

**Manual
do Apostolado da Oração**

(Rede Mundial de Oração do Papa)

Obras sobre o Apostolado da Oração e o Coração de Jesus

Acreditar no Amor

Dário Pedroso, S.J.

Amar o Amor – *Santa Margarida Maria Alacoque*

Autobiografia de Santa Margarida Maria Alacoque

Documentos da Igreja Sobre o Coração de Jesus

Eis o Coração (2ª ed.)

Dário Pedroso, S.J.

No Coração da Igreja – *Actualidade do Apostolado da Oração*

Dário Pedroso, S.J.

O Caminho do Coração

Dário Pedroso, S.J.

Para Nascer de Novo – *Devoção das Primeiras Sextas-Feiras*

Ottavio de Bertolis, S.J.

Viver em Oferecimento

António José Coelho, S.J.

Manual
do Apostolado da Oração
(Rede Mundial de Oração do Papa)



EDITORIAL A.O.

Na capa:
Coração de Jesus
(Nuno Branco, s.j.)

Capa
Francisca Cardoso

Paginação
Francisca Cardoso

Impressão e Acabamentos
Tadinense, Artes Gráficas

Depósito Legal n°
411802/16

ISBN
978-972-39-0816-9

Julho de 2016

Com todas as licenças necessárias

©
**SECRETARIADO NACIONAL
DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO**
Rua S. Barnabé, 32 – 4710-309 BRAGA
Tel.: 253 689 440 / Fax: 253 689 441
www.apostoladodaoracao.pt / livros@snao.pt



Apresentação

Tem nas suas mãos o novo Manual do Apostolado da Oração. Na linha das anteriores edições, este livro tem como objetivo dar a conhecer o Apostolado da Oração e os modos concretos de viver esta proposta, individual e comunitariamente.

A novidade desta edição prende-se com a mudança que se verificou no Apostolado da Oração, a nível internacional, que agora se apresenta mais explicitamente como a Rede Mundial de Oração do Papa.

O processo de Recriação do Apostolado da Oração, que se iniciou em 2010 e terminou em 2014, com a aprovação do Documento de Recriação «Um caminho com Jesus em Disponibilidade Apostólica», pelo Papa Francisco, está agora na sua fase de implementação. É nesta fase que este Manual adquire a sua razão de ser: constituir-se como referência para conhecer, aprofundar e viver tudo aquilo que tem a ver com o novo dinamismo do Apostolado da Oração.

Para além da história do Apostolado da Oração e da apresentação das linhas mestras da sua identidade e missão, este Manual é uma ajuda concreta para todos os que procuram, no seu dia a dia, viver uma relação de intimidade com Jesus, centrada no amor do seu Coração, e oferecer a vida em união com as intenções do Papa, para bem do mundo e da missão da Igreja.

Este novo Manual dirige-se, portanto, a todos os que, individualmente ou em grupo, pretendem viver a proposta do Apostolado da Oração e a participação nesta Rede

Mundial de Oração. Serve também de orientação para os responsáveis pastorais, tendo em vista a implementação dos Centros do Apostolado da Oração e a sua revitalização nas paróquias, ou a criação de novas comunidades apostólicas, na linha da recriação; apresenta também um guia de aprofundamento espiritual para encontros, retiros, etc., o «Caminho do Coração» – o itinerário que serve de base à nova compreensão e vivência do Apostolado da Oração; por fim, este Manual é um útil instrumento para as celebrações comunitárias relacionadas com a prática de oração do AO, em particular a primeira sexta-feira, Jornada Mundial de Oração pelas intenções do Papa, e a devoção ao Sagrado Coração de Jesus.

Esperamos que esta nova edição seja uma oportunidade de revitalização da missão e da presença do Apostolado da Oração no nosso país, o qual, na sua riquíssima tradição, sempre soube adaptar-se e responder às necessidades de cada tempo. Tal como no passado, os desafios do mundo e da missão da Igreja hoje são o nosso campo de missão e, como Apostolado da Oração, unidos em Rede Mundial de Oração, procuraremos estar à altura do que nos é dado viver como pessoas apaixonadas por Cristo e comprometidas com a sua missão.

P. António Valério, sj
Secretário Nacional do AO Portugal



I

A HISTÓRIA
DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

1. INTRODUÇÃO

Durante o processo mundial empreendido para a *Recriação do Apostolado da Oração (AO)*, foi muito importante fazer uma reflexão sobre a sua origem histórica. Ao propor um AO recriado, insinuando, ao mesmo tempo, algo radicalmente novo e não apenas uma adaptação de conteúdos antigos, foi necessário rever a nossa história para tomar consciência da novidade e do entusiasmo dos seus inícios. Recriar o AO era um desafio a propor algo novo, mas tendo atenção em não perder a nossa identidade específica. Procurámos caminhar em *fidelidade criativa* ao carisma original, sem renunciar à própria história.

Movia-nos a convicção de que a dinâmica que nos foi dada nesse longínquo ano de 1844, ano do nascimento do AO, foi um dom do Espírito para toda a Igreja que não poderíamos perder. Continuamos a acreditar que o mesmo Espírito nos ilumina hoje através do AO, abrindo-nos a um caminho útil e adequado às necessidades espirituais dos nossos contemporâneos.

Quisemos também caminhar num espírito de discernimento e liberdade interior, condições necessárias para encontrar a vontade de Deus. Mantendo distância de certas formas e práticas que o AO tomou ao longo da sua história, podemos hoje recuperar o conteúdo dessa chama inicial e propô-la de um novo modo.



Visitar a nossa história é o caminho para reconhecer, cheios de gratidão, o que é irrenunciável no AO e o ponto de partida para o que hoje poderemos apresentar. No nosso esforço por tornar realidade a recriação do AO, recuperámos os eixos espirituais que nos pareceram centrais no nosso carisma inicial e que continuam a ser válidos para o mundo de hoje. Parece-nos que estes eixos centrais são: a disponibilidade apostólica, a colaboração com a missão de Jesus, viver numa relação pessoal e afetiva com Ele, simbolizada no seu Coração, o serviço à Igreja numa rede mundial de oração e o serviço à justiça. Estes elementos serão encontrados nesta reinterpretação da história do AO.

2. BREVE APONTAMENTO HISTÓRICO

O AO nasceu em 1844, numa casa de formação de jovens jesuítas, em Vals, no sul de França. O P. Francisco Xavier Gautrelet, sj, diretor espiritual destes jovens, propôs-lhes um modo de ser apóstolos e missionários na sua vida corrente, unindo-se a Cristo em tudo o que faziam durante o dia. O contexto desta proposta surge a partir de uma situação muito concreta: os sacerdotes que realizavam o seu ministério como missionários em terras longínquas, em particular em Maduré, no sul da Índia, ao regressarem à pátria, em visita, passavam pelo seminário onde se tinham formado. Com naturalidade e entusiasmo, contavam aos jesuítas mais jovens os seus trabalhos

e aventuras, tantas pessoas e situações necessitadas do Evangelho. Escutar as narrações de fervor e ação missionária entusiasmava-os, mas também causava tristeza e desânimo nos jovens estudantes de Vals, ao constatarem que ainda lhes faltava muito para serem ordenados sacerdotes e receberem uma missão: os estudos tornavam-se intermináveis, os exames áridos, os tempos de convívio pura perda de tempo, as orações rotina, os apostolados pouca coisa. Buscavam consolação dedicando horas na biblioteca a ler livros sobre a Índia, com o conseqüente descuido nos estudos. O P. Gautrelet far-lhes-á então uma proposta que lhes permitirá encontrar um novo sentido no meio das frustrações que experimentavam.

Na missa de 3 de dezembro de 1844, Gautrelet explica que S. Francisco Xavier entregou a sua vida seguindo a Jesus Cristo, e que celebrá-lo hoje implicava fazer a mesma coisa. Francisco Xavier chegou até às portas da China e passou muitas tribulações, movido pelo seu amor apaixonado a Jesus. Hoje, nas próprias circunstâncias, cabe realizar a mesma missão cristã mas aqui, na casa de formação de Vals, e não no longínquo Oriente. Era a mesma eleição, o mesmo chamamento de Jesus, o mesmo amor apaixonado, a mesma missão, mas com tempos e formas diferentes. Convidava a todos – estudantes e professores, seus dirigidos ou não – a ser missionários aqui e agora através da simples oferenda a Deus de tudo o que faziam, esforçando-se por serem disponíveis a Cristo, para cumprir bem as suas obrigações de cada dia. No

caso dos jovens, deviam, antes de mais, cumprir bem o seu dever de estudantes.

Ao propor-lhes praticar o que ele chamou um «apostolado da oração», o P. Gautrelet fê-los entender que, mais importante do que aquilo que faziam, era o amor e a dedicação com que o faziam. Não era *fazer* muito o que importava, mas sim o *amar* muito. Deviam oferecer a Deus com amor os seus afazeres diários, disse-lhes, e uni-los a Cristo que continuava a oferecer a sua vida pela salvação da humanidade. Fê-los entender que as suas vidas eram tão válidas e tão úteis para a missão da Igreja quanto as vidas dos missionários mais sacrificados, se eles as viviam com o mesmo amor. As suas vidas seriam tão apostólicas quanto as dos mais fervorosos pregadores, se vivessem cada pequena coisa unidos ao Coração do Senhor. O que importava era a atitude interior de querer renovar o seu amor por Jesus e fazer nova, cada dia, a sua disponibilidade e entrega da vida. Era o amor do Coração de Jesus que os tinha escolhido, dizia-lhes, e deviam responder-Lhe estando dispostos a cumprir o que Ele lhes pedia agora e a corresponder com generosidade a tanto bem recebido.

A prática concreta que o P. Gautrelet lhes sugeria para manter vivo este espírito era uma oração de oferecimento do dia, ao início da jornada. Declarariam com ela a sua decisão e disposição de que todo o dia fosse para o Senhor. Convidava-os a ter como centro, cada dia, a *disposição da própria vida na vontade divina*, depois de *tirar de si todas as afeições desordenadas, para a salvação da alma*, como tinham

aprendido nos Exercícios Espirituais de Santo Inácio (EE 1). Aquilo que então se chamou o *Apostolado da Oração* mostrar-lhes-ia um caminho que os ajudaria a tornar realidade a ideia de *buscar e encontrar a Deus em todas as coisas*, mesmo as mais simples e prosaicas, para *em tudo amar e servir* (EE 233).

Em síntese, o AO propunha-lhes o exigente e apaixonante caminho de viver em permanente disponibilidade apostólica por amor do Senhor. Renovariam em cada dia o *sim* que tinham dado ao Senhor nos Exercícios Espirituais, pedindo novamente a graça de responder com toda a generosidade ao chamamento do Rei Eterno.

Isto deu aos jovens jesuítas um novo entusiasmo nos afazeres quotidianos que antes lhes causavam aborrecimento. Entenderam que, com os seus esforços e gestos de cada dia, podiam expressar o seu amor terno e pessoal a Jesus e que, através deles, estavam a responder à missão para a qual Ele os chamava. Sentiam-se dispostos a fazer por Ele qualquer sacrifício. Queriam de verdade ser bons missionários para o seu Senhor, agora e no futuro.

O exercício quotidiano da oração de oferecimento permitiu-lhes, além disso, entender a unidade desta prática com a oferenda de Jesus ao Pai, que tornavam presente cada manhã na Eucaristia. Compreenderam que a oferenda dos seus corações era, de certo modo, uma oferenda eucarística, como toda a vida de Jesus o fora e misteriosamente continuava a ser. Jesus amou-os «até ao extremo», dando a vida por eles, e isto tornava a fazer-se realidade

para eles na Eucaristia. Queriam que os seus corações se assemelhassem ao Coração de Jesus, e era precisamente este o conteúdo do que pediam: ter corações eucarísticos como o de Cristo, quer dizer, corações (e vidas) oferecidas a Deus e entregues pelos outros. As suas vidas uniam-se a esta realidade misteriosa e profunda, ajudados pela simples oração de oferecimento que faziam cada manhã.

Entenderam que viver cada dia este modo de oferecer as suas vidas era um verdadeiro apostolado. Sonhavam ser missionários e dar a vida por Jesus. Agora era-lhes muito claro que não tinham que esperar até ao final da sua formação, da sua ordenação sacerdotal, ou ser enviados para terras longínquas para começar a ser apóstolos e colaboradores da missão de Cristo. A entrega radical por Jesus podiam-na tornar realidade desde já, na fidelidade às tarefas simples de cada dia, em particular os estudos. Esse era precisamente o seu apostolado, o que lhes cabia nesse momento, como estudantes em formação para o sacerdócio. Um apostolado silencioso, humilde, mas importante e efetivo, pois em Cristo uniam-se espiritualmente a toda a missão da Igreja e colaboravam, com o seu sacrifício e entrega quotidianos, no sustento dos trabalhos desses missionários espalhados pelo mundo.

Os jovens jesuítas também estabeleceram a ligação entre a oração de oferecimento que faziam pela manhã com a sua oração de exame à noite. No final do dia, a oração do exame permitia-lhes reconhecer e agradecer o que Deus tinha feito nas suas vidas

com o que Lhe tinham oferecido pela manhã. Estes dois momentos de oração, de manhã e à noite, tornavam-nos mais disponíveis à ação de Deus neles, durante todo o dia, e mais atentos a deixar-se guiar por Ele.

Estas práticas e o nascente Apostolado da Oração difundiram-se entre os cristãos da região circunvizinha de Vals, começando pelos camponeses que os jovens jesuítas visitavam nos fins de semana. Estes também foram convidados a colaborar na missão de Cristo, vivendo em fidelidade ao Evangelho e oferecendo os seus trabalhos, sofrimentos e a sua oração pela Igreja. Também eles podiam ser apóstolos. Em pouco anos, esta nova proposta de vida tinha-se difundido em todo o país, e fora dele, chegando a ter milhões de aderentes. Formaram-se grupos do AO nas paróquias e instituições católicas, criou-se uma estrutura bem definida de Diretores à cabeça da nova associação em cada Diocese, os bispos encarregavam-se de assegurar a sua vitalidade. O AO passou a ter, em muitos lugares, a forma visível e estruturada de um Movimento eclesial. Também se propunha o AO sem necessidade de pertencer a estes grupos específicos, pois todos os cristãos eram convidados a viver o seu espírito e a seguir as suas práticas simples. Estes dois modos de viver o AO estavam presentes desde os seus inícios. Canonicamente foi considerado, pouco tempo depois, uma *pia associação de fiéis*.

A prática do AO dava aos seus seguidores um novo sentido ao esforço e rotina de cada dia. A mo-

nótona vida quotidiana podia agora ser oferecida a Deus como um modo de colaboração com Cristo na missão da Igreja.

Dito de outro modo, o AO dava-lhes meios para viver o próprio batismo na simplicidade da vida quotidiana e participar no sacerdócio de toda a Igreja, muito antes que se falasse da vocação batismal ou do sacerdócio comum dos fiéis.

No período entre o ano 1890 e 1896, o Papa interessou-se por fazer sua esta imensa rede de católicos que ofereciam as suas vidas e a sua dedicação para apoiar espiritualmente a missão da Igreja. Assumiu-a como uma obra própria do Papa e confiou-a à Companhia de Jesus, na pessoa do Padre Geral. Além disso, desde essa altura começou a confiar ao AO uma intenção mensal de oração, que expressava uma preocupação sua e pela qual pedia orações a todos os católicos. A partir de 1928, acrescentou-se uma segunda intenção de oração, de modo que o AO receberia do Papa duas intenções de oração para cada mês e se encarregaria de difundi-las por todo o mundo católico. Foram chamadas *Intenção Geral* e *Intenção Missionária*.

Orar com estas intenções por temas mundiais da sociedade e da Igreja, de modo especial pelos chamados “países de missão”, abria os horizontes de todos esses cristãos a dimensões universais. Além disso, fortalecia o seu sentido de pertença à Igreja, sentiam-se apóstolos escolhidos por Jesus para colaborar com Ele, sentindo que as suas vidas simples se tornavam úteis para sustentar a missão da Igreja.

O enunciado dos temas propostos pelo Papa ano após ano evoluiu até aos nossos dias. Hoje verificamos que uma boa parte das intenções de oração manifestam a preocupação da Igreja universal pela paz e pela justiça no mundo. Orar por elas coloca os cristãos, mês a mês, diante dos grandes desafios e necessidades da humanidade, pelos quais são convidados a comprometer as suas vidas em oração e em serviço.

3. A ATUALIDADE DAS RAÍZES HISTÓRICAS DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

À luz do que foi dito, retomemos da intuição original do Apostolado da Oração:

- O AO é, antes de mais, uma ajuda para concretizar, desenvolver e manter uma **atitude diária de disponibilidade apostólica**, através do oferecimento da própria vida.
- O AO é uma proposta que ajuda a **unir a vida quotidiana** com a missão que Deus tem para cada um, em docilidade ao seu Espírito. É reconhecer que o coração de cada cristão é um terreno fértil para o chamamento e compromisso **com a missão de Cristo Ressuscitado**.
- As práticas do AO **apontam para o cultivo de uma relação pessoal e afetiva com Jesus**

através da oração, reconhecendo o dom de Deus e exprimindo o desejo de lhe responder com generosidade.

- Estas práticas, com o seu caráter simples, são **acessíveis a todos**, independentemente da sua cultura, nível socioeconómico ou experiência religiosa, mais ou menos profundamente esclarecida.
- Assim, o AO **configura a vida numa dinâmica eucarística**, ou seja, articula **Eucaristia, Igreja e missão** de um modo compacto e inseparável, tal como estas se dão unidas no **Coração de Jesus**. Ensina-nos a fazer da vida Eucaristia, a servir a Igreja, a entender a vida em chave de missão.
- O AO nasce profundamente unido à missão da Igreja e à contemplação dos problemas do mundo, que em pouco tempo se concretizaram na oração pelas **intenções da Igreja e do Papa**. Orar por estas intenções não se reduz a uma prática privada e íntima, mas põe-nos em comunhão com muitos outros, em todo o mundo, e questiona o nosso estilo de vida, convidando-nos a ajustarmo-nos melhor ao Evangelho e a trabalhar pela justiça do Reino. Orar com o AO compromete-nos a atuar segundo aquilo por que se está a rezar.

4. CONCLUSÃO

No meio das tensões do mundo atual, complexo e sem coração, a intuição do P. Gautrelet pode ajudar a gerir melhor as exigências da vida diária, dando-lhes um novo sentido, um sentido apostólico, junto a Jesus. Recorda-nos que os grandes momentos e os grandes resultados preparam-se no amadurecimento lento da vida de cada dia, que nos permitirá viver contentes, levando a uma maior sobriedade de vida. As silenciosas práticas do AO têm uma grande fecundidade apostólica, pois unem-nos a Jesus e apenas n'Ele pomos a esperança de um mundo novo, pelo qual pedimos e trabalhamos.

Por isso, queremos recriar o AO, para que nos façamos mais disponíveis à missão de Cristo hoje. Queremos tornar acessível aos homens e mulheres de hoje, numa linguagem renovada e significativa, um caminho de **disponibilidade apostólica para colaborar com a missão do Ressuscitado, onde cada um se descobre convidado a viver com Ele uma relação íntima e pessoal, recebendo o amor do seu Coração e respondendo ao seu chamamento.** O AO Recriado espera continuar a ajudar cada cristão, como o fez ao longo destes 170 anos, a viver a alegria profunda de ser apóstolo de Jesus Cristo, comprometido com Ele no serviço ao mundo.

I

II

III

IV

V

VI

19



II

IDENTIDADE E MISSÃO

A REDE MUNDIAL DE ORAÇÃO DO PAPA

O Apostolado da Oração é a Rede Mundial de Oração do Papa ao serviço dos desafios da humanidade e da missão da Igreja. O seu propósito é ajudar os cristãos a rezarem e viverem os desafios da humanidade que preocupam o Papa (intenções), inseridos na sua rede de oração. Estas intenções são as chaves-mestras para a oração e para a missão.

A participação nesta Rede Mundial de Oração é aberta a qualquer cristão, independentemente da sua pertença a espiritualidades ou grupos específicos dentro da Igreja. Aqueles que aderem a esta Rede são convidados a ser, antes de mais, apóstolos na vida diária, por meio de um caminho espiritual chamado «Caminho do Coração», que transforma o modo de estar ao serviço da missão de Cristo.

A proposta do Apostolado da Oração assenta em dois pilares fundamentais: o primeiro é a amizade com Jesus, o encontro pessoal com Ele, que nos leva a reconhecer o seu Amor, de modo particular na Eucaristia, e a desejar oferecer-nos com Ele na missão que o Pai quer para cada um de nós, na nossa realidade concreta; o segundo é crescer nesta consciência de estarmos unidos em Igreja através da oração pelas intenções que o Santo Padre confia à sua Rede Mundial de Oração, e de nos comprometermos com esta intenção, não só através da oração, mas também através de algum compromisso particular, segundo as possibilidades de cada um.

O Secretariado Nacional do Apostolado da Oração em Portugal faz a todos este apelo a entrarem neste percurso, a aprofundarem a riqueza espiritual do Apostolado da Oração e a serem, nas várias realidades eclesiais locais, semente de um renovado fervor por Jesus Cristo e pela sua missão. Ninguém está fora deste chamamento, pois Deus continua a chamar cada um de nós a ser inteiramente disponível para cumprir a sua vontade e comprometer-se com o bem de todos os filhos de Deus.

Como fazer parte da Rede Mundial de Oração do Papa?

Existem vários modos de participação. Cada um procurará o modo que mais o ajude e segundo aquilo que procura e deseja:

1. O modo mais comum

Qualquer pessoa, grupo paroquial ou movimento que reza pelas intenções do Papa faz parte desta Rede. Todas estas pessoas são convidadas, na primeira sexta-feira de cada mês, que é a **jornada mundial de oração pelas intenções do Papa**, a unirem-se em oração, de modo particular na celebração da Eucaristia. É um modo de se mobilizarem durante o mês, de se disporem interiormente para viver ao estilo de Jesus, unidas ao seu Coração, em favor dos desafios da humanidade e da missão da Igreja.

O símbolo por excelência da união com esta Rede

Mundial de Oração é rezar diariamente pelas intenções do Papa e, como se disse, de uma forma especial na primeira sexta-feira de cada mês, dia em que, tradicionalmente, se recorda a revelação do amor de Deus na cruz e o amor do seu Coração pela humanidade. Sugere-se uma atenção particular às indicações do Secretariado Nacional do Apostolado da Oração para esta jornada.

Este primeiro modo dá à vida um sentido e um propósito!

A recriação do Apostolado da Oração, aprovada pelo Papa Francisco no documento *Um caminho com Jesus em disponibilidade apostólica*, apostou tudo na oração. As intenções do Santo Padre são conhecidas em todo o mundo. Todos os anos faz um chamamento à ação, uma convocatória mundial a rezar cada mês pelas suas intenções e a transformar a nossa oração em «gestos concretos». Confia ao Apostolado da Oração, que é a sua rede mundial de oração, uma intenção por mês. Estas são um resumo do seu *plano de ação* para nos mobilizar, mês após mês, para um objetivo concreto, que representa um verdadeiro desafio para a humanidade e a Igreja. Convida-nos, mundialmente, a construirmos um mundo mais humano e solidário. Em cada mês, um novo desafio inunda o nosso coração e leva-nos a viver a nossa fé na vida quotidiana, pondo em atos a nossa oração. Cada desafio constitui um propósito para o mês.



Que sentido e propósito têm as intenções do Papa?

«Intenção» é uma palavra que exprime a decisão ou determinação da vontade em fazer algo. As intenções do Papa, ou desafios para a humanidade e a missão da Igreja, como também as designamos, têm um sentido e um propósito. Destinam-se a construir uma rede mundial de oração e a mobilizar-nos com um objetivo: construirmos juntos um mundo onde reinem os valores humanos que Jesus encarnou no Evangelho. Todos os meses, a Rede Mundial de Oração do Papa propõe uma JORNADA MUNDIAL DE ORAÇÃO que dura 30 ou 31 dias. Durante estes dias, a oração coloca o mundo em movimento. «Rezamos juntos e pomos em prática aquilo que rezamos. Damos um sentido e um propósito aos nossos dias». Cada manhã iniciamos o dia rezando o oferecimento diário, que nos dispõe a iniciar a jornada. Esta oração submerge-nos no mundo das nossas responsabilidades, conscientes do valor apostólico que têm os nossos gestos e palavras. Aquilo que pedimos a Deus como graça, assumimos como tarefa.

A Jornada Mundial de Oração

Os desafios da humanidade expressos nas intenções de oração do Papa implicam um desejo que leva à ação. Não devem, por isso, ser consideradas como algo meramente «intelectual» ou «formal». São chamamentos concretos à ação no aqui e agora das nossas vidas, em comunhão com todo o mundo. São guias para a jornada espiritual do mês. Ao

dar ação às nossas orações, descobrimos o poder transformador que têm os nossos gestos e as nossas palavras. Fazem-nos ver o grau de responsabilidade que temos naquilo que pedimos a Deus. Rezar e viver os desafios para o mundo que nos propõe o Santo Padre ajuda-nos a viver mais centrados no essencial e a não nos preocuparmos em acumular «tesouros na terra, onde a traça e a ferrugem os corroem e os ladrões arrombam os muros para os roubar» (*Mateus 6, 19*). O verdadeiro crescimento espiritual nunca se dá de maneira isolada e individual, por isso, as primeiras sextas-feiras do mês (ou outro dia que se considere oportuno, segundo os lugares e os costumes) é o dia escolhido para rezarmos juntos e inaugurarmos o caminho espiritual que denominamos «Caminho do Coração» e que dura um mês. Rezamos em comunidade, como Jesus nos recomendou, «porque onde se reúnem dois ou três em meu nome, Eu estarei no meio deles» (*Mateus 18, 20*). Não podemos pedir a paz para o mundo se não pacificarmos o nosso coração. Por isso, melhoramos o mundo levando à plenitude a nossa fé.

2. O modo mais comprometido e com maior sentido de pertença

Fundamento

Seguir o «Caminho do Coração» (cfr. Capítulo IV), um caminho espiritual e de formação que converte o cristão em apóstolo da oração na vida diária. São nove passos para viver profundamente unido

ao Coração de Jesus, ao serviço da sua missão. Este caminho é proposto a quantos desejam participar mais ativamente na Rede de Oração do Papa (por meio de retiros, encontros, palestras nas nove primeiras sextas-feiras do mês, etc.), tendo como referência as orientações para a missão que o Papa dá cada mês, através das suas intenções.

2.1 – Compromisso pessoal

Um escriba instruído sobre o reino dos Céus é como um dono de casa que do seu tesouro sabe tirar coisas novas e velhas (Mateus 13, 52).

Ao longo dos seus 170 anos, as práticas espirituais do AO têm sido muito variadas. Hoje, em «fidelidade criativa» à intuição original do AO, procuramos, no tesouro da nossa tradição, práticas antigas e outras novas que desejamos propor. Juntamente com o itinerário que chamamos *O Caminho do Coração*, estas ajudar-nos-ão a moldar os nossos corações à disponibilidade apostólica.

O primeiro modo de um compromisso pessoal mais profundo com a proposta de participação na Rede Mundial de Oração do Papa é viver os três momentos de oração com Jesus. Estes assinalam o oferecimento da própria vida, a oração pelas intenções da Igreja, a meditação da Palavra de Deus e a revisão de vida para ser dócil ao Espírito Santo. O essencial desta segunda modalidade é encontrar os meios, caminhos, modos de colaborar na missão da Igreja, tal como se exprimem nas intenções ou de-

saídos da humanidade que o Papa confia à Igreja, na sua Rede Mundial de Oração.

Os três momentos do dia:

O percurso espiritual do Apostolado da Oração quer levar aquele que o faz a criar e desenvolver uma espiritualidade quotidiana, muito próxima da vida. Esta espiritualidade leva a uma atitude de disponibilidade interior a realizar a vontade de Deus no dia a dia. É a disponibilidade própria dos Apóstolos, tocados pelo amor de Jesus e desejosos de O seguir sempre e em cada momento, com simplicidade e radicalidade. Nada está fora, na nossa vida, da força e da alegria do Evangelho que Deus quer que se concretize no nosso quotidiano.

Este percurso concretiza-se em três momentos de oração, simples e breves, ao longo do dia, que ajudam a pôr em prática a atitude de disponibilidade apostólica. Para os viver, deve escolher-se a modalidade que inspire maior gosto espiritual e ajude a estar mais disponível ao Senhor Ressuscitado. Pode-se recorrer a uma imagem de Jesus ou um crucifixo, pode ser num lugar especial em casa, pode ser recitando uma oração sugerida, pode ser usando meios digitais, etc.

a) Com Jesus pela manhã: Ao iniciar o dia, num momento de silêncio, faço-me presente diante de Jesus Ressuscitado que está comigo. Peço ao Pai que me faça disponível à missão do seu Filho para este novo dia, oferecendo o que sou e o que tenho.



Posso expressar este oferecimento usando palavras minhas ou recorrendo a uma oração de oferecimento escrita. Peço ao Espírito Santo que abra o meu coração às necessidades e desafios da humanidade e da missão da Igreja, e rezo por eles segundo as intenções do Papa para o mês em causa.

Começo, assim, o dia com um olhar agradecido sobre o dom da vida e sobre o mundo, pedindo a Deus a graça de estar disponível para o que Ele quiser e oferecendo o dia, com tudo o que vier a acontecer, unido às intenções do Santo Padre.

b) Com Jesus durante o dia: faço um tempo de paragem, mais ou menos longo, em que renovo, diante de Deus, o meu compromisso de disponibilidade assumido pela manhã, para não deixar “adormecer” a paixão do seguimento, mas recuperar continuamente a presença de Deus em cada momento e diante das situações que vão surgindo.

Posso fazê-lo em vários momentos ao longo do dia, em caminho ou em repouso, em casa ou no trabalho.

c) Com Jesus à noite: No final do dia, num momento de silêncio, peço ao Espírito Santo que me ajude a reconhecer a presença de Jesus comigo durante esse dia, e agradeço. Pergunto-me de que modo fui disponível à sua missão e também agradeço. Vejo como fui obstáculo à sua ação na minha vida e peço-Lhe que, na sua misericórdia, transforme o meu coração. Peço-Lhe ajuda para viver outro dia unido a Ele. Jesus dá-me a sua bênção.

Trata-se de fazer o exame de consciência avaliando a disponibilidade que se teve ao longo do dia para fazer aquilo que Deus foi pedindo ou, pelo contrário, colocando obstáculos à realização da vontade de Deus.

Não se pode ser apóstolo na vida diária sem um contacto frequente com a origem da própria missão, que é a Pessoa de Jesus. Estes três momentos de oração criam um ritmo que ajuda a facilitar o encontro com o Senhor, a experimentar a sua misericórdia e a acertar, nas coisas grandes e nas coisas pequenas, com os desafios que nos são pedidos em cada dia. Procuremos exercitar-nos, cada dia, no encontro com Jesus, que muda a nossa vida.

2.2 – Compromisso comunitário

Quem desejar assumir de forma mais comprometida a vivência desta espiritualidade, inserido numa comunidade concreta, pode fazê-lo pertencendo a um Centro do Apostolado da Oração. No futuro, será também possível fazê-lo participando numa Comunidade Apostólica da Rede Mundial de Oração, na medida em que estas vierem a ser criadas.

Importa sublinhar que estes dois modelos de pertença comunitária não se excluem nem estão em concorrência entre si, mas existirão na medida em que, no contexto local, se achar mais apropriada a existência de um ou outro modelo.



Os Centros do Apostolado da Oração

Em muitas paróquias do nosso país existem Centros do Apostolado da Oração, que funcionam segundo uma estrutura diocesana. Em cada diocese, há um Diretor Diocesano, nomeado pelo bispo local, que tem o encargo de dinamizar o Apostolado da Oração, promover encontros formativos, visitar os Centros, ajudar os párocos e as suas equipas a levar por diante esta obra. Este deve ser ajudado por uma Equipa Diocesana, composta por leigos e religiosos.

A nível local, tendo como Diretor o pároco, há um Centro, composto pelo conjunto dos Zeladores e dos Associados, com uma direção paroquial, e que tem como missão:

a) Empenhar-se em fomentar a espiritualidade do Apostolado da Oração na paróquia, divulgando as intenções de oração do Papa, sobretudo através dos Bilhetes Mensais (*Oração e Vida*), e procurando tê-las presentes nas intenções das Eucaristias ou na Oração Universal; promover o culto ao Coração de Jesus.

b) Rezar e refletir, nas reuniões mensais, sobre as Intenções do Santo Padre para cada mês (segundo o proposto na Revista *Mensageiro do Coração de Jesus*); ler e estudar em comum os estatutos e as linhas da espiritualidade do AO; conversar e decidir que iniciativas se poderão tomar ao longo do mês para ajudar a comunidade a rezar e a agir segundo as intenções de oração para cada mês; pensar os

projetos a serem realizados no mês seguinte, avaliar como vai o trabalho do grupo e a ação do Apostolado da Oração na paróquia, a eventual colaboração com a Comunidade Apostólica da Rede Mundial de Oração que exista, etc.

c) Inserção, de alma e coração, na paróquia, perguntando ao pároco o que é mais urgente e necessário fazer.

O Secretariado Nacional do Apostolado da Oração disponibiliza, aos Centros existentes e às comunidades que queiram criar ou refundar um Centro, todo o apoio necessário.

As comunidades apostólicas da Rede Mundial de Oração

Estas comunidades inserem-se num novo modelo de Igreja que está a nascer, em que a vocação laical assume um papel muito importante, face à escassez de clero e à necessidade de um maior compromisso dos cristãos com a vida de oração, pessoal e comunitária. Constituídas por grupos de leigos, escolhidos e enviados pelo pároco, assumem como missão ajudá-lo na dinamização espiritual da própria comunidade paroquial, suscitando e reanimando a experiência da relação pessoal com Cristo.

Não são grupos fechados, pois não pertencem a nenhum movimento, mas têm como característica fazer a ponte entre o pároco e os diversos grupos existentes na paróquia, com o fim de ajudar a comunidade a rezar. Idealmente, serão compostos por

responsáveis dos grupos já existentes. Terão como centro da sua missão a divulgação das intenções do Papa e a criação de propostas para unir os temas das intenções com as necessidades concretas do próprio contexto, em espírito de colaboração e entreatura com os grupos existentes na paróquia.

Estas comunidades não só rezam e vivem em atitude de disponibilidade interior para a missão, mas também se mobilizam, procuram modos de viver cada mês os desafios da humanidade e da missão da Igreja expressos nestas intenções. Além disso, dão apoio à secção juvenil do AO, o Movimento Eucarístico Juvenil (MEJ), onde este exista, ou à pastoral juvenil. São comunidades comprometidas com o plano pastoral de cada diocese, ao serviço da missão da Igreja local.

