em cada passo do meu caminho”. Isto é importante: pedir ao Senhor a sua presença em cada passo do nosso caminho: que não nos deixe sozinhos, que não nos deixe cair em tentação, que não nos abandone nos momentos difíceis. Conclui-se assim o Pai-Nosso é assim: a graça que o próprio Jesus nos ensinou a pedir ao Senhor.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Com a oração, Maria acompanha toda a vida de Jesus, até à morte e ressurreição; e no final continua, e acompanha os primeiros passos da Igreja nascente (cf. At 1, 14). Maria reza com os discípulos que atravessaram o escândalo da Cruz. Reza com Pedro, que sucumbiu ao medo e chorou de remorso. Maria está

ali, com os discípulos, no meio dos homens e das mulheres que o seu Filho chamou para formar a sua Comunidade. Maria não age como sacerdote entre eles, não! É a Mãe de Jesus que reza com eles, em comunidade, como um membro da comunidade. Reza com eles e por eles. E, mais uma vez, a sua oração precede o futuro que está prestes a cumprir-se: por obra do Espírito Santo, tornou-se Mãe de Deus, e por obra do Espírito Santo, torna-se Mãe da Igreja. Orando com a Igreja nascente, torna-se Mãe da Igreja, acompanha os discípulos nos primeiros passos da Igreja, em oração, à espera do Espírito Santo. Em silêncio, sempre em silêncio! A prece de Maria é silenciosa. O Evangelho só nos narra uma oração de Maria: em Caná, quando pede ao seu Filho, por aquelas pobres pessoas, que estão prestes a fazer má figura na festa. Mas, imaginemos: oferecer uma festa de casamento e terminá-la com leite, porque não havia vinho! Mas que vergonha! E Ela suplica e pede ao seu filho que resolva aquele problema. A presença de Maria é por si só oração, e a sua presença entre os discípulos no Cenáculo, à espera do Espírito Santo, é orante. Assim, Maria dá à luz a Igreja, é Mãe da Igreja.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

Na Virgem Maria, a natural intuição feminina é exaltada pela sua união singular com Deus na oração. Por este motivo, lendo o Evangelho, observamos que às vezes Ela parece desaparecer, para depois reaparecer nos momentos cruciais: Maria está aberta à voz de Deus que guia o seu coração, que orienta os seus passos onde a sua presença é necessária. Presença silenciosa de mãe e de discípula. Maria está presente porque é Mãe, mas está presente também porque é a primeira discípula, aquela que melhor aprendeu as coisas de Jesus. Maria nunca diz: “Vinde, resolverei os problemas”. Mas diz: “Fazei o que Ele vos disser”, indicando sempre com o dedo Jesus. Esta atitude é típica do discípulo, e ela é a primeira discípula: reza como Mãe, ora como discípula. «Maria conservava todas estas palavras, ponderando-as no seu coração» (Lc 2, 19). Assim o evangelista Lucas retrata a Mãe do Senhor no Evangelho da infância. Tudo o que acontece ao seu redor acaba por ter um reflexo no fundo do seu coração: tanto os dias cheios de alegria, como os momentos mais sombrios, quando até Ela tem dificuldade de compreender por que caminhos deve passar a Redenção. Tudo acaba no seu coração, para poder ser joeirado mediante a oração e por ela transfigurado. Quer sejam as dádivas dos Magos, quer a fuga para o Egito, até à tremenda sexta-feira da paixão: a Mãe conserva tudo, apresentando-o a Deus no seu diálogo com Ele. Alguém comparou o coração de Maria com uma pérola de esplendor inigualável, formada e limada pela aceitação paciente da vontade de Deus, através dos mistérios de Jesus meditados na oração. Que bom se também nós pudéssemos assemelhar-nos um pouco à nossa Mãe!

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

Dias 12 e 13

Proposta alternativa: A mensagem de Fátima

Cântico inicial

Saudação inicial

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 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 recorreremos 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: “Convertei-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 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.
Teceste a humanidade para Jesus,
fazei de nós artesãos de comunhão.
Caminhastes pelas nossas estradas,
guiai-nos pelas sendas da paz.
Ámen.

Cântico final

Dias 12 e 13

Proposta alternativa: O Rosário pela Paz

Cântico inicial

Saudação inicial

Introdução

P. 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. Amen.

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 carácter 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 Ave-marias

Salve Rainha

Consagração a Nossa Senhora

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.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

13 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 13 de maio

Hoje, dia 13 de maio, seguimos a 27.^a Catequese do Papa, sobre a oração em comunhão com Maria. Vale a pena escutarmos primeiro este belo texto, que nos descreve a presença de Maria, junto da Igreja nascente, em oração.

Leitura do livro dos Atos dos Apóstolos (1, 12-14)

Depois de Jesus ter subido ao Céu,
os Apóstolos voltaram para Jerusalém,
descendo o monte chamado das Oliveiras,
que fica perto de Jerusalém,

à distância de uma caminhada de sábado.

Quando chegaram à cidade, subiram para a sala de cima, onde se encontravam habitualmente.

Estavam lá Pedro e João, Tiago e André, Filipe e Tomé,

Bartolomeu e Mateus, Tiago, filho de Alfeu,

Simão, o Zeloso, e Judas, irmão de Tiago.

Todos estes perseveravam unidos em oração,

em companhia de algumas mulheres,

entre as quais Maria, Mãe de Jesus.

Palavra do Senhor.

R. Graças a Deus.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Sabemos que a via mestra da oração cristã é a humanidade de Jesus. Com efeito, a confiança típica da oração cristã não teria sentido se o Verbo não se tivesse encarnado, doando-nos no Espírito a sua relação filial com o Pai. Na leitura ouvimos falar daquela reunião dos discípulos, das mulheres piedosas e de Maria, que rezavam depois da Ascensão de Jesus: era a primeira comunidade cristã, que esperava o dom de Jesus, a promessa de Jesus. Cristo é o Mediador, a ponte que atravessamos para nos dirigirmos ao Pai (cf. *Catecismo da Igreja Católica*, 2674). É o único Redentor: não existem corredutores com Cristo. É o Mediador por excelência, é o Mediador. Cada oração que elevamos a Deus é *por Cristo, com Cristo e em Cristo*, e realiza-se graças à sua intercessão. O Espírito Santo alarga a mediação de Cristo a todos os tempos e lugares: não há outro nome no qual podemos ser salvos (cf. *At 4, 12*). Jesus Cristo: o único Mediador entre Deus e os homens. Da mediação única de Cristo adquirem significado e valor as outras referências que o cristão encontra para a sua oração e devoção, em primeiro lugar à Virgem Maria, Mãe de Jesus.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Ela ocupa um lugar privilegiado na vida e, portanto, também na oração do cristão, porque é a Mãe de Jesus. As Igrejas do Oriente representaram-na frequentemente como a *Odigitria*, aquela que “indica o caminho”, ou seja, o Filho Jesus Cristo. Vem-me à mente aquela bonita, antiga e simples pintura da *Odigitria*, na catedral de Bari: Nossa Senhora mostra Jesus nu. Depois vestiram-lhe a camisa para cobrir aquela nudez, mas na verdade Jesus é representado nu, para indicar que Ele, homem nascido de Maria, é o Mediador. E Ela indica o Mediador: Ela é a *Odigitria*. Na iconografia cristã a sua presença está em toda a parte, às vezes até com grande destaque, mas sempre em relação ao Filho e em função d'Ele. As suas mãos, o seu olhar, a sua atitude são um

“catecismo” vivo e indicam sempre o âmago, o centro: Jesus. Maria está totalmente voltada para Ele (cf. CIC, 2674). A tal ponto que podemos afirmar que é mais discípula do que Mãe. Aquela indicação, nas bodas de Caná, Maria diz: “Fazei o que Ele vos disser!”. Indica sempre Cristo; é a sua primeira discípula.

Este foi o papel que Maria desempenhou ao longo de toda a sua vida terrena e que conserva para sempre: ser a humilde serva do Senhor, nada mais. Numa certa altura, nos Evangelhos, Ela parece quase desaparecer; mas volta nos momentos cruciais, como em Caná, quando o Filho, graças à sua intervenção solícita, fez o primeiro “sinal” (cf. Jo 2, 1-12), e depois no Gólgota, ao pé da Cruz.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Jesus estendeu a maternidade de Maria a toda a Igreja quando lhe confiou o discípulo amado, pouco antes de morrer na cruz. Nossa Senhora que, como Mãe a quem Jesus nos confiou, envolve todos nós; mas como Mãe, não como deusa, não como corredentora: como Mãe. É verdade que a piedade cristã sempre lhe atribui títulos bonitos, como um filho à mãe: quantas palavras bonitas um filho dirige à sua mãe, a quem ama! Mas tenhamos cuidado: as belas palavras que a Igreja e os Santos dirigem a Maria em nada diminuem a singularidade redentora de Cristo. Ele é o único Redentor. São expressões de amor, como de um filho à mãe, às vezes exageradas. Contudo, como sabemos, o amor leva-nos sempre a fazer coisas exageradas, mas com amor.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. E assim começamos a rezar a Ela com algumas expressões que lhe são dirigidas, presentes nos Evangelhos: “cheia de graça”, “bendita sois vós entre as mulheres” (cf. CIC, 2676 ss.). Em breve, à oração da Ave-Maria seria acrescentado o título “*Theotokos*”, “**Mãe de Deus**”, sancionado pelo Concílio de Éfeso. E, analogamente ao que acontece no Pai-Nosso, depois do louvor acrescentamos a súplica: pedimos à Mãe que reze por nós, pecadores, para que interceda com a sua ternura, “agora e na hora da nossa morte”. Agora, nas situações concretas da vida, e no momento final, a fim de que nos acompanhe - como Mãe, como primeira discípula - na passagem para a vida eterna.

5. Maria está sempre presente à cabeceira dos seus filhos que deixam este mundo. Se alguém se encontra sozinho e abandonado, Ela é Mãe, está ali perto, tal como estava próxima do seu Filho quando todos o tinham abandonado.

Maria estava e está presente durante os dias da pandemia, perto das pessoas que infelizmente concluíram o seu caminho terreno numa condição de isolamento, sem o conforto da proximidade dos seus entes queridos. Maria está sempre presente, ao nosso lado, com a sua ternura maternal.

As orações a Ela dirigidas não são vãs. Mulher do “sim”, que aceitou prontamente o convite do Anjo, responde também às nossas súplicas, ouve as nossas vozes, até aquelas que permanecem fechadas no coração, que não têm a força para sair mas que Deus conhece melhor do que nós mesmos. Ouve-as como Mãe. Como e mais do que todas as mães bondosas, Maria defende-nos nos perigos, preocupa-se connosco, até quando estamos ocupados com os nossos afazeres e perdemos o sentido do caminho, colocando em perigo não só a nossa saúde, mas a nossa salvação. Maria está presente reza por nós, reza por quem não ora. Reza connosco. Porquê? Porque Ela é a nossa Mãe!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

P. À vossa proteção recorreremos, Santa Mãe de Deus;
não desprezeis as nossas súplicas em nossas necessidades;
mas livrai-nos sempre de todos os perigos, ó Virgem gloriosa e bendita.

R. Ámen.

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

14 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 14 de maio

Hoje, dia 14 de maio, seguimos a 21.^a Catequese do Papa, sobre a oração de louvor.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Inspiramo-nos numa passagem crítica da vida de Jesus. Depois dos primeiros milagres e da participação dos discípulos no anúncio do Reino de Deus, a missão do Messias sofre uma crise. João Batista duvida e faz com que lhe chegue esta mensagem – João encontra-se na prisão: «És tu aquele que há de vir, ou devemos esperar outro?» (Mt 11, 3). Ele sente a angústia de não saber se errou no anúncio. Na vida há sempre momentos escuros, momentos de noite espiritual, e João está a passar um momento como esse. Há hostilidade nas aldeias perto do lago, onde Jesus tinha realizado muitos sinais prodigiosos (cf. Mt 11, 20-24). Ora, precisamente

naquele momento de desilusão, Mateus relata um acontecimento verdadeiramente surpreendente: Jesus não eleva ao Pai uma lamentação, mas um hino de júbilo: «Bendigo-te, ó Pai, Senhor do céu e da terra, porque escondeste estas coisas aos sábios e entendidos e as revelaste aos pequeninos» (Mt 11, 25). Isto é, em plena crise, em plena escuridão na alma de tantas pessoas, como João Batista, Jesus bendiz o Pai, Jesus louva o Pai. Mas, porquê?

Antes de mais, louva-o *pelo que é*: «Pai, Senhor do céu e da terra». Jesus rejubila-se no seu espírito porque sabe e sente que o seu Pai é o Deus do universo e, vice-versa, o Senhor de tudo o que existe é o Pai, “o meu Pai”. O louvor brota desta experiência de sentir-se o “filho do Altíssimo”. Jesus *sente-se* filho do Altíssimo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. E além disso Jesus louva o Pai *porque prefere os pequeninos*. É o que Ele próprio experimenta, pregando nas aldeias: os “entendidos” e os “sábios” permanecem desconfiados e fechados, fazem cálculos; enquanto os “pequeninos” abrem-se e acolhem a mensagem. Ela só pode ser a vontade do Pai, e Jesus regozija-se com isto. Também nós devemos regozijar-nos e louvar a Deus porque as pessoas humildes e simples aceitam o Evangelho. Rejubilo-me quando vejo estas pessoas simples, esta gente humilde que vai em peregrinação, que reza, canta, louva, gente à qual talvez faltam muitas coisas, mas a humildade leva-as a louvar a Deus. No futuro do mundo e nas esperanças da Igreja há sempre os “pequeninos”: aqueles que não se consideram melhores do que os outros, que estão conscientes dos próprios limites e dos seus pecados, que não querem dominar os outros, que em Deus Pai se reconhecem todos irmãos.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Assim, naquele momento de aparente fracasso, no qual tudo é escuridão, Jesus reza, louvando o Pai. E a sua oração leva-nos, também a nós leitores do Evangelho, a julgar de um modo diferente as nossas derrotas pessoais, as situações em que não vemos claramente a presença e a ação de Deus, quando parece que o mal prevalece e não há maneira de o impedir. Jesus, que tanto recomendou a oração de súplica, precisamente no momento em que teria motivos para pedir explicações ao Pai, ao contrário passa a louvá-lo. Parece uma contradição, mas a verdade está nisto.

Para quem é útil o louvor? Para nós ou para Deus? Um texto da liturgia eucarística convida-nos a rezar a Deus do seguinte modo: «Não necessitais do nosso louvor, mas através de um dom do vosso amor chamais-nos a dar-vos graças; os nossos hinos de bênção não aumentam a vossa grandeza, mas obtêm para nós a graça que nos salva» (Missal Romano, Prefácio comum IV). Ao louvar somos salvos.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. A prece de louvor é útil para nós. O [Catecismo](#) define-a assim: «Participa da bem-aventurança dos corações puros que o amam na fé, antes de o verem na glória» (n. 2639). Paradoxalmente, deve ser praticada não só quando a vida nos enche de felicidade, mas sobretudo nos momentos difíceis, nos momentos escuros quando o caminho é íngreme. Este é também o tempo do louvor, como Jesus que no momento escuro louva o Pai. Pois aprendemos que através daquela subida, daquele caminho difícil, daquela vereda cansativa, daquelas passagens desafiadoras, se consegue ver um novo panorama, um horizonte mais aberto. Louvar é como respirar oxigénio puro: purifica-te a alma, faz com que olhes para longe, não te aprisiona no momento difícil e escuro das dificuldades.

5. Há um grande ensinamento naquela oração que desde há oito séculos nunca deixou de palpitar, a que São Francisco compôs no final da sua vida: o “Cântico do irmão sol” ou “das criaturas”. O Pobrezinho não o compôs num momento de alegria, de bem-estar, mas, pelo contrário, no meio das dificuldades. Francisco estava quase cego e sentia na sua alma o peso de uma solidão que nunca tinha sentido antes: o mundo não mudou desde o início da sua pregação, ainda há aqueles que se deixam dilacerar por disputas e, além disso, ele ouviu aproximar-se os passos da morte. Poderia ser o momento da desilusão, daquela extrema desilusão e a percepção do próprio fracasso. Mas naquele instante de tristeza, naquele momento de escuridão, Francisco reza. De que modo reza? «Louvado sejas, ó meu Senhor...». Reza louvando. Francisco louva a Deus por tudo, por todos os dons da criação e até pela morte, que com coragem chama “irmã”, “irmã morte”. Estes exemplos dos Santos, dos cristãos, também de Jesus, de louvar a Deus nos momentos difíceis, abrem-nos as portas de um caminho muito grande rumo ao Senhor e purificam-nos sempre. O louvor purifica sempre.

Os Santos e as Santas demonstram-nos que podemos louvar sempre, nos momentos bons e maus, pois Deus é o Amigo fiel. Este é o fundamento do louvor: Deus é o Amigo fiel, e o seu amor nunca falha. Ele está sempre ao nosso lado, espera-nos sempre. Alguém dizia: “É a sentinela que está próxima de ti e faz com que vás em frente com segurança”. Nos momentos difíceis e escuros, encontremos a coragem de dizer: “Bendito és tu, ó Senhor”. Louvar o Senhor. Isto far-nos-á bem.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração de Louvor pelo jubileu: Nós te louvamos, Senhor, pela Tua infinita bondade. No Jubileu que nos espera, abre os nossos olhos à beleza da Tua criação, para que os nossos corações possam exultar na admiração pela grandeza das Tuas obras.

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.
Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

15 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 15 de maio

Hoje, dia 15 de maio, é Dia Internacional da Família. Por esta razão, não seguiremos de perto nenhuma das 38 catequese do Papa sobre a Oração – como temos feito até agora – mas recordaremos algumas indicações do Dicastério para a Evangelização, para o Ano da Oração e a respeito da Oração em família. Iremos resumir e distribuir este belo tema, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Inúmeras vezes o magistério reitera a importância da oração na família e recorda como os primeiros ensinamentos recebidos em criança são os ensinamentos decisivos que permanecem firmes na vida quotidiana, mesmo quando se cresce. A família, dentro da qual a criança aprende a dar seus primeiros passos e a dizer as primeiras palavras, como “mãe” ou “pai”, “obrigado” e “por favor”, é também o lugar onde se ensina a rezar e a dizer “obrigado” ao Senhor. À medida que a criança cresce, aprende a aprofundar a sua oração seguindo o exemplo de seus pais, aprendendo a confiar-se ao Senhor mesmo nos momentos mais difíceis, certo do seu apoio.

Na Exortação Apostólica *Amoris Laetitia*, o Papa Francisco reitera que «os momentos de oração em família e as expressões da piedade popular podem ter mais força evangelizadora do que todas as catequeses e todos os discursos» (AL, n.º 288), concluindo que «só a partir desta experiência é que a pastoral familiar poderá conseguir que as famílias sejam simultaneamente igrejas domésticas e fermento evangelizador na sociedade» (AL, n.º 290).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai, por nós.

2. São João Paulo II, na Exortação Apostólica sobre a Família Cristã (*Familiaris Consortio – FC*), reconheceu a importância da oração compartilhada na família, pois «na família, de facto, a pessoa humana não só é gerada e progressivamente introduzida, mediante a educação, na comunidade humana, mas mediante a regeneração do batismo e a educação na fé, é introduzida também na família de Deus, que é a Igreja» (FC, n. 15). Apresentatmos nos mistérios seguintes um percurso de oração que cada família pode adaptar de acordo com a sua própria sensibilidade.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai, por nós.