O Secretariado Nacional do Apostolado da Oração oferece a formação espiritual e pastoral e o acompanhamento destas comunidades, organizando encontros de formação e divulgando todos os meses, nos seus vários canais de comunicação (publicações e plataformas digitais), as propostas de oração e ação na linha das intenções do Papa.

As Comunidades apostólicas podem surgir como consequência natural da recriação do Apostolado da Oração, em paróquias nas quais os párocos sintam necessidade de dinamizar modos novos de participação laical na vida da comunidade cristã.

Participar na Rede Mundial de Oração do Papa

Para participar na Rede Mundial de Oração do Papa deve manter-se uma ligação com o Secretariado Nacional do AO (que é o responsável pelo funcionamento do AO no próprio país). Esta ligação consiste em receber os seus folhetos, revistas, notícias ou outros materiais que ajudarão a aprofundar a relação com Jesus e a manter-se informado e integrado na Rede Mundial de Oração do Papa. Aconselha-se ainda, se for possível, a participação nos seus grupos, nas suas atividades de formação ou nas suas redes sociais na internet.

2.3 – Consagração como Apóstolos da Oração

A quem deseja aprofundar mais este compromisso ao serviço da Rede de Oração do Papa é feito o convite de consagrar a sua vida ao Coração de Jesus. Quem assim se consagra torna-se apóstolo ao serviço das comunidades da Rede, do Secretariado Nacional e da missão da Igreja, portanto, da Igreja local.

Ou seja, quem se sinta chamado a uma união mais estreita ao Coração de Jesus e deseje oferecer uma maior disponibilidade apostólica na sua missão, pode optar por fazer com Ele uma especial aliança de vida, a que chamamos Consagração ao Coração de Jesus. Embora esta consagração não seja uma condição indispensável para ser um Apóstolo da Oração, é o horizonte para o qual conduz o «Caminho do Coração» e a vivência das práticas do AO. É a eleição feita livremente por alguns



para dar à vida pessoal, familiar ou comunitária a marca de uma maior pertença a Cristo. Ela também significará um laço mais estreito com a Rede Mundial de Oração do Papa, na difusão da sua missão. A Consagração ao Coração de Jesus será realizada seguindo as indicações dadas pelo Secretariado Nacional para esse efeito, que a adaptará de acordo com o próprio contexto. Pode ser renovada em dias especiais, por exemplo, a primeira sexta-feira do mês, aniversários ou outras datas importantes.

Apresentamos uma fórmula de Consagração pessoal ao Coração de Jesus, como Apóstolo da Oração, assumindo uma colaboração mais estreita com a Rede Mundial de Oração do Papa.

Consagração Pessoal ao Coração de Jesus

Jesus, eu me consagro ao teu Sagrado Coração. Consagro-Te a minha liberdade, a minha memória, a minha inteligência, a minha vontade e todo o meu ser. Consagro-Te os meus pensamentos, as minhas palavras e obras, os meus sofrimentos e trabalhos, as minhas esperanças, consolações e alegrias. Principalmente Te consagro este meu coração, para que não ame nada mais que a Ti e a tua vontade para a minha vida.

Aceita, Jesus, o meu desejo de viver totalmente unido a Ti todos os dias da minha vida, cultivando a relação Contigo, que nasce da oração pessoal e da celebração dos sacramentos, em particular a Eucaristia, onde recebo a tua palavra e a tua força.

Proponho oferecer a minha vida e cada um dos meus dias pelas intenções do Santo Padre, unindo-me à tua Igreja e a todos os meus irmãos e irmãs, especialmente os que mais sofrem. Que a oferta da minha vida sirva para o bem dos que mais precisam da tua graça.

Acolhe esta minha consagração, como desejo de servir a tua Igreja como Apóstolo da Oração, ao serviço da Rede Mundial de Oração do Papa, colaborando na difusão da sua missão. Proponho-me unir a minha oração pelos desafios da humanidade e da missão da Igreja aos gestos concretos que tragam ao mundo a paz e a justiça que queres para todos os teus filhos.

Torna o meu coração semelhante ao teu, cheio de misericórdia, humildade e confiança, e que a minha vida seja, para sempre, um reflexo da tua bondade e do teu amor.

EM RESUMO, O QUE FAZ E O QUE DISTINGUE O APÓSTOLO DA ORAÇÃO?

- Participa na Rede Mundial de Oração do Papa, rezando diariamente pelas suas intenções, em especial na jornada mundial de oração pelas intenções do Papa (primeira sexta- -feira do mês).
- Vive diariamente os três momentos de oração, para se colocar junto a Jesus ressuscitado e oferecer-Lhe a sua vida em disponibilidade apostólica.

- Compromete a sua vida em oração e serviço, em resposta aos desafios para a humanidade e para a missão da Igreja presentes nas intenções mensais do Papa.
- Segue o «Caminho do Coração» como escola de vida e itinerário de formação.
- Participa, quando possível, numa comunidade da Rede Mundial, em união com outras pessoas que vivem o AO.
- Assume a necessidade da formação contínua, que dá conteúdo à experiência profunda de comunhão com Jesus e o ajuda a crescer como apóstolo. Deveria incluir formação em temas relacionados diretamente com a sua vivência do Apostolado da Oração (Coração de Jesus, a oração de intercessão, identidade e história do AO, etc.) e em matérias de outras áreas que alimentam a sua fé como cristão (Bíblia, teologia, vida espiritual, sacramentos, etc.)

Vive tudo isto apoiado nas práticas que são fundamentais em toda a vida cristã:

– A Eucaristia, que o conduz à experiência interna do Coração de Jesus e o dispõe a viver com Ele e ao seu estilo, ao serviço da sua missão. A entrega de Jesus pela humanidade que se faz realidade em cada Eucaristia é, para o AO, o modelo de oferecimento e disponibilidade.

– O amor e a devoção a Maria, modelo de disponibilidade apostólica, cujo coração está cheio de Jesus e dos seus projetos.

EXPLICAÇÃO DO LOGÓTIPO INTERNACIONAL DA REDE MUNDIAL DE ORAÇÃO DO PAPA



Contemplação da Encarnação

O logo compreende-se com a «contemplação da Encarnação» nos Exercícios Espirituais de Santo Inácio. «Ver as pessoas, umas e outras; e primeiro as da face da terra, em tanta diversidade, assim em trajes como em gestos: uns brancos e outros negros, uns em paz e outros em guerra, uns chorando e outros rindo, uns sãos e outros enfermos, uns nascendo e outros morrendo, etc.» (nº 106). Deus (a Trindade) contempla o mundo e, para salvar a humanidade, por amor, decide encarnar-Se. «Deus amou tanto o mundo que entregou o seu Filho único... para que o mundo seja salvo por Ele» (João 3, 16-17). A decisão de Deus pede (convoca) a nossa decisão. Por isso, o mundo representa a Rede Mundial de Oração e a sua atenção aos desafios da humanidade e da missão da Igreja.

O Coração de Jesus

Em 1986, S. João Paulo II confirmou a Companhia de Jesus na sua missão de difusão da espiritualidade do Coração de Jesus, assim como o meio privilegiado escolhido, ou seja, o Apostolado da Oração (AO). Quem experimenta esta relação profunda com Jesus, no mais íntimo do seu coração, deseja estar com Ele ao serviço da sua missão, perante os desafios do mundo. Representa, portanto, o Caminho do Coração que leva a estar disponível para a missão de Jesus na vida diária.

Missão da Igreja

O AO é a Rede Oficial de Oração do Papa. Este, como bispo de Roma, Igreja que preside na caridade a todas as Igrejas, tem uma perspetiva universal das necessidades do mundo. Como afirma a *Gaudium et spes* (Concílio Vaticano II): «As alegrias e as esperanças, as tristezas e as angústias dos homens de hoje, sobretudo dos pobres e de todos aqueles que sofrem, são também as alegrias e as esperanças, as tristezas e as angústias dos discípulos de Cristo; e não há realidade alguma verdadeiramente humana que não encontre eco no seu coração». O continente e o país, no centro do coração, representam, no logo, o compromisso com a realidade eclesial local.

«Também como indivíduos temos a tentação da indiferença. Estamos saturados de notícias e imagens impressionantes que nos relatam o sofrimento humano, sentindo ao mesmo tempo toda a nossa incapacidade de

intervir. Que fazer para não nos deixarmos absorver por esta espiral de terror e impotência? Em primeiro lugar, podemos rezar na comunhão da Igreja terrena e celeste. Não subestimemos a força da oração de muitos!» (Papa Francisco, Mensagem para a Quaresma 2013, nº 3).

«Quando a Igreja terrena reza, instaura-se reciprocamente uma comunhão de serviços e bens que chega até à presença de Deus. Juntamente com os Santos, que encontraram a sua plenitude em Deus, fazemos parte daquela comunhão onde a indiferença é vencida pelo amor» (Idem, 2).

I

II

III

IV

V

VI



III

TEMAS DE APROFUNDAMENTO
DA PROPOSTA
DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

INTRODUÇÃO – O APOSTOLADO DA ORAÇÃO VIVE UM RENOVADO ENTUSIASMO

A todos os que fazemos parte desta Rede Mundial de Oração do Papa, é-nos dirigido o convite a nela entrar com todo o entusiasmo, a fim de viver com maior vigor e profundidade o inestimável tesouro espiritual que é confiado à Igreja através do Apostolado da Oração.

Esta etapa da história do AO destina-se, em primeiro lugar, a todos os que já vivem esta espiritualidade e nela experimentam o modo privilegiado de encontro com Deus no seu dia a dia. Através do nosso empenho, poderemos testemunhar a beleza do nosso compromisso e desafiar, assim, novas pessoas a integrarem esta enorme família de orantes, espalhados por todo o mundo, na diversidade de línguas e culturas, e unidos ao Santo Padre nas suas preocupações pelo mundo e pela missão da Igreja.

1. OFERECER O DIA PELA MANHÃ

Se perguntarmos a uma pessoa que faz parte de um grupo do Apostolado da Oração qual é a prática espiritual que define esta sua pertença, dirá sem hesitação: «Fazer logo pela manhã, assim que me levanto, a oração de Oferecimento das obras do dia».

Esta atitude faz parte, poderíamos dizer, do *código genético* do Apostolado da Oração. Começar o dia dispondo-se interiormente a realizar a vontade de

Deus, nas coisas grandes e nas mais pequenas. Afinal, ser Apóstolo de Jesus Ressuscitado é isto mesmo, dispor-se a ser enviado por Ele.

Este desejo de oferecer o dia, com tudo o que tem, alegrias e realizações, tristezas e sofrimentos, nasce de um coração profundamente tocado por Jesus. Não nos conseguimos oferecer por algo que não preencha o coração. Dizer com a própria vida *Aqui estou!* só se pode entender no registo de uma verdadeira paixão. Porque estar disponível implica apresentar-se diante das coisas com vontade de as transformar. No coração das pessoas que vivem esta atitude de oferecimento está a vontade de amar e transformar o mundo, primeiro o seu, as suas relações, os seus ambientes e, finalmente, o mundo, fazendo a parte que lhe compete na edificação do reino de Deus, à qual todos somos chamados.

Mas o que significa oferecer? É dar, gratuitamente, a própria vida para que esta frutifique em gestos de bondade, de amizade e de perdão, como Jesus nos ensinou. Oferecer-se para viver as coisas boas é mais fácil, certamente, mas oferecer-se para viver as dificuldades exige um grande salto na própria fé. É acreditar que o sofrimento presente serve, na forma que apenas Deus conhece, para manifestar o seu poder. Na sua misericórdia, Deus serve-Se do nosso sofrimento para colocar mais amor no mundo. Oferecer o próprio sofrimento, as coisas que custam no dia a dia, é colaborar com a obra de Deus, que de tudo faz crescer um bem maior, mesmo que não o sintamos e vejamos.

Começar cada dia nesta atitude, fazendo a oração de oferecimento mais tradicional ou usando outras fórmulas escritas, ou ainda pelas próprias palavras, ajudará certamente a ter Deus mais presente no dia, em cada gesto e em cada palavra. No percurso espiritual diário próprio do Apostolado da Oração, este é um momento fundamental, pois dizemos nas nossas palavras aquilo que queremos ser ao longo do dia que estamos a começar: disponíveis para a missão que Jesus Ressuscitado nos quiser confiar. Com um coração agradecido e entregue, pronto para a vida.

2. REZAR AO LONGO DO DIA

Só é possível entender a fundo a pessoa de Jesus entrando no seu segredo: a intimidade com o Pai. O porquê das suas palavras e dos seus gestos só se pode perceber considerando as longas horas de silêncio que Jesus passava em oração. A relação de Jesus com Deus, seu Pai, era a sua escola de vida, das suas opções e das suas relações. É por isso mesmo que Jesus fala constantemente na oração. Pois preenche a vida, aprofunda-a e dá-lhe um sentido. Era tão forte a experiência da oração que os próprios discípulos Lhe pediram que os ensinasse a rezar.

Temos muitas vezes a tendência de encarar a vivência cristã apenas na sua parte ativa, o serviço e a missão, nas várias formas da caridade. E esquecemo-nos do motor e do motivo da ação, que é a

oração. Sem esta, o serviço torna-se voluntarismo e a missão uma atividade como as outras.

Deste modo, a oração diária é essencial no caminho diário de um cristão e, naturalmente, de alguém que vive o Apostolado da Oração. Como vimos, o primeiro momento deste caminho é a oração de oferecimento. O segundo momento é a oração que nos ajuda a tornar presentes Deus e a sua vontade ao longo do dia.

Pode ser feito de muitas formas, mais ou menos breves, no momento do dia que melhor ajude à concentração e ao silêncio. O que importa mais neste tempo é cultivar a intimidade com Jesus e renovar a disponibilidade para, a cada momento, ir fazendo o que Ele nos pede. Ou através de uma frase repetida ao longo do dia, ou da meditação da palavra de Deus, ou da oração do terço ou ainda da *lectio divina*. O Secretariado Nacional do Apostolado da Oração propõe diariamente diversas ajudas a este momento de oração: a meditação diária no site (www.apostoladodaoracao.pt); a Boa Nova para cada dia no destacável da Revista *Mensageiro*; o *Evangelho Diário*; e as suas iniciativas digitais, utilizadas por milhares de pessoas (www.passo-a-rezar.net e www.clicktopray.org).

Com alguma criatividade e buscando as ajudas necessárias, hoje disponíveis de tantos modos, é possível ter cada dia um momento de oração, unindo a vida pessoal com a vida de Cristo que deseja que colaborem com Ele na construção do seu Reino.

3. REVER O DIA COM JESUS

O terceiro momento de oração diária consiste numa revisão orante do dia.

Tradicionalmente, chama-se a este momento de reflexão o «exame de consciência». Se bem que, na verdade, se trata disso, é importante não confundir este tipo de oração com o exame de consciência que antecede a celebração do Sacramento da Reconciliação. Isto porque a tendência seria focar-se nos pecados e nas coisas que não correram bem e não tanto em ter um olhar mais alargado sobre o dia que passou. Fazer uma leitura centrada unicamente no que corre mal acaba por ser uma fonte de desânimo e não estamos a olhar para a vida da forma que Deus quer, que é sempre mais aberta e iluminada pela graça do seu Espírito.

Este momento de oração, ao fechar o dia, deverá consistir essencialmente em examinar o modo como se esteve diante da vida e dos seus desafios concretos, na lógica da disponibilidade apostólica, que é a «espinha dorsal» da atitude de oração do AO. Deveria, por isso, consistir em três momentos ou etapas:

– Começar por agradecer o dia, a presença de Deus e os dons por Ele concedidos, dando-se conta da generosidade de Deus.

– A seguir, perguntar-se de que modo se foi vivendo a disponibilidade para cumprir aquilo que Deus foi pedindo, numa situação concreta, numa deci-

são, num encontro com alguém. Fui disponível ou, pelo contrário, fui obstáculo ao amor de Deus?

– Com a consciência do que poderia ser melhor, somos então convidados a pedir, com humildade, perdão e a propor uma emenda concreta para o dia seguinte. Onde faltou amor e disponibilidade, amanhã procurarei fazer melhor e estar ainda mais unido a Deus e à sua vontade.

Este breve exercício é fundamental para poder ir acertando o dia a dia com aquilo que Deus vai pedindo e constitui, com toda a certeza, um meio muito eficaz de aperfeiçoamento espiritual. Pois não nos centra apenas no mal, mas numa atitude de fundo perante a vida, que é o desejo de mais servir e amar. Tem a vantagem de ser um exercício diário de confronto verdadeiro e humilde, que permite dar pequenos passos na direção de uma vida cristã mais autêntica e unida à vontade de Deus. Com o passar do tempo, sentir-se-ão, sem dúvida, os enormes benefícios deste exercício espiritual.

4. A REDE MUNDIAL DE ORAÇÃO DO PAPA

A «rede» já não é apenas uma questão de nomenclatura que dizia respeito, como há alguns anos, à realidade da internet e do acesso a pessoas e a informação em qualquer ponto do planeta. A rede é hoje o ambiente onde nos movemos, e não só os mais jovens, mas todos aqueles, de idades

muito diferentes, que contactam, de alguma forma, com os diversos meios tecnológicos ao nosso dispor. É muito claro que hoje a rede vive-se todos os dias e ocupa praticamente todos os âmbitos e atividades humanas, da saúde ao ensino, da informação à produção industrial, da comunicação à investigação científica.

Olhando para a nossa história, é curioso dar-se conta que o Apostolado da Oração, na sua designação canónica, tem o nome de *Associação de Fiéis*. Nos tempos mais recentes, falava-se muito de *Família de orantes*. E, hoje, a linguagem usada na recriação do Apostolado da Oração refere o AO como a *Rede Mundial de Oração*. Por isso, a ideia de associar pessoas, de vários países e culturas, num objetivo comum, que é rezar pelas intenções do Papa, oferecendo o dia, unidos a Cristo, por essas intenções, faz parte da génese do AO e continua presente, como não poderia deixar de ser. Novos nomes, mas é a mesma coisa! Ou talvez não...

Há uma diferença fundamental. A rede, hoje, tem um valor de experiência diária e concreta de contacto com outros que antes não se tinha. A antiga *Associação de Fiéis* é mais palpável e concreta, especialmente através das novas tecnologias. Podemos ver quantas pessoas rezam, onde e como, mesmo que seja do outro lado do mundo. Podemos ver-nos, rezar juntos, organizar coisas em comum. Mesmo não pertencendo a um grupo do AO, muitas pessoas vivem essa espiritualidade e sabem que outros também a vivem e rezam da mesma forma.

É extraordinário o que hoje nos é possibilitado a nível da Rede. E se sabemos que a oração tem poder, quanta graça de Deus estará a correr o mundo na união de tantos corações. Ao rezar pelas intenções do Santo Padre, na forma que cada pessoa prefere, é muito importante esta percepção de conjunto, a força de um corpo que reza junto ao Santo Padre.

A recriação do Apostolado da Oração, ao adotar esta terminologia, acerta no núcleo da experiência humana hoje, concretiza uma realidade já existente e abre imensos horizontes de ação. Como Rede Mundial de Oração do Papa, o AO tem esta grande missão de fazer da «rede», em sentido lato, um lugar de realização da Igreja, da força da oração e do compromisso cristão no mundo e nos seus desafios.

5. AS INTENÇÕES DO PAPA

O Apostolado da Oração define-se a si mesmo como uma Obra da Santa Sé confiada à Companhia de Jesus. É, por isso mesmo, algo diretamente ligado ao Santo Padre. Por isso, as intenções do Santo Padre são centrais na identidade do AO, são aquilo que o faz afirmar-se como a Rede Mundial de Oração do Papa.

Recordando um pouco a história, os primeiros estatutos do Apostolado da Oração foram aprovados pelo Papa Pio IX em 1866, apenas vinte e dois anos depois da sua fundação (1844), o que reflete o rápi-

do crescimento desta proposta e a atenção que os Papas lhe deram desde os seus inícios.

Ao ver como esta grande família de oração oferecia o seu dia pela missão da Igreja, o Papa Leão XIII, em 1890, decidiu confiar mensalmente ao Apostolado da Oração uma intenção sua pessoal pela qual se rezasse. Tinha assim início a Intenção Universal do Papa confiada ao Apostolado da Oração. Mais tarde, em 1929, o Papa Pio XI acrescentou mais uma intenção, a chamada Intenção Missionária. Desde então, milhões de pessoas em todo o mundo, ao fazer o Oferecimento do Dia, rezam também pelas intenções que o Papa lhes confia mensalmente.

Atualmente, o AO mantém a divulgação e a oração pelas intenções do Papa como núcleo da sua missão e a «espinha dorsal» da sua ação evangelizadora, nos vários âmbitos onde se move.

Existem dois tipos de intenção: *universal* e *pela evangelização* (ou «*de evangelização*»). As intenções *universais* recolhem temáticas que apelam a todos os homens e mulheres de boa vontade, não só aos católicos. São questões que dizem respeito à Igreja universal e a preocupam, mas que vão para além das suas fronteiras. Basicamente, expressam o nosso desejo de paz e justiça no mundo e o compromisso da Igreja com a situação mencionada. O próprio Papa convida-nos a rezar e trabalhar por estas questões, enviando-nos como Igreja orante numa atitude de serviço humilde e diálogo com o mundo, abertos à colaboração com pessoas de outras religiões e com aqueles que pensam de modo diferente do nosso.

As intenções *pela evangelização*, por sua vez, tocam desafios da vida própria da Igreja e expressam o desejo de fazer dela um melhor instrumento para a evangelização.

Ao rezar por estas intenções, estamos a responder de modo muito concreto aos desafios que o Santo Padre vê como mais urgentes para a Igreja e o Mundo, fazendo da oração uma missão para o bem de todos.

6. O QUE SIGNIFICA REZAR PELAS INTENÇÕES DO PAPA?

Rezar pelas intenções do Papa é, antes de mais, recordar na própria oração e na celebração dos sacramentos as grandes preocupações do Papa em relação à Igreja e ao Mundo. Esse é, porém, diríamos, o *nível mínimo*. Rezar pelas intenções do Papa é, sobretudo, uma profunda experiência de Deus, de Igreja e de compromisso com a realidade:

- A oração pelas intenções do Papa faz-se no contexto da **Oração de Oferecimento**, em que aquele que reza oferece pela manhã o seu dia por essa intenção. Aquilo que irá acontecer, os momentos bons e menos bons, os sucessos e os limites, alegrias e tristezas, ganham um sentido diferente e muito profundo. Oferece-se a vida, tal como ela é, para que a graça de Deus, nos modos que apenas Ele conhece,

chegue às pessoas por quem se reza nessa intenção. Oferecer uma dificuldade ou um sofrimento pode tornar-se numa bênção para alguém.

- Rezar pelas intenções que o Papa confia à sua **Rede Mundial de Oração** faz com que aquele que reza se sinta parte de uma grande família, de todas as línguas, culturas e lugares. Faz-se a experiência da comunhão de oração, na união com o Santo Padre. Esta oração realiza uma verdadeira vivência da universalidade da Igreja e da força da oração. Rezar, participar na Eucaristia, fazer um momento de oração em comum pelas intenções do Papa não é um ato individual nem de um pequeno grupo, é um gesto de comunhão.
- A oração não pode ser separada da vida e os temas das intenções dizem respeito aos dramas e desafios do nosso mundo e da missão da Igreja. Por isso, **cada intenção constitui um apelo** a crescer na sensibilidade por determinada questão social, política, de solidariedade, de compromisso eclesial. A cada mês é oferecida uma oportunidade para traduzir no concreto da vida a intenção pela qual se reza, nas possibilidades e circunstâncias de cada um.

Ao Secretariado Nacional cabe a missão de elaborar propostas de oração, aprofundamento e ação para cada mês, na linha das intenções do

Papa, através da **Revista Mensageiro**, do seu site (www.apostoladodaoracao.pt) e redes sociais e através da plataforma digital da Rede Mundial de Oração do Papa (www.clicktopray.org).

7. A PRIMEIRA SEXTA-FEIRA DO MÊS

Na tradição da Igreja, a primeira sexta-feira do mês é dedicada à meditação do mistério da entrega de Jesus na cruz, por nosso amor, tornando presente a memória da Sexta-Feira Santa. Não é recordar apenas a dor e o sofrimento, como se fosse um dia triste, mas sim o dia de celebrar o extremo do amor de Jesus por todos nós. Por isso, ao recordar este amor, também se vive de modo mais intenso a devoção ao Sagrado Coração de Jesus. A primeira sexta-feira é um dia particular, de uma grande profundidade e beleza. Centra o cristão no essencial da manifestação de Deus como Aquele que vem a nós, morre pelos nossos pecados e salva-nos pela sua cruz.

O Apostolado da Oração tem como núcleo da sua espiritualidade a consciência da entrega de Jesus pelo mundo e, nesta entrega, aprende o seu modo de vida, isto é: oferecer-se, na oração e na ação, àquilo que Deus pede em cada momento do dia, disponibilizando-se a ser, nas próprias circunstâncias, um instrumento ao serviço da missão que Jesus quer continuar a realizar no mundo.

Como fomos vendo, o guia de orientação deste oferecimento concretiza-se nos desafios que o San-

to Padre confia ao Apostolado da Oração, as suas grandes preocupações pelo mundo e pela Igreja. Nas intenções do Papa, em cada mês, o Apostolado da Oração assume um novo compromisso e renova a sua missão.

Deste modo, a primeira sexta-feira é a jornada mundial de oração pelas intenções do Papa, o dia em que o Apostolado da Oração, como Rede Mundial de Oração do Papa, se une e se compromete com aquilo que o Papa pede para esse mês. Nas mais variadas circunstâncias e contextos, nos grupos do AO, nas celebrações comunitárias, na celebração da Eucaristia, usando as propostas disponibilizadas através das novas tecnologias, sites, redes sociais, aplicações móveis, sabemos que milhões de pessoas, nesse dia, se comprometem com a missão de Jesus. É o dia de ativação da Rede Mundial de Oração do Papa.

Recomenda-se que, se possível, nesse dia se participe na celebração da Eucaristia. Não sendo possível, que não se deixe de assumir um compromisso concreto com a Rede Mundial de Oração do Papa, a nível pessoal ou comunitário. Este é o primeiro nível, mais básico, de participação nesta Rede Mundial: rezar e agir na linha das intenções do Papa, tendo a primeira sexta-feira do mês como o dia em que o Apostolado da Oração se confirma como grande família de oração e ação ao serviço do mundo e da missão da Igreja.

8. A DEVOÇÃO AO CORAÇÃO DE JESUS

Um dos pilares em que assenta a espiritualidade do Apostolado da Oração é o Coração de Jesus. Esta tradição tão rica e tão profunda da espiritualidade cristã não poderia ficar de fora do processo de recriação do Apostolado da Oração. Mais ainda, é precisamente na devoção ao Coração de Jesus que o processo de recriação encontra o seu núcleo e ponto de partida.

A proposta do Apostolado da Oração passará necessariamente por proporcionar às pessoas que vivem esta espiritualidade a experiência concreta e pessoal do Amor de Deus nas suas vidas. Mais do que uma experiência comunitária, alimentada por práticas devocionais, a espiritualidade do Coração de Jesus assenta na oração pessoal e na descoberta da Pessoa de Jesus como o rosto de Deus Pai. Ele e o Pai são um só e quem vê o Filho vê o Pai (cfr. João 14, 9). Por isso, contemplando a pessoa de Jesus, contemplamos o mistério do próprio Deus, aprendemos como Deus age, como Deus fala, como Deus toca a realidade humana.

Este tocar a realidade humana abarca toda a história e todas as situações que os homens e as mulheres de todos os tempos vivem. O Emanuel, Deus-connosco, mostra-nos um estilo de vida, um modo de amar e de nos relacionarmos uns com os outros. O centro da mensagem do Evangelho é a entrega da própria vida por amor. Neste sentido, é em Jesus crucificado que contemplamos esta mesma entrega.

O Calvário, como o lugar mais tenebroso da história de Jesus de Nazaré, assume-se então como o lugar da manifestação do poder de Deus. Ele, no máximo da sua fragilidade, apresenta o máximo da sua proximidade com o género humano. Partilha e sofre as nossas dores, dando-lhes um sentido, entregando-Se como gesto de perdão.

Na Constituição Dogmática *Gaudium et spes*, do Concílio Vaticano II, é-nos dito de forma extraordinária o modo como Cristo nos revela quem somos verdadeiramente: «o mistério do homem só no mistério do Verbo encarnado se esclarece verdadeiramente. Adão, o primeiro homem, era efetivamente figura do futuro, isto é, de Cristo Senhor. Cristo, novo Adão, na própria revelação do mistério do Pai e do seu amor, revela o homem a si mesmo e descobre-lhe a sua vocação sublime» (*Gaudium et spes*, 22).

Conhecendo e experimentando Jesus na oração pessoal, descobrimos quem somos e a que destino somos chamados. A vocação sublime do ser humano é ser Cristo, fazer o que Ele nos mandou, dar carne ao seu mandamento novo: «Que vos ameis uns aos outros» (João 13, 34); «Não há maior prova de amor do que entregar a vida pelos amigos» (João 15, 13). O discurso da última ceia de Jesus no Evangelho de S. João é toda uma proposta de vida e a manifestação da nossa vocação como seres humanos totalmente identificados com Cristo.

Quem vive a espiritualidade própria do AO assume sem hesitar esta atitude: acreditamos com audácia nas promessas de Cristo que afirmam o seu

desejo de habitar o coração daqueles que considera *seus amigos*. O horizonte definitivo deste *Caminho do Coração* é viver em Cristo e que Cristo viva em mim. É um caminho de transformação interior, no qual o Espírito deseja levar o cristão à identificação total com Cristo, na sua mente, corpo e alma. É o que desejamos e pedimos todos os dias, com alma de pobre, sabendo que alcançá-lo nunca será fruto apenas dos nossos esforços. Acreditamos que esta transformação nos é dada de modo privilegiado na Eucaristia, onde o próprio Cristo vem a nós no seu Corpo e no seu Sangue e nos modela interiormente segundo o seu Coração eucarístico, a fim de ser e atuar como Ele.

O Mistério de Cristo morto e ressuscitado continua presente na sua Igreja, de modo privilegiado no sacramento da Eucaristia. Neste sacramento se renova continuamente a entrega de Jesus no Calvário e a vida nova da Ressurreição. Ao celebrar a Eucaristia e ao comungar, identificamo-nos cada vez mais com Ele e vivemos vidas cada vez mais eucarísticas.

CONCLUSÃO – SER APÓSTOLO DA ORAÇÃO

Por fim, depois de termos explorado os principais temas que estruturam a proposta do Apostolado da Oração, será útil, em estilo de resumo, dar a conhecer o que é pedido à pessoa que acolhe o AO como uma ajuda para viver unida a Cristo e à missão da Igreja, através da participação na Rede Mundial de Oração do Papa.

Em primeiro lugar, o modo mais comum de participar no AO enquanto Rede Mundial de Oração do Papa é, precisamente, **rezar pelas suas intenções**, especialmente na primeira sexta-feira do mês, que é a jornada mundial de oração pelas intenções do Papa, e participar nesse dia, se possível, na Eucaristia. É um modo de se mobilizar, durante o mês, em favor dos desafios da humanidade e da missão da Igreja e de se dispor interiormente para viver ao estilo de Jesus.

Se este é o nível mais comum, há diferentes modos de aprofundar progressivamente a pertença ao AO e a vivência da sua espiritualidade, a saber:

Viver um compromisso pessoal, com os três momentos de oração com Jesus. O objetivo é viver durante o dia em maior intimidade pessoal com Jesus e mais consciente da dimensão apostólica da vocação de batizado. Os três momentos de oração assinalam o oferecimento da nossa vida, ao começar o dia, a oração pelas intenções da Igreja: a meditação da Palavra de Deus ao longo do dia e a revisão de

I

II

III

IV

V

VI

61

vida, à noite, para ser dócil ao Espírito Santo e comprometer-se com aquilo que Deus vai pedindo na vida diária (cf. págs. 28-31).

Viver um compromisso comunitário, participando numa comunidade da Rede Mundial de Oração do Papa. Estas comunidades não só rezam e vivem em atitude de disponibilidade interior para a missão, mas também se mobilizam, procurando modos de viver cada mês os desafios da humanidade e da missão da Igreja expressos nestas intenções. Em muitos lugares já existem estes grupos, que são os Centros do AO e que são convidados a viver neste dinamismo, mas noutros lugares poderão ser criados outros grupos, compostos por pessoas que pretendem ajudar o pároco na dinamização da vida espiritual da comunidade em que estão inseridos (cf. págs. 31-34)

Consagração como Apóstolos da Oração. A quem deseja aprofundar mais este compromisso ao serviço da Rede Mundial de Oração do Papa é feito o convite de consagrar a sua vida ao Coração de Jesus. Quem assim se consagra torna-se apóstolo ao serviço das comunidades da Rede, do Secretariado Nacional e da missão da Igreja, inserido na realidade da própria Igreja local. (cf. págs. 35-37).



IV

O CAMINHO DO CORAÇÃO

Para entrarmos mais profundamente e de modo mais comprometido na Rede Mundial de Oração do Papa, é-nos proposto fazer este itinerário. Mais concretamente, o itinerário do Apostolado da Oração e os temas da sua proposta espiritual apresentam-se como uma *escola do coração*. Através das suas nove etapas, este itinerário conduz-nos à identificação com o pensar, o querer e os projetos de Jesus. A Palavra de Deus e outros textos que acompanham cada parágrafo narram-nos o imenso amor de Deus por cada um de nós e por toda a humanidade. Deverão ser acolhidas num silêncio orante e admirado, pois falam da nossa história com Ele. É-nos proposta uma aliança de amor pessoal com o Ressuscitado e o oferecimento da nossa disponibilidade diária para colaborar com Ele na sua missão, como seus apóstolos. Postos ao serviço da sua Igreja, somos enviados a tornar presente no mundo o amor compassivo de Deus. Estas páginas apresentam uma visão unificadora do caminho do AO, as suas linhas de orientação interior, convidando-nos a entrar na sua rede mundial de oração.

Como usar o «Caminho do Coração»

Antes de mais, importa deixar claro que estas páginas constituem um esquema-base de elaboração de propostas a fazer àqueles que pretendem conhecer mais profundamente o Apostolado da Oração. Este itinerário vai permitir visitar as suas raízes e adentrar-se no núcleo desta espiritualidade, que é o

conhecimento interno do Amor de Jesus, simbolizado no seu Coração. Levará à identificação com Ele, assumindo como própria a missão de compaixão que o Ressuscitado quer que partilhemos com Ele na nossa vida diária, fazendo parte da Rede Mundial de Oração do Papa, como um modo pessoal de viver o compromisso cristão com o mundo e a Igreja.

O *Caminho do Coração* é a espinha dorsal para uma série de nove propostas de reflexão, catequese e oração. Deve ser feito ao longo de vários dias, pessoal ou comunitariamente, não como uma simples leitura, mas como verdadeiro exercício de oração.