Eis alguns exemplos de oração familiar: à mesa antes e depois das refeições

3. Um dos principais lugares de partilha em família é certamente a mesa, durante as refeições. Este pode ser um primeiro momento para rezar juntos em família, agradecendo ao Senhor pelo que foi recebido e rezando pelos mais necessitados. Desta forma, as crianças podem aprender que o pão de cada dia, que pedimos com a oração do Pai Nosso, não é apenas um conceito abstrato, mas um pedido muito concreto que fazemos como filhos ao Pai Celeste. A refeição que comemos juntos é uma graça recebida do Senhor através da providência, que nos acompanha em todos os momentos da nossa vida. Antes das refeições podemos rezar assim: **“Pai Santo, nós te agradecemos por este alimento; torna-nos capazes de fazer da tua vontade o nosso alimento quotidiano. Pedimos-te pelos pobres que não têm nada: dá-lhes o necessário para viverem segundo a tua vontade. Amém.”** Depois das refeições podemos rezar assim: **“Nós te damos graças, Senhor, por todos os teus benefícios: faz que os usemos sempre para o bem. Por Cristo, nosso Senhor. Amém.”**

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai, por nós.

4. Continuemos com alguns exemplos de oração familiar: oração no início e no fim do dia

Outra ocasião favorável para a oração em família é o momento em que as crianças vão dormir. Rezar ao Senhor pelo dia que passou, pelos parentes doentes ou mesmo até agradecer-Lhe apenas pela tarde passada brincando com os amigos, ajuda a criança a reconhecer as graças recebidas do Senhor naquele dia. Seria bom poder concluir estas orações com o gesto de paz entre os irmãos, para não ir dormir ainda zangado com alguém pelo que aconteceu durante o dia, seguindo assim a sugestão que o Papa Francisco ama repetir: nunca terminar o dia sem fazer as pazes! Um dos mais belos exemplos deste tipo de oração são as chamadas “Orações do Bom Cristão”, ou seja, aquelas orações que se tornaram parte da tradição cristã dos últimos séculos e que muitos de nós pudemos receber como dádiva dos avós ou de outros familiares.

Em família, podemos rezar esta Oração da manhã: “Eu vos adoro, meu Deus, e vos amo de todo meu coração. Dou-Vos graças por me terdes criado, feito cristão e conserva- do nesta noite. Ofereço-Vos as ações deste dia; fezei que se- jam todas segundo a vossa santa Vontade, para maior glória vossa. Preservai-me do pecado e de todo o mal. A Vossa Graça seja sempre comigo e com todos os que me são queridos. Amém”. Ao fim do dia, podemos rezar esta oração da noite: “Eu vos adoro, meu Deus, e Vos amo com todo meu coração. Dou-Vos graças por terdes me criado, feito cristão e conserva- do neste dia. Perdoai-me as faltas que hoje cometi e, se al- gum bem fiz, aceitai-o. Guardai-me durante o repouso e livrai-me dos perigos. A vossa graça esteja sempre comigo e com todos os que me são queridos. Amém”

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai, por nós.

5. Por fim, demos ainda alguns exemplos mais simples de oração familiar: Juntamente com a oração da manhã e da noite, a estas e outras orações – como o Pai Nosso, a Ave Maria, o Glória, o Anjo da Guarda, o Ato de contrição, ou a recitação de uma ou mais dezenas do Rosário – pode-se convidar os mais pequenos a entrar em relação com o Senhor através de uma oração espontânea, uma oração que vem do coração. Deste modo, os mais pequenos aprendem a dialogar com Jesus, a tornarem-se verdadeiros amigos do Senhor, confiando-Lhe as suas necessidades, desejos e preocupações.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração à Sagrada Família

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 carácter sagrado e inviolável da família,
da sua beleza no projeto de Deus.

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

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

DIA 15 DE MAIO

PROPOSTA ALTERNATIVA: DIA INTERNACIONAL DA FAMÍLIA

Cântico inicial

Saudação inicial

Hoje, dia 15 de maio, é Dia Internacional da Família. Por esta razão, iremos centrar a nossa meditação dos mistérios nesta temática.

1. NO PRIMEIRO MISTÉRIO MEDITEMOS SOBRE A BELEZA DO MATRIMÓNIO CRISTÃO!

Leitura Bíblica: Da Carta de São Paulo aos Efésios (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!

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

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai, por nós.

2. NO SEGUNDO 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.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai, por nós.

3. NO 3º 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 na última audiência da passada 4ª feira, 14.05.2015). 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»:

Entrar na vida do outro, até quando faz parte da nossa vida, exige a delicadeza de uma atitude não invasiva, que renova a confiança e o respeito». A confiança «não autoriza a dar tudo, por adquirido». E o amor, «quanto mais é íntimo e profundo, tanto mais exige o respeito da liberdade e a capacidade de esperar que o outro abra a porta do seu coração».

“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. Eis alguns exemplos, a que podemos acrescentar outros:

- *Posso fazer isso?*
- *Agrada-te que façamos isso?*
- *Tomamos esta iniciativa ou aquela?*
- *Queres sair esta noite?”...*
- *Não te importas de me ajudares nesta tarefa?*

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

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai, por nós.

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. Eis alguns pedidos de desculpa, a que podemos acrescentar tantos outros...

- *Desculpa-me se eu levantei a voz...*
- *Desculpa-me se passei sem te cumprimentar...*
- *Desculpa-me pelo atraso...*
- *Desculpa-me por às vezes ficar calado (a)...*
- *Desculpa-me se eu falei muito e não te ouvi...*
- *Desculpa-me se eu esqueci algo importante para ti...*

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.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai, por nós.

5. NO 5º MISTÉRIO, MEDITAMOS 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»? (I 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 da 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.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Sagrada Família de Nazaré! R. Rogai, por nós.

3 AVE-MARIAS

SALVE-RAINHA

ORAÇÃO PELA FAMÍLIA

Jesus, Maria e José,

em vós, contemplamos o esplendor do verdadeiro amor,

a Vós, com confiança, nos dirigimos.

Sagrada Família de Nazaré,

tornai também as nossas famílias

lugares de comunhão e cenáculos de oração,
escolas autênticas do Evangelho
e pequenas Igrejas domésticas.

Sagrada Família de Nazaré,

que nunca mais se faça, nas famílias,
experiência de violência, egoísmo e divisão:
quem ficou ferido ou escandalizado
depressa conheça consolação e cura.

Sagrada Família de Nazaré,

o próximo Sínodo dos Bispos
possa despertar, em todos, a consciência
do caráter sagrado e inviolável da família,
a sua beleza no projeto de Deus.

Jesus, Maria e José,

escutai, atendei a nossa súplica. Amém.

CONSAGRAÇÃO A NOSSA SENHORA

BÊNÇÃO E DESPEDIDA

CÂNTICO FINAL

Nota:

Meditações do 1.º e 2.º mistério, da Audiência do Papa, no dia 6 de Maio de 2015

Meditações do 3.º, 4.º e 5.º mistério, da Audiência do Papa, no dia 13 de Maio de 2015

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

16 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 16 de maio

Hoje, dia 16 de maio, seguimos a 22.^a Catequese do Papa, sobre a oração das Sagradas Escrituras.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. As palavras da Sagrada Escritura não foram escritas para permanecer presas nos papiros, nos pergaminhos ou no papel, mas para serem recebidas por uma pessoa que reza, fazendo-as brotar no próprio coração. A palavra de Deus vai ao coração. O *Catecismo* afirma: «A leitura da Sagrada Escritura deve ser acompanhada de oração – a Bíblia não pode ser lida como um romance - para que seja possível o diálogo entre Deus e o homem» (n. 2653). Assim a oração te conduz, pois é um diálogo com Deus. Aquele versículo da Bíblia foi escrito também para mim, há muitos séculos, para me trazer uma palavra de Deus. Foi escrito para cada um de nós.

Esta experiência acontece a todos os crentes: uma passagem da Escritura, ouvida muitas vezes, de repente um dia fala-me e ilumina uma situação que estou a viver. Mas é necessário que eu esteja presente nesse dia, no encontro com essa Palavra, que esteja ali, ouvindo a Palavra. Todos os dias Deus passa e lança uma semente no terreno da nossa vida. Não sabemos se hoje encontrará terra árida, silvas, ou terra fértil que faça crescer essa semente (cf. Mc 4, 3-9). Depende de nós, da nossa oração, do coração aberto com que nos aproximamos das Escrituras para que elas possam tornar-se para nós a Palavra viva de Deus. Deus passa, continuamente, através da Escritura. E repito o que disse na semana passada, citando Santo Agostinho: “Tenho medo do Senhor quando passa”. Por que ter medo? Que eu não o ouça, que não me aperceba que é o Senhor.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Através da oração realiza-se uma nova encarnação do Verbo. E nós somos os “tabernáculos” onde as palavras de Deus querem ser recebidas e guardadas, para poder visitar o mundo. Por esta razão, devemos aproximar-nos da Bíblia sem segundas intenções, sem a instrumentalizar. O crente não procura nas Sagradas Escrituras o apoio para a própria visão filosófica ou moral, mas porque espera um encontro; sabe que essas palavras foram escritas no Espírito Santo, e que por isso nesse mesmo Espírito devem ser acolhidas, devem ser compreendidas, para que o encontro se realize.

Incomoda-me quando ouço cristãos a recitar versículos da Bíblia como papagaios. “Oh, sim, o Senhor diz..., Ele assim o quer...”. Mas, com aquele versículo, encontraste-te com o Senhor? Não é apenas um problema de memória: é um problema de memória do coração, aquela que te abre para o encontro com o Senhor. E aquela palavra, aquele versículo, leva-te ao encontro com o Senhor.

Portanto, lemos as Escrituras para que elas “nos leiam”. E é uma graça ser capaz de se reconhecer nesta ou naquela personagem, nesta ou naquela situação. A Bíblia não é escrita para uma humanidade genérica, mas para nós, para mim, para ti, para homens e mulheres em carne e osso, homens e mulheres que têm nome e sobrenome, como eu, como tu. E a Palavra de Deus, impregnada do Espírito Santo, quando é recebida com um coração aberto, não deixa as situações como antes, nunca, muda alguma coisa. E esta é a graça e a força da Palavra de Deus.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. A tradição cristã é rica de experiências e reflexões sobre a oração com a Sagrada Escritura. Em particular, afirmou-se o método da “lectio divina”, nascido num ambiente monástico, mas agora praticado também por

cristãos que frequentam as paróquias. Trata-se antes de mais de ler a passagem bíblica com atenção, mais ainda, eu diria com “obediência” ao texto, a fim de compreender o que ele significa em si mesmo. Em seguida entra-se em diálogo com a Escritura, para que aquelas palavras se tornem um motivo de meditação e oração: permanecendo sempre fiel ao texto, começo a perguntar-me o que ele “diz a mim”. Este é um passo delicado: não devemos resvalar para interpretações subjetivas, mas inserir-nos no sulco vivo da Tradição, que une cada um de nós à Sagrada Escritura. E o último passo da *lectio divina* é a contemplação. Aqui as palavras e os pensamentos dão lugar ao amor, como entre os noivos que por vezes se olham em silêncio. O texto bíblico permanece, mas como um espelho, como um ícone a ser contemplado. E assim tem-se o diálogo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Através da oração, a Palavra de Deus vem habitar em nós e nós habitamos nela. A Palavra inspira bons propósitos e apoia a ação; dá-nos força, dá-nos serenidade, e até quando nos põe em crise, nos dá paz. Em dias “maus” e confusos, assegura ao coração um núcleo de confiança e amor que o protege dos ataques do maligno.

É assim que a Palavra de Deus se faz carne – permito-me usar esta expressão: faz-se carne - naqueles que a acolhem em oração. Em alguns textos antigos emerge a intuição de que os cristãos se identificam tão intimamente com a Palavra que, mesmo se todas as Bíblias do mundo fossem queimadas, um “molde” dela ainda poderia ser salvo através da marca que deixou na vida dos santos. Esta é uma bonita expressão.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. A vida cristã é obra de obediência e ao mesmo tempo de criatividade. Um bom cristão deve ser obediente, mas deve ser criativo. Obediente porque ouve a Palavra de Deus; criativo, porque tem dentro o Espírito Santo que o impele a praticá-la, a anunciá-la. Jesus diz isto no final de um dos seus discursos proferidos em parábolas, com esta comparação: «Todo o escriba instruído acerca do reino dos céus é semelhante a um pai de família que tira coisas novas e velhas do seu tesouro» – o coração (Mt 13, 52). As Sagradas Escrituras são um tesouro inesgotável. Que o Senhor nos conceda, a todos nós, haurir delas cada vez mais através da oração.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

17 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 17 de maio

Hoje, dia 17 de maio, seguimos a 24.^a Catequese do Papa, sobre a oração na vida quotidiana.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Hoje evidenciaremos como da Liturgia ela regressa sempre à vida quotidiana: nas ruas, nos escritórios, nos meios de transporte... E nela o diálogo com Deus continua: quem reza é como o apaixonado, que traz sempre no coração a pessoa amada, onde quer que esteja.

Com efeito, tudo é assumido neste diálogo com Deus: cada alegria torna-se um motivo de louvor, cada provação é ocasião para um pedido de ajuda. A oração é sempre viva na existência, como o fogo das brasas,

até quando os lábios não falam, mas o coração fala. Cada pensamento, embora aparentemente “profano”, pode ser permeado de oração. Até na inteligência humana há um aspeto orante; com efeito, ela é uma janela aberta para o mistério: ilumina os poucos passos que se nos apresentam e depois abre-se para toda a realidade, esta realidade que a precede e a supera. Este mistério não tem um rosto perturbador nem angustiante, não: o conhecimento de Cristo faz-nos confiar que onde o nosso olhar e os olhos da nossa mente não podem ver, não há o nada, mas há alguém que nos espera, há uma graça infinita. E assim a oração cristã infunde no coração humano uma esperança invencível: qualquer que seja a experiência que toque o nosso caminho, o amor de Deus pode transformá-la em bem.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. A este propósito, o [Catecismo](#) diz: «Aprendemos a orar em certos momentos, escutando a Palavra do Senhor e participando no seu mistério pascal. Mas a cada momento, nos acontecimentos de cada dia, o seu Espírito é-nos oferecido para fazer brotar a oração [...] O tempo está nas mãos do Pai; é no presente que nós o encontramos; não ontem nem amanhã, mas hoje» (n. 2659). Hoje encontro Deus, existe sempre o hoje do encontro.

Não há outro dia maravilhoso, a não ser o hoje que vivemos. As pessoas que vivem sempre a pensar no futuro: “Mas, o futuro será melhor...”, e não vivem o hoje como vem: são pessoas que vivem na fantasia, não sabem assumir o concreto da realidade. E o hoje é real, o hoje é concreto. E a oração tem lugar no hoje. Jesus vem ao nosso encontro hoje, neste hoje que vivemos. E é a oração que transforma este hoje em graça, ou melhor, que nos transforma: apazigua a raiva, sustenta o amor, multiplica a alegria, infunde a força de perdoar. Às vezes parece-nos que já não somos nós que vivemos, mas que a graça vive e age em nós através da oração. E quando nos vem um pensamento de raiva, de descontentamento, que nos leva à amargura. Paremos e digamos ao Senhor: “Onde estás? E para onde vou?”. E o Senhor está ali, o Senhor dar-nos-á a palavra certa, o conselho para ir em frente sem aquele sumo amargo do negativo. Porque a oração, usando uma palavra profana, é sempre positiva. Sempre! Leva-te em frente. Cada dia que começa, se for acolhido na oração, é acompanhado de coragem, para que os problemas a enfrentar já não sejam obstáculos à nossa felicidade, mas apelos de Deus, ocasiões para o nosso encontro com Ele. E quando alguém é acompanhado pelo Senhor, sente-se mais corajoso, mais livre e inclusive mais feliz.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Rezemos sempre por tudo e por todos, até pelos inimigos. Jesus aconselhou-nos: “Rezai pelos inimigos”. Oremos pelos nossos entes queridos, mas também por aqueles que não conhecemos; oremos até pelos

nossos inimigos, como eu disse, como a Escritura muitas vezes nos convida a fazer. A oração dispõe a um amor superabundante. Rezemos especialmente pelos infelizes, por quantos choram na solidão e perdem a esperança de que ainda haja um amor que pulse por eles. A oração realiza milagres; e então os pobres intuem, pela graça de Deus, que até na sua situação precária, a oração do cristão tornou presente a compaixão de Jesus: pois Ele olhou com grande ternura para as multidões cansadas e perdidas como ovelhas sem pastor (cf. Mc 6, 34). O Senhor – não nos esqueçamos – é o Senhor da compaixão, da proximidade, da ternura: três palavras que jamais devem ser esquecidas. Pois é o estilo do Senhor: compaixão, proximidade, ternura.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. A oração ajuda-nos a amar os outros, apesar dos seus erros e pecados. A pessoa é sempre mais importante do que as suas ações, e Jesus não julgou o mundo, mas salvou-o. A vida daqueles que julgam sempre os outros é negativa, condenam, julgam sempre: é uma vida negativa, infeliz. Jesus veio para nos salvar: abre o teu coração, perdoa, justifica os outros, compreende, também tu permanece próximo dos outros, tem compaixão, sente ternura como Jesus. É necessário amar todos e cada um, lembrando na oração que todos somos pecadores e ao mesmo tempo amados por Deus, um por um. Amando assim este mundo, amando-o com ternura, descobriremos que cada dia e cada situação traz dentro de si um fragmento do mistério de Deus.

O *Catecismo* escreve ainda: «Orar nos acontecimentos de cada dia e de cada instante é um dos segredos do Reino, revelados aos “pequeninos”, aos servos de Cristo, aos pobres das bem-aventuranças. É justo e bom orar para que a vinda do Reino da justiça e da paz influencie a marcha da história; mas também é importante “levedar” pela oração a massa das humildes situações quotidianas. Todas as formas de oração podem ser este fermento a que o Senhor compara o Reino» (n. 2660).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. O homem – a pessoa humana, homem e mulher – é como um sopro, como a relva (cf. Sl 144, 4; 103, 15). O filósofo Pascal escrevia: «Não há necessidade que o universo inteiro pegue em armas para o esmagar; um vapor, uma gota de água é suficiente para o matar» (*Pensamentos*, 186). Somos seres frágeis, mas sabemos rezar: esta é a nossa maior dignidade, é também a nossa fortaleza. Coragem! Rezai em cada momento, em cada situação, pois o Senhor está próximo de nós. E quando uma oração está em sintonia com o coração de Jesus, obtém milagres.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

Dia 18

Proposta alternativa: Vigília da Solenidade do Pentecostes

Cântico inicial

Saudação inicial

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 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 *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 Egípto 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 palpar
com o coração de Cristo
e cumprir humilde, fiel e firmemente
a vontade do Pai.

Ámen.

São Paulo VI

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

19 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 19 de maio

Hoje, dia 19 de maio, seguimos a 29.^a Catequese do Papa, sobre a oração a Igreja mestra em oração.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. A Igreja é uma grande escola de oração. Muitos de nós aprendemos a silabar as primeiras orações enquanto estávamos no colo dos pais ou dos avós. Talvez conservemos a memória da mãe e do pai que nos ensinavam a recitar as orações antes de dormir. Estes momentos de recolhimento são frequentemente aqueles em que os pais ouvem algumas confidências íntimas dos filhos e podem dar os seus conselhos inspirados pelo Evangelho. Depois, no caminho do crescimento, há outros encontros, com outras testemunhas e mestres de oração (cf. [Catecismo da Igreja Católica](#), 2686-2687).

A vida de uma paróquia e de cada comunidade cristã é cadenciada pelos tempos da liturgia e da oração comunitária. Aquele dom, que na infância recebemos com simplicidade, compreendemos que é um património grande, um património muito rico, e que a experiência da oração merece ser aprofundada cada vez mais (cf. *ibid.*, 2688). O hábito da fé não é engomado; desenvolve-se connosco; não é rígido, cresce, até através dos momentos de crise e ressurreição; aliás, não se pode crescer sem momentos de crise, porque a crise te faz crescer: entrar em crise é um modo necessário para crescer. E o sopro da fé é a oração: crescemos na fé tanto quanto aprendemos a rezar. Depois de certas passagens da vida, compreendemos que sem fé não poderíamos ter bom êxito e que a oração foi a nossa força. Não só a oração pessoal, mas também a dos irmãos e irmãs, da comunidade que nos acompanhou e apoiou, das pessoas que nos conhecem, das pessoas às quais pedimos que rezem por nós.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Também por este motivo na Igreja florescem continuamente comunidades e grupos dedicados à oração. Alguns cristãos sentem até a chamada de fazer da oração a ação principal dos seus dias. Na Igreja existem mosteiros, conventos e eremitérios onde vivem pessoas consagradas a Deus e que muitas vezes se tornam centros de irradiação espiritual. São comunidades de oração que irradiam espiritualidade. São pequenos oásis nos quais se partilha uma oração intensa e se constrói a comunhão fraterna dia após dia. Trata-se de células vitais, não apenas para o tecido da Igreja, mas para a própria sociedade. Pensemos, por exemplo, no papel que o monaquismo desempenhou no nascimento e no crescimento da civilização europeia, e também noutras culturas. Rezar e trabalhar em comunidade faz progredir o mundo. É um motor.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Tudo na Igreja nasce na oração, e tudo cresce graças à oração. Quando o Inimigo, o Maligno, quer combater contra a Igreja, fá-lo primeiro procurando secar as suas fontes, impedindo-as de rezar. Por exemplo, vemos isto em certos grupos que concordam em levar a cabo reformas eclesiais, mudanças na vida da Igreja... Há muitas organizações, há os meios de comunicação que informam todos... Mas a oração não se vê, não se reza. “Devemos mudar isto, temos de tomar esta decisão que é um pouco forte...”. É interessante a proposta, é interessante, apenas com o debate, apenas com os meios de comunicação, mas onde está a oração? A oração é aquela que abre a porta ao Espírito Santo, o qual inspira a ir em frente. As mudanças na Igreja sem oração não são mudanças da Igreja, são mudanças de grupo. E quando o Inimigo – como já disse – quer lutar contra a Igreja, fá-lo primeiro procurando secar as suas fontes, impedindo-as de rezar, e [induzindo-as a] fazer estas outras propostas. Se a oração cessar, por algum tempo parece que tudo pode continuar como habitualmente

– por inércia – mas depois de pouco tempo a Igreja compreende que se torna como que um invólucro vazio, que perdeu o seu eixo central, que já não possui a nascente do calor e do amor.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. As mulheres e os homens santos não têm uma vida mais fácil do que os outros, pelo contrário, também eles têm os próprios problemas para enfrentar e, além disso, são frequentemente objeto de oposições. Mas a sua força é a oração, que haurem sempre do “poço” inesgotável da mãe Igreja. Com a oração alimentam a chama da sua fé, como se fazia com o óleo das lâmpadas. E assim vão em frente, caminhando na fé e na esperança. Os santos, que muitas vezes contam pouco aos olhos do mundo, na realidade são aqueles que o sustentam, não com as armas do dinheiro e do poder, dos meios de comunicação e assim por diante, mas com as armas da oração.

No Evangelho de Lucas, Jesus apresenta uma pergunta dramática que nos faz sempre refletir: «Quando vier o Filho do Homem, encontrará acaso fé sobre a terra?» (Lc 18, 8), ou será que só encontrará organizações, como um grupo de “empresários da fé”, todos bem organizados, fazendo beneficência, muitas coisas..., ou será que encontrará fé? «Quando vier o Filho do Homem, encontrará acaso fé sobre a terra?». Esta pergunta surge no final de uma parábola que mostra a necessidade de rezar com perseverança, sem se cansar (cf. vv. 1-8). Portanto, podemos concluir que a lâmpada da fé estará sempre acesa na terra, enquanto houver o óleo da oração. A lâmpada da verdadeira fé da Igreja estará sempre acesa na terra enquanto houver o óleo da oração. É o que leva em frente a fé e a nossa vida pobre, débil e pecadora, mas a oração leva-a em frente com segurança. Uma pergunta que nós cristãos devemos fazer a nós mesmos: rezo? Rezamos? Como rezo? Como papagaios ou rezo com o coração? Como rezo? Será que rezo com a certeza de que estou na Igreja e rezo com a Igreja, ou rezo um pouco de acordo com as minhas ideias e deixo que as minhas ideias se tornem oração? Isto é oração pagã, não oração cristã. Repito: podemos concluir que a lâmpada da fé estará sempre acesa na terra enquanto houver o óleo da oração.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Esta é uma tarefa essencial da Igreja: rezar e educar para rezar. Transmitir de geração em geração a lâmpada da fé com o óleo da oração. A lâmpada da fé que ilumina, que governa tudo como deve ser, mas que só pode ir em frente com o óleo da oração. Caso contrário, apaga-se. Sem a luz desta lâmpada, não poderíamos ver o caminho para evangelizar, aliás, não poderíamos ver o caminho para crer realmente; não poderíamos ver os rostos dos irmãos dos quais nos devemos aproximar e servir; não poderíamos iluminar a sala onde nos

encontramos em comunidade... Sem fé, tudo desmorona; e sem a oração, a fé extingue-se. Fé e oração, juntas. Não há outro caminho. Por isso a Igreja, que é casa e escola de comunhão, é casa e escola de fé e de oração.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

Solenidade do Pentecostes

Proposta alternativa 1

Cântico inicial

Saudação inicial

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)

Solenidade do Pentecostes

Proposta alternativa 2

Cântico inicial

Saudação inicial

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 *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 | 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

Vinde, ó santo Espírito,
vinde, Amor ardente,
acendei na terra
vossa luz fulgente.

Vinde, Pai dos pobres:
na dor e aflições,
vinde encher de gozo
nossos corações.

Benfeitor supremo
em todo o momento,
habitando em nós
sois o nosso alento.

Descanso na luta
e na paz encanto,
no calor sois brisa,
conforto no pranto.

Luz de santidade,
que no Céu ardeis,
abrasai as almas
dos vossos fiéis.

Sem a vossa força
e favor clemente,
nada há no homem
que seja inocente.

Lavai nossas manchas,
a aridez regai,
saraí os enfermos
e a todos salvai.

Abrandai durezas
para os caminhantes,
animai os tristes,
guiai os errantes.

Vossos sete dons
concedei à alma

do que em Vós confia:

Virtude na vida,
amparo na morte,
no Céu alegria.

SOLENIIDADE PENTECOSTES
PROPOSTA ALTERNATIVA 3

ORAÇÃO DO ROSÁRIO COM OS DONS DO ESPÍRITO SANTO

MEDITAÇÕES A PARTIR DAS AUDIÊNCIAS DO PAPA FRANCISCO

Cântico

Saudação inicial

P. Vamos meditar os mistérios do rosário, refletindo sobre os dos *dons do Espírito Santo*. A Igreja identifica sete, número que simbolicamente significa *plenitude, totalidade*; são aqueles que aprendemos quando nos preparamos para receber o sacramento da Confirmação. Os dons do Espírito Santo são os seguintes: *sabedoria, entendimento, conselho, fortaleza, ciência, piedade e temor de Deus*. Sobre o Messias, o Ungido do Espírito Santo, que é Cristo, repousa o Espírito Santo com os seus dons. Escutemos a profecia de Isaías:

Texto bíblico: “Sairá um ramo do tronco de Jessé e um rebento brotará das suas raízes. Sobre ele repousará o Espírito do Senhor: Espírito de sabedoria e de inteligência, Espírito de conselho e de fortaleza, Espírito de ciência, de piedade e de temor de Deus” (Is.11,1-3).

1. No primeiro mistério, meditemos no dom espiritual da Sabedoria

Meditação: O primeiro dom do Espírito Santo, de acordo com este elenco, é a *sabedoria*. Mas não se trata simplesmente da sabedoria humana, que é fruto do conhecimento e da experiência. Na Bíblia narra-se que, no momento da sua coroação como rei de Israel, Salomão tinha pedido o dom da sapiência (cf. *1 Rs 3, 9*). E a sapiência consiste precisamente nisto: é a ***graça de poder ver tudo com os olhos de Deus***. É simplesmente isto: ver o mundo, as situações, as conjunturas e os problemas, tudo, com os olhos de Deus. Nisto consiste a sabedoria. Às vezes nós vemos a realidade segundo o nosso prazer, ou em conformidade com a situação do nosso coração, com amor ou com ódio, com inveja... Não, este não é o olhar de Deus. A sabedoria é aquilo que o Espírito Santo realiza em nós, a fim de vermos todas as realidades com os olhos de Deus. Este é o dom da sabedoria.

Assim, o Espírito Santo torna o cristão «sábio». Mas isto não no sentido que ele tem uma resposta para cada coisa, que sabe tudo, mas no sentido que «*sabe*» de Deus, sabe como Deus age, distingue quando algo é de

Deus e quando não o é; tem aquela sabedoria que Deus infunde nos nossos corações. O coração do homem sábio, neste sentido, tem o *gosto* e o *sabor de Deus*. E como é importante que nas nossas comunidades haja cristãos assim! Neles tudo fala de Deus, tornando-se um sinal bonito e vivo da Sua presença e do Seu amor. É algo que não podemos improvisar, que não conseguimos alcançar sozinhos: é um dom que Deus concede àqueles que se tornam dóceis ao Espírito Santo. O Espírito Santo está dentro de nós, no nosso coração; podemos ouvi-lo, podemos escutá-lo. Se prestarmos ouvidos ao Espírito, Ele ensinar-nos-á o caminho da sabedoria, inculcar-nos-á a sabedoria, que consiste em ver com os olhos de Deus, ouvir com os ouvidos de Deus, amar com o Coração de Deus, julgar com o juízo de Deus. Esta é a sabedoria que nos confere o Espírito Santo, e todos nós podemos tê-la. Só devemos pedi-la ao Espírito Santo.

Prece: Peçamos ao Senhor que nos conceda o Espírito Santo e nos confira a dádiva da *sabedoria*, daquela *sapiência de Deus* que nos ensina a ver com os olhos de Deus, a sentir com o Coração de Deus e a falar com as palavras de Deus. E assim, com esta sabedoria, vamos em frente, construamos a família, edifiquemos a Igreja santificando-nos a todos. Hoje peçamos a graça da sabedoria. E peçamo-la a Nossa Senhora, que é a Sede da sabedoria, deste dom: que Ela nos conceda esta graça!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Sede da Sabedoria: Rogai por nós!

2. No segundo mistério meditemos no dom espiritual do Entendimento

Texto bíblico: Diz-nos São Paulo na 1ª Carta aos Coríntios: «*há coisas que os olhos não viram, nem os ouvidos ouviram, nem o coração humano imaginou; tais são os bens que Deus preparou para aqueles que O amam. Todavia, a nós Deus revelou-nos essas coisas, pelo seu Espírito*» (1 Cor 2, 9-10).

Meditação: Aqui, não se trata da inteligência humana, da capacidade intelectual de que podemos ser mais ou menos dotados. Ao contrário, é uma graça que só o Espírito Santo pode infundir e que suscita no cristão a capacidade de ir além do aspeto externo da realidade e *perscrutar as profundidades do pensamento de Deus e do seu desígnio de salvação*. Obviamente, isto não significa que o cristão pode compreender tudo e ter um conhecimento completo dos desígnios de Deus: tudo isto permanece à espera de se manifestar em toda a sua limpidez, quando nos encontrarmos na presença de Deus e formos verdadeiramente um só com Ele. No entanto, como sugere a própria palavra, a inteligência permite «*intus legere*», ou seja, «ler dentro»: esta dádiva faz-nos compreender a realidade como o próprio Deus a entende, isto é, com a inteligência de Deus. Porque podemos compreender uma situação com a inteligência humana, com prudência, e isto é um bem. Contudo, compreender uma situação em profundidade, como Deus a entende, é o efeito deste dom.

Prece: Peçamos ao Senhor que nos conceda a todos este dom, a fim de nos fazer compreender, como Ele mesmo entende, as situações que acontecem e para que compreendamos, sobretudo, a Palavra de Deus no Evangelho. Maria, que procura guardar todas as coisas, em seu coração, interceda por nós para lermos, por dentro, os sinais de Deus na nossa vida.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Mãe do Entendimento: Rogai por nós!

3. No terceiro mistério invoquemos o dom espiritual do Conselho

Texto bíblico: Reza o salmista: «*Bendito o Senhor que me aconselha; até de noite me inspira interiormente. Tenho sempre o Senhor diante dos meus olhos; Ele está à minha direita e jamais vacilarei*» (Sal.15/16, 7-8).

Meditação: Sabemos como é importante nos momentos mais delicados, poder contar com sugestões de pessoas sábias e que nos amam. Através do conselho é o próprio Deus, com o seu Espírito, que ilumina o nosso coração, fazendo com que compreendamos o modo justo de falar e de nos comportarmos, e o caminho que devemos seguir. Mas como age este dom em nós? No momento em que o recebemos e o hospedamos no nosso coração, o Espírito Santo começa imediatamente a tornar-nos sensíveis à sua voz e a orientar os nossos pensamentos, sentimentos e intenções segundo o coração de Deus. Ao mesmo tempo, leva-nos cada vez mais a dirigir o olhar interior para Jesus, como modelo do nosso modo de agir e de nos relacionar com Deus Pai e com os irmãos. Portanto, o conselho é o dom com o qual o Espírito Santo torna a nossa consciência capaz de fazer uma escolha concreta em comunhão com Deus, segundo a lógica de Jesus e do seu Evangelho. A condição essencial para conservar este dom é a oração. Pedir ao Senhor: «*Senhor, ajudai-me, aconselhai-me, o que devo fazer agora?*». Nunca esquecer a oração. Nunca! Ninguém nota quando rezamos no autocarro, pelas ruas: rezamos em silêncio com o coração.

Prece: Que o Espírito possa infundir sempre no nosso coração esta certeza e encher-nos da sua consolação e paz! Pedi sempre o dom do conselho. Pedi-lo também, através de Maria, a Mãe do bom conselho!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Mãe do bom conselho: Rogai por nós!

4. No quarto mistério invoquemos o dom espiritual da Fortaleza

Texto bíblico: Disse São Paulo aos filipenses: «*Tudo posso naquele que me fortalece*» (Fl 4, 13)

Meditação: Há alguns *momentos difíceis e situações extremas* em que o dom da fortaleza se manifesta de forma extraordinária. A Igreja resplandece com o testemunho de muitos *irmãos e irmãs que não hesitaram em oferecer a própria vida*, para permanecer fiéis ao Senhor e ao Evangelho. Todavia, não devemos pensar que o dom da fortaleza seja necessário só em determinadas ocasiões e situações particulares. Este dom deve constituir o fundamento do nosso ser cristãos, no comum *da nossa vida quotidiana*. Como disse, em todos os dias da vida quotidiana devemos ser fortes, precisamos desta fortaleza, para fazer avançar a nossa vida, a nossa família, a nossa fé. O apóstolo Paulo pronunciou uma frase que nos fará bem ouvir: «*Tudo posso naquele que me fortalece*» (Fl 4, 13). Quando enfrentamos a vida comum, quando chegam as dificuldades, recordemos isto: «Tudo posso naquele que me fortalece». O Senhor dá a força, sempre, não a faz faltar. O Senhor não nos dá prova maior da que pudemos suportar. Ele está sempre connosco. «*Tudo posso naquele que me fortalece*». Por vezes, podemos ser tentados a deixar-nos levar pela inércia ou pior pelo desconforto, sobretudo diante das dificuldades e das provações da vida.

Prece: Nestes casos, não desanimemos, invoquemos o Espírito Santo, para que com o dom da fortaleza possa aliviar o nosso coração e comunicar nova força e entusiasmo à nossa vida e à nossa sequela de Jesus. Maria, a mulher forte e firme, junto à Cruz, intercede por nós!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Maria, Mãe da Consolação: Rogai por nós!

5. No quarto mistério invoquemos o dom espiritual da Ciência

Texto bíblico: Do primeiro livro da Bíblia, o livro do Génesis: “Disse Deus: «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». Deus viu tudo o que tinha feito: era tudo muito bom” (Gen 1, 26-28. 31ª)

Meditação: Quando se fala de ciência, o pensamento dirige-se imediatamente para a capacidade que o homem tem de conhecer cada vez melhor a realidade que o circunda e de descobrir as leis que regulam a natureza e o universo. Contudo, a ciência que deriva do Espírito Santo não se limita ao conhecimento humano: trata-se de um dom especial, que nos leva a entender, através da criação, a grandeza e o amor de Deus e a sua profunda relação com cada criatura. Quando são iluminados pelo Espírito, os nossos olhos abrem-se à contemplação de Deus, na beleza da natureza e na grandiosidade do cosmos, levando-nos a *descobrir como tudo nos fala d’Ele e do seu amor*. Mas ao mesmo tempo, o dom da ciência ajuda-nos a não cair nalgumas atitudes excessivas ou erradas. A primeira é constituída pelo risco de nos considerarmos senhores da criação. A segunda atitude errada é representada pela tentação de nos limitarmos às criaturas, como se elas

pudessem oferecer a resposta a todas as nossas expectativas. Com o dom da ciência, o Espírito ajuda-nos a não cair neste erro.

Prece: Isto nos leve a pensar e a pedir ao Espírito Santo a dádiva da ciência, para compreender bem que a criação é o dom mais bonito de Deus. Ele fez muitas coisas boas para a melhor coisa, que é a pessoa humana.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Nossa Senhora da Hora: Rogai por nós!

Três Ave-Marias

Nesta 1.^a Ave-Maria peçamos **o dom da piedade:** é o dom da relação confidente e de confiança alegre com Deus e de uma relação fraterna com os irmãos. O Espírito Santo é Aquele que reza em nós, Aquele que nos dá a experiência da filiação divina. Ele testemunha interiormente em nós e cria em nós aquela «conaturalidade», aquele à *vontade* da relação filial com Deus e ao mesmo tempo é Aquele que realiza a comunhão entre nós.

Ó Maria, concebida sem pecado.

R. Rogai por nós, que recorremos a vós!

Ave-Maria

Nesta 2.^a Ave-Maria peçamos **o dom do temor de Deus:** Temor significa aqui o sentido espiritual de que Deus é o Criador e eu a criatura; de que Deus é Santo e eu, embora participando da sua santidade, sou frágil e pecador. Temor não significa «medo» de Deus, mas sentido de responsabilidade, na missão que Deus me confia. Tenho de responder diante de Deus. Sou chamado a corresponder, ao seu amor. Isto suscita em nós o desejo de uma conversão constante e permanente.

Ó Maria, concebida sem pecado.

R. Rogai por nós, que recorremos a vós!

Ave-Maria

Nesta 3.^a Ave-Maria rezemos por todos os jovens, mas sobretudo pelos crismandos: o Espírito Santo confirmar-vos-á com os seus sete dons para vos configurardes a Cristo, ao seu mistério de amor, para vos inserirdes de um modo mais profundo no mistério da sua Igreja e na participação da sua missão.

Ó Maria, concebida sem pecado.

R. Rogai por nós, que recorremos a vós!

Ave-Maria

Salve Rainha

Consagração

Conclusão: Recordando o abraço de Paulo VI, o Bispo de Roma, ao Patriarca ortodoxo de Constantinopla, escutemos com espírito ecumênico, tão sábias de Atenágoras, sobre o Espírito Santo:

Sem o Espírito Santo,

Deus fica longe;

Cristo permanece no passado;

o Evangelho é letra morta ;

a Igreja é uma mera organização;

a autoridade, um poder;

a missão, uma propaganda;

o culto, uma velharia;

e o agir moral, um agir de escravos.