Cada etapa começa com a apresentação do seu conceito, isto é, um parágrafo introdutório que a explica, acompanhado de uma série de citações que poderão ser usadas nas várias propostas. Segue-se uma breve catequese de aprofundamento do tema, que ajuda a situar a proposta, algumas perguntas para a reflexão pessoal e uma sugestão de celebração comunitária.

Há vários modos de fazer este «Caminho do Coração». Aconselha-se que quem o orienta tenha já um bom conhecimento deste itinerário e dos seus objetivos e se sinta preparado para o propor a outras pessoas. Apresentamos, em seguida, alguns modos possíveis de conduzir este itinerário, como proposta a um grupo.

Antes disso, a **quem optar por fazê-lo a título pessoal** recomenda-se uma leitura atenta das etapas, estabelecendo um ritmo e um modo de fazer este caminho (dias, horas, material de apoio, etc.). Im-

porta salientar, de novo, que a condição essencial para fazer o *Caminho do Coração* é o silêncio e a oração e, por isso, devem ser dados tempo e espaço suficientes para deixar aprofundar esta experiência.

Como proposta a um grupo (membros de um centro do AO, uma paróquia, um grupo de oração, um conjunto de pessoas que estejam interessadas, equipas de pastoral paroquial ou outras) apresentamos os seguintes modos:

- **Retiro em silêncio** – de um fim de semana ou mais dias, distribuindo cada etapa pelo tempo disponível e deixando bastante espaço à oração pessoal.
- **Encontros diários ou semanais** – (nove dias seguidos ou nove semanas seguidas), onde se fará uma catequese de introdução ao tema, uma oração em comum e indicações para a oração pessoal em casa.
- **Nove primeiras sextas-feiras do mês** – aproveitando a devoção das nove primeiras sextas-feiras do mês, promover um encontro aberto a quem queira participar, fazendo uma catequese de introdução, uma oração diante do Santíssimo, com tempo de oração e reflexão pessoal.

Estes três modos não esgotam as possibilidades. Tendo este esquema-base presente, quem orientar a experiência poderá adaptá-lo segundo as circunstâncias concretas das pessoas e dos grupos, assegurando unicamente que seja dado tempo suficiente à oração pessoal, de preferência, tendo como tempo mínimo uma hora.



1. NO PRINCÍPIO ESTÁ O AMOR

Conceito desta etapa

A Palavra primeira e permanente da nossa vida de fé é o amor eterno do Pai. É o que Ele continuamente nos está a querer dizer e reflete-se em tudo aquilo que faz por nós em cada dia: Amo-te. É a sua essência: «Deus é amor» (1 João 4, 8), não pode não amar-nos. O AMOR é o modo como Deus nos olha e acompanha sempre, independentemente do rumo que a nossa vida tenha tomado, ainda que nos tenhamos afastado d'Ele por causa do pecado. O seu amor é incondicional e imutável. É o princípio e o fundamento do nosso caminho espiritual, pois a nossa vida tem início graças ao seu amor, é sustentada por Ele e um dia irá ser recebida no seu amor. Reconhecer esse amor leva-nos a corresponder-lhe.

- Amei-te com amor eterno... (*Jeremias 31, 3*).
- Acaso pode uma mulher esquecer-se do seu bebé, não ter carinho pelo fruto das suas entranhas? Ainda que ela se esquecesse dele, Eu nunca te esqueceria. Eis que Eu gravei a tua imagem na palma das minhas mãos (*Isaías 49, 15-16*).
- Nisto consiste o amor: não fomos nós que amamos primeiro a Deus, mas foi Ele que nos

amou e nos enviou o seu Filho... (1 João 4, 10).

- Deus nos escolheu em Cristo antes da criação do mundo... (Efésios 1, 4).
- Nada nos pode separar do Amor que Deus nos mostrou em Cristo Jesus, nosso Senhor! (Romanos 8, 39).

Gatequese

O Caminho do Coração tem como seu ponto de partida o reconhecimento de que na origem de tudo, da própria vida, da vida espiritual, está o amor primeiro de Deus por cada um. Nada do que pretenda ser caminho feito sob o olhar e a presença do Senhor deve começar sem que se acolha esta verdade de coração aberto e generoso. Deus dá-nos a graça de O reconhecermos, de O sentirmos presente nas nossas vidas.

Há momentos em que é mais fácil sentir a presença de Deus, como numa oração consolada, numa celebração que nos toque, num acontecimento grande e feliz da vida. Mas também existem muitos momentos em que nos questionamos sobre a sua presença. Os momentos de dor e sofrimento lançam no nosso coração a dúvida que acompanhou e continua a acompanhar os homens e as mulheres de todos os tempos e lugares. Onde está Deus aqui? Será que Deus me abandonou? Porque é que Ele permitiu que me acontecesse isso?

Deus Pai não é indiferente ao sofrimento dos seus filhos. O próprio Jesus não Se cansa de afirmar con-

tinuamente que o Pai não esquece os seus filhos, continuamente apela à atitude de confiança, a não temer, pois o Pai do Céu sabe do que temos necessidade (cfr. *Lucas 12, 30*), não deixa que um só cabelo da nossa cabeça se perca sem o seu consentimento (*Lucas 12, 10*). Acima de tudo, a grande manifestação de que Deus veio até nós para nunca mais nos deixar, é o que Jesus afirma, durante a noite, a Nicodemos: Deus amou de tal modo o mundo que lhe enviou o seu Filho Unigénito (cfr. *João 3, 16*). Se levássemos mais a sério as palavras de Jesus, se déssemos crédito às suas afirmações, tantas coisas mudariam na nossa vida!

É certo que a dor e o sofrimento, a realidade do nosso pecado, que nos afasta de Deus e dos outros, criam em nós uma distância de Deus, ou porque não O sentimos, ou porque escolhemos, nas decisões da nossa vida, viver como se Ele não existisse e não tivesse nada a dizer-nos. Deus pode tudo, sempre no amor, na capacidade de nos inspirar, na sua força, mas a nossa liberdade – a que depende de nós, mas também a liberdade própria dos acontecimentos da vida e do mundo, que não podemos controlar – pode criar a sensação de que Deus deixou de estar connosco. No entanto, a palavra primeira e definitiva, que deve ser o nosso fundamento mais inabalável, é que o Pai nunca nos abandonará. E procura, de mil maneiras, vir ao nosso encontro, através dos outros, através da esperança que vai iluminando aquilo que, na aparência, é noite cerrada. Este depositar da nossa confiança na certeza de que

Deus nos ama antes de tudo e acima de tudo, que nos permanece sempre fiel, é a certeza que nasce da fé. A fé, se vivesse apenas de provas racionais ou evidências empíricas, deixaria de ser fé. Não é uma certeza palpável, é a certeza de que, no salto do abandono, Deus não nos deixará cair, como os pequenos o sentem e sabem fazer, e cujo exemplo Jesus sempre dá, ao falar daqueles que serão os herdeiros do reino dos Céus.

Com Deus, começamos este caminho, na certeza de que, com Ele, o terminaremos, quando O viremos tal como Ele é e saborearemos sem fim a alegria da sua presença. Que, porém, começamos a viver já aqui, nos momentos bons e, mesmo quando parece impossível, nos momentos maus.

Tópicos de reflexão pessoal

«Sião dizia: “O Senhor abandonou-me, o meu dono esqueceu-se de mim”. Acaso pode uma mulher esquecer-se do seu bebé, não ter carinho pelo fruto das suas entranhas? Ainda que ela se esquecesse dele, Eu nunca te esqueceria. Eis que Eu gravei a tua imagem na palma das minhas mãos» (*Isaías 49, 14-16*).

- Em que circunstâncias na minha vida fiz minhas estas palavras: «O Senhor abandonou-me, o meu dono esqueceu-se de mim»? E, olhando para o presente, como me fui dando conta de que Ele, de facto, não me abandonou?
- A minha fé tem esta solidez inabalável? Devo pedir muito na oração o dom da Fé.

Tópicos para um encontro em grupo

Propõe-se a leitura da catequese deste tema, o primeiro das nove etapas do Caminho do Coração. O responsável pelo encontro poderá referir que este tema e as perguntas pessoais indicadas deverão ser objeto da oração pessoal, procurando depois traduzir na vida a atitude de confiança na presença de Deus que nos ama desde sempre e nunca nos abandona.

Partilhar algum momento do passado ou do presente, na própria história, em que se passou da noite do sofrimento para a luz da fé na presença de Deus.

Como poderá o nosso grupo, conhecendo situações concretas de pessoas que sofrem e dizem que Deus as abandonou, ser canal da presença de Deus? Pela oração, pela visita, pelo que for possível e estiver ao alcance.

Terminar o encontro com uma oração pelas intenções do Santo Padre, em união com a sua Rede Mundial de Oração.

Esquema para uma oração em comum

Cântico inicial

1. Louvor a Deus pelo seu amor

Depois de recitar o Salmo 145, alternando as estrofes, dar o tempo adequado de silêncio para a escuta pessoal. Concluir com a partilha do que Deus foi dizendo a cada um.

Ant.: Não fomos nós que amamos a Deus, mas foi Ele Quem nos amou.

Exaltarei a tua grandeza, ó meu rei e meu Deus;
hei de bendizer o teu nome para sempre.
Todos os dias Te bendirei;
louvarei o teu nome para sempre.

O SENHOR é grande e digno de todo o louvor;
a sua grandeza é insondável.

Cada geração contará à seguinte
o louvor das tuas obras
e todos proclamarão as tuas proezas.
Anunciarão o esplendor da tua majestade
e eu meditarei sobre as tuas maravilhas.

Eles contarão o poder das tuas obras
e eu proclamarei a tua grandeza.
Assim celebrarão a memória da tua imensa bondade
e glorificarão a tua justiça.

I

II

III

IV

V

VI

73

O SENHOR é clemente e compassivo,
é paciente e misericordioso.
O SENHOR é bom para com todos;
a sua ternura repassa todas as suas obras.

Louvem-Te, SENHOR, todas as tuas criaturas;
todos os teus fiéis Te bendigam.
Deem a conhecer a glória do teu Reino
e anunciem os teus feitos poderosos,

para mostrar aos homens as tuas proezas
e o esplendor glorioso do teu Reino.
O teu Reino é um reino para toda a eternidade
e o teu domínio estende-se por todas as gerações.

O SENHOR ergue todos os que caem
e reanima todos os abatidos.

Todos têm os olhos postos em Ti,
e, a seu tempo, Tu lhes dás o alimento.
Abres com largueza a tua mão
e sacias os desejos de todos os viventes.

O SENHOR é justo em todos os seus caminhos
e misericordioso em todas as suas obras.
O SENHOR está perto de todos os que O invocam,
dos que O invocam sinceramente.

Ele realiza os desejos dos que O temem,
escuta os seus gemidos e salva-os.

O SENHOR protege todos os que O amam,
mas extermina todos os ímpios.

Cante a minha boca os louvores do SENHOR,
e todo o ser vivo bendiga o seu santo nome
para sempre!

Ant.: Não fomos nós que amamos a Deus, mas foi
Ele Quem nos amou.

2. Acolher o amor de Deus

Escuta da palavra de Deus e oração pessoal para sentir e saborear a ternura de Deus. Alternam-se duas vozes na leitura.

No princípio, quando Deus criou os céus e a terra...
Deus disse: «Façamos o ser humano à nossa imagem, à nossa semelhança, para que domine sobre os peixes do mar, sobre as aves do céu, sobre os animais domésticos e sobre todos os répteis que rastejam pela terra». Deus criou o ser humano à sua imagem, criou-o à imagem de Deus; Ele os criou homem e mulher. Abençoando-os, Deus disse-lhes: «Crescei e multiplicai-vos, enchei e dominai a terra. Dominai sobre os peixes do mar, sobre as aves dos céus e sobre todos os animais que se movem na terra». [...]. Deus, vendo toda a sua obra, considerou-a muito boa. Assim, surgiu a tarde e, em seguida, a manhã: foi o sexto dia. (Génesis 1, 1.26-28.31)

Antes de te haver formado no ventre materno, Eu já te conhecia; antes que saíesses do seio de tua

mãe, Eu te consagrei... Amei-te com um amor eterno. Por isso, dilatei a misericórdia para contigo. (Jeremias 1, 5a; 31, 3b).

Tu amas tudo quanto existe e não detestas nada do que fizeste; pois, se odiasses alguma coisa, não a terias criado. E como subsistiria uma coisa, se Tu a não quisesses? Ou como se conservaria, se não tivesse sido chamada por Ti? Mas Tu poupas a todos, porque todos são teus, ó Senhor, que amas a vida! (Sabedoria 11, 24-26)

No princípio era o Verbo; o Verbo estava em Deus; e o Verbo era Deus. No princípio Ele estava em Deus. Por Ele é que tudo começou a existir; e sem Ele nada veio à existência... E o Verbo fez-Se homem e veio habitar conosco... Tanto amou Deus o mundo, que lhe entregou o seu Filho Unigénito, a fim de que todo o que n'Ele crê não se perca, mas tenha a vida eterna. (João 1, 1-3.14; 3, 16)

Aquele que não ama não chegou a conhecer a Deus, pois Deus é amor. Nós conhecemos o amor que Deus nos tem, pois cremos nele. Deus é amor, e quem permanece no amor permanece em Deus, e Deus nele. (1 João 4, 8.16)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Esta Palavra de Deus tem a ver contigo. Deixa que ela ressoe em ti, deixa que ela entre em ti ao ritmo do teu respirar, para que alcance o teu coração e o teu íntimo.

- *Para a assimilares melhor, experimenta repetir ao ritmo da tua respiração a palavra de S. João: «Deus é amor».*
- *Cheio do amor de Deus, experimenta repetir, sempre ao ritmo da tua respiração, este breve ato de fé: «Senhor, eu creio que Tu me amas».*

3. Ação de graças

Deus ama todas as criaturas, cada uma de modo especial. Somos todos irmãos e irmãs de Cristo, filhos da Igreja e membros da grande família humana. No entanto, cada um de nós é um ser único e ir-repetível, precioso aos olhos de Deus, que é sempre criador e nunca se repete. O amor eterno de Deus é sempre novo, singular, imprevisível e extremamente concreto para cada um de nós. Digamos juntos:

Como retribuirei ao SENHOR
 todos os seus benefícios para comigo?
 Elevarei o cálice da salvação,
 invocando o nome do SENHOR.

(Salmo 116, 12-13)

Dar graças é reconhecer que Deus te ama e te manifesta em cada dia o seu amor com os seus dons e as suas atenções delicadas. Agradecendo pelos dons recebidos, fazes «eucaristia», pões-te em relação com Deus, fazes aquilo que de melhor te é possível para completar aquele diálogo de amor

que Deus começou contigo, mas que não pode ser levado a cumprimento sem a tua colaboração e a tua resposta.

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Procura fazer memória das experiências do Amor de Deus no concreto da tua existência: a vida, a fé, o teu corpo, as tuas qualidades e os teus limites, a formação recebida, as pessoas, o ambiente que te circunda... para além da alegria, terás certamente reconhecido o amor de Deus também nas provas e nas dificuldades.

Reserva um tempo adequado para fazeres memória e, a cada coisa que recordares, a cada sinal da ternura de Deus que consegues identificar, podes repetir:

Dou-Te graças, SENHOR, de todo o coração.

(Salmo 138, 1)

Conclusão

Agradecemos juntos ao Senhor, recitando de modo alternado este Hino da Carta aos Efésios.

(Efésios 1, 3-10)

Bendito seja Deus,
Pai de Nosso Senhor Jesus Cristo,
que do alto do Céu nos abençoou,
com todas as bênçãos espirituais em Cristo.
Ele nos escolheu antes da criação do mundo,
para sermos santos e irrepreensíveis,
em caridade, na sua presença.

Ele nos predestinou, de sua livre vontade,
para sermos seus filhos adotivos, por Jesus Cristo,

para que fosse enaltecida a glória da sua graça,
com a qual nos favoreceu em seu amado Filho;
n'Ele temos a redenção, pelo seu Sangue,
a remissão dos nossos pecados

segundo a riqueza da sua graça,
que Ele nos concedeu em abundância,
com plena sabedoria e inteligência,
deu-nos a conhecer o mistério da sua vontade:

segundo o beneplácito que n'Ele
de antemão estabelecera,
para se realizar na plenitude dos tempos:
instaurar todas as coisas em Cristo,
tudo o que há nos céus e na terra.

Oremos:

Ó Deus, grande e misericordioso, preparai com o vosso poder o nosso coração para encontrar Cristo que vem. Ele que vive e reina convosco, na unidade do Espírito Santo.

Cântico final



2. O CORAÇÃO HUMANO, INQUIETO E NECESSITADO

Conceito desta etapa

Desejamos a felicidade e buscamos-la de várias maneiras. Recebemos de Deus o dom de amar e de viver a vida com generosidade. No entanto, muitas vezes sentimo-nos pobres e desorientados, entre frustrações e desejos mais profundos, incapazes de resolver a nossa crise pessoal e encontrar a paz interior. Propomos aqui um itinerário de fé, de oração e de vida adequado a quem está em busca interior, reconhece a sua necessidade espiritual e quer receber Jesus Cristo no seu coração. É o caminho dos humildes, onde a própria fraqueza e vulnerabilidade não são um impedimento, mas sim o melhor capital para o encontro com um Deus que Se inclina para o pobre.

- Senhor, sois o meu Deus, desde a aurora Vos procuro. A minha alma tem sede de Vós como terra árida, sequiosa, sem água (Salmo 62, 1).
- Do profundo abismo clamo por Vós, Senhor. Senhor, escutai a minha voz... (Salmo 130, 1).
- Bem-aventurados os pobres de coração, porque deles é o reino de Deus (Mateus 5, 3).
- Onde te escondeste, meu amado, deixando-me a gemer? (S. João da Cruz, Cântico Espiritual).

- *Criaste-nos para Ti, Senhor, e o nosso coração está inquieto enquanto não repousa em Ti* (Santo Agostinho, *Confissões*, I, 1).

Catequese

Na primeira etapa, éramos convidados a dar-nos conta do imenso amor com que Deus nos ama, por sua iniciativa. Mesmo nos momentos em que não é fácil experimentar a sua presença, sabemos, na fé, que Ele nunca nos abandona.

Agora, a proposta leva-nos a olhar para o nosso coração e a reconhecer nele o facto de se sentir muitas vezes inquieto e necessitado. Na sua obra autobiográfica, *As Confissões*, Santo Agostinho faz esta afirmação: «Criaste-nos para Ti, Senhor, e o nosso coração está inquieto enquanto não repousa em Ti». A realidade humana é caracterizada por uma insatisfação permanente, a qual apenas Deus poderá preencher. Não apenas a nossa sede espiritual de intimidade, de sentir Deus presente na nossa vida, mas nas várias experiências de limite que vamos sentindo. O facto de sermos criaturas coloca-nos necessariamente na condição de não sermos perfeitos, de sentirmos a nossa contingência. Tais limites, podemos experimentá-los na incapacidade de fazer sempre aquilo que gostaríamos, na doença, no pecado e, finalmente, na própria experiência da morte.

Custa-nos muito aceitar a nossa contingência, sobretudo naquilo que não depende de nós. Toda a

nossa vida pode resumir-se, no fundo, a uma busca incessante da felicidade, da nossa realização pessoal, de nos sentirmos em paz, bem conosco próprios, com os outros e com o mundo. Não deixa de chamar a atenção que a sociedade hoje nos propõe modelos de felicidade aliciantes: um bom carro, uma boa casa, a beleza dos cosméticos, o trabalho com um bom vencimento... E por vezes parece que ser feliz é fácil, pois temos tudo ao nosso alcance.

Vamos reparando, no entanto, que por muito que tenhamos momentos marcantes em que sentimos que não precisamos de mais nada para ser felizes, logo surgem as contrariedades, os imprevistos, a doença, o mau feitio dos outros... e parece que a felicidade pela qual se lutou, afinal, nunca poderá acontecer e viveremos para sempre nesta desolação de estarmos aquém do que merecíamos ter.

Não podemos, porém, deixar que a experiência do limite nos feche no desânimo e no pessimismo. A busca da paz interior, da unificação pessoal, a descoberta de que o amor tem sempre a primeira e a última palavra nas nossas vidas passa por uma verdadeira conversão do nosso coração ao amor, de que falávamos nas páginas anteriores.

A nossa fragilidade, o coração inquieto e necessitado, o nosso pecado não são obstáculo à experiência do amor de Deus, mas antes o melhor capital de que dispomos para que a graça de Deus nos toque e nos transforme. Através do seu perdão purificamos as nossas ações e intenções, através da sua amizade encontramos um novo modo de viver as nossas rela-

ções. Ao aceitar a pobreza do nosso coração, descobrimos que é para ele que o Senhor volta o seu olhar.

Tópicos de reflexão pessoal

«Senhor, sois o meu Deus, desde a aurora Vos procuro. A minha alma tem sede de Vós como terra árida, sequiosa, sem água» (*Salmo 62, 1*).

- Quais são as minhas sedes? Onde sinto mais necessidade de resposta aos meus anseios?
- De que modo é que Deus, ao longo da minha vida, Se foi mostrando presente quando me senti mais confrontado com os meus limites?

Tópicos para um encontro em grupo

Propõe-se a leitura da introdução deste tema, o segundo das nove etapas do Caminho do Coração. Sugere-se que a reflexão feita seja motivo para ir vendo, ao longo deste mês, onde cada um busca a sua felicidade, se é naquilo que é provisório e desaparece, ou nos valores que duram sempre. Que felicidade oferece o mundo e que felicidade é que Deus oferece?

Partilhar aquilo que se foi rezando e vivendo a partir das indicações dadas acima.

Como poderá o nosso grupo proporcionar, nas comunidades, nas famílias, possibilidades de as pessoas se encontrarem com o perdão de Deus? Quais são as circunstâncias, no nosso ambiente, que nos

chamam mais a atenção no que diz respeito às limitações humanas? Como poderemos estar mais presentes?

Terminar o encontro com uma oração pelas intenções do Santo Padre, em união com a sua Rede Mundial de Oração.

Esquema para uma oração em comum

Cântico inicial

1. A confissão do coração

Depois de recitar o Salmo 51, alternando as estrofes, conceder o tempo adequado de silêncio para a escuta pessoal. Concluir com a partilha do que Deus foi dizendo a cada um.

Compadecei-vos de mim, ó Deus,
pela vossa bondade,
pela vossa grande misericórdia,
apagai os meus pecados.

Lavai-me de toda a iniquidade
e purificai-me de todas as faltas.
Porque eu reconheço os meus pecados
e tenho sempre diante de mim as minhas culpas.

Pequei contra vós, só contra vós,
e fiz o mal diante dos vossos olhos.
Assim é justa a vossa sentença
e reto o vosso julgamento.

Porque eu nasci na culpa
e minha mãe concebeu-me em pecado.

Amiais a sinceridade de coração
e fazeis-me conhecer a sabedoria
no íntimo da alma.

Aspergi-me com o hissopo e ficarei puro,
Lavai-me e ficarei mais branco do que a neve.

Fazei-me ouvir uma palavra de gozo e de alegria
e estremeçam meus ossos que triturastes.
Desviai o vosso rosto das minhas faltas
e purificai-me de todos os meus pecados.

Criai em mim, ó Deus, um coração puro
e fazei nascer dentro de mim um espírito firme.
Não queirais repelir-me da vossa presença
e não retireis de mim o vosso espírito de santidade.

Dai-me de novo a alegria da vossa salvação
e sustentai-me com espírito generoso.
Ensinarei aos pecadores os vossos caminhos
e os transviados hão de voltar para vós.

Ó Deus, meu Salvador,
livrai-me do sangue derramado
e a minha língua proclamará a vossa justiça.
Abri, Senhor, os meus lábios
e a minha boca anunciará o vosso louvor.

I

II

III

IV

V

VI

85

Não é do sacrifício que vos agradais
e, se eu oferecer um holocausto, não o aceitareis.
Sacrifício agradável a Deus
é o espírito arrependido:
não desprezareis, Senhor,
um espírito humilhado e contrito.

Pela vossa bondade, tratai Sião com benevolência,
reconstruí os muros de Jerusalém.
Então vos agradareis dos sacrifícios devidos, obla-
ções e holocaustos,
então serão oferecidas vítimas sobre o vosso altar.

2. O coração inquieto

Escuta e oração pessoal para tomar consciência dos anseios do coração. Alternam-se duas vezes na leitura.

Não acumuleis tesouros na terra, onde a traça e a ferrugem os corroem e os ladrões arrombam os muros, a fim de os roubar. Acumulai tesouros no Céu, onde a traça e a ferrugem não corroem e onde os ladrões não arrombam nem furtam. Pois, onde estiver o teu tesouro, aí estará também o teu coração... Por isso vos digo: Não vos inquieteis quanto à vossa vida, com o que haveis de comer ou beber, nem quanto ao vosso corpo, com o que haveis de vestir. Porventura não é a vida mais do que o alimento, e o corpo mais do que o vestido? (Mateus 6, 19-21.25)

Tende cuidado convosco: que os vossos corações não se tornem pesados com a devassidão, a embriaguez e as preocupações da vida. (Lucas 21, 34a)

Não há árvore boa que dê mau fruto, nem árvore má que dê bom fruto. Cada árvore conhece-se pelo seu fruto; não se colhem figos dos espinhos, nem uvas dos abrolhos. O homem bom, do bom tesouro do seu coração tira o que é bom; e o mau, do mau tesouro tira o que é mau; pois a boca fala da abundância do coração. (Lucas 6, 43-45)

Aquilo que «a revelação divina nos dá a conhecer concorda com os dados da experiência. Quando o homem olha para dentro do próprio coração, descobre-se inclinado também para o mal, e imerso em muitos males, que não podem provir do seu Criador, que é bom. Muitas vezes, recusando reconhecer Deus como seu princípio, perturbou também a devida orientação para o fim último e, ao mesmo tempo, toda a sua ordenação quer para si mesmo, quer para os demais homens e para toda a criação.

O homem encontra-se, pois, dividido em si mesmo. E assim, toda a vida humana, quer singular quer coletiva, apresenta-se como uma luta dramática entre o bem e o mal, entre a luz e as trevas. Mais: o homem descobre-se incapaz de repelir por si mesmo as arremetidas do inimigo: cada um sente-se como que preso com cadeias. Mas o Senhor em pessoa veio para libertar e fortalecer o homem, renovando-o interiormente e lançando fora o prin-

cipe deste mundo (cfr. João 12, 31), que o mantinha na servidão do pecado». (Concílio Vaticano II, *Gaudium et spes*, 13)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Tento aplicar a mim mesmo este breve texto das Confissões de Santo Agostinho (X, 3), concentrando-me no meu «coração, onde eu sou o que sou. [Os outros] querem, pois, ouvir-me confessar quem sou no interior, para onde não podem lançar o olhar, o ouvido ou a mente».

- *Por que coisa se aflige o meu coração?*
- *A que está verdadeiramente agarrado: coisas, pessoas, a mim mesmo?*
- *Que preocupações o tornam pesado?*
- *Como se manifesta no meu coração a divisão entre aquilo que quero e aquilo que faço?*
- *Posso deixar ressoar em mim a lista dos pecados capitais e ficar onde me sinto mais provocado: gula, inveja, avareza, luxúria, ira, preguiça, soberba.*

3. O desejo do coração

Escuta e oração pessoal para tomar consciência dos desejos do coração.

Em Guibeon, o SENHOR apareceu a Salomão em sonhos, durante a noite, e disse-lhe: «Pede! Que posso Eu dar-te?». Salomão respondeu: «Tu trataste o teu servo David, meu pai, com grande misericórdia, porque ele andou sempre na tua presença com lealdade, justiça e retidão de coração para contigo (...). Agora, SENHOR, meu Deus, és Tu também que fazes

reinar o teu servo em lugar de David, meu pai; mas eu não passo de um jovem inexperiente que não sabe ainda como governar. O teu servo encontra-se agora no meio do teu povo escolhido, um povo tão numeroso que ninguém o pode contar nem enumerar, por causa da sua multidão. Terás, pois, de conceder ao teu servo um coração cheio de entendimento para governar o teu povo, para discernir entre o bem e o mal. De outro modo, quem seria capaz de julgar o teu povo, um povo tão importante?». Esta oração de Salomão agradou ao Senhor, que lhe disse: «Já que me pediste isso e não uma longa vida, nem riqueza, nem a morte dos teus inimigos, mas sim o discernimento para governar com retidão, vou proceder conforme as tuas palavras: dou-te um coração sábio e perspicaz». (1 Reis 3, 5-6a.7-12a)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Tento tomar contacto com os desejos que tenho no meu coração, pondo a cada um deles o seu nome próprio, dos mais superficiais até àqueles mais profundos.

Se estivesse no lugar de Salomão, mas nas condições concretas da minha vida, o que teria respondido ao Senhor? O que lhe teria pedido?

Por fim, deixo ressoar em mim a famosa frase de Santo Agostinho: «Criaste-nos para Ti, Senhor, e o nosso coração está inquieto enquanto não repousa em Ti» (Confissões, I, 1).

Conclusão

A oração de Salomão para obter o dom da sabedoria do coração (Sabedoria 9, 1-6.9-11).

Deus dos nossos pais e Senhor de misericórdia,
que tudo criaste pela tua palavra,
que formaste o homem pela tua sabedoria,
a fim de que dominasse sobre todas as criaturas
que chamaste à existência,

governasse o mundo com santidade e justiça
e exercesse o julgamento com retidão de espírito,
dá-me a sabedoria que se senta junto do teu trono
e não me excludas do número dos teus filhos.

Pois eu sou teu servo e filho da tua serva,
homem débil e de vida breve,
incapaz de compreender a justiça e as leis.

Mesmo que alguém fosse perfeito entre os homens,
sem a sabedoria que vem de ti, seria nada.

Contigo está a sabedoria, que conhece as tuas obras,
que estava presente quando fazias o mundo,
e que sabe o que é agradável a teus olhos
e o que é reto segundo os teus mandamentos.

Envia-a, pois, do teu santo Céu,
digna-te enviá-la do trono da tua glória,
para que me assista nos meus trabalhos,
e eu conheça aquilo que te é agradável.

Pois ela sabe e compreende tudo
e guiará os meus atos com prudência,
e me protegerá com a sua glória.

Oremos:

Deus onnipotente e eterno, a luz da vossa sabedoria resplandeça nos nossos corações, para que, através das trevas deste mundo, possamos encontrar a via que nos conduz a Vós. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que vive e reina convosco na unidade do Espírito Santo. *Ámen.*

Cântico final

I

II

III

IV

V

VI

91

3. NUM MUNDO SEM CORAÇÃO

Conceito desta etapa

Contemplamos com admiração a beleza do nosso mundo e os grandes feitos realizados pela inteligência humana ao longo da história. Mas o mundo em que vivemos está também ferido por dolorosas contradições que causam morte e destruição. A vida e o amor são muitas vezes afogados pela violência e pelo egoísmo. Os pequenos e mais vulneráveis sofrem a agressão dos poderosos, os recursos naturais são devastados, há tristeza e solidão. Separamo-nos dos caminhos do amor de Deus e do seu projeto para a humanidade.

- E Deus viu que tudo o que tinha feito era muito bom (*Gênesis 1, 31*).
- O meu povo cometeu um duplo pecado: abandonaram-Me a Mim, fonte de água viva, e fizeram as suas próprias cisternas, cisternas rotas, que não retêm água (*Jeremias 2, 13*).
- Andarão errantes do oriente ao ocidente, vagueando de norte a sul, buscando a palavra do Senhor, e não a encontrarão (*Amós 8, 12*).
- Desperta, Senhor, por que dormes? Desperta e não nos rejeites para sempre! Por que escond-

des a tua face e Te esqueces da nossa miséria e tribulação? (Salmo 44, 24-25).

- Veio ao que era seu, e os seus não O receberam (João 1, 11).

Catequese

Começámos por tomar consciência que, primeiro que tudo, temos, da parte de Deus, a iniciativa em nos dar o seu amor, em comunicar connosco, em falar de muitos modos. Mesmo quando estamos distraídos, quando a nossa fragilidade e o nosso pecado parecem afastar-nos d'Ele, sabemos, pela fé, que Deus vem ao nosso coração e nos dá aquilo que mais precisamos em cada momento.

Tal como o nosso coração vive inquieto e necessitado enquanto não repousar em Deus, assim também o mundo em que vivemos. De facto, assistimos diariamente a tantas situações em que notamos que o projeto de Deus para a sua criação está longe de ser uma realidade. A fome, as guerras, a injustiça, a exploração dos mais pobres pelos mais poderosos, a economia que destrói as pessoas e a própria natureza. Tudo isto deve tocar o nosso coração e fazer-nos sensíveis aos sofrimentos dos irmãos, em especial aqueles que são vítimas. O Papa Francisco falou da «globalização da indiferença», isto é, viver como se estas realidades não nos tocassem.

Teremos que adquirir uma outra sensibilidade, que não nos deixe ficar fechados no nosso conforto, mas nos leve, através da oração e da ação, a ser-

mos instrumentos da proximidade de Deus em todas estas situações. Devemos pedir continuamente a Deus que nos faça exigentes connosco próprios, que não nos deixemos ficar parados quando, ao nosso lado, alguém está a sofrer.

Tópicos de reflexão pessoal

- Desperta, Senhor, por que dormes? Desperta e não nos rejeites para sempre! Por que escondes a tua face e Te esqueces da nossa miséria e tribulação? A nossa alma está prostrada no pó, e o nosso corpo, colado à terra. Levanta-Te! Vem em nosso auxílio; salva-nos, pela tua bondade! (*Salmo 44, 24-27*).
- Hoje, tantas pessoas poderiam estar a rezar as palavras deste salmo. Também na minha vida terei tido momentos em que as poderia ter dito. Que proximidade tenho a estas pessoas? O que poderei fazer por elas? Dedicar algum tempo pessoal à oração e reflexão sobre estas perguntas.

Tópicos para um encontro em grupo

A catequese deste tema ajudará a situar o grupo diante da realidade do mundo de hoje, contextualizando esta «falta de coração» nos acontecimentos da atualidade. Neste encontro, pode haver um tempo para dar a conhecer o que vai acontecendo no mundo e as atitudes com que estas notícias são dadas e recebidas.

Poder-se-á dar um tempo de partilha sobre a questão da «indiferença» diante do sofrimento dos outros, dos seus porquês e como se poderá fazer para mudar esta atitude. Sabendo que, muitas vezes, a injustiça face aos mais pequenos não faz notícia, como poderemos contrariar esta tendência no nosso meio e nas nossas relações?

Terminar o encontro com uma oração pelas intenções do Santo Padre, em união com a sua Rede Mundial de Oração.

Esquema para uma oração em comum

Cântico inicial

1. A criação louva o Senhor

Depois de recitar o Cântico (Daniel 3, 57-88.56), alternando as estrofes, conceder o tempo adequado de silêncio para a escuta pessoal. Concluir com a partilha do que Deus foi dizendo a cada um.