Mas, no Espírito Santo,

o mundo é enobrecido pela geração do Reino;

Cristo Ressuscitado torna-se presente;

o Evangelho faz-se vida

a Igreja realiza a comunhão trinitária;

a autoridade transforma-se em serviço;

a liturgia é memorial e antecipação;

o agir humano é divinizado.

Bênção e despedida

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

20 DE MAIO 2024

Proposta 1: Maria, Mãe da Igreja

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 20 de maio

Hoje, dia 20 de maio, seguimos a 16.^a Catequese do Papa, sobre a oração da igreja nascente. Fazemo-lo neste dia seguinte ao Pentecostes, em que a Igreja, por decisão do Papa Francisco, em 11.02.2018, celebra, todos os anos, a memória de Maria, Mãe da Igreja. Dedicada guia da Igreja nascente, Maria iniciou, portanto, a própria missão materna já no cenáculo, rezando com os Apóstolos na expectativa da vinda do Espírito Santo (cf. At 1, 14). Por isso, a nossa meditação hoje assenta na 16.^a Catequese do Papa, sobre a oração da Igreja nascente, na qual se destaca a presença de Maria, justamente chamada «Mãe da Igreja».

Nota: pode optar-se, neste dia, por uma meditação mais específica para a Memória de Maria, Mãe da Igreja. Ver ficheiro alternativo.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Os primeiros passos da Igreja no mundo foram cadenciados pela oração. Os escritos apostólicos e a grande narração dos *Atos dos Apóstolos* restituem-nos a imagem de uma Igreja a caminho, de uma Igreja ativa, mas que encontra nas reuniões de oração a base e o ímpeto para a ação missionária. A imagem da Comunidade primitiva de Jerusalém é um ponto de referência para todas as outras experiências cristãs. No Livro dos *Atos*, Lucas escreve: «Eles perseveravam na doutrina dos apóstolos, nas reuniões em comum, na fração do pão e nas orações» (2, 42). A comunidade persevera na oração. Aqui encontramos quatro características essenciais da vida eclesial: primeira, a escuta do ensinamento dos apóstolos; segunda, a salvaguarda da comunhão recíproca; terceira, a fração do pão; e quarta, a oração. Elas lembram-nos que a existência da Igreja tem sentido, se permanecer firmemente unida a Cristo, isto é, na comunidade, na sua Palavra, na Eucaristia e na oração. É o modo de nos unirmos a Cristo. A pregação e a catequese dão testemunho das palavras e dos gestos do Mestre; a busca constante da comunhão fraterna preserva dos egoísmos e dos particularismos; a fração do pão realiza o sacramento da presença de Jesus no meio de nós: Ele nunca estará ausente, na Eucaristia é precisamente Ele, Ele vive e caminha conosco. E por fim, a oração, que é o espaço do diálogo com o Pai, através de Cristo no Espírito Santo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Na Igreja, tudo o que cresce fora destas “coordenadas” está desprovido de fundamento. Para discernir uma situação devemos perguntar-nos como, nesta situação, existem estas quatro coordenadas: a pregação, a busca constante da comunhão fraterna - a caridade - a fração do pão - ou seja, a vida eucarística - e a oração. Cada situação deve ser avaliada à luz destas quatro coordenadas. O que não entrar nestas coordenadas está desprovido de eclesialidade, não é eclesial. É Deus quem faz a Igreja, não o clamor das obras. A Igreja não é um mercado; a Igreja não é um grupo de empresários que vão em frente com este novo empreendimento. A Igreja é obra do Espírito Santo, que Jesus nos enviou para nos congregar. A Igreja é precisamente a obra do Espírito na comunidade cristã, na vida comunitária, na Eucaristia, na oração, sempre. E tudo o que cresce fora destas coordenadas está sem fundamento, é como uma casa construída sobre a areia (cf. Mt 7, 24-27). É Deus quem faz a Igreja, não o clamor das obras. É a palavra de Jesus que enche os nossos esforços de significado. É na humildade que se constrói o futuro do mundo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Às vezes, sinto grande tristeza quando vejo alguma comunidade que, com boa vontade, comete um erro porque pensa em fazer a Igreja com reuniões, como se fosse um partido político: a maioria, a minoria, o que

pensa este, ele, o outro... “É como um Sínodo, um caminho sinodal que devemos percorrer”. Pergunto-me: onde está o Espírito Santo? Onde está a oração? Onde está o amor comunitário? Onde está a Eucaristia? Sem estas quatro coordenadas, a Igreja torna-se uma sociedade humana, um partido político - maioritário, minoritário - as mudanças são feitas como se fosse uma empresa, pela maioria ou minoria... Mas não há Espírito Santo. E a presença do Espírito Santo é garantida precisamente por estas quatro coordenadas. Para avaliar uma situação, se é eclesial ou não, perguntemo-nos se existem estas quatro coordenadas: a vida comunitária, a oração, a Eucaristia... [a pregação], como se desenvolve a vida com estas quatro coordenadas. Se faltar isto, faltarão o Espírito, e se faltar o Espírito, seremos uma bonita associação humanitária, de beneficência, muito bem, até um partido, digamos assim, eclesial, mas não há Igreja. E é por isso que a Igreja não pode crescer através destas coisas: não cresce por proselitismo, como qualquer empresa, cresce por atração. E quem move a atração? O Espírito Santo. Nunca esqueçamos esta expressão de [Bento XVI](#): “*A Igreja não cresce por proselitismo, cresce por atração*”. Se faltar o Espírito Santo, que atrai para Jesus, ali não haverá Igreja alguma. Bem, haverá um bom clube de amigos, com boas intenções, mas não haverá Igreja, não haverá sinodalidade.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

Lendo os *Atos dos Apóstolos*, descobrimos que o poderoso motor da evangelização são as *reuniões de oração*, onde aqueles que participam experimentam diretamente a presença de Jesus e são tocados pelo Espírito. Os membros da primeira comunidade - mas isto é sempre verdade, também para nós, hoje - compreendem que a história do encontro com Jesus não parou no momento da Ascensão, mas continua na sua vida. Narrando o que o Senhor disse e fez - a escuta da Palavra - rezando para entrar em comunhão com Ele, tudo se torna vivo. A oração infunde luz e calor: o dom do Espírito faz nascer neles o fervor.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. A este respeito, o [Catecismo](#) tem uma expressão muito densa. Diz assim: «O Espírito Santo [...] recorda Cristo à sua Igreja orante, também a conduz para a verdade integral e suscita formulações novas que exprimirão o insondável mistério de Cristo operante na vida, sacramentos e missão da Igreja» (n. 2625). Eis a obra do Espírito na Igreja: *recordar Jesus*. O próprio Jesus disse-o: Ele ensinar-vos-á e recordar-vos-á. A missão consiste em *recordar Jesus*, mas não como exercício mnemónico. Percorrendo os caminhos da missão, os cristãos recordam Jesus quando o tornam novamente presente; e dele, do seu Espírito, recebem o “impulso” para ir, proclamar e servir. Na oração, o cristão mergulha no mistério de Deus que ama cada homem, aquele Deus que deseja que o Evangelho seja pregado a todos. Deus é Deus para todos, e em Jesus todos os muros

de separação foram definitivamente abatidos: como diz São Paulo, Ele é a nossa paz, ou seja, «Ele, que de dois povos fez um só» (Ef 2, 14). Jesus realizou a unidade.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Assim, a vida da Igreja primitiva é ritmada por uma sucessão contínua de celebrações, convocações, tempos de oração quer comunitária quer pessoal. E é o Espírito que dá força aos pregadores que se põem a caminho, e que por amor a Jesus sulcam os mares e enfrentam perigos, submetendo-se a humilhações.

Deus doa amor, Deus pede amor. Esta é a raiz mística de toda a vida crente. Os primeiros cristãos em oração, mas também nós que viemos muitos séculos mais tarde, todos vivemos a mesma experiência. O Espírito anima tudo. E qualquer cristão que não tiver medo de dedicar tempo à oração, pode fazer próprias as palavras do apóstolo Paulo: «A minha vida presente, na carne, vivo-a na fé no Filho de Deus, que me amou e se entregou por mim» (Gl 2, 20). A oração torna-nos conscientes disto. Só no silêncio da adoração experimentamos toda a verdade destas palavras. Temos que retomar o sentido da adoração. Adorar, adorar Deus, adorar Jesus, adorar o Espírito. O Pai, o Filho e o Espírito: adorar. Em silêncio! A prece da adoração é a oração que nos faz reconhecer Deus como início e fim de toda a história. E esta oração é o fogo vivo do Espírito que dá força ao testemunho e à missão.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

Dia 20

Proposta 2: Maria, Mãe da Igreja

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário

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.^a 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 germen 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

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

21 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequeses sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 21 de maio

Hoje, dia 21 de maio, seguimos a 30.^a Catequese do Papa, sobre a oração vocal.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. A oração é diálogo com Deus; e, num certo sentido, todas as criaturas “dialogam” com Deus. No ser humano, a oração torna-se *palavra*, invocação, cântico, poesia... A Palavra divina fez-se carne, e na carne de cada homem a palavra volta a Deus na oração.

As palavras são as nossas criaturas, mas são também as nossas mães, e em certa medida plasmam-nos. As palavras de uma prece levam-nos em segurança através de um vale escuro, orientando-nos para prados

verdes, ricos de água, fazendo-nos banquetear diante dos olhos de um inimigo, como o Salmo nos ensina a recitar (cf. Sl 23). As palavras nascem dos sentimentos, mas há também o caminho inverso: aquele em que as palavras moldam os sentimentos. A Bíblia educa o homem para garantir que tudo vem à luz através da palavra, que nada de humano seja excluído, censurado. Acima de tudo, a dor é perigosa se permanecer coberta, fechada dentro de nós... Uma dor encerrada dentro de nós, que não se exprime nem desabafa, pode envenenar a alma; é mortal.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. É por este motivo que a Sagrada Escritura nos ensina a rezar até com palavras às vezes audazes. Os escritores sagrados não nos querem enganar sobre o homem: sabem que no seu coração existem também sentimentos pouco edificantes, até mesmo o ódio. Nenhum de nós nasce santo, e quando estes sentimentos negativos batem à porta do nosso coração, devemos ser capazes de os desarmar com a oração e com as palavras de Deus. Nos Salmos encontramos também expressões muito duras contra os inimigos – expressões que os mestres espirituais nos ensinam a atribuir ao diabo e aos nossos pecados – mas são palavras que pertencem à realidade humana e que acabaram no contexto das Sagradas Escrituras. Estão ali para nos testemunhar que se, perante a violência, não houvessem palavras para tornar inofensivos os maus sentimentos, para os canalizar de modo que não prejudiquem, o mundo inteiro seria inundado por eles.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. A primeira oração humana é sempre uma recitação vocal. Os lábios movem-se sempre em primeiro lugar. Embora todos saibamos que rezar não significa repetir palavras, no entanto a oração oral é a mais segura e pode ser praticada sempre. Os sentimentos, por mais nobres que sejam, são sempre incertos: vêm e vão, abandonam-nos e regressam. Não só, mas até as graças da oração são imprevisíveis: às vezes as consolações abundam, mas nos dias mais escuros parecem evaporar-se completamente. A oração do coração é misteriosa e em certos momentos falha. A oração dos lábios, aquela que é sussurrada ou recitada em coro, está sempre disponível, e é tão necessária quanto o trabalho manual. O [Catecismo](#) afirma: «A oração vocal é um elemento indispensável da vida cristã. Aos discípulos, atraídos pela oração silenciosa do seu Mestre, este ensina-lhes uma oração vocal: o Pai-Nosso» (n. 2701). “Ensina-nos a rezar”, pedem os discípulos a Jesus, e Jesus ensina uma oração vocal: o Pai-Nosso. E naquela prece há tudo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Todos deveríamos ter a humildade de certos idosos que, na igreja, talvez porque a sua audição já não é aguda, recitam em meia-voz as orações que aprenderam quando eram crianças, enchendo a nave de sussurros. Esta prece não perturba o silêncio, mas dá testemunho da sua fidelidade ao dever da oração, praticada durante uma vida inteira, sem nunca falhar. Com a oração humilde, estes orantes são frequentemente os grandes intercessores das paróquias: são os carvalhos que de ano em ano alargam os seus ramos, para oferecer sombra ao maior número de pessoas. Só Deus sabe quando e quanto os seus corações estavam unidos àquelas orações recitadas: certamente essas pessoas também tiveram que enfrentar noites e momentos vazios. Mas pode-se permanecer sempre fiel à prece vocal. É como um âncora: agarrar-se à corda para permanecer ali, fiéis, aconteça ou que acontecer.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Todos temos que aprender com a constância daquele peregrino russo, mencionado numa famosa obra de espiritualidade, que aprendeu a arte da oração repetindo a mesma invocação inúmeras vezes: «Jesus Cristo, Filho de Deus, Senhor, tende piedade de nós, pecadores!» (cf. CIC, 2616; 2667). Repetia só isto. Se as graças entraram na sua vida, se um dia a oração se tornou tão ardente que ele sentiu a presença do Reino aqui entre nós, se o seu olhar se transformou até ser como o de uma criança, foi porque ele insistiu em recitar uma simples jaculatória cristã. No final, ela torna-se parte da sua respiração. É bonita a história do peregrino russo: é um livro ao alcance de todos. Recomendo-vos que o leiais: ajudar-vos-á a compreender o que é a oração vocal.

Por conseguinte, não devemos desprezar a oração vocal. Alguém diz: “Mas, é coisa para as crianças, para gente ignorante; estou procurando a prece mental, a meditação, o vazio interior para que Deus venha”. Por favor, não se deve cair na soberba de desprezar a oração vocal. É a oração dos simples, a que Jesus nos ensinou: Pai nosso que estais no céu... As palavras que pronunciamos levam-nos pela mão; às vezes restituem o sabor, despertam até o mais adormecido dos corações; estimulam sentimentos dos quais tínhamos perdido a memória, e levam-nos pela mão rumo à experiência de Deus. E acima de tudo, de maneira segura, são as únicas que dirigem a Deus as perguntas que Lhe aprazem. Jesus não nos deixou na névoa. Disse-nos: «Eis como deveis rezar!». E ensinou a oração do Pai-Nosso (cf. Mt 6, 9).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

22 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequeses sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 22 de maio

Hoje, dia 22 de maio, seguimos a 31.^a Catequese do Papa, sobre a forma de oração que é a meditação, olhando para Maria, que meditava todas as coisas em seu coração.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Para o cristão, “meditar” é procurar uma síntese: significa colocar-se diante da grande página da Revelação para procurar fazer com que se torne nossa, assumindo-a completamente. E depois de acolher a Palavra de Deus, o cristão não a mantém fechada dentro de si, porque aquela Palavra deve encontrar-se com «outro livro», ao qual o *Catecismo* chama «o da vida» (cf. [Catecismo da Igreja Católica](#), 2706). É isto que procuramos fazer cada vez que meditamos a Palavra.

Nos últimos anos a prática da meditação recebeu grande atenção. Dela não falam só os cristãos: há uma prática meditativa em quase todas as religiões do mundo. Mas trata-se de uma atividade difundida também entre as pessoas que não têm uma visão religiosa da vida. Todos nós temos necessidade de meditar, de refletir, de nos encontrarmos a nós mesmos, é uma dinâmica humana. Especialmente no voraz mundo ocidental, as pessoas procuram a meditação porque ela representa uma barreira elevada contra o stress diário e o vazio que se alastra por toda a parte. Eis, então, a imagem de jovens e adultos sentados em recolhimento, em silêncio, com os olhos meio fechados... Mas podemos perguntar-nos: O que fazem estas pessoas? Meditam. É um fenómeno que deve ser encarado de modo favorável: com efeito, não somos obrigados a correr o tempo todo, possuímos uma vida interior que não pode ser espezinhada sempre. Portanto, meditar é uma necessidade de todos. Meditar, por assim dizer, assemelhar-se-ia a parar e a dar um respiro à vida.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. No entanto, apercebemo-nos de que esta palavra, quando é aceite no contexto cristão, assume uma especificidade que não deve ser cancelada. Meditar é uma dimensão humana necessária, mas meditar no contexto cristão vai além: trata-se de uma dimensão que não deve ser cancelada. A grande porta por onde passa a oração de uma pessoa batizada – recordemos mais uma vez – é Jesus Cristo. Para o cristão a meditação entra pela porta de Jesus Cristo. Também a prática da meditação segue este caminho. Quando o cristão reza, não aspira à plena transparência de si, não procura o núcleo mais profundo do seu ego. Isto é lícito, mas o cristão procura outra coisa. A oração do cristão é, antes de mais nada, um encontro com o Outro, com o Outro mas com o O maiúsculo: o encontro transcendente com Deus. Se uma experiência de oração nos dá paz interior, ou autodomínio, ou lucidez no caminho a empreender, estes resultados são, por assim dizer, efeitos colaterais da graça da oração cristã que é o encontro com Jesus, isto é, meditar significa ir ao encontro com Jesus, guiados por uma frase ou por uma palavra da Sagrada Escritura..

3. Ao longo da história, o termo “meditação” teve diferentes significados. Também no cristianismo, ele se refere a diferentes experiências espirituais. No entanto, é possível traçar algumas linhas comuns, e nisto o [Catecismo](#) ajuda-nos novamente: «Os métodos de meditação são tão diversos como os mestres espirituais. [...] Mas um método não passa de um guia; o importante é avançar, com o Espírito Santo, no caminho único da oração: Cristo Jesus» (n. 2707). E aqui está indicado um companheiro de caminho, alguém que guia: o Espírito Santo. Não é possível a meditação cristã sem o Espírito Santo. É Ele que nos guia ao encontro com Jesus. Jesus disse-nos: “Enviar-vos-ei o Espírito Santo. Ele ensinar-vos-á e explicar-vos-á. Ensinar-vos-á e explicar-vos-á”. E também na meditação, o Espírito Santo é o guia para ir em frente no encontro com Jesus Cristo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Assim, há muitos métodos de meditação cristã: alguns são muito sóbrios, outros mais articulados; alguns enfatizam a dimensão intelectual da pessoa, outros a afetiva e emocional. São métodos. Todos são importantes e dignos de ser praticados, na medida em que podem ajudar a experiência da fé a tornar-se um ato total da pessoa: não reza apenas a mente, reza o homem todo, a totalidade da pessoa, assim como não ora só o sentimento. Os antigos costumavam dizer que o órgão da oração é o coração, e deste modo explicavam que é a pessoa inteira, a partir do seu centro, do coração, que entra em relação com Deus, e não apenas algumas das suas faculdades. Portanto, devemos recordar sempre que o método é um caminho, não uma meta: qualquer método de oração, se quiser ser cristão, faz parte daquela *sequela Christi*, que é a essência da nossa fé. Os métodos de meditação são caminhos a percorrer para alcançar o encontro com Jesus, mas se parares no caminho e só olhares para a estrada, nunca encontrarás Jesus. Farás da estrada um deus, mas ela é um meio para te levar a Jesus. O [Catecismo](#) especifica: «A meditação põe em ação o pensamento, a imaginação, a emoção e o desejo. Esta mobilização é necessária para aprofundar as convicções da fé, suscitar a conversão do coração e fortalecer a vontade de seguir a Cristo. A oração cristã dedica-se, de preferência, a meditar nos “mistérios de Cristo”» (n. 2708).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Eis, então, a graça da oração cristã: Cristo não está longe, mas está sempre em relação connosco. Não há aspeto algum da sua pessoa divino-humana que não possa tornar-se, para nós, um lugar de salvação e de felicidade. Cada momento da vida terrena de Jesus, através da graça da oração, pode tornar-se nosso contemporâneo, graças ao Espírito Santo, o guia. Mas sabeis que não se pode rezar sem a guia do Espírito Santo. É Ele que nos guia! E graças ao Espírito Santo, também nós estamos presentes no rio Jordão quando Jesus se imerge para receber o batismo. Também nós somos comensais nas bodas de Caná, quando Jesus oferece o melhor vinho para a felicidade dos noivos, isto é, o Espírito Santo que nos põe em relação com estes mistérios da vida de Cristo pois na contemplação de Jesus experimentamos a oração para nos unirmos mais a Ele. Também nós testemunhamos com assombro os milhares de curas realizadas pelo Mestre. Peguemos no Evangelho, façamos a meditação daqueles mistérios do Evangelho e o Espírito guia-nos a estar presentes ali. E na oração – quando rezamos – todos nós somos como o leproso purificado, o cego Bartimeu que recupera a vista, Lázaro que sai do sepulcro... Também nós somos curados na oração como foi curado o cego Bartimeu, aquele outro, o leproso... Também nós ressuscitamos, como ressuscitou Lázaro, pois a oração de meditação guiada pelo Espírito Santo, leva-nos a reviver estes mistérios da vida de Cristo e a encontrarmos-nos com Cristo e a dizer, com o cego: “Senhor, tende piedade de mim! Tende piedade de mim” – “O que queres?” – “Ver, entrar naquele diálogo”. E a meditação cristã, guiada pelo Espírito leva-nos a este diálogo com Jesus. Não há página alguma do Evangelho em que não haja lugar para nós. Para nós cristãos, meditar é um modo de encontrar Jesus. E assim, só assim, de nos encontrarmos a nós mesmos. E isto não significa fechar-nos em nós mesmos,

não: ir ter com Jesus e nele encontrar-nos a nós mesmos, curados, ressuscitados, fortalecidos pela graça de Jesus. E encontrar Jesus salvador de todos, também de mim. E isto graças à guia do Espírito Santo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

23 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequeses sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 23 de maio

Hoje, dia 23 de maio, seguimos a 32.^a Catequese do Papa, sobre a oração contemplativa.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. A dimensão contemplativa do ser humano – que ainda não é a oração contemplativa – é um pouco como o “sal” da vida: dá sabor, dá gosto aos nossos dias. Podemos contemplar olhando de manhã para o nascer do sol, ou para as árvores que se vestem de verde na primavera; podemos contemplar ouvindo música ou o canto dos pássaros, ao ler um livro, diante de uma obra de arte ou daquela obra-prima que é o rosto humano... Carlo Maria Martini, enviado como bispo para Milão, intitulou a sua primeira carta pastoral “A dimensão contemplativa da vida”: de facto, quem vive numa grande cidade, onde tudo – podemos dizer – é artificial,

tudo é funcional, corre o risco de perder a capacidade de contemplar. Antes de tudo, contemplar não é um modo de fazer, mas *um modo de ser: ser contemplativo*.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Ser contemplativo não depende dos olhos, mas do coração. E nisto entra em jogo a oração, como um ato de fé e amor, como “respiro” da nossa relação com Deus. A oração purifica o coração e, com ele, ilumina também o olhar, permitindo que captemos a realidade sob outro ponto de vista. O *Catecismo* descreve esta transformação do coração através da oração, citando um famoso testemunho do Santo Cura d'Ars: «A contemplação é o *olhar* da fé, fixado em Jesus. “Eu olho para Ele e Ele olha para mim” – dizia, no tempo do seu santo Cura, um camponês d'Ars em oração diante do sacrário. [...] A luz do olhar de Jesus ilumina os olhos do nosso coração; ensina-nos a ver tudo à luz da sua verdade e da sua compaixão para com todos os homens» (*Catecismo da Igreja Católica*, 2715). Tudo nasce disto: de um coração que se sente visto com amor. Então a realidade é contemplada com olhos diferentes.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. “Eu olho para Ele, e Ele olha para mim!”. Pois bem: na contemplação amorosa, típica da oração mais íntima, não há necessidade de muitas palavras: basta um olhar, basta estarmos convencidos de que a nossa vida está rodeada por um grande e fiel amor do qual nada nos pode separar.

Jesus era um mestre deste olhar. Na sua vida nunca faltaram os tempos, os espaços, os silêncios, a comunhão amorosa, que permite que a existência não seja devastada pelas provações inevitáveis, mas que a sua beleza seja preservada intacta. O seu segredo era a relação com o Pai celestial.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Pensemos no evento da Transfiguração. Os Evangelhos situam este episódio num momento difícil da missão de Jesus, quando aumentam à sua volta a contestação e a rejeição. Até muitos dos seus discípulos muitos não o compreendem e vão embora; um dos Doze concebe pensamentos de traição. Jesus começa a falar abertamente do sofrimento e da morte que o espera em Jerusalém. É neste contexto que Jesus sobe a um monte elevado com Pedro, Tiago e João. O Evangelho de Marcos diz: «Transfigurou-se diante deles. As suas vestes tornaram-se resplandecentes, de tal brancura, que lavadeira alguma sobre a terra as poderia branquear assim» (9, 2-3). Precisamente no momento em que Jesus é mal compreendido – iam embora, deixavam-no sozinho porque não o compreendiam, neste momento no qual não o compreendem – precisamente quando

tudo parece estar desfocado num turbilhão de desentendimentos, então resplandece uma luz divina. É a luz do amor do Pai, que enche o coração do Filho e transfigura toda a sua Pessoa.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Alguns mestres de espiritualidade do passado compreenderam a contemplação em oposição à ação, e exaltaram aquelas vocações que fogem do mundo e dos seus problemas, a fim de se dedicarem inteiramente à oração. Na realidade, em Jesus Cristo, na sua pessoa e no Evangelho não há oposição entre a contemplação e a ação, não. No Evangelho, em Jesus não há contradição. Isto veio provavelmente da influência de algum filósofo neoplatónico, mas é certamente um dualismo que não pertence à mensagem cristã.

Há apenas uma grande chamada no Evangelho, que é seguir Jesus no caminho do amor. Este é o ápice e o centro de tudo. Neste sentido, caridade e contemplação são sinónimos, dizem a mesma coisa. São João da Cruz afirmava que um pequeno gesto de amor puro é mais útil para a Igreja do que todas as outras obras juntas. O que nasce da oração e não da presunção do nosso ego, o que é purificado pela humildade, mesmo que seja um gesto de amor isolado e silencioso, é o maior milagre que um cristão pode realizar. E este é o caminho da oração de contemplação: eu olho para Ele, Ele olha para mim! Esta ação de amor em diálogo silencioso com Jesus faz tão bem à Igreja.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

24 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequeses sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 24 de maio

Hoje, dia 24 de maio, seguimos a 33.^a Catequese do Papa, sobre o combate da oração.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. E por falar em oração, a oração cristã, como toda a vida cristã, não é um “passeio”. Nenhum dos grandes orantes que encontramos na Bíblia e na história da Igreja teve uma oração “confortável”. Sim, podemos rezar como os papagaios – blá-blá-blá – mas isto não é oração. A oração certamente concede uma grande paz, mas através de uma luta interior, por vezes dura, que pode acompanhar até longos períodos da vida. Rezar não é algo fácil e por isso fugimos da oração. Cada vez que a queremos fazer, de repente lembramos de outras atividades, que naquele momento parecem mais importantes e urgentes. Isto acontece também a mim: vou

rezar um pouco... E não, devo fazer isto e aquilo... Fugimos da oração, não sei porquê, mas é assim. Quase sempre, depois de termos adiado a oração, percebemos que aquelas coisas não eram absolutamente essenciais, e que talvez tenhamos desperdiçado tempo. O Inimigo engana-nos deste modo.

Todos os homens e mulheres de Deus relatam não só a alegria da oração, mas também o desconforto e o cansaço que ela pode provocar: por vezes é uma luta difícil respeitar os tempos e as formas de oração. Alguns santos levaram-na a cabo durante anos sem experimentar qualquer gosto por ela, sem se aperceberem da sua utilidade. O silêncio, a oração e a concentração são exercícios difíceis, e por vezes a natureza humana rebela-se. Preferiríamos estar em qualquer outra parte do mundo, mas não ali, naquele banco de igreja a rezar. Quem quiser rezar deve lembrar-se de que a fé não é fácil, e por vezes procede na quase total obscuridade, sem pontos de referência. Há momentos da vida de fé que são obscuros e por isso alguns Santos definiu-os: “A noite escura”, pois não se sente nada. Mas eu continuo a rezar.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. O [Catecismo](#) enumera uma longa lista de inimigos da oração, aqueles que tornam difícil rezar, que põem dificuldades (cf. nn. 2726-2728). Alguns duvidam que a oração possa realmente alcançar o Todo-Poderoso: por que permanece Deus em silêncio? Se Deus é Onnipotente, poderia dizer duas palavras e pôr fim à história. Perante a intangibilidade do divino, outros suspeitam que a oração é uma mera operação psicológica; algo que pode ser útil, mas que não é verdadeiro nem necessário: poder-se-ia até ser praticante sem ser crente. E assim por diante, muitas explicações.

Contudo, os piores inimigos da oração estão dentro de nós. O [Catecismo](#) chama-os assim: «desânimo na aridez, tristeza por não dar tudo ao Senhor, porque temos “muitos bens”, decepção por não sermos atendidos segundo a nossa própria vontade, o nosso orgulho ferido que se endurece perante a nossa indignidade de pecadores, alergia à gratuidade da oração» (n. 2728). Trata-se claramente de uma lista sumária, que poderia ser aumentada.

O que fazer no tempo da tentação, quando tudo parece vacilar? Se olharmos para a história da espiritualidade, vemos imediatamente que os mestres da alma foram muito claros sobre a situação que descrevemos. Para a superar, cada um deles ofereceu alguma contribuição: uma palavra de sabedoria, ou uma sugestão para enfrentar tempos carregados de dificuldades. Não se trata de teorias elaboradas, não, mas de conselhos nascidos da experiência, que mostram a importância de resistir e perseverar na oração.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Seria interessante rever pelo menos alguns destes conselhos, porque cada um deles merece ser estudado em profundidade. Por exemplo, os *Exercícios espirituais* de Santo Inácio de Loyola são um livrete de grande sabedoria, que ensina como pôr a vida em ordem. Faz-nos compreender que a vocação cristã é militância, é decisão de estar sob a bandeira de Jesus Cristo e não sob a do diabo, procurando praticar o bem até quando se torna difícil.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Nos tempos de provação é bom lembrar que não estamos sozinhos, que alguém olha para nós e nos protege. Até Santo António Abade, fundador do monaquismo cristão, enfrentou momentos terríveis no Egito, quando a oração se tornou uma dura luta. O seu biógrafo Santo Atanásio, Bispo de Alexandria, narra que um dos piores episódios aconteceu ao Santo eremita por volta dos trinta e cinco anos, a meia-idade que para muitas pessoas comporta uma crise. António ficou perturbado com aquela provação, mas resistiu. Quando finalmente voltou a sentir-se sereno, dirigiu-se ao seu Senhor com um tom quase de reprovação: «Onde estavas? Por que não vieste imediatamente para pôr fim aos meus sofrimentos?». E Jesus respondeu: «António, eu estava lá. Mas esperava para te ver combater» (*Vida de António*, 10). Lutar na oração. E muitas vezes a oração é uma luta. Lembro-me de algo que vivi de perto, quando estava na outra diocese. Havia um casal que tinha uma filha de nove anos com uma doença que os médicos não sabiam o que era. E finalmente, no hospital, o médico disse à mãe: “Senhora, chame o seu marido”. E o marido estava no trabalho; eram operários, trabalhavam todos os dias. E disse ao pai: “O bebé não vai superar a noite. É uma infeção, não há nada que podemos fazer”. Aquele homem, talvez não fosse à missa todos os domingos, mas tinha uma grande fé. Saiu a chorar, deixou a sua esposa com a criança no hospital, apanhou o comboio e fez a viagem de setenta quilómetros até à Basílica de Nossa Senhora de Luján, Padroeira da Argentina. E lá – a Basílica já estava fechada, eram quase dez horas da noite – ele agarrou-se às grades da Basílica e rezou toda a noite a Nossa Senhora, lutando pela saúde da sua filha. Isto não é uma fantasia; eu vi-o! Eu vivi isto. Aquele homem ali a lutar. No final, às seis horas da manhã, a igreja abriu-se e ele entrou para saudar Nossa Senhora: toda a noite “lutou”, e depois foi para casa. Quando chegou, procurou a sua esposa, mas não a encontrou, e pensou: “Ela foi embora. Não, Nossa Senhora não me pode fazer isto”. Depois encontrou-a, sorrindo e dizendo: “Mas não sei o que aconteceu; os médicos dizem que a situação mudou e agora está curada”. Aquele homem que lutava com a oração obteve a graça de Nossa Senhora. Nossa Senhora ouviu-o. E eu vi isto: a oração faz milagres, porque a oração vai direta ao centro da ternura de Deus que nos ama como um pai. E quando Ele não nos concede uma graça, dar-nos-á outra que veremos a seu tempo. Mas é sempre preciso lutar em oração para pedir uma graça. Sim, por vezes pedimos uma graça de que precisamos, mas pedimo-la assim, sem querer, sem lutar; não é assim que se pedem coisas sérias. A oração é uma batalha e o Senhor está sempre connosco.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Se num momento de cegueira não conseguirmos vislumbrar a sua presença, consegui-lo-emos no futuro. Também nós um dia poderemos repetir a frase que o patriarca Jacob disse certa vez: «Em verdade, o Senhor está neste lugar, e eu não o sabia!» (Gn 28, 16). No final da nossa vida, olhando para trás, também nós poderemos dizer: “Pensava que estava sozinho; não, não estava: Jesus estava comigo”. Todos poderemos dizer isto.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes

e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.
Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

25 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 25 de maio

Hoje, dia 25 de maio, por ser véspera da celebração da Solenidade da Santíssima Trindade, seguimos a 33.^a Catequese do Papa, sobre a relação entre a Oração e a Santíssima Trindade.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. No nosso caminho de catequeses sobre a oração, hoje e amanhã, queremos ver como, graças a Jesus Cristo, a oração nos abre à Trindade – ao Pai, ao Filho e ao Espírito - ao imenso mar de Deus que é Amor. Foi Jesus que nos abriu o Céu e nos projetou para uma relação com Deus. Foi ele que fez isto: abriu-nos para aquela relação com o Deus Trino: o Pai, o Filho e o Espírito Santo. É isto que o apóstolo João afirma na conclusão do prólogo do seu Evangelho: «Ninguém jamais viu a Deus: o Filho único, que está no seio do Pai, é que O deu a

conhecer» (1, 18). Jesus revelou-nos a identidade, a identidade de Deus, Pai, Filho e Espírito Santo. Realmente não sabíamos como se pudesse rezar: quais palavras, quais sentimentos e que linguagem eram apropriados para Deus. Naquele pedido dirigido pelos discípulos ao Mestre, que temos recordado frequentemente no decurso destas catequeses, há toda a hesitação do homem, as suas repetidas tentativas, muitas vezes infrutíferas, de se dirigir ao Criador: «Senhor, ensina-nos a rezar» (Lc 11, 1).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Nem todas as orações são iguais, nem todas são convenientes: a própria Bíblia atesta o mau resultado de muitas orações, que são rejeitadas. Talvez por vezes Deus não esteja satisfeito com as nossas orações e nós nem sequer nos apercebemos disso. Deus olha para as mãos daqueles que rezam: para as purificar não é necessário lavá-las, quando muito é preciso abster-se de ações malignas. São Francisco rezava: “homem algum é digno de te nomear” (*Cântico do Irmão Sol*).

Mas talvez o reconhecimento mais tocante da pobreza da nossa oração tenha vindo dos lábios do centurião romano que um dia implorou Jesus que curasse o seu servo doente (cf. Mt 8, 5-13). Sentia-se totalmente inadequado: não era judeu, era um oficial do odiado exército de ocupação. Mas a preocupação pelo servo fê-lo ousar, e diz: «Senhor... eu não sou digno que entres debaixo do meu teto, mas diz uma só palavra e o meu servo será curado» (v. 8). É a frase que também repetimos em todas as liturgias eucarísticas. Dialogar com Deus é uma graça: não somos dignos dela, não temos o direito de a reivindicar, “coxeamos” com cada palavra e pensamento... Mas Jesus é a porta que nos abre para este diálogo com Deus.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Porque deveria o homem ser amado por Deus? Não há razões óbvias, não há proporção... A ponto que em grande parte das mitologias não se contempla o caso de um deus que se preocupe com as vicissitudes humanas; pelo contrário, elas são incómodas e tediosas, completamente insignificantes. Recordemos a frase de Deus ao seu povo, repetida no Deuteronómio: “Pensa, que povo tem os seus deuses tão próximos dele, como vós tendes a mim próximo de vós”. Esta proximidade de Deus é a revelação! Alguns filósofos dizem que Deus só pode pensar em si mesmo. No máximo, somos nós, humanos, que procuramos conquistar a divindade e ser agradáveis aos seus olhos. Disto brota o dever de “religião”, com o corolário de sacrifícios e devoções a oferecer continuamente para ter como aliado um Deus mudo, um Deus indiferente. Não há diálogo. Jesus estava sozinho, só havia a revelação de Deus a Moisés antes de Jesus, quando Deus se apresentou; só a Bíblia que nos abriu o caminho do diálogo com Deus. Recordemos: “Que povo tem os seus deuses tão próximos dele, como tu tens a mim próximo de ti?”. Esta proximidade de Deus abre-nos ao diálogo com Ele.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Um Deus que ama o homem, nunca teríamos tido a coragem de acreditar nisto se não tivéssemos conhecido Jesus. O conhecimento de Jesus fez-nos compreender isto, no-lo revelou. É o escândalo que encontramos esculpido na parábola do pai misericordioso, ou na do pastor que vai em busca da ovelha perdida (cf. *Lc 15*). Histórias como estas não poderiam ter sido concebidas, nem sequer compreendidas, se não tivéssemos encontrado Jesus. Qual Deus está disposto a morrer pelas pessoas? Qual Deus ama sempre e pacientemente, sem pretender por sua vez ser amado? Qual Deus aceita a tremenda falta de gratidão de um filho que pede antecipadamente a sua herança e sai de casa a esbanjar tudo? (cf. *Lc 15, 12-13*).

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. É Jesus quem revela o coração de Deus. Assim Jesus diz-nos com a sua vida até que ponto Deus é Pai: *ninguém é pai como ele*. A paternidade que é proximidade, compaixão e ternura. Não esqueçamos estas três palavras que são o estilo de Deus: proximidade, compaixão e ternura. É o modo de manifestar a sua paternidade para conosco. É difícil para nós imaginar de longe o amor com que a Santíssima Trindade está repleta, e que abismo de benevolência recíproca existe entre Pai, Filho e Espírito Santo. Os ícones orientais deixam-nos intuir algo deste mistério que é a origem e a alegria de todo o universo.

Acima de tudo, tínhamos dificuldade de acreditar que este amor divino se dilatasse, chegando até ao humano: somos o termo de um amor que não encontra igual na terra. O [Catecismo](#) explica: «A santa humanidade de Jesus é, pois, o caminho pelo qual o Espírito Santo nos ensina a orar a Deus nosso Pai» (n. 2664). Esta é a graça da nossa fé. Verdadeiramente não podíamos esperar uma vocação mais excelsa: a humanidade de Jesus – Deus fez-se próximo em Jesus – pôs à nossa disposição a própria vida da Trindade, abriu, escancarou esta porta do mistério do amor do Pai, do Filho e do Espírito Santo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Rezemos uma das orações de Fátima, ensinadas pelo Anjo da Paz, na 3.^a aparição, de 1916:

Santíssima Trindade, Pai, Filho e Espírito Santo, adoro-Vos profundamente e ofereço-Vos o preciosíssimo Corpo, Sangue, Alma e Divindade de Jesus Cristo, presente em todos os sacrários da terra, em reparação dos ultrajes, sacrilégios e indiferenças com que Ele mesmo é ofendido. E pelos méritos infinitos do Seu Santíssimo Coração e do Coração Imaculado de Maria, peço-Vos a conversão dos pobres pecadores.