Ant. Deus viu quanto tinha feito e era tudo muito bom.

Obras do Senhor, bendizei o Senhor,
louvai-O e exaltai-O para sempre.
Céus, bendizei o Senhor,
Anjos do Senhor, bendizei o Senhor.

Águas que estais sobre os céus, bendizei o Senhor,
poderes do Senhor, bendizei o Senhor.

Sol e lua, bendizei o Senhor,
estrelas do céu, bendizei o Senhor.

Chuvas e orvalhos, bendizei o Senhor,
todos os ventos, bendizei o Senhor.
Fogo e calor, bendizei o Senhor,
Frio e geada, bendizei o Senhor.

Orvalhos e gelos, bendizei o Senhor,
frios e aragens, bendizei o Senhor.
Gelos e neves, bendizei o Senhor,
noites e dias, bendizei o Senhor.

Luz e trevas, bendizei o Senhor,
relâmpagos e nuvens, bendizei o Senhor.
Bendiga a terra o Senhor,
louve-O e exalte-O para sempre.

Montes e colinas, bendizei o Senhor,
tudo o que germina na terra bendiga o Senhor.
Fontes, bendizei o Senhor,
mares e rios, bendizei o Senhor.

Monstros e animais marinhos, bendizei o Senhor,
aves do céu, bendizei o Senhor.
Animais e rebanhos, bendizei o Senhor,
homens, bendizei o Senhor.

Bendiga Israel o Senhor,
louve-O e exalte-O para sempre.

Sacerdotes do Senhor, bendizei o Senhor,
servos do Senhor, bendizei o Senhor.

Espíritos e almas dos justos, bendizei o Senhor,
santos e humildes de coração, bendizei o Senhor.
Ananias, Azarias, Misael, bendizei o Senhor,
louvai-O e exaltai-O para sempre.

Bendigamos o Pai, o Filho e o Espírito Santo;
louvemo-Lo e exaltemo-Lo para sempre.
Bendito sejais, Senhor, no firmamento dos céus,
a vós o louvor e a glória para sempre.

Ant. Deus viu quanto tinha feito e era tudo muito bom.

2. O mundo que se opõe a Deus

Escuta e oração pessoal para tomar consciência dos problemas e dos sofrimentos do Mundo. Alternam-se duas vozes na leitura.

Todos estão sob o domínio do pecado. Assim está escrito: Não há justo algum, nem um sequer. Não há quem seja sensato, não há quem procure a Deus. Todos se extraviaram, todos se corromperam. Não há quem faça o bem, não há um sequer. Sepulcro aberto é a sua garganta, com a sua língua espalhavam enganos; há nos seus lábios veneno de serpente. A sua boca está cheia de maldição e azedume. Velozes são os seus pés para derramar sangue; há devastação e miséria pelos seus caminhos, e o caminho da paz, não o conheceram. Não há temor de Deus diante dos seus olhos. (Romanos 3, 9c-18)

A crise financeira que atravessamos faz-nos esquecer que, na sua origem, há uma crise antropológica profunda: a negação da primazia do ser humano. Criámos novos ídolos. A adoração do antigo bezerro de ouro (cf. Êxodo 32, 1-35) encontrou uma nova e cruel versão no fetichismo do dinheiro e na ditadura de uma economia sem rosto e sem um objetivo verdadeiramente humano. A crise mundial, que investe as finanças e a economia, põe a descoberto os seus próprios desequilíbrios e sobretudo a grave carência de uma orientação antropológica que reduz o ser humano apenas a uma das suas necessidades: o consumo. Enquanto os lucros de poucos crescem exponencialmente, os da maioria situam-se cada vez mais longe do bem-estar daquela minoria feliz. Tal desequilíbrio provém de ideologias que defendem a autonomia absoluta dos mercados e a especulação financeira. (Papa Francisco, *Evangelii gaudium*, 55-56)

Instaura-se uma nova tirania invisível, às vezes virtual, que impõe, de forma unilateral e implacável, as suas leis e as suas regras. Além disso, a dívida e os respetivos juros afastam os países das possibilidades viáveis da sua economia, e os cidadãos do seu real poder de compra. A tudo isto vem juntar-se uma corrupção ramificada e uma evasão fiscal egoísta, que assumiram dimensões mundiais. A ambição do poder e do ter não conhece limites. Neste sistema que tende a fagocitar tudo para aumentar os benefícios, qualquer realidade que seja

frágil, como o meio ambiente, fica indefesa face aos interesses do mercado divinizado, transformados em regra absoluta. Por detrás desta atitude, escondem-se a rejeição da ética e a recusa de Deus. (Papa Francisco, *Evangelii gaudium*, 56-57)

De facto, a criação foi sujeita à destruição – não voluntariamente, mas por disposição daquele que a sujeitou – na esperança de que também ela será libertada da escravidão da corrupção, para alcançar a liberdade na glória dos filhos de Deus. Bem sabemos como toda a criação geme e sofre as dores de parto até ao presente. Não só ela. Também nós, que possuímos as primícias do Espírito, nós próprios gememos no nosso íntimo, aguardando a adoção filial, a libertação do nosso corpo. De facto, foi na esperança que fomos salvos. Ora uma esperança naquilo que se vê não é esperança. Quem é que vai esperar aquilo que já está a ver? Mas, se é o que não vemos que esperamos, então é com paciência que o temos de aguardar. (*Romanos 8, 20-25*)

Tanto amou Deus o mundo, que lhe entregou o seu Filho Unigénito, a fim de que todo o que n'Ele crê não se perca, mas tenha a vida eterna. De facto, Deus não enviou o seu Filho ao mundo para condenar o mundo, mas para que o mundo seja salvo por Ele. Quem n'Ele crê não é condenado, mas quem não crê já está condenado, por não crer no Filho Unigénito de Deus. E a condenação está nisto: a Luz veio ao mundo, e os homens preferiram as trevas à

Luz, porque as suas obras eram más. De facto, quem pratica o mal odeia a Luz e não se aproxima da Luz para que as suas ações não sejam desmascaradas. Mas quem pratica a verdade aproxima-se da Luz, de modo a tornar-se claro que os seus atos são feitos segundo Deus. (João 3, 16-21)

Virá a vós o Paráclito... E, quando Ele vier, dará ao mundo provas irrefutáveis de uma culpa, de uma inocência e de um julgamento: de uma culpa, pois não creram em Mim; de uma inocência, pois Eu vou para o Pai, e já não Me vereis; de um julgamento, pois o dominador deste mundo ficou condenado. (João 16, 8-11)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Experimento por alguns minutos pedir a graça de ter o coração e o olhar de amor e de misericórdia com que a Santíssima Trindade contempla este nosso mundo que está tão longe de Deus e tão necessitado de salvação.

Tal como sugere Santo Inácio nos números 106-108 dos Exercícios Espirituais, fico a contemplar a esfera terrestre e os homens de todas as raças, idades, épocas e condições, alargando o horizonte o mais possível.

Procuro escutar os seus discursos, ver o que fazem: quantas mentiras, quanta arrogância, quanta violência, quantas injustiças, quanta soberba, quanta irresponsabilidade e ignorância!

Deixo-me ficar um pouco com a mente e o coração nos lugares onde atualmente as nossas irmãs e os nossos irmãos estão a sofrer mais: a Síria, o Iraque, alguns países de África...

Depois concentro-me nos lugares onde a minha existência quotidiana se realiza, a minha cidade, o meu bairro, os ambientes de trabalho, os escritórios, as lojas, a minha casa, a minha família...

3. O mundo que se opõe a Deus

Escuta e oração pessoal para sermos conformados à lógica de Jesus.

Não Te peço que os retires do mundo, mas que os livres do Maligno. De facto, eles não são do mundo, como também Eu não sou do mundo. Faz que eles sejam teus inteiramente, por meio da Verdade; a Verdade é a tua palavra. Assim como Tu Me enviaste ao mundo, também Eu os enviei ao mundo, e por eles totalmente Me entrego, para que também eles fiquem a ser teus inteiramente, por meio da Verdade. Não rogo só por eles, mas também por aqueles que não de crer em Mim, por meio da sua palavra, para que todos sejam um só, como Tu, Pai, estás em Mim e Eu em Ti; para que assim eles estejam em Nós e o mundo creia que Tu Me enviaste. (João 17, 15-21)

Não vos acomodeis a este mundo. Pelo contrário, deixai-vos transformar, adquirindo uma nova mentalidade, para poderdes discernir qual é a vontade

de Deus: o que é bom, o que Lhe é agradável, o que é perfeito. (Romanos 12, 2)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

O verdadeiro problema é que o mundo não está só fora, mas também dentro de mim. Deixo-me interrogar:

- Os meus desejos e as minhas escolhas parecem-me conformes ao Coração de Jesus ou à mentalidade do mundo?
- O meu estilo de vida testemunha os critérios do mundo (riqueza, poder, aparência, orgulho) ou aqueles de Jesus (pobreza, serviço, humildade)?
- Que valores estou a transmitir, em modo mais ou menos consciente, às pessoas com quem contacto a cada dia?

Concluo com uma oração de intercessão, metendo nas mãos e no coração de Deus os sofrimentos do mundo e tudo o que Ele me sugeriu neste momento de contemplação.

Conclusão

Do Prólogo do Evangelho segundo S. João (João 1,1-6.9-14.16-18), de modo alternado.

No princípio existia o Verbo;
o Verbo estava em Deus;
e o Verbo era Deus.

No princípio Ele estava em Deus.
Por Ele é que tudo começou a existir;
e sem Ele nada veio à existência.

N'Ele é que estava a Vida de tudo o que veio a existir.
E a Vida era a Luz dos homens.
A Luz brilhou nas trevas,
mas as trevas não a receberam.

O Verbo era a Luz verdadeira,
que, ao vir ao mundo,
a todo o homem ilumina.

Ele estava no mundo
e por Ele o mundo veio à existência,
mas o mundo não O reconheceu.

Veio para o que era seu,
e os seus não O receberam.

Mas, a quantos O receberam,
aos que n'Ele creem,
deu-lhes o poder de se tornarem filhos de Deus.

Estes não nasceram de laços de sangue,
nem de um impulso da carne,
nem da vontade de um homem,
mas sim de Deus.

E o Verbo fez-Se homem
e veio habitar connosco.

E nós contemplámos a sua glória,
a glória que possui como Filho Unigénito do Pai,
cheio de graça e de verdade.

Sim, todos nós participamos da sua plenitude, recebendo graças sobre graças.

É que a Lei foi dada por Moisés, mas a graça e a verdade vieram-nos por Jesus Cristo.

A Deus jamais alguém O viu.
O Filho Unigénito, que é Deus e está no seio do Pai, foi Ele quem O deu a conhecer.

Oremos:

Deus, Pai misericordioso, Vós tanto amastes o mundo que lhe entregastes o vosso Filho Unigénito. Por intercessão da bendita Virgem Maria, dai-nos a graça de sermos vossas testemunhas no mundo, guiados pelo Espírito Santo. Por Cristo, nosso Senhor. Amen.

Cântico final

4. O PAI ENVIA O SEU FILHO PARA SALVAR

Conceito desta etapa

O Pai não nos abandonou neste mundo sem coração. Falou-nos do seu amor muitas vezes e de muitos modos através dos profetas e nestes tempos que são os últimos fê-lo através do seu Filho feito homem, Jesus, o Cristo (cf. *Hebreus 1, 1*). N'Ele, o Pai uniu a nossa história à sua, para restaurar a criação e para curar a nossa humanidade ferida. N'Ele, que deu a sua vida por nós na cruz e a Quem o Pai ressuscitou dos mortos, perdoou os nossos pecados. N'Ele, o amor ardente de Deus vem ao nosso encontro, determinado em nos salvar. Junto d'Ele aprendemos a reconhecer o Espírito de Deus a agir no nosso mundo, fazendo nascer algo novo, mesmo entre sofrimentos e dificuldades.

- Vou fazer algo novo, e já está a nascer, não o notam? (*Isaiás 43, 19*).
- Vi como sofre o meu povo que está no Egito. [...] Por isso desci para salvá-los das mãos dos egípcios... (*Êxodo 3, 7-8*).
- Fui Eu quem ensinou Efraim a andar e o levei nos meus braços... com correias de amor os atraía, com cordas de carinho (*Oseias 11, 3-4*).

I

II

III

IV

V

VI

105

- Em Cristo, Deus reconciliou consigo o mundo, sem ter em conta os pecados dos homens (2 Coríntios 5, 19).
- O Espírito vem em auxílio da nossa fragilidade (Romanos 8, 26).
- Tanto amou Deus o mundo, que lhe entregou o seu Filho Unigénito (João 3, 16).
- O Filho do Homem veio buscar e salvar o que andava perdido (Lucas 19, 10).

Catequese

O Pai não nos abandonou neste mundo sem coração. No tema anterior vimos como o mundo, hoje, se apresenta profundamente necessitado de salvação, um mundo onde as injustiças criam em tantas vidas situações de desespero, onde tantas pessoas se questionam sobre o sentido do mal e do sofrimento. A primeira tentação é pensar que nada será possível fazer para mudar tantas estruturas de mal e, mais dramático ainda, pensar que Deus deixou de estar presente, que nos abandonou, questionando-nos como um Deus tão bom pode deixar-nos assim.

É necessário olhar o modo como Deus age para tentar encontrar uma resposta a estas questões. Toda a história bíblica é um contínuo e progressivo aproximar-Se de Deus em relação ao seu povo. Desde o Génesis, em que Adão e Eva, na sua liberdade, decidem prescindir de Deus, tomando o seu lugar, constitui-se para nós aquilo que caracteriza a nossa humanidade e o mundo. Somos seres livres,

mas tantas vezes a nossa liberdade não é a verdadeira liberdade. Vamo-nos deixando prender às coisas, queremos ocupar o primeiro lugar e, assim, são criadas as injustiças, quando não deixamos ao outro o lugar a que tem direito, retirando-lhe a sua dignidade.

A liberdade, o sinal mais excelente da nossa humanidade é, ao mesmo tempo, o lugar da sua fragilidade. Neste sentido, o limite, nosso e da criação, é a nossa condição mais profunda. Deus, que respeita absolutamente a nossa liberdade, não interfere, pois assim exige a liberdade que nasce do amor. Mas quer aproximar-Se, comunicar connosco.

Através dos profetas e dos acontecimentos, Deus falou continuamente ao seu povo, atraindo-o a Si, para que se convertesse. E, finalmente, falou-nos por Si mesmo, através do seu Filho Jesus. N'Ele, o Pai uniu a nossa história à sua, para restaurar a criação e para curar a nossa humanidade ferida. N'Ele, que deu a sua vida por nós na cruz e a Quem o Pai ressuscitou dos mortos, perdoou os nossos pecados. N'Ele, o amor ardente de Deus vem ao nosso encontro, determinado em nos salvar. Junto d'Ele aprendemos a reconhecer o Espírito de Deus a agir no nosso mundo, fazendo nascer algo novo, mesmo entre sofrimentos e dificuldades.

Tópicos de reflexão pessoal

Tanto amou Deus o mundo, que lhe entregou o seu Filho Unigénito, a fim de que todo o que n'Ele

crê não se perca, mas tenha a vida eterna. De facto, Deus não enviou o seu Filho ao mundo para condenar o mundo, mas para que o mundo seja salvo por Ele (João 3, 16-17).

- Neste diálogo com Nicodemos, Jesus apresenta-Se como o Filho enviado do Pai, pelo amor que nos tem. Não condena, quer salvar. Quais são, na minha vida, as experiências de não ser condenado por Deus, mas salvo? Vejo em Jesus o amor do Pai por mim?

Tópicos para um encontro em grupo

Após a leitura e estudo do tema, o grupo poderá refletir e conversar sobre o núcleo da fé cristã, que é o mistério da Encarnação. Que consequências tem, na nossa vida, o facto de Deus Se ter feito um de nós? Como é que esta proximidade, este vir ao encontro da fragilidade humana poderá ser uma realidade na nossa vida?

Para o tempo de partilha, cada um poderá falar sobre os modos como, na sua vida pessoal, percebe a proximidade de Deus, e os desafios que esta necessidade de estar próximo lhe coloca, nas suas relações, tomando como atitude de vida o mesmo desejo que Deus tem de Se aproximar dos seus filhos.

Terminar o encontro com uma oração pelas intenções do Santo Padre, em união com a sua Rede Mundial de Oração.

Esquema para uma oração em comum

Cântico inicial

1. Hino ao Senhor misericordioso

Depois de recitar o Salmo 103, alternando as estrofes, conceder o tempo adequado de silêncio para a escuta pessoal. Concluir com a partilha do que Deus foi dizendo a cada um.

Ant. Deus é amor, e quem permanece no amor permanece em Deus, e Deus nele (1 João 4, 16).

Bendiz, ó minha alma, o SENHOR,
e todo o meu ser louve o seu nome santo.
Bendiz, ó minha alma, o SENHOR,
e não esqueças nenhum dos seus benefícios.

É Ele quem perdoa as tuas culpas
e cura todas as tuas enfermidades.
É Ele quem resgata a tua vida do túmulo
e te enche de graça e de ternura.

É Ele quem cumula de bens a tua existência
e te rejuvenesce como a águia.
O SENHOR defende, com justiça,
o direito de todos os oprimidos.

Revelou os seus caminhos a Moisés
e as suas maravilhas aos filhos de Israel.

O SENHOR é misericordioso e compassivo,
é paciente e cheio de amor.
Não está sempre a repreender-nos,
nem a sua ira dura para sempre.

Não nos tratou segundo os nossos pecados,
nem nos castigou segundo as nossas culpas.
Como é grande a distância dos céus à terra,
assim são grandes os seus favores
para os que O temem.

Como o Oriente está afastado do Ocidente,
assim Ele afasta de nós os nossos pecados.
Como um pai se compadece dos filhos,
assim o SENHOR se compadece dos que O temem.

Na verdade, Ele sabe de que somos formados;
não se esquece de que somos pó da terra.

Os dias dos seres humanos são como a erva:
brota como a flor do campo,
mas, quando sopra o vento sobre ela,
deixa de existir e não se conhece mais o seu lugar.

Mas o amor do SENHOR é eterno para os que o temem
e a sua justiça chega até aos filhos dos seus filhos,
para os que guardam a sua aliança
e se lembram de cumprir os seus preceitos.

O SENHOR estabeleceu nos céus o seu trono e o seu reino estende-se a tudo o que existe.

Bendizei o SENHOR, todos os seus anjos, poderosos mensageiros, que cumpris as suas ordens, sempre dóceis à sua palavra.

Bendizei o SENHOR, todo o seu exército de astros, que sois seus servos e executores da sua vontade.

Bendizei o SENHOR, todas as suas obras, em todos os lugares do seu domínio. Bendiz, ó minha alma, o SENHOR!

Ant. Deus é amor, e quem permanece no amor permanece em Deus, e Deus nele (1 João 4, 16).

2. A grandeza do amor de Deus

Escuta da palavra de Deus e oração pessoal. Alternam-se duas vozes para a leitura.

Todos esperam de ti que lhes dês comida a seu tempo. Dás-lhes o alimento, que eles recolhem, abres a tua mão e saciam-se do que é bom. (Salmo 104, 27-28)

Olhai as aves do céu: não semeiam nem ceifam nem recolhem em celeiros; e o vosso Pai celeste alimenta-as. Não valeis vós mais do que elas? Qual de vós, por mais que se preocupe, pode acrescentar um só côvado à duração da sua vida? Porque vos preo-

cupais com o vestuário? Olhai como crescem os lírios do campo: não trabalham nem fiam! Pois Eu vos digo: Nem Salomão, em toda a sua magnificência, se vestiu como qualquer deles. Ora, se Deus veste assim a erva do campo, que hoje existe e amanhã será lançada ao fogo, como não fará muito mais por vós, homens de pouca fé? (*Mateus 6, 26-30*)

Não foi por serdes mais numerosos que outros povos que o SENHOR Se agradou de vós e vos escolheu; vós até éreis o mais pequeno de todos os povos. Porque o SENHOR vos ama e é fiel ao juramento que fez a vossos pais, por isso é que, com mão forte, vos tirou e vos salvou da casa da servidão. (*Deuterónimo 7, 7-8*)

Haverá mais alegria no Céu por um só pecador que se converte, do que por noventa e nove justos que não necessitam de conversão. (*Lucas 15, 7*)

É assim que a vou seduzir: ao deserto a conduzi-rei, para lhe falar ao coração. (...) Aí, ela responderá como no tempo da sua juventude, como nos dias em que subiu da terra do Egito. Naquele dia – oráculo do SENHOR – ela me chamará: «Meu marido» e nunca mais: «Meu Baal». (*Oseias 2, 16-18*)

Acaso pode uma mulher esquecer-se do seu bebé, não ter carinho pelo fruto das suas entranhas? Ainda que ela se esquecesse dele, Eu nunca te esquecerá. (*Isaías 49, 15*)

Sabemos que tudo contribui para o bem daqueles que amam a Deus, daqueles que são chamados, de acordo com o seu desígnio. Porque àqueles que Ele de antemão conheceu, também os predestinou para serem uma imagem idêntica à do seu Filho, de tal modo que Ele é o primogénito de muitos irmãos. E àqueles que predestinou, também os chamou; e àqueles que chamou, também os justificou; e àqueles que justificou, também os glorificou. (Romanos 8, 28-30)

Conheceis bem a bondade de Nosso Senhor Jesus Cristo que, sendo rico, Se fez pobre por vós, para vos enriquecer com a sua pobreza. (2 Coríntios 8, 9)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Procuro tomar consciência e recordar os modos infinitos e sempre novos como Deus me manifesta pessoalmente o seu amor.

- a sua providência ...
- a sua generosidade...
- a sua fidelidade ...
- a sua misericórdia ...
- a sua ternura...
- ... para comigo.

3. Revelado na cruz de Jesus

O amor de Deus manifestou-se plenamente na encarnação do Verbo e chegou ao extremo no sacrifício da cruz. No coração humano de Jesus está toda

a força e a ternura do amor de Deus, a sua fidelidade e o seu drama até ao dom de Si na cruz.

Se «tanto amou Deus o mundo, que lhe entregou o seu Filho Unigénito», é para que «todo o que n'Ele crê não se perca, mas tenha a vida eterna» (João 3, 16). Diante de Cristo na Cruz, tomamos consciência, no nosso coração, do apelo ardente para acolher o Amor de Deus e para Lhe responder do modo que melhor possamos.

Antes da festa da Páscoa, Jesus, sabendo bem que tinha chegado a sua hora da passagem deste mundo para o Pai, Ele, que amara os seus que estavam no mundo, levou o seu amor por eles até ao extremo. (João 13, 1)

É assim que Deus demonstra o seu amor para conosco: quando ainda éramos pecadores é que Cristo morreu por nós. E agora que fomos justificados pelo seu sangue, com muito mais razão havemos de ser salvos da ira, por meio d'Ele. Se, de facto, quando éramos inimigos de Deus, fomos reconciliados com Ele pela morte de seu Filho, com muito mais razão, uma vez reconciliados, havemos de ser salvos pela sua vida. Mais ainda, também nos gloriamos em Deus, por Nosso Senhor Jesus Cristo, por Quem agora recebemos a reconciliação. (Romanos 5, 8-11)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Experimentamos fazer um colóquio pessoal, coração a coração, com Jesus crucificado, seguindo as indicações de Santo Inácio de Loiola (Exercícios Espirituais, 53):

Imaginando a Cristo nosso Senhor diante de mim e pregado na cruz, fazer um colóquio: como de Criador veio a fazer-Se homem, e de vida eterna a morte temporal, e assim a morrer por meus pecados.

Faço o mesmo examinando-me a mim:

- o que fiz por Cristo,
- o que faço por Cristo,
- o que devo fazer por Cristo.

e vendo-o a Ele em tal estado e assim pendente na cruz, discorrer pelo que se me oferecer.

Conclusão

Recitar, alternadamente, este hino da Carta de S. Paulo aos Filipenses (Filipenses 2, 5-11):

Tende entre vós os mesmos sentimentos, que estão em Cristo Jesus:

Ele, que é de condição divina, não considerou como uma usurpação ser igual a Deus;

no entanto, esvaziou-Se a Si mesmo, tomando a condição de servo.

Tornando-Se semelhante aos homens e sendo, ao manifestar-Se, identificado como homem,

rebaixou-Se a Si mesmo, tornando-Se obediente até à morte e morte de cruz.

Por isso mesmo é que Deus O elevou acima de tudo
e Lhe concedeu o nome
que está acima de todo o nome,

para que, ao nome de Jesus,
se dobrem todos os joelhos,
os dos seres que estão no céu,
na terra e debaixo da terra;

e toda a língua proclame:
«Jesus Cristo é o Senhor!»,
para glória de Deus Pai.

Oremos:

Deus, fonte da vida, Vós ofereceis à humanidade sedenta a água viva da graça que brota da rocha, Cristo Salvador; concedei ao vosso povo o dom do Espírito, para que saiba professar com força a sua fé e anuncie com alegria as maravilhas do vosso amor. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus e vive e reina convosco, na unidade do Espírito Santo. *Ámen.*

Cântico final

5. CHAMA-NOS SEUS AMIGOS

Conceito desta etapa

Jesus Cristo chama-nos seus amigos e convida-nos a uma aliança de amor pessoal, íntima e afetiva com Ele. Está sempre vivo para interceder por nós, ativamente empenhado em nos atrair para Ele, pois somos preciosos a seus olhos. A amizade com Ele leva-nos a olhar o mundo com os seus olhos, a sofrer com os seus sofrimentos e a alegrar-nos com as suas alegrias, a oferecer as nossas pessoas para trabalhar com Ele em favor dos nossos irmãos e irmãs. Ele está connosco todos os dias, até ao fim do mundo.

- Eu te chamei pelo nome, tu és meu. Tu tens um grande preço aos meus olhos, és precioso e eu te amo (*Isaías 43, 1 e 4*).
- Em seguida, Jesus subiu ao monte e chamou os que Ele quis. Uma vez reunidos, escolheu doze de entre eles, para estar com Ele e para os enviar a pregar a boa nova. A estes Ele deu o nome de apóstolos... (*Marcos 3, 13-14*).
- Já não vos chamo servos, visto que um servo não está ao corrente do que faz o seu senhor; mas a vós chamei-vos amigos, porque

vos dei a conhecer tudo o que ouvi ao meu Pai (João 15, 15).

- Voltando-se, Pedro viu que os seguia o discípulo a quem Jesus amava, o mesmo que na ceia se tinha inclinado sobre o peito de Jesus (João 21, 20).
- Eu estarei convosco todos os dias, até ao fim do mundo (Mateus 28, 20).
- Jesus pode salvar completamente aqueles que se aproximam de Deus por meio d'Ele, já que Ele vive para sempre para interceder por nós (Hebreus 7, 25).
- *Se alguém quer vir após mim, deve contentar-se em comer como eu e, assim, beber e vestir, etc. Do mesmo modo há de trabalhar comigo de dia e vigiar de noite (Exercícios Espirituais de Santo Inácio, 93).*

Catequese

Procuramos muitas vezes entender qual é o sentido da nossa vida, para onde caminhamos, o que devemos fazer para alcançar a felicidade e a nossa realização plena como seres humanos. Para o Cristianismo, a resposta é muito clara: é Jesus que nos mostra o caminho, é Ele que Se apresenta como o horizonte definitivo da nossa vida, a que vivemos todos os dias. O conhecimento de Jesus caminha lado a lado com todas as nossas experiências. Vamos conhecendo Jesus à medida que vamos vivendo e percebendo, nas circunstâncias concretas,

onde e como podemos realizar aquilo a que somos chamados.

Ser chamados! É precisamente esse o grande segredo. Mesmo que nos sintamos perdidos, mesmo que estejamos distraídos e preocupados com tantas coisas, Jesus faz-nos continuamente um chamamento. Não é um chamamento qualquer, é sermos chamados à amizade com Ele. Ele quer que eu seja seu amigo, deseja a minha amizade. Assim, o conhecimento de Jesus não é o receber uma série de normas e preceitos de boa conduta, para sermos boas pessoas, mas é criar e alimentar uma relação de amizade.

O ponto de partida está dado. Jesus quer. E, neste momento, a nossa grande pergunta, muito mais séria do que imaginamos é: E eu? Quero? O chamamento é acolher o convite de alguém que quer entrar na nossa vida, fazer-nos bem.

Tal como acontece nas nossas relações de amizade, a amizade com Jesus leva-nos a olhar o mundo com os seus olhos. Já que os amigos vivem e percebem as coisas da mesma forma, assim também a nossa vida, alimentada pela amizade com Ele, terá o mesmo efeito.

Se fôssemos amigos de Jesus, passaríamos a olhar o mundo como a criação que Deus Pai nos deu para cuidarmos, passaríamos a olhar os outros como irmãos a quem deu a vida por amor, passaríamos a olhar para nós próprios como filhos amados de Deus, que nunca são abandonados por Ele, mesmo no sofrimento e no pecado.

Se olhássemos e sentíssemos todas as coisas desta forma, não seríamos felizes? Creio que é difícil dizer que não a esta questão. Abandonar-se a esta amizade, dizer sim com toda a liberdade e vontade parece, de facto, ser um caminho seguro para a nossa felicidade e realização. No fundo, para a nossa santidade.

Tópicos de reflexão pessoal

Manifestei-vos estas coisas, para que esteja em vós a minha alegria, e a vossa alegria seja completa. É este o meu mandamento: que vos ameis uns aos outros como Eu vos amei. Ninguém tem mais amor do que quem dá a vida pelos seus amigos. Vós sois meus amigos, se fizerdes o que Eu vos mando. Já não vos chamo servos, visto que um servo não está ao corrente do que faz o seu senhor; mas a vós chamei-vos amigos, porque vos dei a conhecer tudo o que ouvi ao meu Pai (*João 15, 12-15*).

- Jesus chama-nos amigos. Amigos a quem Ele revelou o seu mandamento, que é amar como Ele nos amou, dando a sua vida. Os servos fazem o que se lhes pede por obrigação. Os amigos fazem por amor. Na minha relação com Jesus, faço o que me é pedido por obrigação, porque é suposto e tem de ser, ou sou movido pelo amor? Como sinto na minha vida a «alegria completa» que Jesus me quer dar?

Tópicos para um encontro em grupo

Como se pode entender na leitura do tema, não é possível um viver cristão autêntico sem a experiência de uma amizade íntima e profunda com Jesus. A vida de oração começa com um chamamento à relação. Neste encontro propõe-se que cada um possa partilhar um pouco a sua história de relação com Deus e como faz, concretamente, para responder aos apelos de amizade que o Senhor faz.

O grupo deve perguntar-se: como poderá ajudar a comunidade a perceber que a oração não é apenas um cumprir de rituais, mas é um crescimento numa relação de amizade? Que tipo de oração e experiência de silêncio se pode propor?

Terminar o encontro com uma oração pelas intenções do Santo Padre, em união com a sua Rede Mundial de Oração.

Esquema para uma oração em comum

Cântico inicial

1. Verdadeira e falsa amizade

Depois de recitar Ben Sira 6, 5-17; 27, 16-17; 37, 1-6, alternando as estrofes, conceder o tempo adequado de silêncio para a escuta pessoal. Concluir com a partilha do que Deus foi dizendo a cada um.

Ant. Aquele que é amigo, é-o em todo o tempo; e torna-se um irmão no tempo da desgraça (*Provérbios 17, 17*).

Palavras amáveis multiplicam os amigos,
a linguagem afável atrai muitas respostas agradáveis.
Procura estar de bem com muitos,
mas escolhe para conselheiro um entre mil.

Se queres ter um amigo, põe-no primeiro à prova,
não confies nele muito depressa.
Com efeito, há amigos de ocasião,
que não são fiéis no dia da tribulação.

Há amigo que se torna inimigo,
que desvendará as tuas fraquezas, para tua vergonha.
Há amigo que só o é para a mesa,
e que deixará de o ser no dia da desgraça;

na tua prosperidade mostra-se igual a ti,
dirigindo-se com à vontade aos teus servos;
mas, se te colhe o infortúnio, volta-se contra ti,
e oculta-se da tua presença.

Afasta-te daqueles que são teus inimigos,
e está alerta com os teus amigos.
Um amigo fiel é uma poderosa proteção;
quem o encontrou, descobriu um tesouro.

Nada se pode comparar a um amigo fiel,
e nada se iguala ao seu valor.

Um amigo fiel é um bálsamo de vida;
os que temem o Senhor acharão tal amigo.

O que teme o Senhor terá também boas amizades,
porque o seu amigo será semelhante a ele.
Aquele que revela o segredo de um amigo
perde o crédito,
e não encontrará amigos segundo o seu coração.

Ama o amigo e sê-lhe leal,
mas, se revelaste os seus segredos,
não vás mais atrás dele.
Todo o amigo dirá: «Eu também
contraí amizade contigo».
Há, porém, amigos que só o são de nome.

Não causa isto uma dor que perdura até à morte,
que um companheiro e amigo
se converta em inimigo?
Ó perversa inclinação, onde tiveste origem,
para cobrir a terra com a tua perfídia?

Há companheiro que se aproveita do amigo
nas suas diversões,
mas, no tempo da tribulação, será seu adversário.
Há companheiro que se condói da desventura
do seu amigo,
no interesse do seu ventre;
no momento de luta, ele toma o escudo.

I

II

III

IV

V

VI

123

Não te esqueças em teu coração do teu amigo; no meio da riqueza, não percas a sua lembrança.

Ant. Aquele que é amigo, é-o em todo o tempo; e torna-se um irmão no tempo da desgraça (*Provérbios 17, 17*).

2. O Senhor, amigo do homem

Escuta da palavra de Deus e oração pessoal. Alternam-se duas vozes para a leitura.