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

26 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 26 de maio

Hoje, dia 26 de maio, em que a Igreja celebra a Solenidade da Santíssima Trindade, seguimos a 26.^a Catequese do Papa, continuando a refletir sobre a relação entre a Oração e a Santíssima Trindade.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. O primeiro dom de cada existência cristã é o Espírito Santo. Não é um dos muitos dons, mas o *Dom* fundamental. O Espírito é o dom que Jesus prometeu enviar-nos. Sem o Espírito, não há relação com Cristo e com o Pai. Porque o Espírito abre o nosso coração à presença de Deus e atrai-o para aquele "vórtice" de amor que é o coração do próprio Deus. Não somos apenas hóspedes e peregrinos no caminho sobre esta terra, somos também hóspedes e peregrinos no mistério da Trindade. Somos como Abraão, que um dia, acolhendo

três caminantes na sua tenda, encontrou Deus. Se realmente podemos invocar Deus chamando-o “Abbá-Pai”, é porque o Espírito Santo habita em nós; é Ele que nos transforma profundamente e nos faz experimentar a alegria comovedora de sermos amados por Deus como verdadeiros filhos. Todo o trabalho espiritual dentro de nós rumo a Deus é realizado pelo Espírito Santo, este dom. Ele trabalha em nós para levar adiante a nossa vida cristã rumo ao Pai, com Jesus.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. A este propósito, o *Catecismo* diz: «Todas as vezes que começamos a orar a Jesus, é o Espírito Santo que, pela sua graça preveniente, nos atrai para o caminho da oração. Uma vez que Ele nos ensina a orar lembrando-nos Cristo, como orar-Lhe a Ele próprio? A Igreja convida-nos, pois, a implorar cada dia o Espírito Santo, especialmente no princípio e no fim de qualquer ato importante» (n. 2670). Esta é a obra do Espírito em nós. Ele “recorda-nos” Jesus e torna-o presente a nós – podemos dizer que é a nossa memória trinitária, é a memória de Deus em nós – e fá-lo presente a Jesus, para que não seja reduzido a um personagem do passado: isto é, o Espírito traz Jesus ao presente na nossa consciência. Se Cristo estivesse apenas distante no tempo, estaríamos sozinhos e desorientados no mundo. Sim, recordaremos Jesus, lá, distante, mas é o Espírito que o traz hoje, agora, neste momento ao nosso coração. Mas no Espírito tudo é vivificado: a possibilidade de encontrar Cristo está aberta aos cristãos de todos os tempos e lugares. Está aberta a possibilidade de encontrar Cristo não só como um personagem histórico. Não: Ele atrai Cristo aos nossos corações, é o Espírito que nos faz encontrar com Cristo. Ele não está distante, o Espírito está connosco: Jesus ainda educa os seus discípulos transformando os seus corações, como fez com Pedro, com Paulo, com Maria de Magdala, com todos os apóstolos. Mas por que está presente Jesus? Porque é o Espírito que o traz a nós.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Foi a experiência que tantos orantes viveram: homens e mulheres que o Espírito Santo formou segundo a “medida” de Cristo, na misericórdia, no serviço, na oração, na catequese... É uma graça poder encontrar pessoas assim: percebe-se que nelas pulsa uma vida diferente, o seu olhar vê “além”. Não pensemos apenas em monges e eremitas; também os encontramos entre pessoas comuns, pessoas que teceram uma longa história de diálogo com Deus, em momentos de luta interior, que purifica a fé. Estas humildes testemunhas procuraram Deus no Evangelho, na Eucaristia recebida e adorada, no rosto do irmão em dificuldade, e conservam a sua presença como um fogo secreto.

A primeira tarefa dos cristãos é precisamente manter vivo este fogo, que Jesus trouxe à terra (cf. Lc 12, 49), e qual é este fogo? É o amor, o Amor de Deus, o Espírito Santo. Sem o fogo do Espírito, as profecias extinguem-se, a

tristeza suplanta a alegria, o hábito substitui o amor, o serviço transforma-se em escravidão. Vem-me à mente a imagem da lâmpada acesa ao lado do tabernáculo onde se conserva a Eucaristia. Até quando a igreja está vazia e a cai noite, quando a igreja está fechada, aquela lâmpada permanece acesa, continua a arder: ninguém a vê, mas arde perante o Senhor. Também o Espírito no nosso coração está sempre presente como aquela lâmpada.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Encontramos novamente escrito no [Catecismo](#): «O Espírito Santo, cuja unção impregna todo o nosso ser, é o mestre interior da oração cristã. É o artífice da tradição viva da oração. Há, é certo, tantos caminhos na oração como orantes; mas é o mesmo Espírito que age em todos e com todos. É na comunhão do Espírito Santo que a oração cristã é oração na Igreja» (n. 2672). Muitas vezes acontece que não rezamos, não nos apetece rezar ou às vezes rezamos como papagaios com a boca, mas o coração está ausente. Este é o momento de dizer ao Espírito: “Vem, vem Espírito Santo, aquece o meu coração. Vem ensinar-me a rezar, ensinar-me a olhar para o Pai, a olhar para o Filho. Ensina-me como é o caminho da fé. Ensina-me a amar, e acima de tudo ensina-me a ter uma atitude de esperança”. Trata-se de chamar continuamente o Espírito para que esteja presente na nossa vida.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Portanto, é o Espírito que escreve a história da Igreja e do mundo. Nós somos páginas abertas, disponíveis para receber a sua caligrafia. E em cada um de nós o Espírito compõe obras originais, porque nunca há um cristão que seja completamente idêntico a outro. No campo infinito da santidade, o único Deus, Trindade de Amor, faz florescer a variedade das testemunhas: todas iguais em dignidade, mas também únicas na beleza que o Espírito quis conferir a cada um daqueles a quem a misericórdia de Deus tornou seus filhos. Não esqueçamos, o Espírito está presente, está presente em nós. Ouçamos o Espírito, chamemos o Espírito - é o dom, o dom que Deus nos deu - e digamos-lhe: “Espírito Santo, não sei como é o teu rosto – não o sabemos – mas sei que és a força, és a luz, és capaz de me fazer ir em frente e de me ensinar a rezar. Vem Espírito Santo”. Esta é uma bonita oração, “Vem, Espírito Santo”.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Rezemos uma das orações de Fátima, ensinadas pelo Anjo da Paz, na 3.^a aparição, de 1916:

Santíssima Trindade, Pai, Filho e Espírito Santo, adoro-Vos profundamente e ofereço-Vos o preciosíssimo Corpo, Sangue, Alma e Divindade de Jesus Cristo, presente em todos os sacrários da terra, em reparação dos ultrajes, sacrilégios e indiferenças com que Ele mesmo é ofendido. E pelos méritos infinitos do Seu Santíssimo Coração e do Coração Imaculado de Maria, peço-Vos a conversão dos pobres pecadores.

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

Dia 26

Proposta alternativa: Maria, ícone da Santíssima Trindade

Cântico inicial

Saudação inicial

Saudação Inicial

Introdução: A Igreja celebra, neste Domingo, a Solenidade da Santíssima Trindade. Não por acaso, na oração do rosário, sempre rezamos, depois das dez ave-marias, a oração do «glória», louvando a Santíssima Trindade. A esse respeito, dizia o Papa João Paulo na sua Carta Apostólica sobre o rosário (RVM 34):

“A doxologia trinitária [isto é, o louvor à Santíssima Trindade] é a meta da contemplação cristã. De facto, Cristo é o caminho que nos conduz ao Pai no Espírito. Se percorrermos em profundidade este caminho, achamo-nos continuamente na presença do mistério das três Pessoas divinas para As louvar, adorar, agradecer.

É importante que o *Glória, apogeu da contemplação*, seja posto em grande evidência no Rosário.

Na recitação pública, poder-se-ia cantar para dar a devida ênfase a esta perspectiva estrutural e qualificadora de toda a oração cristã.

Na medida em que a meditação do mistério tiver sido – de *Ave Maria* em *Ave Maria* – atenta, profunda, animada pelo amor de Cristo e por Maria, a glorificação trinitária de cada dezena, em vez de reduzir-se a uma rápida conclusão, adquirirá o seu justo tom contemplativo, quase elevando o espírito à altura do Paraíso e fazendo-nos reviver de certo modo a experiência do Tabor, antecipação da contemplação futura: «Que bom é estarmos aqui! » (Lc 9, 33)”.

Vamos, por isso, valorizar a oração do «glória», cantando-a. E vamos hoje contemplar, ao longo dos cinco mistérios, Maria, e a sua relação com o mistério das três pessoas da Santíssima Trindade e da sua indivisível unidade!

Textos de meditação a partir da leitura de BRUNO FORTE, *Maria, la mujer icono del misterio*, Ed. Sigueme, Salamanca, 1993)

No 1.º Mistério, contemplemos Maria, como ícone transparente do mistério de Deus

Texto bíblico: *“Cristo é a imagem do Deus invisível, o Primogénito de toda a criatura; porque foi n’Ele que todas as coisas foram criadas, no céu e na terra, as visíveis e as invisíveis” (Col. 1, 15-16).*

Meditação: A palavra «ícone» significa «imagem». Maria é um ícone, na medida em que n’Ela se oferece o duplo movimento que toda a imagem tende a transmitir: o visível e o invisível, a humanidade de Deus e a divindade do homem.

Maria é ícone, porque nela se realiza a revelação do Deus escondido, a presença do Deus eterno na história dos Homens, e, ao mesmo tempo, porque nela se oferece, aos olhos do coração crente, a janela do mistério, a ponte entre o visível e o invisível.

Assim como o ícone precisa da densidade das cores e da determinação das formas – já que a imagem anuncia com cores o que a Bíblia diz com palavras – assim a Mãe do Senhor transmite o mistério que se fez presente n’Ela!

Prece: A parte visível do ícone (ou da imagem) oferece-se a todos, mas o seu lado invisível oferece-se apenas quem se aproxima dele, com fé! Por isso, com coração humilde e com docilidade interior, contemplemos o mistério da Santíssima Trindade, o mistério do Deus invisível, que se tornou visível a nossos olhos!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... (cantado) | Maria, ícone da Santíssima Trindade! R. Rogai, por nós.

No 2.º mistério contemplemos Maria, como ícone do mistério de Deus:

Texto bíblico: *“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. Maria disse ao anjo: «Como será isso, se eu não conheço homem?». O anjo respondeu-lhe: «O Espírito Santo virá sobre ti e a força do Altíssimo estenderá sobre ti a sua sombra. Por isso, aquele que vai nascer é Santo e será chamado Filho de Deus” (Lc. 1, 30-35).*

Meditação: A palavra «mistério» não significa «*enigma*» indecifrável; a palavra «mistério» serve para indicar as maravilhas de Deus, o seu plano de salvação, oculto no tempo, e revelado em Cristo! O mistério implica simultaneamente a visibilidade dos acontecimentos em que se cumpre a profundidade invisível da obra divina

que se realiza neles. Por isso o mistério por excelência é Cristo, «Cristo que está em nós e esperança da glória» (Col.1,27).

Maria está totalmente em relação com o mistério. Vemos, por exemplo, na cena da Anunciação, como a Virgem está envolta no mistério de Deus e O acolhe em Si mesma, por obra do Espírito Santo. Na Anunciação é o Pai que saúda Maria, sua escolhida, para ser a Mãe do Filho do Altíssimo, por obra e graça do Espírito Santo. Assim, Maria é o santuário e o repouso da Santíssima Trindade, a imagem e o ícone da mesma. Na Virgem Mãe, humilde serva do Omnipotente, vem a refletir-se então o próprio mistério das relações divinas: na unidade da sua pessoa, vem repousar o sopro da vida plena de Deus!

Prece: Como Maria, ofereçamos o nosso coração como santuário e repouso da Santíssima Trindade!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... (cantado) | Maria, ícone da Santíssima Trindade! R. Rogai, por nós.

No 3.º Mistério, meditemos em Maria Virgem, como ícone do Filho, muito amado!

Texto bíblico: *“Quanto a Maria, conservava todas estas coisas, ponderando-as no seu coração” (Lc.2,19).*

Meditação: Enquanto «Virgem», Maria está diante do Pai, como recetividade pura, e oferece-se portanto a cada um de nós, como imagem d’Aquele que na eternidade é puro receber, puro deixar-se amar, o gerado e não criado, o eternamente Amado, o Filho Jesus.

A Virgem, figura do acolhimento do Filho, é a mulher crente que, na fé, escuta, acolhe e consente o mistério de Deus. Em Maria Virgem, a Igreja aprende a viver na inocência, de quem se abre a acolher o dom. Em Maria, Virgem, a Igreja aprende a viver a fé, sem qualquer garantia dada pela capacidade e pelo poder humanos!

Prece: Que Maria, Virgem, ensine a Igreja e cada um de nós a viver no silêncio acolhedor e ouvinte da Palavra!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... (cantado) | Maria, ícone da Santíssima Trindade! R. Rogai, por nós.

No 4.º Mistério, meditemos em Maria, Mãe, como ícone do amor de Deus Pai:

Texto bíblico: *“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” (Lc.1,39-40).*

Meditação: Enquanto Mãe do Verbo encarnado, Maria refere-se a Ele, na gratuidade do dom, como fonte do Amor que dá a vida e é, portanto, o ícone maternal do Pai, d'Aquele que, desde sempre e para sempre, nos ama, sem cessar. O Pai é a fontalidade pura do amor, o puro dar, a fonte primeira, o eterno Amante, Aquele que primeiro nos amou!

Maria, a Mãe, figura da sobreabundante generosidade do Pai, é Aquela que, à semelhança de Deus Pai, gera a vida. Maria é Aquela que, na caridade, dá, oferece, transmite....

Enquanto ícone maternal do Pai que está nos céus, Maria deixa perceber a imagem de um Deus, a que correspondem alguns traços divinos, como a gratuidade radiante e o amor entranhável!

Em Maria, Mãe, a Igreja aprende a sua própria maternidade, aprende a gerar filhos para Deus, através dos sinais da solicitude, do acolhimento e da perseverança no amor, numa gratuidade radiante, feita de atenção concreta e de carinho no dom. Carinho é transmitir a profundidade da vida, através da verdade e da simplicidade do gesto; é estabelecer um vínculo de caridade profunda, luminosa, humildade, discreta.

Prece: Que Maria nos ensine a Caridade do Pai, que alcança o próximo no concreto. Que Maria, Mãe, nos recorde que toda a pessoa, criada à imagem de Deus Pai, foi feita para amar!

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... (cantado) | Maria, ícone da Santíssima Trindade! R. Rogai, por nós.

No 5.º Mistério, meditemos em Maria, Esposa, como ícone do Espírito Santo!

Texto bíblico: *“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. 1-2) Vi também um novo céu e uma nova terra, pois o primeiro céu e a primeira terra tinham desaparecido e o mar já não existia. E vi descer do céu, de junto de Deus, a cidade santa, a nova Jerusalém, já preparada, qual noiva adornada para o seu esposo (Ap.21, 1-2).*

Meditação: Maria é a Arca da Aliança nupcial, Aquela em cujo seio se abriga Aquele que une o céu e a terra! Ela é a Esposa, na qual o Eterno une consigo a história e a cumula com a novidade surpreendente do seu Dom! Toda a vida de Maria se refere à comunhão entre o Pai e o Filho e entre Eles e o mundo. E portanto, Maria oferece-se como ícone do Espírito Santo, que é nupcialidade eterna, vínculo da caridade infinita e abertura permanente do mistério de Deus à história dos homens.

Maria, Esposa, é, para nós, o ícone do Espírito Santo, humilde imagem feminina deste laço de amor, imagem fiel e radiante da obra de unidade, que o Espírito Santo realiza no tempo e na eternidade. A santidade de Maria e a sua assunção gloriosa fazem dela a imagem da Igreja, fecundada e glorificada pelo Espírito. Diríamos, que a Igreja contempla em Maria a puríssima imagem do que ela mesma, toda inteira, anseia e espera ser.

Prece: Em Maria, ícone do Espírito, cada pessoa aprende isto: amando, cada pessoa deixa-se amar. E deixando-se amar, vive o amor. Que Maria, nos desperte, para a consciência de que todos nós, uma vez criados à imagem e semelhança de Deus, Espírito Santo, somos chamados ao amor, ao diálogo, à unidade, à comunhão, à liberdade e à santidade de vida.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... (cantado) | Maria, ícone da Santíssima Trindade! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Nestas três últimas ave-marias recordemos Maria, como obra-prima da Santíssima Trindade. Dizia Bento XVI: “Na sua humildade dócil, a Virgem Maria fez-se serva do Amor divino: acolheu a vontade do Pai e concebeu o Filho por obra do Espírito Santo. Nela o Todo-Poderoso construiu para si um templo digno dele, fazendo do mesmo o modelo e a imagem da Igreja, mistério e casa de comunhão para todos os homens. Maria, espelho da Santíssima Trindade, nos ajude a crescer na fé no mistério trinitário. Com a sua ajuda, a vossa fé e as vossas obras sejam sempre para louvor e glória da Santíssima Trindade” (Bento XVI, Angelus, 11.062006).

3 Ave-marias

Oração à Santíssima Trindade

Santíssima Trindade, Pai, Filho e Espírito Santo,
adoro-vos profundamente
e ofereço-vos o preciosíssimo Corpo, Sangue,
Alma e Divindade de Jesus Cristo,
presente em todos os sacrários da terra,
em reparação dos ultrajes, sacrilégios
e indiferenças com que Ele mesmo é ofendido.
E, pelos méritos infinitos do Seu Santíssimo Coração

e do Coração Imaculado de Maria,
peço-Vos a conversão dos pobres pecadores”.

Salve Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

27 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 27 de maio

Hoje, dia 27 de maio, seguimos a 34.^a Catequese do Papa, sobre as dificuldades na oração: as distrações, a aridez e a acédia na oração.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Seguindo o exemplo do [Catecismo](#), nesta catequese referimo-nos à experiência vivida da oração, procurando mostrar algumas das suas dificuldades muito comuns, que devem ser identificadas e superadas. Rezar não é fácil: há muitas dificuldades que surgem na oração. É preciso conhecê-las, identificá-las e superá-las.

O primeiro problema que se apresenta para aqueles que rezam é a *distração* (cf. CIC, 2729). Começas a rezar e depois a mente roda, roda pelo mundo inteiro; o teu coração está ali, a mente está acolá... a distração da prece. A oração convive frequentemente com a distração. De facto, a mente humana tem dificuldade de se concentrar por muito tempo num único pensamento. Todos nós experimentamos este turbilhão contínuo de imagens e ilusões em movimento perpétuo, que nos acompanha até durante o sono. E todos sabemos que não é bom dar seguimento a esta inclinação fragmentada.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. A luta para alcançar e manter a concentração não se limita à oração. Se não se atinge um grau de concentração suficiente, não se pode estudar com proveito, nem se pode trabalhar bem. Os atletas sabem que as competições são ganhas não só pelo treino físico, mas também pela disciplina mental: acima de tudo, pela capacidade de estarem concentrados e de manter alerta a atenção.