Veio o Filho do Homem, que come e bebe, e dizem: «Aí está um glutão e bebedor de vinho, amigo de cobradores de impostos e pecadores!». Mas a sabedoria foi justificada pelas suas próprias obras. (*Mateus 11, 19*)

Digo-vos a vós, meus amigos: Não temais os que matam o corpo e, depois, nada mais podem fazer. Vou mostrar-vos a quem deveis temer: temei aquele que, depois de matar, tem o poder de lançar na Geena. Sim, Eu vo-lo digo, a esse é que deveis temer. Não se vendem cinco pássaros por duas pequeninas moedas? Contudo, nenhum deles passa despercebido diante de Deus. Mais ainda, até os cabelos da vossa cabeça estão contados. Não temais: valeis mais do que muitos pássaros. (*Lucas 12, 4-7*)

Já não vos chamo servos, visto que um servo não está ao corrente do que faz o seu senhor; mas a vós chamei-vos amigos, porque vos dei a conhecer tudo

o que ouvi ao meu Pai. Não fostes vós que Me escolhestes; fui Eu que vos escolhi a vós e vos destinei a ir e a dar fruto, e fruto que permaneça; e assim, tudo o que pedirdes ao Pai em meu nome Ele vo-lo concederá. É isto o que vos mando: que vos ameis uns aos outros. (João 15, 15-17)

Antes da festa da Páscoa, Jesus, sabendo bem que tinha chegado a sua hora da passagem deste mundo para o Pai, Ele, que amara os seus que estavam no mundo, levou o seu amor por eles até ao extremo. O diabo já tinha metido no coração de Judas, filho de Simão Iscariotes, a decisão de O entregar. Enquanto celebravam a ceia, Jesus, sabendo perfeitamente que o Pai tudo Lhe pusera nas mãos, e que saíra de Deus e para Deus voltava, levantou-Se da mesa, tirou o manto, tomou uma toalha e atou-a à cintura. Depois deitou água na bacia e começou a lavar os pés aos discípulos e a enxugá-los com a toalha que atara à cintura. (João 13, 1-5)

Disse-Lhe Simão Pedro: «Senhor, para onde vais?». Jesus respondeu-lhe: «Para onde Eu vou, tu não Me podes seguir por agora; hás de seguir-Me mais tarde». Disse-Lhe Pedro: «Senhor, porque não posso seguir-Te agora? Eu daria a vida por Ti!». Repliou Jesus: «Darias a vida por Mim? Em verdade, em verdade te digo: não cantará o galo, antes de Me teres negado três vezes!». (João 13, 36-38)



Não rogo só por eles, mas também por aqueles que hão de crer em Mim, por meio da sua palavra, para que todos sejam um só, como Tu, Pai, estás em Mim e Eu em Ti; para que assim eles estejam em Nós e o mundo creia que Tu Me enviaste. Eu dei-lhes a glória que Tu Me deste, de modo que sejam um, como Nós somos Um. Eu neles e Tu em Mim, para que eles cheguem à perfeição da unidade e assim o mundo reconheça que Tu Me enviaste e que os amaste a eles como a Mim. (João 17, 20-23)

Junto à cruz de Jesus estavam, de pé, sua mãe e a irmã da sua mãe, Maria, a mulher de Clopas, e Maria Madalena. Então, Jesus, ao ver ali ao pé a sua mãe e o discípulo que Ele amava, disse à mãe: «Mulher, eis o teu filho!». Depois, disse ao discípulo: «Eis a tua mãe!». E, desde aquela hora, o discípulo acolheu-a como sua. (João 19, 25-27)

É este o meu mandamento: que vos ameis uns aos outros como Eu vos amei. Ninguém tem mais amor do que quem dá a vida pelos seus amigos. Vós sois meus amigos, se fizerdes o que Eu vos mando. (João 15, 12-14)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Jesus é o verdadeiro amigo, posso confiar n'Ele sempre e em todas as circunstâncias. Fico por um pouco a sentir e saborear a sua, ou melhor, a nossa amizade:

- Quando e de que modo comecei a olhar para Jesus como um amigo?
- Como cresceu no tempo a nossa amizade?
- Quais os momentos mais belos?
- Como me apercebi da presença do Senhor nos momentos mais difíceis?
- Alguma vez o neguei, como Pedro?
- Qual é a minha experiência do seu amor até ao extremo?

Colóquio

Jesus chama-nos amigos e manifestou-nos de tantas maneiras a sua amizade, até ao extremo de dar a vida por nós. Mas a amizade requer a reciprocidade, é um estado de amor simultâneo e recíproco entre duas pessoas.

O SENHOR falava com Moisés, frente a frente, como um homem fala com o seu amigo. Moisés voltava, em seguida, para o acampamento; mas Josué, filho de Nun, o seu servidor, homem ainda novo, não se afastava do interior da tenda. (Êxodo 33, 11)

Como verdadeiros amigos do Sagrado Coração, ocupar-vos-eis de tudo aquilo que lhe diz respeito. Seguindo a recomendação de S. Paulo, sentireis aquilo que Ele sente, partilhareis as suas alegrias e as suas tristezas, o vosso coração será ferido pelas ofensas feitas ao d'Ele, desejareis unicamente o seu triunfo. Metereis toda a vossa influência à sua disposição, armando-vos com todas as armas que

estão ao vosso alcance. E porque exista uma arma, a arma da oração, que está à disposição de todos os cristãos, até dos mais frágeis, uma arma que todos podem usar em todas as situações, todos vós usareis continuamente esta arma invencível para a defesa da causa de Deus. (P. Hénri Ramière, s.j.)

Ver nosso Senhor, rei eterno, que tem diante a Si todos os homens do mundo, e chama cada um em particular dizendo: «A minha vontade é conquistar todo o mundo e todos os inimigos, e assim entrar na glória de meu Pai; portanto, quem quiser vir comigo, há de trabalhar comigo, para que seguindo-me na pena, me siga também na glória».

Considerar que todos os que tiverem juízo e razão oferecerão todas as suas pessoas ao trabalho.

Os que mais se quiserem afeiçoar e assinalar em todo o serviço de seu rei eterno e senhor universal, não somente oferecerão suas pessoas ao trabalho, mas ainda, agindo contra a sua própria sensualidade e contra o seu amor carnal e mundano, farão oblações de maior estima e valor, dizendo: Eterno Senhor de todas as coisas, eu faço a minha oblação, com vosso favor e ajuda, diante da vossa infinita bondade... (Santo Inácio de Loiola, *Exercícios Espirituais*, nn. 95-97)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Jesus oferece-me a sua amizade.

Quero também eu ser amigo de Jesus?

Se sim, falo agora com Ele,

como com um amigo muito caro, um amigo do coração.

Conclusão

Colossenses 3, 12-17 (de modo alternado)

[Amigos], eleitos de Deus, santos e amados,
 revesti-vos, pois, de sentimentos de misericórdia,
 de bondade, de humildade,
 de mansidão, de paciência,
 suportando-vos uns aos outros
 e perdoando-vos mutuamente,
 se alguém tiver razão de queixa contra outro.

Tal como o Senhor vos perdoou, fazei-o vós também.
 E, acima de tudo isto, revesti-vos do amor,
 que é o laço da perfeição.

Reine nos vossos corações a paz de Cristo,
 à qual fostes chamados num só corpo.

E sede agradecidos.

A palavra de Cristo habite em vós
 com toda a sua riqueza:

ensinai-vos e admoestai-vos uns aos outros com
 toda a sabedoria;
 cantai a Deus, nos vossos corações,

o vosso reconhecimento,
com salmos, hinos e cânticos inspirados.

E tudo quanto fizerdes por palavras ou por obras,
fazei-o em nome do Senhor Jesus,
dando graças por Ele a Deus Pai.

Oremos

Tomai, Senhor, e recebei toda a minha liberdade, a minha memória, o meu entendimento e toda a minha vontade, tudo o que tenho e possuo; Vós mo destes; a Vós, Senhor, o restituo. Tudo é vosso, disponde de tudo, à vossa inteira vontade. Dai-me o vosso amor e graça, que esta me basta. (Santo Inácio de Loiola, *Exercícios Espirituais*, nº 234).

Cântico final

6. HABITADOS POR CRISTO

Conceito desta etapa

No excesso do seu amor por nós, Deus deseja habitar nos nossos corações. É a surpreendente promessa que Cristo fez aos seus amigos antes de morrer. Deus quer estabelecer a sua morada em cada um de nós. S. Paulo dá testemunho disso ao dizer: não sou eu que vivo mas é Cristo que vive em mim. É o horizonte definitivo para o qual o Espírito quer levar o cristão. É a identificação total com Cristo em corpo, alma e espírito. É o que desejamos e pedimos em cada dia, com coração de pobre, sabendo que alcançar esta graça nunca será fruto apenas dos nossos esforços. Acreditamos que esta identificação com Cristo nos é dada de modo privilegiado na Eucaristia. Ele mesmo vem a nós no seu Corpo e no seu Sangue e modela-nos interiormente segundo o seu Coração, a fim de sermos e agirmos como Ele.

- Naquele dia compreenderéis que Eu estou no meu Pai, e vós em Mim e Eu em vós (João 14, 20).
- ... viremos a ele e faremos nele a nossa morada (João 14, 23).
- Permanecei em Mim e Eu permanecerei em

vós... Permanecei no amor que vos tenho (João 15, 4 e 9).

- Não sou eu que vivo, mas é Cristo que vive em mim (Gálatas 2, 20).
- Não sabeis que sois santuário de Deus e que o Espírito de Deus habita em vós? (1 Coríntios 3, 16-17).
- Se em vós permanecer o que desde o princípio ouvistes, também vós permaneceréis no Filho e no Pai (1 João 2, 24).
- Para que Cristo habite nos vossos corações mediante a fé... (Efésios 3, 17).
- Nós refletimos a glória do Senhor e vamo-nos transformando à sua própria imagem... (2 Coríntios 3, 18).

Gatequese

A grande meta de toda a vida cristã e, conseqüentemente, de toda a vida humana, é a identificação com Cristo, a ponto de se poder afirmar, como S. Paulo, que «Já não sou eu que vivo, mas é Cristo que vive em mim» (Gálatas 2, 20). Parece uma expressão difícil de entender mas, se refletirmos um pouco sobre ela, sentimos interiormente um apelo, como se fosse a resposta a muitas das nossas questões acerca do sentido da vida, das nossas relações, daquilo que nos propomos fazer de bom no mundo.

A pessoa de Jesus é, sem dúvida, um desafio constante. As suas palavras e os seus gestos são real-

mente inspiradores, determinam um modo de ser e de estar diante de Deus e dos outros que nos estimula a sermos melhores, a acertar naquilo que é mais essencial. Mas Jesus não aparece apenas como um modelo ideal a imitar. É muito mais que um objetivo. É o Caminho, a Verdade e a Vida. As grandes personagens da história dão certamente bons exemplos, mas Jesus dá vida.

O modo como Jesus Se dá na nossa história começa com este desejo de estar continuamente presente e efetivo. Através da sua Palavra, da Igreja, dos sacramentos, Ele continua a dar-Se como nosso alimento.

É na Eucaristia que Jesus Se dá como pão que alimenta, dando-Se a Si mesmo. Porque aquilo que verdadeiramente alimenta a nossa vida é a experiência de sermos amados por Alguém que Se oferece a nós, com tudo o que tem de melhor.

Para além de acolhermos este dom, e se este acolhimento for realmente verdadeiro, somos chamados e movidos a ter as mesmas atitudes de Jesus. Tal como Ele vive para Se dar, também a nossa vida é para ser dada. Nas coisas grandes e nas coisas pequenas. Dar-se em cada momento, na atenção, no cuidado, na preocupação pelo outro, no dispor a vida para que a vida dos outros seja feliz, mais próxima do Amor do Pai. Ao fazer isto, estamos a ser «outro Cristo» e a deixar que Ele viva em nós.

A Eucaristia, como memorial de entrega da Vida por amor, que alimenta e salva, apresenta-se assim como uma «gramática» da existência, ou seja, tal como precisamos de uma gramática para aprender a ler e a escrever, precisamos da Eucaristia para aprender a viver. E assim, a alegria do dom de si mesmo, do morrer ao nosso egoísmo e ao pecado para ressuscitar para o amor e a vida, que acontece em cada Eucaristia, acontece verdadeiramente na nossa vida e somos realmente Filhos de Deus.

Tópicos de reflexão pessoal

«Se alguém Me tem amor, há de guardar a minha palavra; e o meu Pai o amará, e Nós viremos a ele e faremos nele morada. Quem não Me tem amor não guarda as minhas palavras; e a palavra que ouvís não é minha, mas é do Pai, que Me enviou» (João 14, 23-24).

- No discurso da Última Ceia, no Evangelho de S. João, Jesus dá o seu novo mandamento. Amar como Ele nos amou. Todos os outros mandamentos remetem para este, como sua origem, e são consequência dele. O amar como Jesus não precisa de mais regras, é apenas viver, sentir, falar e agir como Ele. Que traços da pessoa de Jesus me sinto chamado a pôr hoje em prática? Em que é que posso ser mais como Ele?

Tópicos para um encontro em grupo

A centralidade da fé cristã é a pessoa de Cristo, pois Ele é a manifestação definitiva do amor de Deus por cada um de nós. Neste encontro, cada um poderá partilhar se, na sua oração, nas suas devoções e práticas espirituais, tudo se orienta para Cristo e como o consegue fazer.

Também se poderá seguir um tempo de reflexão em grupo sobre modos concretos de apresentar aos outros a necessidade de ter Cristo como o grande horizonte da vida de oração em comunidade. Que sinais, que ajudas podemos dar nas nossas celebrações, para dar mais lugar a Cristo que nos habita?

Terminar o encontro com uma oração pelas intenções do Santo Padre, em união com a sua Rede Mundial de Oração.

Esquema para uma oração em comum

Cântico inicial

1. A confissão do coração

Depois de recitar o Salmo 139, alternando as estrofes, conceder o tempo adequado de silêncio para a escuta pessoal. Concluir com a partilha do que Deus foi dizendo a cada um.

Ant.: Senhor, Vós conheceis o íntimo do meu ser.

Senhor, Vós conheceis o íntimo do meu ser,
sabeis quando me sento e quando me levanto.
De longe penetrais o meu pensamento:
Vós me vedes quando caminho e quando descanso,
Vós observais todos os meus passos.

Ainda a palavra me não chegou à língua
e já, Senhor, a conheceis perfeitamente.
Por todos os lados me envolveis
e sobre mim pondeis a vossa mão.
Prodigiosa ciência, que não posso compreender,
tão sublime que a não posso alcançar!

Onde poderei ocultar-me ao vosso espírito?
Onde evitarei a vossa presença?
Se subir ao céu, Vós lá estais;
se descer aos abismos, ali Vos encontrais.

Se voar nas asas da aurora,
se habitar nos confins do oceano,
mesmo ali a vossa mão me guiará
e a vossa direita me sustentará.

Se disser: «Talvez as trevas me hão de ocultar
e a luz, em volta de mim, se fará noite»,
nem as trevas, para Vós, têm obscuridade:
a noite brilha como o dia
e a escuridão é clara como a luz.

Vós formastes as entranhas do meu corpo
e me criastes no seio de minha mãe.
Eu Vos dou graças
por me haverdes feito tão maravilhosamente:
admiráveis são as vossas obras.

Vós conhecíeis já a minha alma
e nada do meu ser Vos era oculto,
quando secretamente era formado,
modelado nas profundidades da terra.

Ainda em embrião se viam as minhas obras
e já meus dias estavam marcados no vosso livro;
estavam escritos e fixados,
ainda antes que um só deles existisse.

Como são difíceis, meu Deus, os vossos desígnios!
Incalculável é o seu número.
Se os quisesse contar, seriam mais numerosos que
a areia
e, se pudesse chegar ao fim, estaria ainda convosco.

Sondai-me, ó Deus, e vede o meu coração,
ponde-me à prova e conhecei os meus pensamentos.
Vede que não ande por mau caminho,
conduzi-me pelo caminho da eternidade.

Ant.: Senhor, Vós conheceis o íntimo do meu ser.

2. Acolher Jesus no meu coração

Escuta e oração pessoal. Alternam-se duas vozes na leitura.

Olha que Eu estou à porta e bato: se alguém ouvir a minha voz e abrir a porta, Eu entrarei na sua casa e cearei com ele e ele comigo. (*Apocalipse 3, 20*)

Quem realmente come a minha carne e bebe o meu sangue tem a vida eterna e Eu hei de ressuscitá-lo no último dia, porque a minha carne é uma verdadeira comida e o meu sangue, uma verdadeira bebida. Quem realmente come a minha carne e bebe o meu sangue fica a morar em Mim e Eu nele. Assim como o Pai que Me enviou vive e Eu vivo pelo Pai, também quem de verdade Me come viverá por Mim. (*João 6, 54-57*)

Compreendereis que Eu estou no meu Pai, e vós em Mim, e Eu em vós. [...] Se alguém Me tem amor, há de guardar a minha palavra; e o meu Pai o amará, e Nós viremos a ele e faremos nele morada. (*João 14, 20.23*)

Eu sou a videira verdadeira e o meu Pai é o agricultor. Ele corta todo o ramo que não dá fruto em Mim e poda o que dá fruto, para que dê mais fruto ainda. Vós já estais purificados pela palavra que vos tenho anunciado.

Permaneçei em Mim, que Eu permaneço em vós. Tal como o ramo não pode dar fruto por si mesmo, mas só permanecendo na videira, assim também

acontecerá convosco, se não permanecerdes em Mim. Eu sou a videira; vós, os ramos. Quem permanece em Mim e Eu nele, esse dá muito fruto, pois sem Mim nada podeis fazer. (João 15, 1-5)

Maria gerou um único Filho, único para o Pai no Céu, único para a mãe na terra. A mesma e única virgem mãe, que tem a glória de ter gerado o único Filho do Pai, abraça o mesmo seu único Filho em todos os seus membros e não desdenha ser chamada mãe de todos aqueles nos quais reconhece o seu Cristo já formado ou que se formará. (Dos Discursos do beato Guerrico).

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Jesus bate à porta do meu coração, porque quer fazer de mim a sua morada. Como é possível?

Quero abrir-Lhe o meu coração, ou tenho medo de deixá-Lo entrar? Há espaço suficiente para Jesus no meu coração?

Ninguém soube acolher Jesus no seu coração como Maria. Peça a Maria que me ensine e me ajude a acolher Jesus no meu coração.

Tento tomar consciência da presença de Jesus no centro mais profundo do meu coração.

Como se manifesta?

O que sinto ali, no mais profundo do meu coração?

Como me parece que se sente Ele no meu coração?

Escuto-O. Tem alguma coisa para me dizer?
Tem, por acaso, alguma coisa para me comunicar?
Tenho alguma coisa para Lhe dizer ou para Lhe pedir?
Alguma coisa para Lhe oferecer?

Experimento agora deixá-Lo repousar no meu coração...

3. Ele em nós e nós n'Ele

Quando chegou a plenitude do tempo, Deus enviou o seu Filho, nascido de uma mulher, nascido sob o domínio da Lei, para resgatar os que se encontravam sob o domínio da Lei, a fim de recebermos a adoção de filhos. E, porque sois filhos, Deus enviou aos nossos corações o Espírito do seu Filho, que clama: «Abbá! – Pai!». (Gálatas 4, 4-6)

Não rogo só por eles, mas também por aqueles que hão de crer em Mim, por meio da sua palavra, para que todos sejam um só, como Tu, Pai, estás em Mim e Eu em Ti; para que assim eles estejam em Nós e o mundo creia que Tu Me enviaste. Eu dei-lhes a glória que Tu Me deste, de modo que sejam um, como Nós somos Um. Eu neles e Tu em Mim, para que eles cheguem à perfeição da unidade e assim o mundo reconheça que Tu Me enviaste e que os amaste a eles como a Mim. (João 17, 20-23)

Caríssimos, se Deus nos amou assim, também nós devemos amar-nos uns aos outros. A Deus nunca ninguém O viu; se nos amarmos uns aos

outros, Deus permanece em nós e o seu amor chegou à perfeição em nós. Damos conta de que permanecemos n'Ele, e Ele em nós, por nos ter feito participar do seu Espírito. Nós o contemplamos e damos testemunho de que o Pai enviou o seu Filho como Salvador do mundo. Quem confessar que Jesus Cristo é o Filho de Deus, Deus permanece nele e ele em Deus. Nós conhecemos o amor que Deus nos tem, pois cremos n'Ele. Deus é amor, e quem permanece no amor permanece em Deus, e Deus nele. (1 João 4, 11-16)

Caríssimos, o Filho de Deus assumiu a natureza humana com uma união tão íntima de modo que é o único e idêntico Cristo não somente naquele que é o primogênito de todas as criaturas, mas também em todos os seus santos. E porque não se pode separar a Cabeça dos membros, assim os membros não se podem separar da Cabeça [...] A nossa participação no corpo e sangue de Cristo não tende a outra coisa que à nossa transformação naquilo que recebemos, a revestir-nos em tudo, no corpo e no espírito, daquele no qual morremos, fomos sepultados e ressuscitamos. (Dos Discursos de S. Leão Magno)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

O Pai enviou aos nossos corações o Espírito do seu Filho.

Tento fazer silêncio no meu coração, quanto me seja possível, para escutar a voz do Espírito.



Sinto-O gritar ou sussurrar, de modo quase impercetível:
«Abba! Pai!».

Deixo ressoar esta palavra no mais profundo
do meu coração.

É Palavra de Deus, poderosa e eficaz.

Se a escuto com fé, tem o poder de me transformar, de
fazer de mim um pouco mais filho de Deus em Cristo...
e também um pouco mais irmão entre outros irmãos.

Olho para a minha vida quotidiana: os lugares, as pes-
soas, os trabalhos, as alegrias, as dificuldades, o aposto-
lado...

Como estão as coisas, sabendo que Jesus está presente no
profundo do meu coração?

Conclusão

(coros alternados)

Tu que vieste ao centro mais profundo do meu
coração concede-me que esteja atento só
a este centro profundo do meu coração.

Tu que és meu hóspede no centro mais profundo
do meu coração concede-me que penetre também eu
neste centro profundo do meu coração.

Tu que estás em tua casa
no centro mais profundo do meu coração
concede-me a graça de me sentar em paz
neste centro profundo do meu coração.

Tu que és o único que habitas no centro mais profundo do meu coração
concede-me a graça de mergulhar e de me perder
neste centro profundo do meu coração.

Tu que és tudo só no centro mais profundo do meu coração,
concede-me que possa desaparecer em ti
no centro profundo do meu coração.
(Tradução livre de um hino da *Liturgia das horas* em
língua francesa)

Oremos:

Ó Deus, onnipotente e misericordioso, fazei com
que o Espírito Santo venha habitar entre nós e nos
transforme em templo da sua glória. Por Nosso Se-
nhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus convosco,
na unidade do Espírito Santo.

Cântico final

I

II

III

IV

V

VI

143

7. DAMOS A VIDA COM ELE

Conceito desta etapa

Unir a vida a Cristo leva-nos a dar a vida pelos outros tal como Ele o fez. Faz-nos descobrir que, apesar da nossa pobreza e limitação, a nossa vida é útil aos outros. Saber-nos amados, escolhidos e habitados por Ele dá-nos dignidade, enche-nos de gratidão e torna-nos capazes de responder a tanto bem recebido oferecendo a própria vida em disponibilidade à sua missão. Oferecemo-la agindo contra o egoísmo e o comodismo que muitas vezes frustram o desejo de Deus em nós. O Senhor convida-nos a dar-Lhe o nosso «sim» generoso, como Maria de Nazaré. Não quer salvar-nos nem mudar o mundo sem nós. Ainda quando nos pareça pouco, oferecer-Lhe a nossa disponibilidade torna-se útil para os outros, porque o Pai associa esse oferecimento à vida e ao Coração de seu Filho, que Se oferece por nós na cruz. Postos com Jesus, tornamo-nos mais próximos do sofrimento do mundo e procuraremos responder como Ele o fez. Expressamos ao Pai esta disponibilidade, através de uma oração de oferecimento diária. Humildemente pedimos ao Espírito para não sermos obstáculo à sua ação. Inspiramo-nos e ali-

mentamo-nos de modo especial da celebração da Eucaristia, na qual reconhecemos a oferta perfeita de Cristo ao Pai, modelo da nossa vida oferecida.

- O Espírito vem em auxílio da nossa fraqueza (Romanos 8, 26).
- Esta viúva pobre deitou no tesouro mais do que todos os outros... ela, da sua penúria, deitou tudo quanto possuía, todo o seu sustento (Marcos 12, 43-44).
- Depois, tomou o pão em suas mãos e deu graças a Deus, partiu-o e entregou-lho, dizendo: Isto é o meu corpo entregue à morte por vós. Fazei isto em memória de Mim (Lucas 22, 19).
- Eis a escrava do Senhor, faça-se em mim segundo a tua palavra (Lucas 1, 38).
- Peço-vos, pela misericórdia de Deus, que ofereçais os vossos corpos como sacrifício vivo, santo e agradável a Deus. Este é o verdadeiro culto que deveis oferecer (Romanos 12, 1).
- Então eu disse: Eu venho, ó Deus, para fazer a tua vontade (Hebreus 10, 9).
- *Tomai, Senhor, e recebei toda a minha liberdade, a minha memória, o meu entendimento e toda a minha vontade, tudo o que tenho e possuo; Vós mo destes; a Vós, Senhor, o restituo. Tudo é vosso, disponde de tudo, à vossa inteira vontade. Dai-me o vosso amor e graça, que esta me basta (Santo Inácio, Exercícios Espirituais, 234).*

I

II

III

IV

V

VI

145

Gatequese

Deus Pai, na sua imensa misericórdia, deseja comunicar connosco, dar-nos a sua vida. Por isso, encontra modos de vir ao nosso encontro, para nos falar como falam os amigos, para nos entusiasmar na grande missão que é a nossa vida. Deus, ao comunicar connosco, comunica-Se, antes de mais, a Si mesmo. E é na pessoa do seu Filho Jesus que encontramos o modelo desta comunicação. Ele é a Palavra do Pai, que nos é comunicada como vida entregue por amor.

Ao reconhecer esta entrega, sentimo-nos movidos a entregar também a nossa vida. Reconhecemos, com gratidão, o quanto o Pai faz por nós, tanto que nos dá todos os dias. E desejamos imitá-Lo, fazer como Ele faz. A entrega da nossa vida não nos é pedida apenas nos grandes momentos e nas grandes decisões, mas joga-se naquilo que é mais comum, mais quotidiano, mais concreto. Parece que temos pouco para dar, que a fragilidade do nosso pecado, ou a nossa idade, ou a falta de saúde, ou os muitos afazeres criam obstáculo a esta entrega. Mas isso é uma desculpa pobre. Deus olha com alegria para aquilo que pudermos dar, nas nossas circunstâncias concretas. Tal como na parábola dos talentos, a uns dá mais, a outros menos, consoante a capacidade de cada um. Mas o importante é que se faça render aquilo que é confiado e não se esconda debaixo da terra ou num lenço guardado no bolso.

Por isso, é-nos pedida uma atitude constante de disponibilidade, de querermos todos os dias fazer algo bom das nossas vidas em favor dos outros. Viveremos sempre nesta tensão e tentação de lutar contra o desânimo, o cansaço, a preguiça, o comodismo. O egoísmo, que nos fecha em nós e nos nossos interesses, é algo com que teremos de lidar todos os dias e pedir a Deus a força e o entusiasmo de não nos deixarmos ficar parados.

A oração de oferecimento, rezada todas as manhãs, significa estarmos disponíveis para colaborar com a missão de Jesus Ressuscitado no mundo. Oferecer as alegrias, as tristezas, os trabalhos, tudo o que acontece em cada dia é uma atitude cristã muito profunda. Um verdadeiro tesouro desta espiritualidade e desta proposta.

A Eucaristia é o modelo e a fonte desta disponibilidade. Ao contemplar como Jesus Se oferece todos os dias no altar, ao comungar a sua Vida, que é Ele próprio, vamo-nos deixando moldar pela atitude de oferecimento que Jesus nos ensina. Fazer da vida eucaristia é isto mesmo, oferecer-se cada dia pelos outros, na pobreza do pão e do vinho que somos, sabendo que a nossa alegria é ser alimento para os outros.

Tópicos de reflexão pessoal

Estando sentado em frente do tesouro, observava como a multidão deitava moedas. Muitos ricos deitavam muitas. Mas veio uma viúva pobre e deitou

duas moedinhas, uns cêntimos. Chamando os discípulos, disse: «Em verdade vos digo que esta viúva pobre deitou no tesouro mais do que todos os outros; porque todos deitaram do que lhes sobrava, mas ela, da sua penúria, deitou tudo quanto possuía, todo o seu sustento». (Marcos 12, 41-44)

- Impressiona este olhar atento de Jesus. Não vê a quantidade do que se deita no tesouro do templo, mas a qualidade do coração que dá. O pouco desta pobre viúva foi mais do que o muito de todos os outros. Qual é o pouco que tenho para oferecer?

Tópicos para um encontro em grupo

Após a leitura e reflexão deste tema, sugere-se que o grupo possa partilhar e conversar sobre a oração do oferecimento das obras do dia, lendo-a frase a frase e percebendo nela a profundidade da sua proposta e a escola de vida cristã que é.

Cada um poderá partilhar de que modo o oferecer as alegrias e as dificuldades pela missão da Igreja e os problemas da humanidade ajuda a viver melhor todos os momentos do dia, pois, nas mãos de Deus, a nossa oração poderá ser vida para os outros.

Terminar o encontro com uma oração pelas intenções do Santo Padre, em união com a sua Rede Mundial de Oração.

Esquema para uma oração em comum

Cântico inicial

1. Louvor a Deus pela salvação recebida

Depois de recitar o Salmo 116, alternando as estrofes, conceder o tempo adequado de silêncio para a escuta pessoal. Concluir com a partilha do que Deus foi dizendo a cada um.

Ant.: Oferecemos ao Senhor um sacrifício de louvor.

Amo o Senhor, porque ouviu a voz da minha súplica.
Ele me atendeu, no dia em que O invoquei.

Apertaram-me os laços da morte,
caíram sobre mim as angústias do além,
vi-me na aflição e na dor.

Então invoquei o nome do Senhor:
«Senhor, salvai a minha alma».

Justo e compassivo é o Senhor,
o nosso Deus é misericordioso.
O Senhor guarda os simples:
estava sem forças e o Senhor salvou-me.

Volta, minha alma, ao teu descanso,
porque o Senhor foi bom para contigo.
Livrou da morte a minha alma,
das lágrimas os meus olhos, da queda os meus pés.

Andarei na presença do Senhor,
sobre a terra dos vivos.

Confiei no Senhor, mesmo quando disse:
«Sou um homem de todo infeliz».
Na minha perturbação exclamei:
«É falsa toda a segurança dos homens».

Como agradecerei ao Senhor
tudo quanto Ele me deu?
Elevarei o cálice da salvação,
invocando o nome do Senhor.

Cumprirei as minhas promessas ao Senhor,
na presença de todo o povo.
É preciosa aos olhos do Senhor
a morte dos seus fiéis.

Senhor, sou vosso servo, filho da vossa serva:
quebrastes as minhas cadeias.
Oferecer-Vos-ei um sacrifício de louvor,
invocando, Senhor, o vosso nome.

Cumprirei as minhas promessas ao Senhor,
na presença de todo o povo,
nos átrios da casa do Senhor,
dentro dos teus muros, Jerusalém.

Ant.: Oferecemos ao Senhor um sacrifício de louvor.

2. O oferecimento de Jesus

Escuta da palavra de Deus e oração pessoal. Alternam-se duas vozes na leitura.

Que mais havemos de dizer? Se Deus está por nós, quem pode estar contra nós? Ele, que nem sequer poupou o seu próprio Filho, mas O entregou por todos nós, como não havia de nos oferecer tudo juntamente com Ele? (*Romanos 8, 31-32*)

Por isso, ao entrar no mundo, Cristo diz: Tu não quiseste sacrifício nem oferenda, mas preparaste-me um corpo. Não te agradaram holocaustos nem sacrifícios pelos pecados. Então, Eu disse:

– Eis que venho – como está escrito no livro a meu respeito – para fazer, ó Deus, a tua vontade. (...).

Suprime, assim, o primeiro culto, para instaurar o segundo. E foi por essa vontade que nós fomos santificados, pela oferta do corpo de Jesus Cristo, feita uma vez para sempre. (*Hebreus 10, 5-7.9-10*)

Quando chegou a hora, pôs-Se à mesa e os Apóstolos com Ele. Disse-lhes: «Tenho ardentemente desejado comer esta Páscoa convosco, antes de padecer, pois digo-vos que já não a voltarei a comer até ela ter pleno cumprimento no reino de Deus». Tomando uma taça, deu graças e disse: «Tomai e reparti entre vós, pois digo-vos que não tornarei a beber do fruto da videira, até chegar o Reino de Deus». Tomou, então, o pão e, depois de dar graças, partiu-o e distribuiu-o por eles, dizendo: «Isto é o meu corpo, que vai

ser entregue por vós; fazei isto em minha memória». Depois da ceia, fez o mesmo com o cálice, dizendo: «Este cálice é a nova Aliança no meu sangue, que vai ser derramado por vós». (Lucas 22, 14-20)

Depois de lhes ter lavado os pés e de ter posto o manto, voltou a sentar-se à mesa e disse-lhes: «Compreendeis o que vos fiz? Vós chamais-me 'o Mestre' e 'o Senhor', e dizeis bem, porque o sou. Ora, se Eu, o Senhor e o Mestre, vos lavei os pés, também vós deveis lavar os pés uns aos outros. Na verdade, dei-vos exemplo para que, assim como Eu fiz, vós façais também. (João 13, 12-15)

Junto à cruz de Jesus estavam, de pé, sua mãe e a irmã da sua mãe, Maria, a mulher de Clopas, e Maria Madalena. Então, Jesus, ao ver ali ao pé a sua mãe e o discípulo que Ele amava, disse à mãe: «Mulher, eis o teu filho!». Depois, disse ao discípulo: «Eis a tua mãe!». E, desde aquela hora, o discípulo acolheu-a como sua. (João 19, 25-27)

Ele voltou a dizer-lhes: «A paz seja convosco! Assim como o Pai Me enviou, também Eu vos envio a vós». Em seguida, soprou sobre eles e disse-lhes: «Recebei o Espírito Santo». (João 20, 21-22)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Jesus oferece-se a Si mesmo ao Pai por nós!

Pela nossa salvação, pela nossa santificação.

Foi o Pai quem O entregou por nós.

Unido à sua oblação, Jesus oferece-nos tudo quanto tem de mais precioso:

- o Espírito Santo
- e a sua Mãe Imaculada, que se tornou também a nossa Mãe.

Fica por uns instantes a contemplar, saborear, assimilar, agradecer, adorar.

Procura exprimir ao Senhor a tua gratidão, dando graças como melhor pudeses:

- com palavras,
- com um gesto,
- com o silêncio.

Jesus oferece-te também a possibilidade de participar na sua missão. Hoje está a dizer-te, como um dia disse aos discípulos: «Assim como o Pai Me enviou, também Eu vos envio a vós». E também: «Dei-vos exemplo para que, assim como Eu fiz, vós façais também».

- Deixa ressoar dentro de ti estas palavras de Jesus.
- Acreditas nelas realmente e apesar de tudo?
- Como podes pô-las em prática?

3. O nosso oferecimento

Escuta e oração pessoal. Alternam-se duas vezes na leitura.

Por isso, vos exorto, irmãos, pela misericórdia de Deus, a que ofereçais os vossos corpos como sacrifício vivo, santo, agradável a Deus. Seja este o vosso verdadeiro culto, o espiritual. Não vos aco-

modeis a este mundo. Pelo contrário, deixai-vos transformar, adquirindo uma nova mentalidade, para poderdes discernir qual é a vontade de Deus: o que é bom, o que Lhe é agradável, o que é perfeito. (Romanos 12, 1-2)

E tudo quanto fizerdes, por palavras ou por obras, fazei-o em nome do Senhor Jesus, dando graças por Ele a Deus Pai. (Colossenses 3, 17)

«Nada é impossível a Deus». Maria disse, então: «Eis a serva do Senhor, faça-se em mim segundo a tua palavra». E o anjo retirou-se de junto dela. (Lucas 1, 37-38)

Chamando os discípulos, disse: «Em verdade vos digo que esta viúva pobre deitou no tesouro mais do que todos os outros; porque todos deitaram do que lhes sobrava, mas ela, da sua penúria, deitou tudo quanto possuía, todo o seu sustento». (Marcos 12, 43-44)

Meu Pai, eu me abandono a Ti. Faz de mim o que quiseres. O que fizeres de mim, eu Te agradeço. Estou pronto para tudo, aceito tudo, desde que a tua vontade se faça em mim e em tudo o que Tu criaste. Nada mais quero, meu Deus. Nas tuas mãos entrego a minha vida. Eu Te a dou, meu Deus, com todo o amor do meu coração, porque Te amo e é para mim uma necessidade de amor dar-me, entregar-me nas tuas mãos sem medida, com uma confiança infinita. Porque Tu és meu Pai. (Charles de Foucauld)

Ponderar, com muito afeto, quanto tem feito Deus nosso Senhor por mim e quanto me tem dado do que tem e, conseqüentemente, o mesmo Senhor deseja dar-Se-me, em quanto pode, segundo seu desígnio divino. E, depois disto, refletir em mim mesmo, considerando, com muita razão e justiça, o que eu devo, de minha parte, oferecer e dar a sua divina majestade, a saber, todas as minhas coisas e a mim mesmo com elas, como quem oferece, com muito afeto: Tomai, Senhor, e recebei toda a minha liberdade, a minha memória, o meu entendimento e toda a minha vontade, tudo o que tenho e possuo; Vós mo destes; a Vós, Senhor, o restituo. Tudo é vosso, dispõe de tudo, à vossa inteira vontade. Dai-me o vosso amor e graça, que esta me basta (Santo Inácio de Loyola, *Exercícios Espirituais*, 234).

Para o tempo de silêncio e interiorização:

O AO propõe-te que te unas ao oferecimento de Jesus, oferecendo-te a ti mesmo ao Pai e ao próximo.

É um modo concreto de seguir o exemplo de Jesus e participar na sua missão.

Por Ele, com Ele e n'Ele, cada circunstância da tua vida transforma-se numa ocasião para fazer eucaristia, isto é, para exercitar o teu sacerdócio batismal, oferecendo sacrifícios espirituais agradáveis a Deus.

Não te é pedido que te tornes perfeito, mas antes que ofereças tudo o que és, como a viúva, assim como és, consciente da tua pobreza.

Não se trata de fazer grandes coisas, mas antes de deixar que seja o Senhor a fazer, como Maria.

Certamente não podes oferecer ao Senhor senão aquilo que d'Ele recebeste.

Tenta concentrar toda a tua atenção na fase atual da tua vida e no ambiente em que vives.

- *O que te está a oferecer, hoje, o Senhor?*
- *Por outras palavras, qual te parece ser a sua vontade, aqui e agora?*
- *Procura individualizar com clareza esta oferta de Deus para ti.*
- *Depois pede, por intercessão de Maria, a graça de poderes uni-la ao oferecimento de Jesus, tornando-a «eucaristia»:*
 - *acolhimento, dom, ação de graças,*
 - *totalmente e radicalmente,*
 - *sem limites nem condições.*

Durante o silêncio em adoração, pode-se propor o gesto de oferta do incenso.

Conclusão

Junto com Maria Virgem, damos graças ao Senhor (em coros alternados):

*A minha alma glorifica ao Senhor
e o meu espírito se alegra em Deus, meu Salvador.
Porque pôs os olhos na humildade da sua serva:*

de hoje em diante me chamarão bem-aventurada
todas as gerações.

O Todo-Poderoso fez em mim maravilhas:
Santo é o seu nome.
A sua misericórdia se estende de geração
em geração
sobre aqueles que O temem.

Manifestou o poder do seu braço
e dispersou os soberbos.
Derrubou os poderosos de seus tronos
e exaltou os humildes.

Aos famintos encheu de bens
e aos ricos despediu de mãos vazias.
Acolheu a Israel, seu servo,
lembrado da sua misericórdia,

como tinha prometido a nossos pais,
a Abraão e à sua descendência para sempre.

Oremos:

Sejam-Vos agradáveis, Senhor, as nossas humildes
ofertas e orações. Que a vossa misericórdia venha
em auxílio da extrema pobreza dos nossos méritos.
Por Cristo, nosso Senhor. Ámen.

Cântico final

8. UMA MISSÃO DE COMPAIXÃO

Conceito desta etapa

Deus, o Pai de Jesus e nosso Pai, quer fazer presente a sua compaixão no mundo em nós e através de nós, seus discípulos. Somos convidados a fazer nosso o seu olhar sobre a humanidade e a agir com os sentimentos do Coração de Jesus. Somos enviados com Ele, de diferentes modos, às periferias da existência humana, ali onde homens e mulheres sofrem a injustiça, para ajudar a sustentar e curar aqueles que têm um coração ferido. Mesmo que estejamos limitados por alguma doença ou impedidos fisicamente, mesmo quando nos sentimos incapazes de mudar as estruturas injustas da nossa sociedade, participamos nessa missão, fazendo nosso o olhar compassivo de Deus para com todos os nossos irmãos e irmãs. Uma vez que fomos tocados pela compaixão de Deus, agora podemos dá-la aos outros. Vamos para além das fronteiras visíveis da Igreja, porque onde houver compaixão, aí está o Espírito de Deus. Unimo-nos espiritualmente a todos aqueles que, em diferentes culturas ou tradições religiosas, são dóceis a este Espírito e se mobilizam para aliviar o sofrimento dos mais fracos.

- O Senhor enviou-me a curar os corações feridos (Isaías 61, 1).
- Se não desviares o teu rosto a um pobre, também Deus não afastará de ti o seu rosto (Tobias 4, 7).
- Tende entre vós os mesmos sentimentos do Coração de Jesus (Filipenses 2, 5).
- Jesus teve compaixão do leproso, estendeu a mão e, tocando-o, disse-lhe: Quero, fica limpo (Marcos 1, 41).
- O Espírito do Senhor está sobre mim, porque me ungiu para anunciar a Boa-Nova aos pobres... (Lucas 4, 18).
- *Contemplar como as três pessoas Divinas observavam toda a planície ou redondeza de todo o mundo [...] O primeiro ponto é ver as pessoas, umas e outras, e em primeiro lugar as da face da terra, em tanta diversidade, assim em trajes como em gestos: uns brancos e uns negros, outros em paz e outros em guerra, uns chorando e outros rindo, uns são e outros enfermos, uns nascendo e outros morrendo, etc. (Santo Inácio, Exercícios Espirituais, 102 e 106).*

Gatequese

Só podemos dar com abundância aquilo que enche o nosso coração. O aprofundamento da nossa relação com Deus levou-nos a descobrir que Ele é o Pai da misericórdia, olha-nos com amor e convida-

nos cada dia a uma vida melhor, mais parecida com a do seu Filho Jesus. Experimentar-nos perdoados leva-nos a reconhecer o dom de ser amados, pois alguém continua a acreditar em nós, dá-nos nova oportunidade. E isso leva-nos a ter o mesmo desejo de perdoar, de fazer aos outros aquilo que nos fizeram a nós.

Por isso, a consciência que temos de que Deus perdoa sempre, que «não Se cansa de perdoar», como nos repete tantas vezes o Papa Francisco, não nos pode deixar cair numa atitude de infantilismo diante do perdão. Por exemplo, como a atitude de uma criança que faz algo mal, mas sabe que não arrisca muito, porque, no fim, os pais sempre desculpam. Uma atitude madura de perdão é deixar-se confrontar com os próprios limites e perceber que, se não mudar algumas atitudes, a vida não é tão plena e tão feliz como desejaria. Esta consciência é a porta de entrada para uma verdadeira conversão do coração que recebe, da parte de Deus, a confirmação através do seu perdão. Somos perdoados se aceitarmos que Deus nos perdoe, como é a sua vontade. E aceitar o seu perdão é aceitar também as suas consequências, aquilo que a vida de Deus pode fazer nas nossas vidas.

O perdão é esta missão de compaixão que o Pai tem em relação a cada um dos seus filhos. E nós, criados à sua imagem e semelhança, irmãos do seu Filho Jesus, somos também incumbidos desta missão. E o nosso mundo está tão necessitado de perdão. Tantos homens e mulheres precisam que ou-

tros lhes mostrem o rosto misericordioso e próximo do Pai. Somos nós, antes que todos, que devemos levar aos outros a compaixão, aproximando-nos, por palavras e obras, daqueles que sofrem.

Tenhamos, por isso, em nós os mesmos sentimentos do Coração de Jesus, que Se aproximou dos mais pobres, dos aflitos, dos que andam tristes e sem rumo, para os convidar a uma nova vida. Que as nossas palavras e os nossos gestos sejam marcados por esta missão de compaixão que o Pai de misericórdia nos confia em cada dia.

Tópicos de reflexão pessoal

«O Espírito do Senhor está sobre mim, porque me ungiu para anunciar a Boa Nova aos pobres; enviou-me a proclamar a libertação aos cativos e, aos cegos, a recuperação da vista; a mandar em liberdade os oprimidos, a proclamar um ano favorável da parte do Senhor». Começou, então, a dizer-lhes: «Cumpriu-se hoje esta passagem da Escritura, que acabais de ouvir». (Lucas 4, 18-19.21)

Olhar à minha volta, para as pessoas que estão comigo e perguntar-me: quem são, na minha vida, os pobres, os oprimidos, os cegos? O que posso fazer por eles, para lhes mostrar a compaixão de Jesus através de mim? A quem devo perdoar? A quem devo pedir perdão?

Tópicos para um encontro em grupo

Depois da leitura do tema, sugere-se que o grupo possa conversar sobre o perdão, o que é, quais os obstáculos sentidos e o modo como Jesus nos mostra o que é o perdão. E descobrir que o centro do Evangelho é a misericórdia e a compaixão para com os pecadores e os que sofrem.

Cada um poderá partilhar um pouco da sua história de perdão: o perdão de Deus, o perdão que deu ou recebeu de alguém. E como, em grupo, poderemos mostrar a nossa compaixão para com aqueles que sofrem à nossa volta.

Terminar o encontro com uma oração pelas intenções do Santo Padre, em união com a sua Rede Mundial de Oração.

Esquema para uma oração em comum

Cântico inicial

1. Louvor a Deus pela sua misericórdia

Depois de recitar o Salmo 72, alternando as estrofes, conceder o tempo adequado de silêncio para a escuta pessoal. Concluir com a partilha do que Deus foi dizendo a cada um.

Ant.: Sede misericordiosos como o vosso Pai é misericordioso.

Ó Deus, dai ao rei o poder de julgar
e a vossa justiça ao filho do rei.
Ele governará o vosso povo com justiça
e os vossos pobres com equidade.

Os montes trarão a paz ao povo
e as colinas a justiça.
Ele fará justiça aos mais humildes do povo,
salvará os indigentes e abaterá os opressores.

Permanecerá como o sol e como a lua,
de geração em geração.
Descerá como a chuva sobre a relva,
como a água que fecunda a terra.

Florescerá a justiça nos seus dias
e uma grande paz até ao fim dos tempos.
Ele dominará de um ao outro mar,
do grande rio até aos confins da terra.

Diante dele se curvarão os inimigos
e os seus adversários hão de beijar o pó da terra.
Os reis de Târsis e das ilhas virão com presentes,
os reis da Arábia e de Sabá trarão suas ofertas.
Prostrar-se-ão diante dele todos os reis,
todos os povos o hão de servir.

Socorrerá o pobre que pede auxílio
e o miserável que não tem amparo.
Terá compaixão dos fracos e dos pobres
e defenderá a vida dos oprimidos.

I

II

III

IV

V

VI

163

Libertá-los-á da opressão e da violência
e o sangue deles será precioso a seus olhos.

Enquanto viver, ser-lhe-á dado ouro da Arábia,
por ele hão de rezar sempre
e todos os dias o bendirão.

Haverá na terra fartura de trigo,
os cimos das colinas cobrir-se-ão de fruto,
como o Líbano,
as cidades florescerão como a erva dos campos.

O seu nome será eternamente bendito
e durará tanto como a luz do sol,
nele serão abençoadas todas as nações,
todos os povos da terra o hão de bendizer.

Bendito o Senhor, Deus de Israel:
só Ele faz maravilhas.

Bendito para sempre o seu nome glorioso:
toda a terra se encha da sua glória.
Ámen. Ámen.

Ant.: Sede misericordiosos como o vosso Pai é misericordioso.

2. O oferecimento de Jesus

Escuta da palavra de Deus e oração pessoal. Alternam-se duas vozes na leitura.

O Rei dirá, então, aos da sua direita: «Vinde, benditos de meu Pai! Recebei em herança o Reino que vos

está preparado desde a criação do mundo. Porque tive fome e destes-me de comer, tive sede e destes-me de beber, era peregrino e recolhestes-me, estava nu e destes-me que vestir, adoeci e visitastes-me, estive na prisão e fostes ter comigo». Então, os justos vão responder-lhe: «Senhor, quando foi que te vimos com fome e te demos de comer, ou com sede e te demos de beber? Quando te vimos peregrino e te recolhemos, ou nu e te vestimos? E quando te vimos doente ou na prisão, e fomos visitar-te?». E o Rei vai dizer-lhes, em resposta: «Em verdade vos digo: Sempre que fizestes isto a um destes meus irmãos mais pequeninos, a mim mesmo o fizestes». (Mateus 25, 34-40)

Se tem algum valor uma exortação em nome de Cristo, ou um conforto afetuoso, ou uma solidariedade no Espírito, ou algum afeto e compaixão, então fazei com que seja completa a minha alegria: procurai ter os mesmos sentimentos, assumindo o mesmo amor, unidos numa só alma, tendo um só sentimento; nada façais por ambição, nem por vaidade; mas, com humildade, considerai os outros superiores a vós próprios, não tendo cada um em mira os próprios interesses, mas todos e cada um exatamente os interesses dos outros. Tende entre vós os mesmos sentimentos que estão em Cristo Jesus. (Filipenses 2, 1-5)

Por coincidência, descia por aquele caminho um sacerdote que, ao vê-lo, passou ao largo. Do mesmo

modo, também um levita passou por aquele lugar e, ao vê-lo, passou adiante. Mas um samaritano, que ia de viagem, chegou ao pé dele e, vendo-o, encheu-se de compaixão. Aproximou-se, ligou-lhe as feridas, deitando nelas azeite e vinho, colocou-o sobre a sua própria montada, levou-o para uma estalagem e cuidou dele. No dia seguinte, tirando dois denários, deu-os ao estalajadeiro, dizendo: «Trata bem dele e, o que gastares a mais, pagar-to-ei quando voltar». Qual destes três te parece ter sido o próximo daquele homem que caiu nas mãos dos salteadores?». Respondeu: «O que usou de misericórdia para com ele». Jesus retorquiu: «Vai e faz tu também o mesmo». (Lucas 10, 31-37)

Diante da multidão que O segue e – por assim dizer – «não O deixa em paz», Jesus não reage com irritação, não diz: «Estas pessoas incomodam-Me!». Não, não. Mas reage com um sentimento de compaixão, porque sabe que não O procuram movidos pela curiosidade, mas pela necessidade. Mas prestemos atenção: compaixão – aquilo que Jesus sente – não é simplesmente sentir piedade; é algo mais! Significa *com-padecer-se*, ou seja, identificar-se com o sofrimento alheio, a ponto de o carregar sobre si. Assim é Jesus: sofre juntamente com cada um de nós, padece por nós. E o sinal desta compaixão são as numerosas curas por Ele levadas a cabo. Jesus ensina-nos a antepor as necessidades dos pobres às nossas. Por mais legítimas que sejam, as nossas exigências nunca serão tão urgentes como as ca-

rências dos pobres, que não dispõem do necessário para viver. Nós falamos com frequência dos pobres. Mas quando falamos dos pobres sentimos porventura que aquele homem, aquela mulher, aquelas crianças não dispõem do necessário para viver? Não têm o que comer, nem o que vestir, não têm a possibilidade de obter os remédios necessários... E também as crianças que não têm a possibilidade de ir à escola. E por isso as nossas exigências, embora sejam legítimas, jamais serão tão urgentes como as dos pobres, que não dispõem do necessário para viver. (Papa Francisco, *Angelus*, 3 de agosto de 2014)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Considera como o Coração de Jesus é a sede e a fonte da compaixão.

Jesus tinha compaixão de todos, mas especialmente dos mais pequenos, dos pobres, dos doentes no corpo e no espírito, dos marginalizados, dos pecadores, das vítimas de injustiça.

S. Paulo exorta-nos a ter em nós os sentimentos de Cristo Jesus.

Pede a Jesus que te faça experimentar, pelo menos por alguns minutos, os sentimentos do seu coração.

Se tiveres coragem para isso, pede-Lhe emprestado por algum tempo o seu coração.

- *Toma consciência da estranha sensação de ter um coração novo, diferente, que bate no teu peito.*
- *Como te sentes?*
- *O que experimentas?*
- *Onde te quer levar este novo coração?*

- Há alguém ou alguma situação que precisem da tua atenção?
- Há alguma coisa que te comove?
- Alguma coisa que provoca a tua indignação?
- O que é preciso fazer?
- O que é que tu poderias fazer?

Depois imagina que te encontras nos lugares que frequentas habitualmente (casa, bairro, ambiente de trabalho, paróquia, escritórios, lojas, hospital, lugares de descanso...) e entre as pessoas que encontras a cada dia.

- Está tudo igual como sempre?
- Ou vês as coisas de modo diverso?
- Notas alguma coisa que antes te deixava indiferente?
- Alguma coisa que te incomodava e que agora consegues suportar?
- Há alguém necessitado da tua compaixão e da tua ajuda?
- Pessoas com quem partilhar e colaborar?
- Como levar, ali concretamente, a misericórdia do coração de Jesus?
- Estás pronto e disponível para arregaçar as mangas e fazer a tua parte?

3. Perdoar as ofensas

Escuta e oração pessoal. Alternam-se duas vezes na leitura.

Dá-nos hoje o nosso pão de cada dia; perdoa as nossas ofensas, como nós perdoámos a quem nos tem ofendido; e não nos deixes cair em tentação,

mas livra-nos do Mal. Porque, se perdoardes aos homens as suas ofensas, também o vosso Pai celeste vos perdoará a vós. Se, porém, não perdoardes aos homens as suas ofensas, também o vosso Pai vos não perdoará as vossas. (*Mateus 6, 11-15*)

Então, Pedro aproximou-se e perguntou-Lhe: «Senhor, se o meu irmão me ofender, quantas vezes lhe deverei perdoar? Até sete vezes?». Jesus respondeu: «Não te digo até sete vezes, mas até setenta vezes sete». (*Mateus 18, 21-22*)

O senhor mandou-o, então, chamar e disse-lhe: «Servo mau, perdoei-te tudo o que me devias, porque assim mo suplicaste; não devias também ter piedade do teu companheiro, como eu tive de ti?» (*Mateus 18, 32-33*)

Uma vez que temos um grande Sumo Sacerdote que atravessou os céus, Jesus, o Filho de Deus, conservemos firme a fé que professamos. De facto, não temos um Sumo Sacerdote que não possa compadecer-Se das nossas fraquezas, pois Ele foi provado em tudo como nós, exceto no pecado. Aproximemo-nos, então, com grande confiança, do trono da graça, a fim de alcançar misericórdia e encontrar graça para uma ajuda oportuna. (*Hebreus 4, 14-16*)

Recordai os primeiros dias nos quais, depois de terdes sido iluminados, suportastes a grande luta dos sofrimentos, tanto sendo expostos publica-

mente a insultos e tribulações, como sendo solidários com os que assim eram tratados. Tomastes parte nos sofrimentos dos encarcerados, aceitastes com alegria a confiscação dos vossos bens, sabendo que possuís bens melhores e mais duradouros. (Hebreus 10, 32-34)

Como eleitos de Deus, santos e amados, revesti-vos, pois, de sentimentos de misericórdia, de bondade, de humildade, de mansidão, de paciência, suportando-vos uns aos outros e perdoando-vos mutuamente, se alguém tiver razão de queixa contra outro. Tal como o Senhor vos perdoou, fazei-o vós também. E, acima de tudo isto, revesti-vos do amor, que é o laço da perfeição. Reine nos vossos corações a paz de Cristo, à qual fostes chamados num só corpo. E sede agradecidos. (Colossenses 3, 12-15)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Para estarmos em comunhão com Deus e entre nós, para sermos missionários da compaixão do Coração de Jesus é necessário perdoarmo-nos mutuamente, libertando-nos de todos os desejos de vingança, de todos os rancores e ressentimentos.

Se acolhermos realmente a misericórdia de Deus, seremos transformados e também o nosso coração se tornará capaz de compaixão, conseguiremos até perdoar quem nos ofende e rezar pelos nossos inimigos.

Está atento se no teu coração existem sinais de ressentimento em relação a pessoas, próximas ou distantes, no espaço e no tempo, por ofensas e injustiças realmente so-

fridas ou apenas imaginadas.

Pede com confiança ao Senhor que te liberte, dando-te a graça de perdoares com o coração.

Procura exercitar a misericórdia em relação a quem te fez mal, se calhar até sem se aperceber:

- *invoca um a um os rostos dessas pessoas;*
- *a cada uma delas, invocando o seu nome, envia com sinceridade esta mensagem de reconciliação:*
 - «Eu perdoo-te e perdoo-me a mim mesmo na relação contigo. Quero desfazer todas as ligações negativas que me têm unido a ti, de uma vez por todas. Estou livre de todos os sentimentos negativos em relação a ti. Que o Senhor te abençoe, vai em paz».

Conclusão

De modo alternado (Salmo 85, 8-14).

Mostrai-nos, Senhor, a vossa misericórdia e dai-nos a vossa salvação.

Escutemos o que diz o Senhor:

Deus fala de paz ao seu povo e aos seus fiéis e a quantos de coração a Ele se convertem.

A sua salvação está perto dos que O temem e a sua glória habitará na nossa terra.

Encontraram-se a misericórdia e a fidelidade, abraçaram-se a paz e a justiça.

A fidelidade vai germinar da terra e a justiça descerá do Céu.

O Senhor dará ainda o que é bom
e a nossa terra produzirá os seus frutos.
A justiça caminhará à sua frente
e a paz seguirá os seus passos.

Oremos:

Acolhei, Senhor, o nosso agradecimento pela vossa imensa bondade e dai-nos uma fé viva, uma esperança firme e a plenitude da vossa amizade, para que nos tornemos testemunhas e instrumentos da vossa compaixão por todos os homens. Por Cristo, Nosso Senhor. Ámen.

Cântico final

9. UMA REDE MUNDIAL DE ORAÇÃO E SERVIÇO ATENTA ÀS NECESSIDADES DA HUMANIDADE

Conceito desta etapa

O Apostolado da Oração é uma rede mundial de oração ao serviço dos desafios da humanidade e da missão da Igreja, que reconhecemos nas intenções mensais de oração propostas pelo Papa. Estas intenções expressam as preocupações do Santo Padre sobre o mundo e a Igreja de hoje e orientarão a nossa oração e a nossa ação durante esse mês. Esta rede é constituída por aqueles que, através do oferecimento quotidiano das suas vidas, se fazem disponíveis para colaborar na missão de Cristo Resuscitado em qualquer situação ou estado de vida em que se encontrem. O chamamento à missão é o fogo que nos faz apóstolos enviados desde o Coração do Pai ao coração do mundo. São convidados para esta rede, em primeiro lugar, católicos de diversos países e culturas, de diversas famílias e sensibilidades espirituais. A riqueza e a variedade da tradição do AO põem-se ao serviço da unidade da Igreja. Também outros são convidados a fazer parte desta rede de diversos modos: os desafios que envolvem as intenções do Papa abrem-nos a colaborar com outros cristãos e com todo aquele que deseje paz e fraternidade no mundo.

- Não fiquem em silêncio aqueles que invocam o Senhor, não O deixem descansar... até que rompa a aurora da sua justiça e a sua salvação brilhe como uma tocha (*Isaías 62, 1.6-7*).
- Abraão perguntou: «Irás destruir o inocente juntamente com o culpado? Talvez haja cinquenta justos na cidade». (...) E disse o Senhor: «Em atenção a esses cinquenta [ou quarenta, ou trinta, ou vinte, ou dez], não destruirei a cidade» (*Gênesis 18, 22-33*).
- Os apóstolos reuniam-se sempre para orar com algumas mulheres, com Maria, a Mãe de Jesus, e com seus irmãos (*Atos 1, 14*).
- Assim Deus fará de vós, como pedras vivas, um templo espiritual, um sacerdócio santo capaz de oferecer sacrifícios espirituais agradáveis a Deus, por meio de Jesus Cristo (*1 Pedro 2, 5*).
- Depois disto, o Senhor designou outros setenta e dois e enviou-os dois a dois à sua frente a todas as cidades e lugares aonde Ele havia de ir (*Lucas 10, 1*).
- A paz esteja convosco! Assim como o Pai me enviou, também eu vos envio a vós (*João 20, 21*).

Catequese

Concluimos, com esta etapa, o percurso espiritual do Apostolado da Oração, o *Caminho do Coração*. Este

itinerário foi tocando os pontos essenciais da proposta, apresentando as ideias-chave e indo a fundo naquilo que uma pessoa que viva o Apostolado da Oração poderá passar para a sua vida espiritual e quotidiana.

Vimos que, no início de tudo, está Deus Pai, apaixonado por nós, que deseja falar-nos como amigos e comunicar a sua vida. Ele vem ao encontro do nosso coração inquieto e necessitado, para nos encher da sua graça, para nos perdoar e dar sentido às nossas vidas. O que acontece no coração de cada homem e mulher, as suas inquietações e vazios, é também o que acontece no coração da humanidade, tantas vezes vazia de Deus, de paz e de justiça.

Vendo esta necessidade do amor de Deus, Ele vem mais uma vez ao nosso encontro, chama-nos a uma amizade com Ele, envia-nos o seu Filho Jesus para que O possamos conhecer e amar. Esta relação crescente com o Filho de Deus leva-nos ao desejo de nos identificarmos com Ele, de nos alegrarmos com o que O alegra, de sofrermos com o seu sofrimento. O sofrimento de Jesus ganha um rosto concreto nos mais pobres, nos mais abandonados. E, por isso, somos enviados numa missão de compaixão, querendo fazer-nos próximos dos irmãos e irmãs e fazer com que todos tenham a mesma experiência do Amor do Pai que nós um dia tivemos.

Esta missão de compaixão em favor da humanidade e da Igreja ganha corpo numa rede mundial de oração e serviço, que é o Apostolado da Oração. É um grupo de pessoas, espalhadas por todo o mun-

do, que são movidas interiormente pela paixão pela missão de Jesus Ressuscitado, que se alimentam diariamente de uma relação de intimidade com Ele, na oração pessoal, e que se inspiram na Eucaristia, como modelo de entrega de vida.

O Santo Padre propõe cada mês ao Apostolado da Oração, para que reze e divulgue, intenções que refletem as suas preocupações em relação aos grandes desafios da humanidade e da missão da Igreja.

Unindo a oração e a vida, as pessoas que vivem o Apostolado da Oração são convidadas a comprometer-se cada mês, na medida das suas possibilidades, com o tema das intenções, levando o amor de Deus desde o seu Coração até ao coração da humanidade.

Tópicos de reflexão pessoal

Assim Deus fará de vós, como pedras vivas, um templo espiritual, um sacerdócio santo capaz de oferecer sacrifícios espirituais agradáveis a Deus, por meio de Jesus Cristo. (1 Pedro 2, 5)

O nosso coração é Templo e morada do Espírito de Jesus Ressuscitado. Cada um de nós é convidado a oferecer a sua vida, como Jesus o faz continuamente, sendo seus colaboradores. O sacrifício espiritual perfeito é a entrega de tudo, coisas grandes e pequenas, para bem do mundo e da Igreja. Sentir este desejo é a raiz do Apostolado da Oração.

Tópicos para um encontro em grupo

Neste último tema, o grupo é convidado a assumir a sua missão como Apóstolos da Oração, como fazendo parte da Rede Mundial de Oração do Papa. Para além de um compromisso pessoal, sugere-se que o grupo possa preparar uma celebração pública, onde se apresente à comunidade a adesão a este programa de vida e a esta missão de ajudar o pároco a dinamizar a vida espiritual da comunidade.

Também se poderá assumir o compromisso de manter uma ligação com o Secretariado Nacional do Apostolado da Oração, a fim de receber as suas notícias e materiais de ajuda para viver na linha dos desafios que o Santo Padre propõe em cada mês, em favor das necessidades do mundo e da missão da Igreja.

Terminar o encontro com uma oração pelas intenções do Santo Padre, em união com a sua Rede Mundial de Oração.

Esquema para uma oração em comum

Cântico inicial

1. Louvor a Deus que escuta a oração

Depois de recitar o Salmo 148, em estrofes alternadas, deixar um tempo adequado de silêncio para a escuta pessoal e a partilha do que Deus foi dizendo a cada um.

Ant.: A minha oração suba a vós como incenso,
Senhor!

Louvai o Senhor do alto dos céus,
louvai-O nas alturas.

Louvai-O, todos os seus anjos,
louvai-O, todos os seus exércitos.

Louvai-O, sol e lua,
louvai-O, todos os astros luminosos.
Louvai-O, céus dos céus,
e águas que estais acima dos céus.

Louvem todos o nome do Senhor,
porque às suas ordens todos foram criados.
Ele os fixou para sempre,
deu-lhes uma lei que jamais passará.

Da terra, louvai o Senhor,
monstros marinhos e todos os abismos;
fogo e granizo, neve e neblina,
vento de tempestade que realiza a sua palavra;

montanhas e colinas,
árvores de fruto e todos os cedros;
feras e animais domésticos,
répteis e pássaros que voam;

reis e povos do mundo,
príncipes e todos os juizes da terra,
jovens e donzelas, velhos e crianças,

louvem todos o nome do Senhor,
porque o seu nome é sublime.

A sua majestade está acima do céu e da terra
e exaltou a força do seu povo.
Louvem-No todos os seus fiéis,
os filhos de Israel, seu povo eleito.

Ant.: A minha oração suba a vós como incenso,
Senhor!

2. Uma rede mundial

Escuta e oração pessoal. Alternam-se duas vozes na leitura.

Portanto, já não sois estrangeiros nem imigrantes, mas sois concidadãos dos santos e membros da casa de Deus, edificados sobre o alicerce dos Apóstolos e dos Profetas, tendo por pedra angular o próprio Cristo Jesus. É n'Ele que toda a construção, bem ajustada, cresce para formar um templo santo, no Senhor. É n'Ele que também vós sois integrados na construção, para formardes uma habitação de Deus, pelo Espírito. (Efésios 2, 19-22)

Pois, como o corpo é um só e tem muitos membros, e todos os membros do corpo, apesar de serem muitos, constituem um só corpo, assim também Cristo. De facto, num só Espírito, fomos todos batizados para formar um só corpo, judeus e gregos, escri-

vos ou livres, e todos bebemos de um só Espírito.
(1 Coríntios 12, 12-13)

Eram assíduos ao ensino dos Apóstolos, à união fraterna, à fração do pão e às orações. Perante os inumeráveis prodígios e milagres realizados pelos Apóstolos, o temor dominava todos os espíritos. Todos os crentes viviam unidos e possuíam tudo em comum. Vendiam terras e outros bens e distribuíam o dinheiro por todos, de acordo com as necessidades de cada um. Como se tivessem uma só alma, frequentavam diariamente o templo, partiam o pão em suas casas e tomavam o alimento com alegria e simplicidade de coração. Louvavam a Deus e tinham a simpatia de todo o povo. E o Senhor aumentava, todos os dias, o número dos que tinham entrado no caminho da salvação. (Atos 2, 42-47)

Não fostes vós que Me escolhestes; fui Eu que vos escolhi a vós e vos destinei a ir e a dar fruto, e fruto que permaneça; e assim, tudo o que pedirdes ao Pai em meu nome Ele vo-lo concederá. É isto o que vos mando: que vos ameis uns aos outros. (João 15, 16-17)

É muito importante fortalecer os laços: vínculos sociais, familiares e pessoais. Todos, mas sobretudo as crianças e os jovens, precisam de um contexto adequado, de um habitat realmente humano, onde se verifiquem as condições para o seu desenvolvimento pessoal harmonioso e para a sua inserção no habitat maior da sociedade. (Discurso do Papa

Francisco aos participantes no encontro mundial dos diretores de «scholas occurrentes», 4 de setembro de 2014)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Ainda que o meu grupo do AO fosse pequeníssimo ou me encontrasse sozinho a rezar, estou na verdade inserido na grande rede mundial de oração e de solidariedade formada pelos membros do AO presentes em todos os continentes.

Para que esteja um pouco mais consciente disto, imagino as pessoas de tantas nações e culturas diferentes que, como eu, sentiram a vocação de serem apóstolos da oração. Somos homens e mulheres de todas as idades e de todas as condições sociais, desenvolvemos as mais variadas atividades e falamos todas as línguas do planeta. Alguns vivem na alegria, muitos estão empenhados nas suas ocupações de cada dia, outros estão a atravessar algum momento de prova ou de maior sofrimento. Aqui e agora, nesta rede mundial, posso ser parte de cada uma das possíveis experiências da humanidade, precisamente porque neste momento algum membro do AO a está a viver.

Para um pouco e contemplo esta rede mundial

- *procuro tomar consciência da sua extensão e das suas potencialidades;*
- *fico contente por pertencer a esta rede;*
- *acolho o sentimento de segurança e de força que esta me transmite;*
- *juntos é mais fácil acreditar, amar, esperar, trabalhar e lutar por um mundo melhor;*

- *experimento participar da experiência, alegre ou triste, que neste momento esteja a viver algum membro deste rede numa outra parte do mundo.*

Quem ou o que é que mantém a unidade desta rede?

Quem ou o que é que atrai todas estas pessoas?

Olho com profundidade e vejo que esta rede tem um coração ardente de amor: é o Sagrado Coração de Jesus que comunica a todos o amor necessário para viver, para permanecer unidos, para avançar juntos, para colaborar com a oração e com a vida na grande missão da Igreja, para que todos os homens sejam salvos pelo Sacrifício de Cristo.

- *Deixo-me invadir pelo amor do Sagrado Coração de Jesus.*
- *Dou-Lhe graças porque quis esta rede e a doou à Igreja e ao mundo.*
- *Em solidariedade com todos os membros da rede mundial AO,*
 - *ofereço-Lhe o meu dia, com as suas alegrias e sofrimentos,*
 - *pelas necessidades e as esperanças de todos os homens, meus irmãos.*

3. Atento às necessidades da humanidade

Escuta e oração pessoal. Alternam-se duas vezes na leitura.