As distrações não são culpadas, mas devem ser combatidas. No património da nossa fé há uma virtude que é frequentemente esquecida, mas que está muito presente no Evangelho. Chama-se “vigilância”. E Jesus repete-o com frequência: “Vigiai. Rezai”. O *Catecismo* menciona-a explicitamente na sua instrução sobre a oração (cf. n. 2730). Jesus chama frequentemente os discípulos ao dever de uma vida sóbria, guiada pelo pensamento de que mais cedo ou mais tarde ele voltará, como um noivo volta das bodas ou um senhor da viagem. No entanto, sem saber o dia nem a hora do Seu regresso, todos os minutos da nossa vida são preciosos e não devem ser desperdiçados em distrações. Num momento que não conhecemos, a voz do nosso Senhor ressoará: nesse dia, bem-aventurados os servos que Ele encontrará laboriosos, ainda concentrados no que realmente importa. Não se dispersaram perseguindo todas as atrações que lhes vinham à mente, mas procuraram empreender o caminho certo, praticando o bem e desempenhando a própria tarefa. Esta é a distração: que a imaginação roda, roda, roda... Santa Teresa definia esta imaginação que roda, roda na oração, “a louca de casa”: é como uma louca que te faz rodar, rodar... Devemos impedi-la e aprisioná-la com a atenção.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. *O tempo da aridez* merece um discurso diferente. O *Catecismo* descreve-o deste modo: «O coração está seco, sem gosto pelos pensamentos, lembranças e sentimentos, mesmo espirituais. É o momento da fé pura, que se aguenta fielmente ao lado de Jesus na agonia e no sepulcro» (n. 2731). A aridez faz-nos pensar na Sexta-Feira Santa, na noite e no Sábado Santo, o dia inteiro: Jesus não está presente, está no sepulcro; Jesus morreu: estamos sozinhos. E este é o pensamento-mãe da aridez. Muitas vezes não sabemos quais são as razões da

aridez: pode depender de nós, mas também de Deus, que permite certas situações na vida exterior ou interior. Ou, às vezes, pode ser uma dor de cabeça ou um nó no fígado que te impede de entrar na oração. Com frequência não sabemos a razão. Os mestres espirituais descrevem a experiência da fé como uma alternância contínua de tempos de consolação e tempos de desolação; momentos em que tudo é fácil, enquanto outros são marcados por uma grande dificuldade. Muitas vezes, ao encontrarmos um amigo, dizemos: “Como estás?” – “Hoje sinto-me abatido”. Acontece que às vezes nos sentimos “abatidos”, isto é, não temos sentimentos, não temos consolação, não aguentamos mais. São aqueles dias cinzentos... e existem muitos na vida! Mas o perigo é ter o coração cinzento: quando este “sentir-se abatido” chega ao coração e o faz adoecer... e há pessoas que vivem com o coração cinzento. Isto é terrível: não se pode rezar, não se pode sentir consolação com o coração cinzento! Ou não se pode levar adiante uma aridez espiritual com o coração cinzento. O coração deve ser aberto e luminoso, para que entre a luz do Senhor. E se não entrar, é preciso aguardá-la com esperança. Mas não devemos fechá-la no cinzento.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Depois, algo diverso é a *acédia*, outro defeito, outro vício, que é uma verdadeira tentação contra a oração e, mais geralmente, contra a vida cristã. A acédia é «uma forma de depressão devida ao relaxamento da ascese, à diminuição da vigilância, à negligência do coração» (CIC, 2733). É um dos sete “pecados capitais” pois, alimentado pela presunção, pode levar à morte da alma.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

O que devemos fazer, então, nesta sucessão de entusiasmos e desânimos? Deve-se aprender a caminhar sempre. O verdadeiro progresso na vida espiritual não consiste em multiplicar os êxtases, mas em ser capaz de perseverar em tempos difíceis: caminha, caminha, caminha... E se te sentires cansado, pára um pouco e volta a caminhar. Mas com perseverança. Recordemos a parábola de São Francisco sobre a alegria perfeita: não é nas infinitas fortunas que caem do céu que se mede a capacidade de um frade, mas em caminhar com constância, mesmo quando não se é reconhecido, mesmo quando se é maltratado, ou quando tudo perdeu o sabor do princípio. Todos os santos passaram por este “vale escuro”, e não nos escandalizemos se, lendo os seus diários, ouvirmos o relato de noites de oração sem vontade, vivida sem gosto. Temos de aprender a dizer: “Ainda que Tu, meu Deus, pareças fazer tudo para que eu deixe de acreditar em Ti, continuo a rezar a Ti”. Os crentes nunca apagam a oração! Por vezes pode assemelhar-se à oração de Job, o qual não aceita que Deus o trate injustamente, protesta e chama-o em juízo. Mas, muitas vezes, protestar diante de Deus é também um modo de rezar ou, como dizia aquela velhinha, “zangar-se com Deus também é um modo de rezar”, pois com

frequência o filho zanga-se com o pai: é um modo de se relacionar com o pai; pois reconhece-o como “pai”, zanga-se...

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. E também nós, que somos muito menos santos e pacientes do que Job, sabemos que no final, no fim deste tempo de desolação, em que elevámos ao Céu gritos silenciosos e muitos “porquê?”, Deus responder-nos-á. Não esqueçais a oração do “porquê?”: é a prece que recitam as crianças quando começam a não entender as coisas e os psicólogos definem-na “a idade dos porquês”, pois a criança pergunta ao pai: “Pai, porquê...? Pai, porquê...? Papai, porquê...?”. Mas prestemos atenção: a criança não ouve a resposta do pai. O pai começa a responder e a criança apresenta outro *porquê*. Só quer chamar para si a atenção do pai; e quando nos zangamos um pouco com Deus e começamos a pronunciar os *porquês*, estamos a atrair o coração do nosso Pai na direção da nossa miséria, da nossa dificuldade, da nossa vida. Mas sim, tende coragem de dizer a Deus: “Mas porquê...?”. Pois às vezes, zangar-se um pouco faz bem, faz-nos despertar esta relação de filho com o Pai, de filha com o Pai, que devemos manter com Deus. E até as nossas expressões mais duras e amargas, Ele as acolherá com o amor de um pai, e considerá-las-á como um ato de fé, como uma oração.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho

que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

28 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 28 de maio

Hoje, dia 28 de maio, seguimos a 34.^a Catequese do Papa, sobre a certeza de sermos escutados na oração.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Há uma contestação radical à oração, que deriva de uma observação que todos nós fazemos: rezamos, pedimos, e, no entanto, por vezes as nossas orações parecem não ser ouvidas: o que pedimos – para nós ou para os outros – não se realizou. Passamos por esta experiência muitas vezes. Se a razão pela qual rezámos era nobre (como pode ser a intercessão pela saúde de uma pessoa doente, ou pelo fim de uma guerra), o não cumprimento parece escandaloso. Por exemplo, pelas guerras: rezamos a fim de que acabem as guerras, as guerras em tantas partes do mundo, pensemos no lémen, na Síria, países que estão em guerra há anos, há

anos! Países atormentados pelas guerras, rezamos e elas não terminam. Como pode isto acontecer? «Alguns deixam mesmo de orar porque, segundo pensam, o seu pedido não é atendido (*Catecismo da Igreja Católica*, n. 2734). Mas se Deus é Pai, por que não nos ouve? Ele, que nos garantiu que dá coisas boas aos filhos que Lhe pedem (cf. *Mt 7, 10*), por que não responde aos nossos pedidos? Todos nós tivemos esta experiência: rezámos, rezámos, pela doença de um amigo, de um pai, de uma mãe e depois eles morreram, Deus não nos atendeu. É uma experiência de todos nós.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. O *Catecismo* oferece-nos um bom resumo da questão. Adverte-nos contra o risco de não termos uma experiência autêntica de fé, mas de transformarmos a nossa relação com Deus em algo mágico. A oração não é uma varinha mágica: é um diálogo com o Senhor. De facto, quando rezamos, podemos cair no risco de não sermos nós a servir Deus, mas de pretender que Ele nos sirva (cf. n. 2735). Eis então uma oração que é sempre exigente, que pretende orientar os acontecimentos de acordo com o nosso plano, que não permite qualquer outros projetos para além dos nossos desejos. Por outro lado, Jesus teve grande sabedoria ao colocar o “Pai-Nosso” nos nossos lábios. É uma oração unicamente de pedidos, como sabemos, mas os primeiros que pronunciamos estão todos da parte de Deus. Pedem que não seja realizado o nosso desejo, mas a sua vontade para o mundo. Melhor deixar que Ele faça: «Santificado seja o vosso nome, venha a nós o vosso Reino, seja feita a vossa vontade» (*Mt 6, 9-10*).

O apóstolo Paulo lembra-nos que nem sequer sabemos o que é conveniente pedir (cf. *Rm 8, 26*). Pedimos pelas nossas necessidades, pelo que precisamos, pelas coisas que desejamos, “mas isto é conveniente ou não?”. Paulo diz-nos: nem sequer sabemos o que é conveniente pedir. Quando rezamos, devemos ser humildes: esta é a primeira atitude quando se reza. Assim como há o costume em muitos lugares que para ir rezar à igreja, as mulheres usam o véu ou se benzem com a água santa antes de iniciar a rezar, deste modo devemos dizer-nos, antes da prece, o que é mais conveniente, que Deus me conceda aquilo que mais me convém: Ele sabe. Quando rezamos devemos ser humildes, para que as nossas palavras sejam realmente orações e não um vanilóquio que Deus rejeita. Também podemos rezar por motivos errados: por exemplo, para derrotar o inimigo na guerra, sem nos perguntarmos o que pensa Deus dessa guerra. É fácil escrever num estandarte “Deus está connosco”; muitos estão ansiosos por garantir que Deus esteja com eles, mas poucos se preocupam em verificar se estão realmente com Deus. Na oração, é Deus que nos deve converter, não nós que devemos converter Deus. É a humildade. Vou rezar, mas Tu, Senhor, converte o meu coração para que peça o que é conveniente, o que for melhor para a minha saúde espiritual.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. No entanto, o escândalo permanece: quando as pessoas rezam com um coração sincero, quando pedem bens que correspondem ao Reino de Deus, quando uma mãe reza pelo filho doente, por que parece que às vezes Deus não ouve? Para responder a esta pergunta, precisamos de meditar calmamente sobre os Evangelhos. As narrações da vida de Jesus estão cheias de orações: muitas pessoas feridas no corpo e no espírito pedem-lhe que as cure; há aqueles que rezam por um amigo que já não pode andar; há pais e mães que lhe trazem filhos e filhas doentes... Todas são orações impregnadas de sofrimento. É um coro imenso que invoca: “Tende piedade de nós”.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Vemos que por vezes a resposta de Jesus é imediata, mas noutras casos, é adiada no tempo: parece que Deus não responde. Pensemos na mulher cananeia que implora a Jesus pela sua filha: esta mulher deve insistir longamente para ser ouvida (cf. Mt 15, 21-28). Há também a humildade de ouvir uma palavra de Jesus que parece um pouco ofensiva: não devemos lançar o pão aos cães, aos cãesinhos. Mas àquela mulher não importa a humilhação: importa a saúde da filha. E vai adiante: “Sim, também os cãesinhos comem o que cai da mesa”, e isto agradou a Jesus. A coragem na oração. Pensemos também no paralítico trazido pelos seus quatro amigos: inicialmente Jesus perdoa os seus pecados e só num segundo momento o cura no seu corpo (cf. Mc 2, 1-12). Assim, nalgumas ocasiões, a solução para o drama não é imediata. Também na nossa vida, cada um de nós tem esta experiência. Façamos mente local: quantas vezes pedimos uma graça, um milagre, digamos, e nada aconteceu. Depois, com o tempo, a situação resolve-se, mas segundo o modo de Deus, o modo divino, não de acordo com o que queríamos naquele momento. O tempo de Deus não é o nosso tempo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Deste ponto de vista, a cura da filha de Jairo merece especial atenção (cf. Mc 5, 21-33). Há um pai que está com pressa: a sua filha está doente e por esta razão pede a ajuda de Jesus. O Mestre aceita imediatamente, mas quando estão a caminho da casa acontece outra cura, e depois chega a notícia de que a menina morreu. Parece ser o fim, mas em vez disso Jesus diz ao pai: «Não tenhas receio; crê somente!» (Mc 5, 36). “Continua a ter fé”: pois é a fé que sustenta a oração. E, de facto, Jesus despertará aquela menina do sono da morte. Mas durante algum tempo, Jairo teve que caminhar no escuro, apenas com a chama da fé. Senhor, dai-me fé! Que a minha fé cresça! Pedir esta graça, ter fé. No Evangelho Jesus diz que a fé move montanhas. Mas, ter fé seriamente. Jesus, diante da fé dos seus pobres, dos seus homens, cai vencido, sente uma ternura especial, diante daquela fé. E ouve.

Também a oração que Jesus dirige ao Pai no Getsémani parece não ter sido ouvida: “Pai, se possível, afasta de mim o que me espera”. Parece que o Pai não o ouviu. O Filho terá de beber até ao fim o cálice da paixão. Mas o Sábado Santo não é o capítulo final, porque no terceiro dia, isto é o domingo, há a ressurreição. O mal é senhor do penúltimo dia: recordai bem isto. O mal nunca é o senhor do último dia, não: do penúltimo, o momento no qual a noite é mais escura, precisamente antes da aurora. No penúltimo dia há a tentação onde o mal nos faz compreender que venceu: “Viste? Eu venci!”. O mal é senhor do penúltimo dia: no último dia há a ressurreição. Mas o mal nunca é senhor do último dia: Deus é o Senhor do último dia. Porque este dia pertence apenas a Deus, e é o dia em que todos os anseios humanos de salvação serão cumpridos. Aprendamos esta paciência humilde de esperar a graça do Senhor, esperar o último dia. Muitas vezes, o penúltimo dia é muito doloroso, pois os sofrimentos humanos são maus. Mas o Senhor está presente e no último dia Ele resolve tudo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

29 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 29 de maio

Hoje, dia 29 de maio, seguimos a 36.^a Catequese do Papa, sobre Jesus, como modelo e alma de cada oração.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Os Evangelhos mostram-nos como a oração era fundamental na relação de Jesus com os seus discípulos. Isto já é evidente na escolha daqueles que mais tarde iriam ser os Apóstolos. Lucas coloca a eleição deles num exato contexto de oração, dizendo assim: «Naqueles dias, Jesus foi para o monte a fim de fazer *oração*, e passou a noite a *orar a Deus*. Aquando nasceu o dia, convocou os discípulos e escolheu doze entre eles aos quais deu o nome de apóstolos» (6, 12-13). Jesus escolhe-os depois de uma noite de oração. Parece que não há outro critério nesta escolha senão a oração, o diálogo de Jesus com o Pai. A julgar pela forma como esses

homens se comportarão mais tarde, parece que a escolha não foi das melhores pois todos fugiram, deixaram-no sozinho antes da Paixão; mas é precisamente isto, sobretudo a presença de Judas, o futuro traidor, que mostra que esses nomes foram escritos no desígnio de Deus.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. A oração a favor dos seus amigos reapresenta-se continuamente na vida de Jesus. Os Apóstolos por vezes tornam-se um motivo de preocupação para ele, mas Jesus, dado que os recebeu do Pai, depois da oração, leva-os no seu coração, até com os seus erros, inclusive as suas quedas. Em tudo isto descobrimos como Jesus foi mestre e amigo, sempre pronto a esperar pacientemente a conversão do discípulo. O ponto mais alto desta espera paciente é a “tela” de amor que Jesus tece à volta de Pedro. Na Última Ceia ele diz-lhe: «Simão, Simão olha que Satanás vos reclamou para vos joeirar como o trigo. Mas Eu *roguei* por ti, a fim de que a tua fé não desfaleça. E tu, uma vez convertido, fortalece os teus irmãos» (Lc 22, 31-32). Impressiona, no tempo da tentação, saber que naquele momento o amor de Jesus não cessa – “mas padre, se estou em pecado mortal, existe o amor de Jesus? – Sim – E Jesus continua a rezar por mim? – Sim – Mas se pratiquei coisas más e muitos pecados, será que Jesus continua a amar-me? – Sim”. O amor e a oração de Jesus por cada um de nós não cessam, aliás, tornam-se mais intensos e nós estamos no centro da sua oração! Devemos sempre recordar isto: Jesus está a rezar por mim, está a rezar agora perante o Pai e mostra-lhe as feridas que carregou consigo, para que o Pai possa ver o preço da nossa salvação, eis o amor que Ele nutre por nós. Mas, agora, cada um de nós pense: neste momento Jesus está a rezar por mim? Sim. Esta é uma grande certeza que devemos ter.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. A oração de Jesus apresenta-se pontualmente num momento crucial do seu caminho, o da verificação da fé dos discípulos. Ouçamos novamente o evangelista Lucas: «Um dia em que ele estava a *orar* a sós com os discípulos, perguntou-lhes: “Quem dizem as multidões que Eu sou?”. Responderam-lhe: “João Batista; outros, Elias; outros, um dos antigos profetas ressuscitado”. Perguntou-lhes, então: “E vós, quem dizeis que Eu sou?” Pedro tomou a palavra e respondeu, em nome de todos: “O Messias de Deus”. Ele proibiu-lhes, formalmente, de o dizerem fosse a quem fosse» (9, 18-21). As grandes mudanças da missão de Jesus são sempre precedidas de uma oração intensa e prolongada. Há sempre naqueles momentos a oração. Esta verificação da fé parece ser uma meta, mas ao contrário é um ponto de partida renovado para os discípulos, pois, a dali em diante, é como se Jesus assumisse um novo tom na sua missão, falando-lhes abertamente da sua paixão, morte e ressurreição.

Nesta perspetiva, que instintivamente suscita repulsa, tanto nos discípulos como em nós que lemos o Evangelho, a oração é a única fonte de luz e força. É necessário rezar mais intensamente, cada vez que o caminho se torna íngreme.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. E de facto, depois de anunciar aos discípulos o que o espera em Jerusalém, tem lugar o episódio da Transfiguração. «Levando consigo Pedro, Tiago e João, Jesus subiu ao monte para *orar*. Enquanto orava, modificou-se o aspeto do seu Rosto e as vestes tornaram-se de brancura fulgurante. E dois homens conversavam com Ele: Moisés e Elias que, aparecendo rodeados de glória, falavam da Sua morte, que ia dar-se em Jerusalém» (Lc 9, 28-31), isto é, a Paixão. Portanto, esta manifestação antecipada da glória de Jesus teve lugar na oração, enquanto o Filho estava imerso em comunhão com o Pai e consentiu plenamente à sua vontade de amor, ao seu desígnio de salvação. E daquela oração sobressai uma palavra clara para os três discípulos envolvidos: «Este é o meu Filho dileto; escutai-o!» (Lc 9, 35). Da oração vem o convite a ouvir Jesus, sempre da oração.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Deste rápido percurso através do Evangelho, deduzimos que Jesus não só quer que rezemos enquanto Ele reza, mas assegura-nos que mesmo que as nossas tentativas de oração fossem completamente vãs e ineficazes, podemos sempre contar com a sua oração. Devemos estar conscientes: Jesus está a rezar por mim. Uma vez, um bom bispo disse-me que num momento muito mau da sua vida e de uma grande provação, um momento de escuridão, ele, na Basílica, olhou para alto e viu esta frase escrita: “Eu, Pedro, rezarei por ti”. E isso deu-lhe força e conforto. Acontece sempre, todas as vezes que cada um de nós sabe que Jesus reza por nós. Jesus reza por nós. Neste momento, neste momento. Façam este exercício de memória de repetir isto. Quando há alguma dificuldade, quando se está na órbita das distrações: Jesus está a rezar por mim. Mas será verdade, padre? É verdade, disse-o ele mesmo. Não esqueçamos que o que sustenta cada um de nós na vida é a oração de Jesus por todos nós, com nome, sobrenome, perante o Pai, mostrando-lhe as feridas que são o preço da nossa salvação.