Jesus percorria as cidades e as aldeias, ensinando nas sinagogas, proclamando o Evangelho do Reino e curando todas as enfermidades e doenças. Contemplando a multidão, encheu-Se de compaixão por ela,

pois estava cansada e abatida, como ovelhas sem pastor. Disse, então, aos seus discípulos: «A messe é grande, mas os trabalhadores são poucos. Rogai, portanto, ao Senhor da messe para que envie trabalhadores para a sua messe». (*Mateus 9, 35-38*)

Como viesse a faltar o vinho, a mãe de Jesus disse-lhe: «Não têm vinho!». Jesus respondeu-lhe: «Mulher, que tem isso a ver contigo e Comigo? Ainda não chegou a minha hora». Sua mãe disse aos serventes: «Fazei o que Ele vos disser!» (*João 2, 3-5*)

Pelo contrário, quanto mais fracos parecem ser os membros do corpo, tanto mais são necessários, e aqueles que parecem ser os menos honrosos do corpo, a esses rodeamos de maior honra, e aqueles que são menos decentes, nós os tratamos com mais decoro; os que são decentes, não têm necessidade disso.

Mas Deus dispôs o corpo, de modo a dar maior honra ao que dela carecia, para não haver divisão no corpo e os membros terem a mesma solicitude uns para com os outros. Assim, se um membro sofre, com ele sofrem todos os membros; se um membro é honrado, todos os membros participam da sua alegria. (*1 Coríntios 12, 22-26*)

Por isso, também nós, desde o dia em que ouvimos falar disso, não cessamos de orar por vós e de pedir a Deus que vos encha do conhecimento da sua vontade, com toda a sabedoria e inteligência espiritual,

a fim de caminhardes de modo digno do Senhor, para seu total agrado: dai frutos em toda a espécie de boas obras e progredi no conhecimento de Deus. (Colossenses 1, 9-10)

Recomendo, pois, antes de tudo, que se façam preces, orações, súplicas e ações de graças por todos os homens, pelos reis e por todos os que estão constituídos em autoridade, a fim de que levemos uma vida serena e tranquila, com toda a piedade e dignidade. Isto é bom e agradável diante de Deus, nosso Salvador, que quer que todos os homens sejam salvos e cheguem ao conhecimento da verdade. (1 Timóteo 2, 1-4)

Há uma forma de oração que nos incentiva particularmente a gastarmo-nos na evangelização e nos motiva a procurar o bem dos outros: é a intercessão. Fixemos, por momentos, o íntimo de um grande evangelizador como S. Paulo, para perceber como era a sua oração. Esta estava repleta de seres humanos: «Em todas as minhas orações, sempre peço com alegria por todos vós (...), pois tenho-vos no coração» (Filémon 1, 4.7). Descobrimos, assim, que interceder não nos afasta da verdadeira contemplação, porque a contemplação que deixa de fora os outros é uma farsa. (Papa Francisco, Exortação Apostólica *Evangelii gaudium*, n. 281)

Para o tempo de silêncio e interiorização:

Concentra-te agora em silêncio e imagina que consegues abraçar com o teu olhar toda a esfera terrestre e acolher no teu coração todos os homens e mulheres do mundo.

Observa-os e repara como são de todas as idades, cores de pele e condição social. Observa-os nas suas alegrias e tristezas, em paz ou em guerra, no trabalho ou em descanso.

Procura alargar sempre mais o horizonte. Não deveria ser difícil, porque os meios modernos de comunicação mantêm-nos constantemente informados, mais do que isso: tornam-nos testemunhas oculares daquilo que está a acontecer em todas as partes do mundo.

Depois concentra a tua atenção na tua cidade, no teu bairro, na tua paróquia, na tua casa.

- Quais são as necessidades mais urgentes?
- Quais as esperanças?
- O que é realmente necessário?
- O que é que falta?
- Como intervir?
- Em quem confiar?

Conclusão

Apresentamos agora ao Senhor, numa oração espontânea, na forma de intercessão, tudo aquilo que emergiu durante a contemplação pessoal em silêncio. Confiando na infinita misericórdia de Deus, fazemo-nos porta-vozes das necessidades da Igreja e de toda a humanidade, iniciando com a intenção deste mês.

A cada intercessão respondemos:
Coração de Jesus, confio em Ti.

Renovemos agora o nosso louvor e suplica a Deus, dizendo juntos a oração que Jesus nos ensinou:

Pai Nosso...

Oremos:

Deus, Pai onipotente, escutai benigno as nossas orações e enviai-nos o Espírito Santo, para que Ele nos indique os vossos caminhos e possamos juntos caminhar para Vós. Por Cristo, Nosso Senhor. Ámen.

Cântico final:

Salve-Rainha:

*Salve, Rainha, Mãe de Misericórdia,
vida, doçura e esperança nossa, salve!
A Vós bradamos, os degredados filhos de Eva.
A Vós suspiramos, gemendo e chorando
neste vale de lágrimas.*

*Eia, pois, advogada nossa,
esses vossos olhos misericordiosos
a nós volvei,
e, depois deste desterro,
mostrai-nos Jesus,
bendito fruto do vosso Ventre.
Ó Clemente, ó Piedosa, ó Doce Virgem Maria.*

*Rogai por nós Santa Mãe de Deus,
Para que sejamos dignos das promessas de Cristo. Ámen.*

*Salve, Regina, mater misericordiae
Vita, dulcedo, et spes nostra, salve.
Ad te clamamus, exsules, filii Evae.
Ad te suspiramus, gementes et flentes
in hac lacrimarum valle.*

*Eia ergo, Advocata nostra,
illos tuos misericordes oculos
ad nos converte.
Et Iesum, benedictum fructum ventris tui,
nobis post hoc exsilium ostende.
O clemens, O pia, O dulcis Virgo Maria.*

*Ora pro nobis sancta Dei Genetrix.
Ut digni efficiamur promissionibus Christi. Amen.*

I

II

III

IV

V

VI

187



V

A VIVÊNCIA COMUNITÁRIA
DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

1. AS COMUNIDADES APOSTÓLICAS DA REDE MUNDIAL DE ORAÇÃO

Como se disse (ver págs. 33-34), as Comunidades Apostólicas da Rede Mundial de Oração são constituídas por grupos de leigos, escolhidos e enviados pelo pároco, que assumem como missão ajudá-lo na dinamização espiritual da própria comunidade paroquial, suscitando e reanimando a experiência da relação pessoal com Cristo. Estas comunidades inserem-se num novo modelo de Igreja que está a nascer, onde a vocação laical assume um papel muito importante, face à escassez de clero e à necessidade de um maior compromisso dos cristãos com a vida de oração, pessoal e comunitária.

Não são grupos fechados, pois não pertencem a nenhum movimento, mas têm como característica fazer a ponte entre o pároco e os diversos grupos existentes na paróquia, com o fim de ajudar a comunidade a rezar. Idealmente, serão compostos por responsáveis dos grupos já existentes. Terão como centro da sua missão a divulgação das intenções do Papa e a criação de propostas concretas para unir os temas das intenções com as necessidades concretas do próprio contexto, em espírito de colaboração e entreaajuda com os grupos existentes na paróquia. É muito aconselhável que esta comunidade apostólica tenha uma ação conjunta com o Centro do Apostolado da Oração, onde este exista e se mantenha ativo.

O Secretariado Nacional do Apostolado da Oração oferece a formação espiritual e pastoral e o acom-



panhamento destas comunidades, organizando encontros de formação e divulgando todos os meses, nos seus vários canais de comunicação (publicações e plataformas digitais), as propostas de oração e ação na linha das intenções do Papa.

Para isso, muito ajuda um contacto regular com o Secretariado Nacional, através, essencialmente, do site do AO (www.apostoladodaoracao.pt) e do e-mail geral@apostoladodaoracao.pt. A partir daqui se criará uma plataforma de contactos, notícias do que vai acontecendo, partilha de experiências, materiais, divulgação de oportunidades de formação, etc.

Para criar uma comunidade apostólica da Rede Mundial de Oração do Papa

- O pároco deve escolher alguns leigos mais comprometidos na sua paróquia e enviá-los a participar nos encontros de formação, promovidos para este efeito pelo Secretariado Nacional, que irá dando a conhecer a sua realização.
- Estas comunidades são inscritas numa base de dados, de modo a manter um contacto constante para dar a conhecer outras ações de formação e fornecer materiais para serem usados nas próprias paróquias, com os objetivos acima definidos.

2. OS CENTROS DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

Em muitas paróquias do nosso país existem Centros do Apostolado da Oração, que funcionam segundo uma estrutura diocesana. Onde se veja mais apropriada a continuidade, fundação ou refundação destes Centros, o Secretariado Nacional prestará todo o apoio necessário.

Em cada diocese, há um diretor diocesano, nomeado pelo bispo local, que tem o encargo de dinamizar o Apostolado da Oração, promover encontros formativos, visitar os Centros, ajudar os párocos e as suas equipas a levar por diante esta obra. Este deve ser ajudado por uma Equipa Diocesana, composta por leigos e religiosos.

A nível local, tendo como diretor o pároco, há um Centro, composto pelo conjunto dos Zeladores e dos Associados, com uma direção paroquial, e que tem como missão:

a) *Empenhar-se em fomentar a espiritualidade do Apostolado da Oração na paróquia:*

- divulgando as intenções de oração do Papa, sobretudo através dos *Bilhetes Mensais (Oração e Vida)*, e procurando tê-las presentes nas intenções das Eucaristias ou na Oração Universal;
- vivendo de modo particular a primeira sexta-feira de cada mês, como jornada mundial de oração pelas intenções do Papa (ver. pags. 56-57 e 228-240);
- promovendo o culto ao Coração de Jesus (ce-

lebração anual, tríduos, horas santas, lausperene, entronizações, recitação do terço, Missa pelos Associados e Zeladores já falecidos, etc.).

b) *Reuniões mensais:*

- Para rezar e refletir sobre as Intenções do Santo Padre para cada mês (segundo o proposto na Revista *Mensageiro do Coração de Jesus*).
- Para ler e estudar em comum os estatutos e as linhas da espiritualidade do AO.
- Para conversar e decidir que iniciativas se poderão tomar ao longo do mês para ajudar a comunidade a rezar e a agir segundo as intenções de oração para cada mês.
- Para pensar os projetos a serem realizados no mês seguinte, avaliar como vai o trabalho do grupo e a ação do Apostolado da Oração na paróquia, a eventual colaboração com a Comunidade Apostólica da Rede Mundial de Oração que exista, etc.

c) *Inserção, de alma e coração, na paróquia:*

- Perguntar ao Pároco o que é mais urgente e necessário fazer.
- Assistência a doentes e a pobres, disponibilidade para assumir serviços como ministros da comunhão, catequese...
- Arranjo da igreja e dos altares...

3. PARA ERIGIR OU REFUNDAR UM CENTRO DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO NA PARÓQUIA

O pároco deve contactar o diretor diocesano ou o Secretariado Nacional, que dará informação mais concreta sobre os procedimentos, a saber:

- Criar uma equipa responsável, com presidente, secretário e tesoureiro.
- Fazer o registo, no livro de atas do centro, da ata de fundação ou refundação do centro e, em seguida, das respetivas reuniões mensais.
- Fazer o registo, no livro de registos do centro do AO, com os nomes dos responsáveis, zeladores e associados.
- Procurar que os membros do centro obtenham a respetiva patente de admissão no AO, diploma de zelador ou responsável, emblema do AO e medalha de zelador ou associado, assim como o diploma para a nomeação do diretor local.
- Num dia determinado, fazer uma celebração festiva na paróquia, para erigir ou refundar o centro do AO, durante a qual os seus membros farão publicamente o seu compromisso e consagração e receberão as respetivas insígnias.
- Nesse dia, o diretor diocesano também procederá à entrega do diploma de fundação ou refundação do Centro.
- A informação da fundação ou refundação do Centro, os nomes e contactos dos responsáveis e o número de zeladores e associados de-

verão ser transmitidos ao Secretariado Nacional, para que conste nos arquivos.

- Os centros deverão assinar e receber os *Bilhetes Mensais (Oração e Vida)* e a *Revista Mensageiro do Coração de Jesus*.

(Todos estes materiais poderão ser adquiridos no Secretariado Nacional)

4. RITUAL PARA A ADMISSÃO DE ASSOCIADOS E ZELADORES

5.1 – Admissão de associados

A admissão pode ser simples ou solene. É simples, quando o diretor ou algum responsável por ele designado inscreve o novo associado no registo e lhe entrega a patente sem qualquer cerimónia exterior. Pode, porém, fazer-se em forma solene, na missa (após a homilia) ou não. Nela, o novo associado promete cumprir os deveres essenciais do Apostolado da Oração, consagra-se ao Coração de Jesus e recebe o emblema e a patente. A admissão implica sempre o compromisso, livremente aceite pelo associado, de fazer o oferecimento das obras do dia e de orientar a sua vida cristã segundo as propostas próprias do Apostolado da Oração.

Pode usar-se o seguinte formulário, adaptando-o, conforme se faça na missa ou não.

Diretor – Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

Todos – Ámen.

Diretor – A graça, o amor e a paz de N. S. Jesus Cristo estejam convosco.

Todos – Bendito seja Deus que nos reuniu no amor de Cristo.

(O diretor faz uma breve alocação)

Bênção dos emblemas ou medalhas

(O sacerdote benze as medalhas e emblemas, traçando sobre eles o sinal da Cruz ou usando a forma apropriada – pág. 204).

Admissão

Responsável – Aproximem-se todos os que pretendem ser admitidos neste Centro do Apostolado da Oração.

Diretor – Irmãos, todo o membro do Apostolado da Oração deve procurar, através da consagração e da reparação, corresponder ao amor de Cristo, manifestado no seu Coração. Também se compromete a imitar e amar Maria, como Mãe, servir e obedecer à Igreja e contribuir para a salvação do mundo pelo seu compromisso apostólico. Encontrareis maneira fácil de cumprir os vossos deveres, por meio do vosso oferecimento diário unido ao Sacrifício eucarístico. Estais dispostos a fazer, todas as manhãs, esse oferecimento e a vivê-lo, durante o dia, unidos ao Santo Padre e às suas intenções pelo mundo e pela missão da Igreja?

Novos associados – Sim, estamos.

Diretor – Como expressão do ideal que vos anima e súplica para o realizardes, fazei a vossa consagração:

Associados – Jesus Redentor, que no Coração aberto na cruz nos manifestastes o vosso amor, nós, para correspondermos a esse amor, prometemos, como membros do Apostolado da Oração, professar especial culto de amor e dedicação ao vosso Coração e à vossa obra redentora. Prometemos oferecer todas as manhãs o nosso dia ao vosso Coração, dar testemunho da nossa fé e fazer da nossa vida um ato de contínuo compromisso apostólico.

Pedimo-Vos confiadamente a graça de permanecer sempre fiéis a este compromisso, para que, vivendo unidos a Vós, ajudemos a construir na terra o vosso Reino. *Ámen.*

5.2 – Admissão de zeladores ou responsáveis

A admissão dos membros ativos – zeladores ou responsáveis – pode ser simples ou solene, como para os associados. A primeira consistirá apenas no ato de nomeação; a segunda seguirá um ritual análogo ao dos associados. Depois da saudação e bênção dos emblemas, seguir-se-á o seguinte ritual:

Presidente – Os associados aqui presentes, como membros vivos da Igreja e sabendo que «pesa sobre todos os leigos o encargo glorioso de trabalhar para que o plano divino de salvação atinja todos os homens» (Constituição Dogmática *Lumen*

Gentium, 33), querem participar na missão salvífica da mesma Igreja, como membros ativos do Apostolado da Oração.

Diretor – O Apostolado da Oração é «uma das obras mais proveitosas nascidas na Igreja e a favor da Igreja». Por isso, procurai assimilar o seu espírito, para que, cheios de Cristo, o possais transmitir aos outros. Estais dispostos a centrar a vida no Coração de Cristo e a difundir o Apostolado da Oração como meio para fomentar a vida espiritual e apostólica?

Todos – Sim, estamos.

Diretor – Confirme o Senhor a vossa disposição. Para isso, consagrai-vos a Ele e comprometei-vos também, diante desta comunidade paroquial (ou local), a exercer o apostolado neste Centro do Apostolado da Oração.

Consagração dialogada

Um membro ativo – Senhor Jesus, o vosso Coração trespassado manifesta aos homens o mistério de amor e de oblação que reparou os pecados e nos deu a vida e a ressurreição. Pelo Batismo, consagramo-nos à Santíssima Trindade. Agora, porém, sentimo-nos atraídos a reforçar essa entrega para que a nossa vida se una diariamente à vossa oblação no altar.

Todos – Consagramo-nos, para sempre, ao vosso Sagrado Coração.

Um – Para que na nossa vida saibamos descobrir as riquezas escondidas nos trabalhos, nos sofrimentos e nas ações oferecidas em espírito de amor e reparação.

Todos – Consagramo-nos, para sempre, ao vosso Sagrado Coração.

Um – Para que a nossa vida se torne um testemunho de amor, de serviço e de caridade.

Todos – Consagramo-nos, para sempre, ao vosso Sagrado Coração.

Um – Para que a nossa atividade contribua para difundir entre os homens o espírito do Apostolado da Oração.

Todos – Consagramo-nos, para sempre, ao vosso Sagrado Coração.

Um – Para que, ao servir-Vos nos nossos irmãos, Vos conheçamos cada vez mais intimamente.

Todos – Consagramo-nos, para sempre, ao vosso Sagrado Coração.

I

II

III

IV

V

VI

201

Um – Ó Jesus, por meio do Coração Imaculado de Maria, Mãe da Igreja e Rainha dos Apóstolos, aceita esta nossa consagração, uni-a ao vosso sacrifício eucarístico, para que, através das nossas obras, se difunda em todos os vossos filhos o vosso Reino de amor.

Todos – Assim seja.

Em vez desta consagração dialogada, pode usar-se a seguinte:

Coração Sagrado de Jesus, Rei e centro de todos os corações, Vós viestes ao mundo para salvar todos os homens. Pelo Batismo e pelo Crisma, chamais todos os cristãos ao apostolado.

Embora conscientes da nossa fraqueza, prometemos servir a Igreja, segundo o espírito do Apostolado da Oração. Procuraremos, muito particularmente, a união vital com Cristo, pelo oferecimento das obras do dia, unido ao sacrifício eucarístico, e aumentaremos em nós e nos outros a vida eucarística, através da comunhão frequente, o espírito de reparação pelos nossos pecados e pelos pecados do mundo inteiro, em união com o Santo Padre e as suas intenções de oração pelo mundo e pela missão da Igreja.

Vamos trabalhar, por todos os meios ao nosso alcance, para que na nossa comunidade paroquial (ou local) haja cada vez maior vivência cristã e o nosso Centro do Apostolado da Oração cresça em número e em fervor.

Dignai-Vos, Senhor, aceitar a nossa consagração e o nosso compromisso e dai-nos forças para sermos fiéis ao que agora propomos.

Diretor – Recebe(ei) este diploma e este emblema, como sinal da tua(vossa) consagração ao Coração de Cristo e do teu(vosso) compromisso de expandir o seu Reino.

Diretor – Recebe(ei) este Manual. Ele ajudar-te-á (ajudar-vos-á) a cumprir fielmente os teus(vossos) deveres de membro(s) ativo(s) do Apostolado da Oração.

Conclusão

Diretor – Senhor Jesus, aceitai os que, atraídos pelo vosso amor, querem comprometer a sua vida em oração e serviço a favor de todos os vossos filhos e a propagar a vossa glória. Que os seus nomes sejam inscritos no vosso Coração, como penhor de predileção e de graça. *Ámen.*

I

II

III

IV

V

VI

5.3 – Bênção dos objetos religiosos (medalhas, emblemas, quadros...)

V. – Mostrai-nos, Senhor, a vossa misericórdia.

R. – E dai-nos a vossa salvação.

«Tudo o que fizerdes, por palavras ou por obras, seja tudo em nome do Senhor Jesus, dando graças, por Ele, a Deus Pai» (Colossenses 3, 17).

Oremos

O Senhor, com a sua bênção... † Se digne aumentar e fortalecer os vossos sentimentos de piedade, para que decorra sem obstáculos a vossa vida presente e alcanceis felizmente a vida eterna.

Por Nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus convosco na unidade do Espírito Santo.

Pode também ser usada, em circunstâncias especiais, a seguinte fórmula breve:

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

R.: *Ámen.*

(Do Ritual das Bênçãos)



VI

ORAÇÕES
E PRÁTICAS DEVOCIONAIS
LIGADAS À TRADIÇÃO
DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

1. ORAÇÕES PRÓPRIAS DO AO

Oferecimento das obras do dia

Ofereço-Vos, ó meu Deus,
em união com o Santíssimo
Coração de Jesus,
e por meio do Imaculado
Coração de Maria,
as orações, os trabalhos,
as alegrias e os sofrimentos deste dia,
em reparação de todas as ofensas
e por todas as intenções
pelas quais o mesmo Divino Coração
está continuamente intercedendo
e sacrificando-Se nos nossos altares.
Eu vo-los ofereço de modo particular
pelas intenções do Santo Padre,
confiadas ao Apostolado da Oração
neste mês e neste dia.

Outra oração de oferecimento

Pai de bondade, eu sei que estás comigo.
Aqui estou neste novo dia.
Coloca mais uma vez o meu coração
junto ao Coração do teu Filho Jesus,
que Se entrega por mim
e que vem a mim na Eucaristia.
Que o teu Espírito Santo
me faça seu amigo e apóstolo,

I

II

III

IV

V

VI

disponível para a sua missão.
Coloco nas tuas mãos
as minhas alegrias e esperanças,
os meus trabalhos e sofrimentos,
tudo o que sou e tenho,
em comunhão com meus irmãos e irmãs
desta rede mundial de oração.
Com Maria, ofereço-Te o meu dia
pela missão da Igreja
e pelas intenções de oração do Papa
para este mês.

Oração pelo Apostolado da Oração

Pai, Senhor do Céu e da terra,
há 170 anos acendeste um fogo
que se espalhou pelo mundo.
Homens e mulheres tinham sede
de anunciar a todos
a Boa Nova do teu amor e da tua bondade.
Fizeste deles Apóstolos da Oração,
ao serviço da missão da tua Igreja
no coração do mundo.
Hoje, o Apostolado da Oração
unido profundamente
ao Coração do teu Filho amado,
deseja responder à sede espiritual
dos homens e mulheres de hoje.
Toma, Senhor, e recebe as nossas vidas,
faz-nos dóceis ao teu Espírito
para que a missão que nos confiaste

possa ser, hoje como ontem,
uma rede mundial de oração
no coração da humanidade.

«Alma de Cristo»

Alma de Cristo, santificai-me.
Corpo de Cristo, salvai-me.
Sangue de Cristo, inebriai-me.
Água do lado de Cristo, lavai-me.
Paixão de Cristo, confortai-me.
Ó Bom Jesus, ouvi-me.
Nas vossas chagas escondi-me.
Não permitais que me separe de Vós.
Do inimigo maligno defendei-me.
Na hora da minha morte chamai-me
E mandai-me ir para Vós,
Para que vos louve com os vossos Santos,
Por todos os séculos dos séculos. Ámen.

(nova versão, inspirada na versão tradicional)

Sabedoria de Cristo, transformai-me.
Compaixão de Cristo, instruí-me.
Coragem de Cristo, reforçai-me.
Humildade de Cristo, pacificai-me.
Liberdade de Cristo, libertai-me.
Paz de Cristo, invadi-me.
Rosto de Cristo, iluminai-me.
Cruz de Cristo, salvai-me.
Espírito de Cristo, santificai-me.
Morte de Cristo, envolvi-me.

I

II

III

IV

V

VI

Vida de Cristo, enchei-me.
Mãe Cristo, amai-me.
Juízo de Cristo, justificai-me.
Alegria de Cristo, acolhei-me.

2. CONSAGRAÇÃO AOS CORAÇÕES DE JESUS E MARIA

Consagração Pessoal

Ato de Consagração

Eu, N.N., entrego-me ao Sagrado Coração de Nosso Senhor Jesus Cristo e consagro-Lhe a minha vida, as minhas obras, os meus trabalhos e sofrimentos, com o propósito de não me querer servir nunca de parte alguma do meu ser senão para O honrar, amar e glorificar. Esta é a minha vontade irrevogável: pertencer-Lhe totalmente e fazer tudo por seu amor, renunciando com todas as veras a quanto possa desagradar-Lhe. Eu Vos tomo, pois, Coração sacratíssimo de Jesus, por único objeto do meu amor, por protetor da minha vida, penhor da minha salvação, amparo da minha fragilidade e inconstância, reparador de todos os defeitos da minha vida e meu seguro asilo na hora da morte. Sede, pois, ó Coração de bondade, a minha justificação perante vosso eterno Pai, e desviai de mim os golpes da sua justiça.

Ó Coração de amor, eu ponho toda a minha confiança em Vós, porque da minha malícia e fraque-

za receio tudo, mas tudo espero da vossa bondade. Dignai-Vos destruir em mim tudo o que Vos pode desagradar ou resistir: e fazei que o vosso puro amor se imprima tão profundamente no meu coração que nunca Vos possa esquecer nem separar-me de Vós. Por todas as vossas misericórdias, Vos suplico que em Vós fique o meu nome escrito, porque quero pôr toda a minha felicidade e glória em viver e morrer como vosso servo.

(Santa Margarida Maria Alacoque)

Outro Ato de Consagração

Meu Jesus, eu me consagro ao vosso Divino Coração. Consagro-Vos o meu corpo com todos os seus sentidos, a minha alma com todas as suas faculdades, e inteiramente todo o meu ser. Consagro-Vos todos os meus pensamentos, as minhas palavras e obras, todos os meus sofrimentos e trabalhos, todas as minhas esperanças, consolações e alegrias. Principalmente Vos consagro este meu pobre coração, para que não ame senão a Vós e se consuma, como vítima, nas chamas do vosso amor.

Aceitai, ó Jesus, o desejo que tenho de consolar o vosso Divino Coração e de Vos pertencer para sempre. Tomai de tal forma posse de mim que já não tenha outra liberdade senão a de Vos amar, nem outra dita senão a de sofrer e de morrer por Vós.

Ponho em Vós toda a minha confiança, confiança ilimitada, e espero da vossa infinita misericórdia o perdão dos meus pecados.

Coloco em vossas mãos todos os meus cuidados, principalmente o da minha eterna salvação.

Proponho honrar-Vos e amar-Vos até ao último instante da minha vida e propagar o culto de vosso Santíssimo Coração, tanto quanto possa, ajudada com a vossa divina graça. Disponde de mim, ó Divino Coração de Jesus, segundo o vosso agrado. Não quero outra recompensa senão a vossa maior glória e o vosso santo amor.

Concedei-me a graça de encontrar no vosso Coração a minha morada; é aqui que eu quero passar todos os dias da minha vida e exalar o meu último suspiro. Fazei também do meu coração a vossa morada e o lugar do vosso repouso, para ficarmos assim intimamente unidos, até que um dia eu Vos possa louvar, amar e possuir por toda a eternidade, e cantar para sempre as infinitas misericórdias do vosso Coração.

(Beata Maria do Divino Coração)

Ato de consagração dialogado

Senhor Jesus, Filho Unigénito de Deus, Verbo da Vida, feito homem por nosso amor, nós queremos consagrar-nos a Vós, sermos vossos para sempre e tudo fazer para não nos separarmos do vosso Amor.

Queremos ser vossos, Senhor!

Porque sois o Caminho, a Verdade e a Vida, e sem Vós não há felicidade, paz, amor e concórdia, nós

desejamos que em cada momento da nossa vida sejais Mestre e Senhor.

Queremos ser vossos, Senhor!

Porque sois o Bom Pastor que conheceis as ovelhas, sabeis o seu nome e, por amor, destes a vida por cada uma delas, nós queremos retribuir-Vos tanta dedicação com a entrega total das nossas vidas.

Queremos ser vossos, Senhor!

Porque em cada Eucaristia renovais o mistério pascal do vosso Amor pelos homens, da vossa entrega e da vossa imolação, nós, embora pobres e fracos, desejamos imolar-nos convosco para salvação de todos os homens.

Queremos ser vossos, Senhor!

Porque os pecados dos homens são ofensas ao vosso Coração, traição ao vosso Amor, ingratidão à vossa generosa dedicação, nós queremos reparar, consolar e alegrar-Vos com a nossa vida, as nossas obras, as nossas orações.

Queremos ser vossos, Senhor!

Aceitai, Senhor, a nossa oferta e consagração. Somos vossos e vossos queremos ser. Conhecer-Vos, amar-Vos e servir-Vos é o nosso desejo e a nossa honra. Nós Vos pedimos a graça de o conseguir, a Vós que sois Deus com o Pai na unidade do Espírito Santo. *Ámen.*

Consagração das Famílias

Sendo o Coração de Cristo uma escola de amor, a consagração ao seu Coração constitui uma atitude explícita de fé, uma fonte de bênçãos e um segredo de união. Contribuirá para transformar o ambiente familiar numa «Igreja doméstica» (Constituição Dogmática Lumen Gentium, 11).

Quanto à Consagração das famílias ao Coração de Maria, escrevia o Papa Paulo VI, a 13-5-1967:

«Exortamos todos os filhos da Igreja a renovar pessoalmente a sua própria consagração ao Coração Imaculado da Mãe da Igreja e a viver este nobilíssimo ato de culto com uma vida cada vez mais conforme à Vontade Divina e em espírito de serviço filial e de devota imitação da sua celeste Rainha».

Se a família preferir, poderá consagrar-se só ao Coração de Jesus ou só ao Coração de Maria, ou aos Corações de Jesus e Maria, seguindo a mesma preparação e o mesmo cerimonial e usando as fórmulas apropriadas.

Às famílias consagradas recomenda-se:

- Ter a imagem ou quadro do Coração de Jesus ou dos Corações de Jesus e de Maria no sítio principal da casa;
- Fazer diante dele as orações em comum, *principalmente a oração do terço;*
- Renovar cada ano a consagração, *ou no ani-*

- versário da sua primeira realização, ou no dia do Coração de Jesus, ou no aniversário do casamento;*
- Guardar fielmente a lei de Deus e o amor do próximo, sobretudo entre as pessoas de casa.

Modo de fazer a Consagração da Família

Depois da devida preparação, a Consagração faz-se, ou simultaneamente com outras famílias, num ato comunitário, ou na intimidade do lar. Quando feita no lar, se as circunstâncias e o Bispo o permitirem, pode celebrar-se a missa.

O quadro ou imagem deve ser benzido antes por um sacerdote.

Convém que o sacerdote diga algumas palavras sobre a importância e significado do ato realizado.

No fim sugere-se acrescentar um Pai-Nosso, Ave-Maria e Glória pela família consagrada, assim como pelos defuntos e ausentes.

O sacerdote, se estiver presente, abençoa a família com a fórmula habitual.

Para uma melhor e mais profunda preparação da Consagração, recomenda-se que todos os seus membros se confessem e recebam a Sagrada Comunhão.

Ato de consagração da família ao Coração de Jesus

Ó Jesus, nosso Criador e Redentor, que no vosso divino Coração manifestais o vosso amor, aqui estamos diante de Vós, a proclamar o nosso desejo de que reineis totalmente sobre a nossa família.

Por isso, nos consagramos a Vós. Com esta consagração queremos:

- **Renovar** a nossa profissão de fé nas verdades que Vós nos revelastes e que a Santa Igreja nos ensina.
- **Comprometer-nos a ser testemunhas** do Evangelho na vida familiar e social: no trabalho, no apostolado e na prática da caridade para com os outros de modo que a nossa família se torne verdadeira Igreja doméstica.
- **Voltar-nos para o vosso Coração** como centro das nossas aspirações, luz nas nossas decisões e sustento em todas as contrariedades.

Perdoai as nossas infidelidades, santificai os nossos empreendimentos, alegrias e tristezas, e que ao terminar esta peregrinação na terra, nos encontremos todos reunidos na felicidade do Céu.

Desejamos e imploramos que esta consagração Vos seja apresentada pelo Coração Imaculado de Maria, nossa e vossa Mãe, e de S. José, seu esposo e padroeiro das famílias cristãs.

Ajudai-nos a ser fiéis aos nossos compromissos e a viver plenamente a nossa consagração. *Ámen.*

Consagração das Famílias aos Corações de Jesus e Maria

Coração Sagrado de Jesus, Vós manifestastes o desejo de reinar nas famílias cristãs e de que a vossa imagem fosse exposta nos seus lares. Aqui vimos

prestar-Vos hoje esta dupla homenagem consagrando-nos a Vós e entronizando solenemente a vossa imagem em nossa casa.

Virgem Santíssima, ao vosso Coração Imaculado queremos consagrar-nos também. Cobri com o vosso manto maternal esta família que faz o propósito de honrar-vos com a oração do terço.

Corações Santíssimos de Jesus e de Maria, a Vós nos entregamos, doamos e consagramos totalmente e para sempre. Fazei, com a vossa proteção, que reinem nesta casa a paz e a união, a caridade e a fé, o amor de Deus e o cumprimento da sua Lei. Ajudai-nos nas necessidades; consolai-nos nas amarguras e escrevei os nossos nomes nos vossos Corações.

Corações Santíssimos de Jesus e de Maria abençoai-nos, para depois desta vida nos encontrarmos todos no Céu, gozando da vossa companhia junto da Santíssima Trindade, Pai, Filho e Espírito Santo. Assim seja.

Consagração das Paróquias ao Coração de Maria

*«Desejamos que, sempre que as circunstâncias o aconselharem, se faça esta consagração ao Imaculado Coração de Maria, tanto nas Dioceses como em cada uma das paróquias e famílias. Temos confiança que desta consagração particular e pública brotarão abundantes benefícios e favores celestes» (Pio XII, Encíclica *Auspicia Quaedam*, 1-5-1948).*

Ato de Consagração

Virgem Santíssima, vós manifestastes em Fátima o vosso Imaculado Coração como meio de alcançar a paz, a conversão dos pecadores, a salvação das almas e todas as graças do Senhor.

Para cumprirmos os vossos desejos, nós confiamos, entregamos e consagramos inteiramente ao vosso Imaculado Coração esta paróquia, com o seu clero e povo fiel, famílias, associações e movimentos apostólicos.

Reunida em torno da vossa imagem, esta freguesia proclama-vos sua Rainha, Advogada e Mãe, e confia à vossa proteção todos e cada um dos seus membros.

Nós fazemos o propósito de cumprir fielmente os pedidos que nos dirigistes em Fátima: que rezemos todos os dias o terço, que aceitemos com paciência as dificuldades da vida e as ofereçamos por amor, que nos emendemos, que peçamos perdão dos nossos pecados e que, sobretudo, não ofendamos mais a Deus, nosso Senhor, que já está muito ofendido.