Mesmo que as nossas orações fossem apenas balbúcies, se estivessem prejudicadas por uma fé vacilante, nunca devemos deixar de confiar n’Ele, eu não sei rezar mas Ele ora por mim. Sustentadas pela oração de Jesus, as nossas tímidas preces apoiam-se nas asas da águia e elevam-se ao Céu. Não vos esqueçais: Jesus está a rezar por mim – Agora? – Agora. No momento da provação, no momento do pecado, também naquele momento, Jesus com muito amor está a rezar por mim.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor. A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

30 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira ‘sinfonia da oração’, queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 “Catequeses sobre a Oração”, que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 30 de maio

Hoje, dia 30 de maio, por ser Solenidade do Santíssimo Corpo e Sangue de Jesus, seguimos a 23.^a Catequese do Papa, sobre a oração na liturgia, especialmente na Eucaristia.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. Na história da Igreja verificou-se repetidamente a tentação de praticar um cristianismo intimista, que não reconhece a importância espiritual dos ritos litúrgicos públicos. Muitas vezes, esta tendência reivindicou a presumível maior pureza de uma religiosidade que não dependesse de cerimónias exteriores, consideradas um fardo inútil ou prejudicial. O centro das críticas não era uma forma ritual particular, nem um determinado modo de celebrar, mas a própria liturgia, a forma litúrgica de rezar.

Com efeito, na Igreja é possível encontrar certas formas de espiritualidade que não souberam integrar adequadamente o momento litúrgico. Muitos fiéis, embora participassem assiduamente nos ritos, especialmente na Missa dominical, sorviam alimento para a sua fé e para a sua vida espiritual sobretudo de outras fontes, de tipo devocional.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Nas últimas décadas, houve muito progresso. A Constituição *Sacrosanctum Concilium*, do [Concílio Vaticano II](#), representa o centro deste longo trajeto. Reafirma de modo completo e orgânico a importância da liturgia divina para a vida dos cristãos, que nela encontram a mediação objetiva exigida pelo facto de Jesus Cristo não ser uma ideia nem um sentimento, mas uma Pessoa viva, e o seu Mistério um acontecimento histórico. A oração dos cristãos passa por mediações concretas: a Sagrada Escritura, os Sacramentos, os ritos litúrgicos, a comunidade. Na vida cristã não prescindimos da esfera corpórea e material, porque em Jesus Cristo ela tornou-se o caminho da salvação. Poderíamos dizer que devemos rezar inclusive com o corpo: o corpo entra na oração.

Portanto, não existe espiritualidade cristã que não esteja enraizada na celebração dos mistérios sagrados. O [Catecismo](#) escreve: «A missão de Cristo e do Espírito Santo que, na liturgia sacramental da Igreja anuncia, atualiza e comunica o mistério da salvação, prossegue no coração de quem ora» (n. 2655). A liturgia, em si, não é apenas oração espontânea, mas algo cada vez mais original: é um ato que fundamenta toda a experiência cristã e, por conseguinte, também a oração. É acontecimento, é evento, é presença, é encontro. É um encontro com Cristo. Cristo faz-se presente no Espírito Santo através dos sinais sacramentais: disto, para nós cristãos, deriva a necessidade de participar nos mistérios divinos. Um cristianismo sem liturgia, ousaria dizer que talvez seja um cristianismo sem Cristo. Sem o Cristo total. Até no rito mais despojado, como o que alguns cristãos celebraram e celebram nos lugares de prisão, ou no escondimento de uma casa durante tempos de perseguição, Cristo está verdadeiramente presente e doa-se aos seus fiéis.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. A liturgia, precisamente devido à sua dimensão objetiva, deve ser celebrada com fervor, para que a graça derramada no rito não se disperse, mas abranja a vida de cada pessoa. O *Catecismo* explica-o muito bem e diz assim: «A oração interioriza e assimila a liturgia, durante e depois da sua celebração» (*ibidem*). Muitas orações cristãs não provêm da liturgia, mas todas elas, se forem cristãs, pressupõem a liturgia, ou seja, a mediação sacramental de Jesus Cristo. Cada vez que celebramos um Batismo, ou consagramos o pão e o vinho na Eucaristia, ou unguimos o corpo de um enfermo com o Óleo Santo, Cristo está ali! É Ele que age e está

presente como quando curava os membros fracos de um doente ou quando, na Última Ceia, entregou o seu testamento para a salvação do mundo.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. A oração do cristão faz sua a presença sacramental de Jesus. O que nos é exterior torna-se parte de nós: a liturgia expressa isto também no gesto muito natural de comer. A Missa não pode ser somente “ouvida”: também a expressão “vou ouvir Missa” não é correta. A Missa não pode ser só ouvida, como se fôssemos apenas espectadores de algo que escorre sem nos envolver. A Missa é sempre *celebrada*, e não apenas pelo sacerdote que a preside, mas por todos os cristãos que a vivem. E o centro é Cristo! Todos nós, na diversidade dos dons e ministérios, nos unimos na sua ação, porque Ele, Cristo, é o Protagonista da liturgia.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

5. Quando os primeiros cristãos começaram a viver o seu culto, fizeram-no atualizando os gestos e a palavras de Jesus, com a luz e a força do Espírito Santo, para que a sua vida, alcançada por esta graça, se tornasse sacrifício espiritual oferecido a Deus. Esta abordagem foi uma verdadeira “revolução”. Na Carta aos Romanos São Paulo escreve: «Exorto-vos, pois, irmãos, pelas misericórdias de Deus, a oferecer os vossos corpos em sacrifício vivo, santo, agradável a Deus: é este o vosso culto espiritual» (12, 1). A vida é chamada a tornar-se culto a Deus, mas isto não pode acontecer sem oração, especialmente a oração litúrgica. Que este pensamento nos ajude a todos quando vamos à Missa: vou rezar em comunidade, vou rezar com Cristo que está presente. Quando vamos à celebração de um Batismo, por exemplo, Cristo está lá, presente, que batiza. “Mas, Padre, esta é uma ideia, um modo de dizer”: não, não é um modo de dizer. Cristo está presente e na liturgia reza com Cristo que está ao teu lado.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

DIA 30 DE MAIO
MARIA, MULHER «EUCARÍSTICA»

Introdução:

Hoje, dia 30 de maio, celebramos a Solenidade do Santíssimo Corpo e Sangue do Senhor. Vamos meditar os mistérios do Rosário, a partir da Encíclica de São João Paulo II, sobre a Eucaristia, em que somos convidados a entrar «na escola de Maria, Mulher Eucarística». De facto, diz-nos o Papa São João Paulo II:

“Se quisermos redescobrir em toda a sua riqueza a relação íntima entre a Igreja e a Eucaristia, não podemos esquecer Maria, Mãe e modelo da Igreja. Com efeito, Maria pode guiar-nos para o Santíssimo Sacramento porque tem uma profunda ligação com ele” (RVM 53). Pode-se delinear-se a relação de Maria com a Eucaristia, indiretamente, **a partir da sua atitude interior**. *Maria é mulher «eucarística» na totalidade da sua vida.*

Vamos, por isso, recordar algumas dessas atitudes interiores marianas, que nos ajudam a melhor compreender, celebrar e viver o mistério da Eucaristia.

1.º Mistério: Maria, na sua fé, desafia-nos a abandonarmo-nos ao mistério de fé que é a Eucaristia

Da Encíclica de São João Paulo II sobre a Eucaristia:

54. Se a Eucaristia é um mistério de fé que excede tanto a nossa inteligência que nos obriga ao mais puro abandono à Palavra de Deus, ninguém melhor do que Maria pode servir-nos de apoio e guia nesta atitude de abandono.

Todas as vezes que repetimos o gesto de Cristo na Última Ceia dando cumprimento ao seu mandato: «Fazei isto em memória de Mim», ao mesmo tempo acolhemos o convite que Maria nos faz para obedecermos a seu Filho sem hesitação: «Fazei o que Ele vos disser» (Jo 2, 5).

**Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Bendito e louvado seja o Santíssimo Sacramento da Eucaristia. R.
Fruto do ventre sagrado da Virgem Puríssima Santa Maria.**

2.º Mistério: O Fiat de Maria e o «Ámen» da Eucaristia

Da Encíclica de São João Paulo II sobre a Eucaristia:

55. De certo modo, Maria praticou a sua *fé eucarística* ainda antes de ser instituída a Eucaristia, quando *ofereceu o seu ventre virginal para a encarnação do Verbo de Deus.*

Existe, pois, uma *profunda ligação de semelhança* entre o «*faça-se*» pronunciado por Maria, e o *ámen*, que cada fiel pronuncia quando recebe o Corpo do Senhor. A Maria foi-Lhe pedido para acreditar que Aquele que Ela concebia «por obra do Espírito Santo» era o «Filho de Deus» (cf. *Lc 1, 30-35*). Também a nós, nos é pedido para crer que aquele mesmo Jesus, Filho de Deus e Filho de Maria, Se torna presente nos sinais do pão e do vinho.

**Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Bendito e louvado seja o Santíssimo Sacramento da Eucaristia. R.
Fruto do ventre sagrado da Virgem Puríssima Santa Maria.**

3.º Mistério: Maria, na sua Visita a Isabel, primeiro sacrário da História

Da Encíclica de São João Paulo II sobre a Eucaristia:

«Na Visitação, quando leva no seu ventre o Verbo encarnado, de certo modo Maria serve de «sacrário» – o primeiro «sacrário» da história –, para o Filho de Deus, que, ainda invisível aos olhos dos homens, Se presta à adoração de Isabel, como que «irradiando» a sua luz através dos olhos e da voz de Maria. E - pergunta-nos o Santo Padre - o olhar extasiado de Maria, quando contemplava o rosto de Cristo recém-nascido e O estreitava nos seus braços, não é porventura o modelo inatingível de amor a que se devem inspirar todas as nossas comunhões eucarísticas?

**Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Bendito e louvado seja o Santíssimo Sacramento da Eucaristia. R.
Fruto do ventre sagrado da Virgem Puríssima Santa Maria.**

4.º Mistério: Maria vive, na dádiva do Filho, a Eucaristia antecipada

Da Encíclica de São João Paulo II sobre a Eucaristia:

56. Ao longo de toda a sua existência ao lado de Cristo, e não apenas no Calvário, Maria viveu a *dimensão sacrificial da Eucaristia*. Quando levou o menino Jesus ao templo de Jerusalém, «para O apresentar ao

Senhor » (Lc 2, 22), ouviu o velho Simeão anunciar que aquele Menino seria «sinal de contradição » e que uma « espada» havia de trespassar também a alma d'Ela (cf. Lc 2, 34-35). Preparando-Se dia a dia para o Calvário, Maria vive uma espécie de «Eucaristia antecipada».

**Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Bendito e louvado seja o Santíssimo Sacramento da Eucaristia. R.
Fruto do ventre sagrado da Virgem Puríssima Santa Maria.**

5.º Mistério: Maria recebe de novo o Corpo do Filho, no dom e na celebração da Eucaristia

Da Encíclica de São João Paulo II sobre a Eucaristia:

Impossível imaginar os sentimentos de Maria, ao ouvir dos lábios de Pedro, João, Tiago e restantes apóstolos as palavras da Última Ceia: «Isto é o meu corpo que vai ser entregue por vós» (Lc 22, 19). Aquele corpo, entregue em sacrifício e presente agora nas espécies sacramentais, era o mesmo corpo concebido no seu ventre! Receber a Eucaristia devia significar para Maria quase **acolher de novo no seu ventre aquele coração que batera em uníssono com o d'Ela** e reviver o que tinha pessoalmente experimentado junto da Cruz.

**Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória | Bendito e louvado seja o Santíssimo Sacramento da Eucaristia. R.
Fruto do ventre sagrado da Virgem Puríssima Santa Maria.**

Antes das 3 AM

Recordemos que receber Jesus na Eucaristia é também receber Maria, junto à Cruz. Por isso, viver o memorial da morte de Cristo na Eucaristia implica também receber continuamente este dom da Mãe de Jesus. Significa levar connosco – a exemplo de João – Aquela que sempre de novo nos é dada como Mãe. Significa ao mesmo tempo assumir o compromisso de nos conformarmos com Cristo, entrando na escola da Mãe e aceitando a sua companhia.

Três Ave-Marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Cântico final

VIVER O ANO DA ORAÇÃO NO MÊS DE MARIA

31 DE MAIO 2024

Cântico inicial

Saudação inicial

Monição introdutória à Oração do Rosário [todos os dias]

No caminho rumo ao Jubileu de 2025, o Papa Francisco quis que este ano de 2024 fosse dedicado à oração. «Seja este um ano dedicado a redescobrir o grande valor e a necessidade absoluta da oração na vida pessoal, na vida da Igreja e no mundo» (Papa Francisco, *Angelus*, 21 de janeiro de 2024). A Oração é a maior força da Igreja.

Correspondendo a este desafio de preparar o Jubileu de 2025, transformando o ano de 2024 numa verdadeira 'sinfonia da oração', queremos aproveitar este mês de maio, mês de Maria, e a prática da oração do rosário, para intensificar a nossa oração e para aprendermos a rezar, como cristãos.

Para isso, tomaremos, em cada dia, uma das 38 "Catequeses sobre a Oração", que o Papa Francisco proferiu entre maio de 2020 e junho de 2021. Deixemo-nos guiar pelos seus belos ensinamentos. Por regra, iremos resumir e distribuir cada umas destas Catequeses, em cinco reflexões, que acompanharão a meditação dos cinco mistérios.

Convite à oração, em cada dia do mês: dia 31 de maio

Hoje, dia 31 de maio, concluímos o mês de Maria. Seguimos, de perto, a 37.^a Catequese do Papa, sobre a perseverança na oração, pois a insistência neste mês deve continuar em cada dia, por todos os dias do ano.

Segue-se a meditação em cada mistério

1. É um convite, na verdade um mandamento, que nos é dado pela Sagrada Escritura. O itinerário espiritual do *Peregrino russo* começa quando se depara com uma frase de São Paulo na Primeira Carta aos Tessalonicenses: «orai sem cessar, e, em todas as circunstâncias, dai graças» (5, 17-18). As palavras do Apóstolo comovem aquele homem que se questiona como é possível rezar sem interrupção, dado que a nossa vida é fragmentada em tantos momentos diferentes, que nem sempre tornam possível a concentração. A partir desta

pergunta ele começa a sua busca, que o levará a descobrir aquela que é chamada a oração do coração. Consiste em repetir com fé: “Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus, tem piedade de mim, pecador!”. Uma oração simples, mas muito bonita. É uma oração que, pouco a pouco, se adapta ao ritmo da respiração e se estende ao longo do dia. Com efeito, a respiração nunca pára, nem sequer quando dormimos; e a oração é o respiro da vida.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

2. Como é possível, então, manter sempre um estado de oração? O [Catecismo](#) oferece-nos belas citações, tiradas da história da espiritualidade, que insistem na necessidade de uma oração contínua, que é o ponto fulcral da existência cristã. Cito algumas.

2. O monge Evágrio do Ponto afirma: «Não nos foi pedido que trabalhemos, velemos e jejuemos constantemente – não, isto não nos foi pedido – mas temos a lei de orar sem cessar» (n. [2742](#)). O coração em oração. Existe assim um ardor na vida cristã que nunca deve falhar. É um pouco como aquele fogo sagrado que se conservava nos antigos templos, que ardia sem interrupção e que os sacerdotes tinham a tarefa de manter vivo. Eis: também em nós deve haver um fogo sagrado, que arda continuamente e que nada possa extinguir. Não é fácil, mas deve ser assim.

São João Crisóstomo, outro pastor atento à vida concreta, pregava deste modo: «É possível, mesmo no mercado ou durante um passeio solitário, fazer oração frequente e fervorosa; sentados na vossa loja, a tratar de compras e vendas, até mesmo a cozinhar» (n. [2743](#)). Pequenas orações: “Senhor, tem piedade de nós”, “Senhor, ajuda-me”. Pois bem, a oração é uma espécie de pauta musical, onde colocamos a melodia da nossa vida. Não está em contraste com o trabalho diário, não contradiz as muitas pequenas obrigações e compromissos, mas antes é o lugar onde cada ação encontra o seu sentido, o seu porquê, a sua paz.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3. Certamente, pôr em prática estes princípios não é fácil. Um pai e uma mãe, ocupados em mil afazeres, podem sentir nostalgia por um período da sua vida, quando era fácil encontrar tempos regulares e espaço para a oração. Depois, os filhos, o trabalho, as ocupações da vida familiar, os pais que envelhecem... Tem-se a impressão de nunca conseguir concluir tudo. Por isso é bom pensar que Deus, nosso Pai, o qual tem de cuidar de todo o universo, se lembra sempre de cada um de nós. Por conseguinte, também nós devemos recordá-Lo sempre!

Podemos então recordar que no monaquismo cristão o trabalho foi sempre realizado com grande honra, não só por dever moral de prover a si mesmo e aos outros, mas também por uma espécie de equilíbrio, um equilíbrio interior: é perigoso para o homem cultivar um interesse tão abstrato a ponto de perder o contacto com a realidade. O trabalho ajuda-nos a manter-nos em contacto com a realidade. As mãos juntas do monge contêm os calos daqueles que empunham pás e enxadas. Quando, no Evangelho de Lucas (cf. 10, 38-42), Jesus diz a Santa Marta que a única coisa realmente necessária é ouvir Deus, não significa de modo algum que despreza os muitos serviços que ela estava a realizar com tanto empenho.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

4. Tudo no ser humano é “binário”: o nosso corpo é simétrico, temos dois braços, dois olhos, duas mãos.... Assim, também o trabalho e a oração são complementares. A oração – que é o “respiro” de tudo – continua a ser o pano de fundo vital do trabalho, até em momentos em que não é explícita. É desumano estar tão absorvidos pelo trabalho a ponto de não encontrar tempo para a prece.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

Ao mesmo tempo, uma oração que esteja alienada da vida não é saudável. A oração que nos afasta da realidade do viver torna-se espiritualismo, ou, até pior, ritualismo. Recordemos que Jesus, depois de ter mostrado a sua glória aos discípulos no monte Tabor, não quis prolongar aquele momento de êxtase, mas desceu com eles do monte e retomou o caminho diário. Porque aquela experiência devia permanecer nos corações como luz e força da sua fé; também uma luz e força para os dias que estavam próximos: os da Paixão. Assim, os tempos dedicados a estar com Deus reavivam a fé, que nos ajuda na realidade da vida, e a fé, por sua vez, alimenta a oração, sem interrupção. Nesta circularidade entre fé, vida e oração, o fogo do amor cristão que Deus espera de nós mantém-se aceso. E recitemos a oração simples que é tão bom repetir durante o dia, todos juntos: “Senhor Jesus, Filho de Deus, tem piedade de mim, pecador”.

Pai-Nosso | 10 Ave-marias | Glória ao Pai... | Maria, Virgem Orante! R. Rogai, por nós.

3 Ave-marias

Salve-Rainha

Consagração a Nossa Senhora

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a fé que nos deste no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de caridade
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada esperança
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, Peregrinos de Esperança,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.

A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Amém

P. Bendigamos ao Senhor.

R. Graças a Deus.

Cântico final

31 de maio

Proposta alternativa: Receber Maria em nossa Casa

Cântico Inicial

Saudação Inicial

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

R. Ámen.

P. Sagrada Família de Nazaré!

R. Rogai por nós.

Introdução

P. Ao longo deste mês tivemos muito mais presente a figura de São José, esposo da Virgem Maria, pai adotivo de Jesus. Tivemos presentes as intenções da Semana da Vida e da Semana *Laudato Sí*. Os últimos dias foram consagrados a meditar os mistérios do Rosário, em função do Ano Família *Amoris laetitia*. Hoje, 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 arrependers. 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 Omnipotente. 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 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.

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 conhecestes o medo e a angústia e o pranto
e que também bebestes 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

P. O Senhor nos abençoe, nos livre de todo o mal e nos conduza a vida eterna.

R. *Ámen.*

Cântico final