Ao vermos o vosso Imaculado Coração cercado de espinhos, pelos pecados de toda a humanidade, nós propomos fazer atos de reparação para O desagrar e consolar.

Que o vosso Imaculado Coração, ó Maria, seja o nosso refúgio nos perigos e tentações da vida e o caminho que nos conduza até Deus. Assim seja.

3. PRÁTICAS TRADICIONAIS DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

Primeiras quinta-feiras

«Seja informado todo o povo cristão que é seu dever colaborar de diversos modos, pela oração frequente e por outros meios à sua disposição, para que a Igreja tenha sempre os sacerdotes necessários ao cumprimento da sua missão divina» (Decreto *Presbyterorum Ordinis*, 11).

Porque Cristo instituiu o Sacerdócio e a Eucaristia na Última Ceia, na Quinta-Feira Santa, procurem os associados do Apostolado da Oração oferecer, de um modo particular, as orações e boas obras da primeira quinta-feira de cada mês pela santificação do clero e pelas vocações sacerdotais, missionárias e religiosas. Aos Sacerdotes está-lhes recomendada, se as normas litúrgicas o permitirem, a celebração da Missa pelas vocações (Missa para diversas necessidades – n.º 9) ou Missa da Santíssima Eucaristia (terceira das Missas votivas). Para a Oração Universal ou dos fiéis podem servir as preces adiante publicadas (pág. 226-227).

Oração dos sacerdotes

Senhor Jesus, em S. João Maria Vianney quiseste dar à Igreja uma comovente imagem da tua caridade pastoral. Animados por seu exemplo e em sua companhia, faz que vivamos em plenitude a nossa missão.



Como ele, diante de tua Eucaristia, faz que possamos aprender como é simples e diária a tua Palavra a instruir, como é terno o amor com que acolhes os pecadores arrependidos, como é consolador abandonar-se confiantemente à tua Mãe Imaculada.

Senhor Jesus, por intercessão do Santo Cura d’Ars, faz que as famílias cristãs se tornem “pequenas igrejas”, nas quais todas as vocações e todos os carismas, infundidos pelo teu Santo Espírito, possam ser acolhidos e valorizados. Concede-nos, Senhor, poder repetir, com o mesmo ardor do Santo Cura, as palavras com as quais costumava dirigir-se a Ti:

Amo-Te, meu Deus, e o meu único desejo é amar-Te até ao último respiro da minha vida.

Amo-Te, ó Deus infinitamente amável, e prefiro morrer amando-Te do que viver um só instante sem amar-Te.

Amo-Te, Senhor, e a única graça que peço é a de Te amar eternamente.

Meu Deus, se a minha língua não puder dizer a cada instante que Te amo, quero que o meu coração o repita tantas vezes quantas eu respiro.

Amo-Te, ó meu Deus Salvador, porque foste crucificado por mim e me tens aqui crucificado por Ti.

Meu Deus, dá-me a graça de morrer amando-Te e sabendo que Te amo.

Ámen.

(Papa Bento XVI, no Ano Sacerdotal)

Oração pelas vocações

Ó Jesus, Bom Pastor, acolhei o nosso louvor e humilde agradecimento por todas as vocações que, mediante o vosso Espírito, concedeis continuamente à vossa Igreja. Assisti os Bispos, os presbíteros, os missionários e todas as pessoas consagradas: fazei que deem exemplo de vida verdadeiramente evangélica.

Tornai fortes e perseverantes na sua decisão aqueles que se preparam para o sagrado ministério e para a vida consagrada. Multiplicai os operários do Evangelho para anunciar o vosso nome a todas as gentes. Guardai todos os jovens das nossas famílias e das nossas comunidades: concedei-lhes prontidão e generosidade em seguir-Vos. Dirigi também hoje o vosso olhar sobre eles e chamai-os. Concedei a todos os chamados a força de abandonar tudo para Vos escolher só a Vós que sois o amor.

Perdoai a falta de correspondência e a infidelidade daqueles que escolhestes.

Ouvi, Senhor Jesus Cristo, as nossas preces por intercessão de Maria Santíssima, vossa Mãe e Rainha dos Apóstolos. Ela que, tendo acreditado e correspondido generosamente, foi a causa da nossa alegria, acompanhe com a sua presença e exemplo os que chamais ao serviço total do vosso Reino. *Ámen.*

(João Paulo II)

I

II

III

IV

V

VI

Preces pelas Vocações

(Servem para prece dialogada ou para Oração Universal na Santa Missa)

Oremos, Irmãos, a Deus todo poderoso, por seu Filho, Sumo e Eterno sacerdote, para que envie operários para a sua messe, dizendo:

Enviai, Senhor, operários para a vossa messe.

1. Porque a messe é grande e os operários são poucos e nos mandastes pedir operários para a messe, nós Vos pedimos

Enviai, Senhor, operários para a vossa messe.

2. Porque o Papa, vosso Vigário, nos pede e convida a implorar vocações sacerdotais e religiosas, nós Vos pedimos

Enviai, Senhor, operários para a vossa messe.

3. Porque a dor e o sofrimento de tantos irmãos imploram por quem os console e ampare, os ajude e fortaleça, nós Vos pedimos

Enviai, Senhor, operários para a vossa messe.

4. Porque precisamos de almas e corações dedicados ao vosso serviço, defensores da Verdade e do Bem, nós Vos pedimos

Enviai, Senhor, operários para a vossa messe.

5. Porque o vosso Sacrifício do Altar e os vossos sacramentos precisam de ser perpetuados na vossa

Igreja, nós Vos pedimos

Enviai, Senhor, operários para a vossa messe.

6. Porque sabemos que os jovens são generosos e capazes de se dedicarem ao vosso serviço e salvação dos outros, nós Vos pedimos

Enviai, Senhor, operários para a vossa messe.

7. Porque os homens, nossos irmãos, têm necessidade de quem lhes pregue a Boa Nova do Evangelho e o vosso rebanho precisa de pastores dedicados e generosos, nós Vos pedimos

Enviai, Senhor, operários para a vossa messe.

ORAÇÃO

Deus eterno e onnipotente, ouvi as nossas preces e, para glória vossa e salvação das almas, concedei-nos muitos e santos sacerdotes. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, Vosso Filho, na unidade do Espírito Santo.

I

II

III

IV

V

VI

Primeiras sextas-feiras

À devoção das primeiras sextas-feiras aplicam-se plenamente estas palavras do Concílio Vaticano II: «São muito de recomendar os atos de piedade do povo cristão, desde que estejam em conformidade com as leis e normas da Igreja e especialmente quando são aprovados pela Sé Apostólica» (Constituição Conciliar *Sacrosanctum Concilium*, 13).

A Santa Sé, de um modo particular os Papas, têm repetidas vezes recomendado a devoção das primeiras sextas-feiras. João Paulo II dizia aos Secretários Nacionais do Apostolado da Oração: «Continuai com empenho renovado e cada vez maior a recomendar e a difundir a piedosa prática das “primeiras sextas-feiras”. Reconciliado com Deus, com a Igreja e com os irmãos, mediante o Sacramento da Penitência, o fiel, alimentando-se do Sacramento da Eucaristia, une-se ao Coração de Jesus e participa na sua atitude de oferta e de reparação» (13-4-1985).

A estas dimensões acresce agora o facto de a primeira sexta-feira de cada mês ser a Jornada Mundial de Oração pelas intenções do Santo Padre. Este dia em particular, em que a Igreja tradicionalmente celebra a entrega de Jesus na cruz por nosso amor, é o dia em que todos são convidados a unirem-se ao Papa em oração pelos desafios do mundo e da missão da Igreja que ele propõe para cada mês. Poderíamos dizer que é o dia de ativação da Rede Mundial de Oração do Papa.

A participação nesta Jornada Mundial pode ser feita em várias modalidades: individualmente, através das redes sociais, ou em comunidade. Sugere-se que, neste dia, na medida do possível se possa participar na Eucaristia.

O que fazer na primeira sexta-feira do mês?

- Rezar e oferecer o dia pelas intenções do Santo Padre.
- Participar, se possível, na Eucaristia.
- Aderir a alguma iniciativa de oração e difusão das intenções do mês divulgada nas publicações e plataformas digitais da Rede Mundial de Oração do Papa (*Vídeo do Papa, Click To Pray, Site do Apostolado da Oração e suas redes sociais*).
- Dedicar um tempo de oração pessoal para ver de que modo poderá pôr em prática, nas próprias circunstâncias, os desafios colocados pelo Papa nas suas intenções, unindo a oração e a vida.

Os Centros do AO e as Equipas Apostólicas da Rede Mundial de Oração do Papa são particularmente convidados a preparar e celebrar este dia de forma mais enriquecida:

- Na participação na Eucaristia, tendo presente na oração dos fiéis as intenções do Papa para esse mês. Não se celebrando a Eucaristia na paróquia nesse dia, colocar estas mesmas intenções na Eucaristia Dominical. De acordo com o pároco, poder

eventualmente fazer alguma reflexão sobre estas intenções e a sua importância na vida do mundo e da Igreja.

– Fazer uma reunião de preparação desta Jornada Mundial de Oração, refletindo sobre os seguintes pontos: aprofundamento dos temas das intenções desse mês; encontrar o modo mais eficaz de divulgar na comunidade as intenções do mês, através dos bilhetes mensais, ou outros meios.

– Preparar e promover um tempo de oração para a comunidade que possa envolver outras pessoas e grupos da paróquia (adoração eucarística, vigílias, horas santas, recitação do terço...)

– Estabelecer contactos com alguma pessoa ou instituição ligada ao tema do desafio do Papa para um determinado mês e programar uma atividade conjunta, por exemplo: alguma conferência, visita a algum lugar, contacto com determinada realidade, etc.

Nota: Na Revista *Mensageiro do Coração de Jesus* e no site do Apostolado da Oração (Materiais para grupos), poderão ser encontradas, todos os meses, propostas para aprofundamento dos temas das intenções, sugestões de iniciativas, tempos de oração comunitária e um esquema para as reuniões mensais.

Esquema de celebração da 1ª sexta-feira (Com exposição do Santíssimo ou diante do Sacrário)

Cântico inicial

Alocução inicial

(com estas palavras ou semelhantes)

P.: Irmãos e irmãs, nesta Jornada Mundial de Oração pelas intenções do Santo Padre, fazemos este tempo de diálogo e encontro com Jesus, presente na Eucaristia. Procuremos abrir o nosso coração aos grandes desafios que o Papa nos coloca neste mês:

(dizer as intenções desse mês)

Com Jesus, que Se oferece no altar, procuremos também oferecer a nossa vida por todos aqueles por quem o Santo Padre nos pede que rezemos. Peçamos também ao Pai que nos envie o Espírito do seu Filho Jesus, para podermos discernir, na nossa vida de cada dia, a melhor maneira de servir a Igreja e o mundo durante este mês, para sermos cada vez mais comprometidos com o Evangelho junto de todos, em especial os que mais precisam.

Salmo 27

O SENHOR é minha luz e salvação:
de quem terei medo?

O SENHOR é o baluarte da minha vida:
quem me assustará?

I

II

III

IV

V

VI

227

Quando os malvados avançam contra mim,
para me devorar,
são eles, meus opressores e inimigos,
que resvalam e caem.

Ainda que um exército me cerque,
o meu coração não temerá.
Mesmo que me declarem a guerra,
ainda assim terei confiança.

Uma só coisa peço ao SENHOR
e ardentemente a desejo:
é habitar na casa do SENHOR
todos os dias da minha vida,
para saborear o seu encanto
e ficar em vigília no seu templo.

No dia da adversidade, Ele me abrigará na sua cabana;
há-de esconder-me no interior da sua tenda
e colocar-me no alto de um rochedo.
Agora, Ele ergue a minha cabeça
acima dos inimigos que me rodeiam.
Oferecerei sacrifícios de louvor no seu santuário,
cantarei e entoarei hinos ao SENHOR.

Ouve, SENHOR, a voz da minha súplica,
tem compaixão de mim e responde-me.
O meu coração murmura por ti,
os meus olhos te procuram;
é a tua face que eu procuro, SENHOR.
Não desvies de mim o teu rosto,
nem afastes, com ira, o teu servo.

*Tu és o meu amparo: não me rejeites nem abandones,
ó Deus, meu salvador!*

*Ainda que meu pai e minha mãe me abandonem,
o SENHOR há-de acolher-me.*

*Ensina-me, SENHOR, o teu caminho,
guia-me por sendas direitas,
por causa dos que me perseguem.*

*Não me entregues à mercê dos meus inimigos,
pois contra mim se levantaram testemunhas falsas,
que sussurram violência.*

*Creio, firmemente, vir a contemplar
a bondade do SENHOR, na terra dos vivos.*

Confia no SENHOR!

Sê forte e corajoso, e confia no SENHOR!

Da Exortação Apostólica *A Alegria do Evangelho* (*Evangelii Gaudium*, 3)

Convido todo o cristão, em qualquer lugar e situação em que se encontre, a renovar hoje mesmo o seu encontro pessoal com Jesus Cristo ou, pelo menos, a tomar a decisão de se deixar encontrar por Ele, de O procurar dia a dia sem cessar. Não há motivo para alguém poder pensar que este convite não lhe diz respeito, já que «da alegria trazida pelo Senhor ninguém é excluído». Quem arrisca, o Senhor não o desilude; e quando alguém dá um pequeno passo em direção a Jesus, descobre que Ele já aguardava de braços abertos a sua chegada. Este é o momento para dizer a Jesus Cristo: «Senhor, deixei-

-me enganar, de mil maneiras fugi do vosso amor, mas aqui estou novamente para renovar a minha aliança convosco. Preciso de Vós. Resgatai-me de novo, Senhor; aceitai-me mais uma vez nos vossos braços redentores». Como nos faz bem voltar para Ele, quando nos perdemos! Insisto uma vez mais: Deus nunca Se cansa de perdoar, somos nós que nos cansamos de pedir a sua misericórdia. Aquele que nos convidou a perdoar «setenta vezes sete» (Mt 18, 22) dá-nos o exemplo: Ele perdoa setenta vezes sete. Volta uma vez e outra a carregar-nos aos seus ombros. Ninguém nos pode tirar a dignidade que este amor infinito e inabalável nos confere. Ele permite-nos levantar a cabeça e recomeçar, com uma ternura que nunca nos defrauda e sempre nos pode restituir a alegria. Não fujamos da ressurreição de Jesus; nunca nos dêmos por mortos, suceda o que suceder. Que nada possa mais do que a sua vida que nos impele para diante!

Silêncio

Do Evangelho segundo S. João. [Jo 15, 1-7]

Eu sou a videira verdadeira e o meu Pai é o agricultor. Ele corta todo o ramo que não dá fruto em mim e poda o que dá fruto, para que dê mais fruto ainda. Vós já estais purificados pela palavra que vos tenho anunciado.

Permanecei em mim, que Eu permaneço em vós. Tal como o ramo não pode dar fruto por si mesmo, mas só permanecendo na videira, assim também

acontecerá convosco, se não permanecerdes em mim. Eu sou a videira; vós, os ramos. Quem permanece em mim e Eu nele, esse dá muito fruto, pois, sem mim, nada podeis fazer. Se alguém não permanece em mim, é lançado fora, como um ramo, e seca. Esses são apanhados e lançados ao fogo, e ardem.

Se permanecerdes em mim e as minhas palavras permanecerem em vós, pedi o que quiserdes, e assim vos acontecerá. Nisto se manifesta a glória do meu Pai: em que deis muito fruto e vos comporteis como meus discípulos.

Meditação

Senhor Jesus, manso e humilde de Coração, disposto a acolher na tua imensa bondade aqueles que em Ti procuram refúgio. Muitas vezes andamos perdidos nas nossas ocupações, nas dificuldades da nossa vida e pensamos que podemos resolver tudo apenas com as nossas forças. Muitas vezes procuramos a alegria e a paz nas coisas do mundo, e andamos iludidos, porque não Te buscamos a Ti. Queremos hoje pedir-Te a graça de sermos verdadeiros discípulos, atentos à tua palavra, para sermos cada vez mais anunciadores do teu amor no meio da humanidade. Tal como a videira não produz fruto se não estiver unida à vide, assim também nós não levaremos aos outros a consolação do teu amor se a Ti não estivermos unidos de todo o coração. Nós Te pedimos, Senhor Jesus: torna o nosso coração semelhante ao teu!



Silêncio

Cântico

Oração dos fiéis

P.: Irmãos e irmãs caríssimos: Ao recordarmos o amor infinito de Jesus, que Se entregou por nós como Cordeiro, oremos ao Pai, que está nos Céus, dizendo (ou: cantando):

R. Ouvi-nos, Senhor.

Ou: Mostrai-nos, Senhor, o vosso amor.

Ou: Rei de bondade, tende compaixão de nós.

1. Pela Igreja, nascida do Coração de Cristo, para que anuncie a todos aqueles que a escutam que Deus é amor e permanece em quem O ama, oremos.

2. Pelas nações da terra inteira, para que as mais poderosas respeitem as mais fracas, e em todas elas os cidadãos se sintam livres, oremos.

3. Pelos pecadores, pelos doentes, pelos pobres e pelos que andam cansados e oprimidos, para que encontrem em Jesus o seu alívio, oremos.

4. Por aqueles a quem Jesus chama 'pequeninos', para que lhes revele as verdades mais profundas e os ensine a ser mansos e humildes de coração, oremos.

5. Pelos membros do Apostolado da Oração e por todos quantos participam na Rede Mundial de Oração do Papa, para que deem testemunho da Igreja orante e do amor de Cristo por todos os homens, oremos.

6. Pelas intenções que o santo Padre confia à sua Rede Mundial de Oração neste mês de: (*dizer as intenções desse mês*)

P.: Senhor, nosso Deus, que pela vida e pelas palavras de Jesus nos ensinais a sermos seus discípulos, fazei-nos encontrar o repouso que buscamos no seu Coração manso e humilde. Por Cristo, Senhor nosso.

Ladainha do Coração de Jesus

P./ Senhor, tende piedade de nós.

R./ Senhor, tende piedade de nós.

P./ Cristo, tende piedade de nós.

R./ Cristo, tende piedade de nós.

P./ Senhor, tende piedade de nós.

R./ Senhor, tende piedade de nós.

P./ Cristo, ouvi-nos.

R./ Cristo, ouvi-nos.

P./ Cristo, atendei-nos.

R./ Cristo, atendei-nos.

Deus Pai, nosso Criador,
tende piedade de nós (repete-se a cada invocação)

Deus Filho, nosso Redentor,
Deus Espírito, nosso Santificador,
Santíssima Trindade, que sois um só Deus,

Coração de Jesus, filho de Deus vivo,
Coração de Jesus, imagem do Pai,
Coração de Jesus, marca da substância divina,
Coração de Jesus, plenitude da Palavra subsistente,
Coração de Jesus, fonte viva do Espírito Santo,
Coração de Jesus, que nos amou primeiro,
Coração de Jesus, que nos amou até ao fim,
Coração de Jesus, que Se ofereceu por nós,
Coração de Jesus, purificação mística,
Coração de Jesus, pão vivo,
Coração de Jesus, cálice de alegria,
Coração de Jesus, óleo que cura,
Coração de Jesus, presente e operante nos santos mistérios,
Coração de Jesus, luz e fundamento divino da vossa Igreja,
Coração de Jesus, Sumo e Eterno Sacerdote,
Coração de Jesus, nosso amigo verdadeiro e perfeito
Coração de Jesus, Bom Pastor,
Coração de Jesus, caminho, verdade e vida,
Coração de Jesus, porta sempre aberta,
Coração de Jesus, confiança indestrutível,
Coração de Jesus, misericórdia para os de longe e os de perto,
Coração de Jesus, auxílio dos pobres,
Coração de Jesus, consolo dos aflitos,
Coração de Jesus, riqueza infinita,

Coração de Jesus, verdadeira sabedoria,
Coração de Jesus, bênção superabundante,
Coração de Jesus, glória e orgulho para nós,
pecadores,
Coração de Jesus, sustento dos débeis,
Coração de Jesus, fonte infinita de compaixão,
Coração de Jesus, cantado pelos anjos,
Coração de Jesus, pré-anunciado pelos profetas,
Coração de Jesus, anunciado pelos evangelistas,
Coração de Jesus, força dos mártires,
Coração de Jesus, sabedoria dos doutores,
Coração de Jesus, glória dos sacerdotes,
Coração de Jesus, pureza das virgens,
Coração de Jesus, coroa dos vossos santos,

Jesus manso e humilde de coração,
Fazei o nosso coração semelhante ao vosso.

Oração

P.: Deus, nosso Pai, concedei aos vossos fiéis que se revistam das virtudes e dos sentimentos do Coração de Cristo, vosso Filho, para que, transformados à sua imagem, se tornem participantes da redenção eterna. Por Cristo, nosso Senhor.

Consagração ao Coração de Jesus

Jesus, eu me consagro ao teu Coração. Consagro-Te a minha liberdade, a minha memória, a minha inteligência, a minha vontade e todo o meu ser. Consagro-Te os meus pensamentos, as minhas palavras e obras, os meus sofrimentos e trabalhos, as minhas

esperanças, consolações e alegrias. Principalmente Te consagro este meu coração, para que não ame nada mais que a Ti e a tua vontade para a minha vida.

Aceita, Jesus, o meu desejo de viver totalmente unido a Ti todos os dias da minha vida, cultivando a relação contigo, que nasce da oração pessoal e da celebração dos sacramentos, em particular a Eucaristia, na qual escuto a tua Palavra e comungo o teu Corpo.

Proponho oferecer a minha vida e cada um dos meus dias pelas intenções do Santo Padre, unindo-me à tua Igreja e a todos os meus irmãos e irmãs, especialmente os que mais sofrem. Que a oferta da minha vida sirva para o bem dos que mais precisam da tua graça.

Acolhe esta minha consagração, sinal do meu desejo de servir a tua Igreja como Apóstolo da Oração, ao serviço da Rede Mundial de Oração do Papa, colaborando na difusão da sua missão. Proponho-me unir a minha oração pelos desafios da humanidade e da missão da Igreja aos gestos concretos que tragam ao mundo a paz e a justiça que queres para todos os teus filhos.

Torna o meu coração semelhante ao teu, cheio de misericórdia, humildade e confiança, e que a minha vida seja, para sempre, um reflexo da tua bondade e do teu amor.

Bênção do Santíssimo

(se houver exposição do Santíssimo)

Cântico final

Primeiros sábados

Maria Santíssima, como colaboradora privilegiada na Redenção, não é insensível às ofensas dirigidas a seu Divino Filho, nem às que diretamente a ultrajam. «A Mãe dolorosa, que estava junto à cruz», em várias manifestações dos últimos tempos, de um modo particular em Fátima, veio pedir reparação ao seu Imaculado Coração. Tal é o fim da devoção dos Cinco Primeiros Sábados, a cuja prática Nossa Senhora prometeu «todas as graças necessárias para a salvação». Esta devoção foi aprovada e tornada pública pelo Bispo de Leiria, na Peregrinação de 13 de setembro de 1939, em Fátima.

Para desagrar o seu «Imaculado Coração cercado de espinhos que os homens ingratos a todos os momentos lhe cravam com blasfêmias e ingratidões», pediu Nossa Senhora, nos primeiros sábados de, ao menos, cinco meses seguidos:

- a) Recitação do Terço;
- b) Comunhão reparadora, em estado de graça;
- c) Um quarto de hora de meditação sobre um ou mais mistérios do rosário.

(Estas três práticas de piedade devem fazer-se no próprio primeiro sábado, a não ser que algum sacerdote, por justos motivos, permita que se façam no domingo seguinte).

- d) Confissão, em qualquer dia antes ou depois do primeiro sábado, contanto que se faça a comunhão em estado de graça e que para cada primeiro sá-

bado haja uma confissão com intenção reparadora.

(Em todas estas práticas deve ter-se a intenção de desagrarar o Imaculado Coração de Maria).

Pode seguir-se o esquema seguinte:

- a) Missa solenizada e comunhão;
- b) Prática ou meditação *de um quarto de hora* sobre os mistérios do rosário;
- c) Ato de consagração e desagrar.

Ato de desagrar

Virgem Santíssima, nossa Mãe querida, sentimos com amargura as dores do vosso Coração cercado de espinhos, pelos pecados da humanidade.

Movidos pelo ardente desejo de vos amar como mãe e promover uma terna devoção ao vosso Coração Imaculado, prostramo-nos aos vossos pés para vos mostrar a pena que sentimos pela dor que os homens vos causam e para reparar, com as nossas orações e sacrifícios, os pecados com que os homens ingratos pagam as finezas do vosso amor.

Para eles e para nós alcançai de Jesus o perdão de tantos pecados, porque uma palavra vossa nos obterá a graça de nos emendarmos.

Apressai, Senhora, a conversão dos pobres pecadores, para que amem deveras a Jesus e deixem de ofender a Nosso Senhor, que tem sido tão ofendido, e não venham a condenar-se eternamente.

Lançai sobre nós os vossos olhos misericordiosos para doravante amarmos a Deus de todo o coração e O gozarmos para sempre no Céu. Assim seja.

Ato de consagração dialogado

Virgem Senhora de Nazaré, Mãe de Deus e Mãe nossa, queremos tributar-Vos o nosso amor de filhos e dizer-Vos que vos amamos e queremos amar-vos cada vez mais.

Somos vossos, ó Mãe!

Rainha e Senhora de todas as coisas, Mãe de Cristo, Rei Universal, consagramo-Vos tudo o que temos e somos com o desejo sincero de sermos cada vez mais pertença vossa.

Somos vossos, ó Mãe!

Vosso Filho, antes de morrer por nosso amor, entregou-vos ao apóstolo João e nele a toda a Humanidade; por isso, hoje, queremos acolher-vos como dom de Deus e escolher-vos como protetora e guia.

Somos vossos, ó Mãe!

Sabemos que, através dos séculos, vós, Virgem Imaculada, fostes sempre exemplo de virtude e santidade, e caminho seguro para o Evangelho e para Jesus Cristo; por isso, queremos guiar-nos só por vós e pela vossa maternal proteção.

Somos vossos, ó Mãe!

I

II

III

IV

V

VI

Como vossos filhos, sentimos com pesar quanto os pecados e ofensas dos homens contra Deus e sua vontade destroem o Corpo Místico de vosso Filho e fazem sofrer o vosso Imaculado Coração; por isso, queremos renovar a nossa fidelidade e prometer emenda da nossa vida.

Somos vossos, ó Mãe!

Temos consciência perfeita do amor e carinho com que tendes olhado para nós e para toda a terra portuguesa; por isso, vos pedimos, Senhora, que veleis por nós e pela nossa pátria.

Somos vossos, ó Mãe!

Ato de Consagração ao Imaculado Coração de Maria

Rainha do Santíssimo Rosário, auxílio dos cristãos, refúgio do género humano, vencedora de todas as batalhas de Deus! A vós, ao vosso Coração Imaculado, nos confiamos e consagramos, não só em união com a Santa Igreja, Corpo místico do vosso Jesus, que sofre em tantas partes, e por tantos modos atribulada e perseguida, mas também com todo o mundo, dilacerado por discórdias, agitado pelo ódio, vítima das suas próprias iniquidades...

Rainha da paz, rogai por nós e dai ao mundo a paz na verdade, na justiça, na caridade de Cristo. Dai-lhe sobretudo a paz das almas, para que, na tranquilidade da ordem, se dilate o reino de Deus.

Estendei a vossa proteção aos infiéis e a quantos jazem nas sombras da morte; fazei que lhes raie o Sol da verdade...

Aos povos separados pelo erro ou pela discórdia, nomeadamente àqueles que Vos professam singular devoção, dai-lhes a paz e reconduzi-os ao único redil de Cristo sob o único e verdadeiro Pastor.

Obtende liberdade completa à Igreja santa de Deus; defendei-a dos seus inimigos; fomentai nos fiéis o amor da pureza, a prática da vida cristã e o zelo apostólico...

Como ao Coração do vosso Jesus foram consagrados a Igreja e todo o género humano, para que, colocando n'Ele todas as suas esperanças, lhes fosse sinal e penhor de vitória e salvação, assim nós também nos consagramos perpetuamente a vós, ao vosso Coração Imaculado, ó Mãe nossa e Rainha do Mundo; para que o vosso amor e patrocínio apressem o triunfo do reino de Deus, e todas as nações, pacificadas entre si e com Deus, Vos proclamem bem-aventurada; e convosco entoem, de um extremo ao outro da terra, o eterno *Magnificat* de glória, amor, reconhecimento ao Coração de Jesus, onde só podem encontrar a Verdade, a Vida e a Paz. Assim seja.

(Pio XII)



Festa do Coração de Jesus

Foi o próprio Jesus que marcou o dia e o programa desta Festa: «Peço que a sexta-feira a seguir à oitava do Santíssimo Sacramento seja dedicada a uma festa particular em honra do meu Coração, comungando nesse dia e fazendo um ato de desagravo para reparar as ofensas que recebe na Sagrada Eucaristia».

A Santa Sé fez seu este pedido do Senhor. A partir de 1697, concedeu a vários institutos religiosos e, depois, a países inteiros, a celebração da festa ao Coração de Jesus. Portugal foi uma das primeiras nações distinguidas com este privilégio, pois Pio VI concedeu esta festa ao nosso país em 1779. Só 77 anos mais tarde, em 1856, Pio IX estendeu esta graça a toda a Igreja. Em 1889, Leão XIII e, em 1929, Pio XI elevaram a sua categoria litúrgica. Nessa mesma ocasião, este último Papa ordenou que nesse dia se fizesse um solene ato de desagravo ao Coração de Jesus com uma fórmula por ele redigida.

Recomenda-se o programa seguinte:

- a) *Missa e Comunhão reparadora.*
- b) *Hora Santa ou Vésperas.*
- c) *Ato de Consagração.*
- d) *Ladainha do Coração de Jesus.*

Festa do Cristo Rei

Poder-se-á seguir um programa parecido com o da Festa do Coração de Jesus ou das primeiras sextas-feiras. Recomenda-se a recitação do Ato de Consagração de Pio XI (a seguir).

Ato de Consagração

Senhor Jesus, Redentor do género humano, lançai sobre nós, que humildemente estamos prostrados diante do vosso altar, os vossos olhares. Nós somos e queremos ser vossos; e, a fim de podermos viver mais intimamente unidos a vós, cada um de nós se consagra neste dia ao vosso santíssimo Coração. Muitos há que nunca Vos conheceram; muitos, desprezando os vossos mandamentos, vos renegaram. Jesus, tende piedade de uns e de outros, e trazei-os todos ao vosso sagrado Coração. Senhor, sede rei não somente dos fiéis que nunca de Vós se afastaram, mas também dos filhos pródigos que Vos abandonaram; fazei que tornem quanto antes à casa paterna para não perecerem de miséria e de fome. Sede rei dos que vivem iludidos no erro ou separados de Vós pela discórdia; trazei-os ao porto da verdade e à unidade da fé, a fim de que em breve haja um só rebanho e um só pastor. Senhor, conservai incólume a vossa Igreja e dai-lhe uma liberdade segura e sem obstáculos: concedei ordem e paz a todos os povos; fazei que de um pólo ao outro do mundo ressoe uma

I

II

III

IV

V

VI

só voz: Louvado seja o Coração Divino, que nos trouxe a salvação; honra e glória a Ele por todos os séculos. Ámen.

*(Redigido pelo Papa Pio XI para a Festa de Cristo Rei.
Serve também para as primeiras sextas-feiras).*

4. OUTRAS ORAÇÕES AO CORAÇÃO DE JESUS

Oração de abandono

Senhor, eis aqui uma alma que está no mundo para exercer a vossa admirável misericórdia e para a fazer brilhar em presença do Céu e da terra.

Glorifiquem-Vos outros, patenteando a força da vossa graça pela sua fidelidade e constância; certifiquem-se de que sois bom e generoso para aqueles que Vos são fiéis; quanto a mim, glorificar-Vos-ei dando a conhecer a vossa bondade infinita para com os pecadores, e como a vossa misericórdia está acima de toda a malícia, proclamando que nada é capaz de a esgotar e que não há recaída, por mais torpe e ignominiosa que seja, que deva levar um pecador a desesperar do perdão. Eu tenho-Vos ofendido gravemente, ó meu amável Redentor; mas seria ainda pior se Vos fizesse o horrível ultraje de pensar que a bondade do vosso Coração não basta para me perdoar.

Debalde o vosso e meu inimigo me armará todos os dias novas ciladas; far-me-á perder tudo, menos a confiança que tenho na vossa misericórdia. Ainda que tivesse caído cem vezes, ainda que meus crimes fossem cem vezes mais horrendos do que são, ainda assim continuaria a confiar em Vós.

(São Cláudio de la Colombière)



Oração da confiança

(Fundada nas promessas do Coração de Jesus)

Coração Santíssimo de Jesus, eis-nos prostrados diante de Vós, para Vos adorarmos, louvarmos, agradecermos os vossos benefícios, repararmos as nossas faltas passadas e para nos consagrarmos ao vosso amor.

Lembrados das vossas divinas promessas, ousamos dizer-Vos, com filial confiança:

1. Coração Santíssimo de Jesus, dai-nos as graças que mais necessitamos.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

2. Coração Santíssimo de Jesus, dai a paz às nossas aflições.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

3. Coração Santíssimo de Jesus, consolai-nos em nossas aflições.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

4. Coração Santíssimo de Jesus, sede o nosso refúgio seguro na vida e sobretudo na hora da morte.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

5. Coração Santíssimo de Jesus, derramai abundantes bênçãos sobre todas as nossas empresas.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

6. Coração Santíssimo de Jesus, fazei que os pecadores encontrem em vosso Coração uma fonte e um oceano infinito de misericórdia.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

7. Coração Santíssimo de Jesus, mudai as almas túbias em fervorosas.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

8. Coração Santíssimo de Jesus, elevai em pouco tempo as almas fervorosas a um alto grau de perfeição.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

9. Coração Santíssimo de Jesus, abençoai as habitações em que estiver exposta e for venerada a imagem do vosso Sagrado Coração.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

10. Coração Santíssimo de Jesus, dai aos que trabalham na salvação das almas o dom de abrandar os corações mais endurecidos.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

11. Coração Santíssimo de Jesus, gravai no vosso Coração divino, donde jamais sejam riscados, os nomes das pessoas que propagarem esta devoção.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

12. Coração Santíssimo de Jesus, pelo vosso amor todo-poderoso, concedei àqueles que comungarem sem interrupção em nove primeiras sextas-feiras a graça da penitência final e da recepção dos Sacramentos.

Senhor, Vós assim o prometestes.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós!

ORAÇÃO

Coração Santíssimo de Jesus, em Vós colocamos toda a nossa confiança, pois tudo tememos da nossa fraqueza, mas tudo esperamos da vossa bondade: sede, pois, o único objeto do nosso amor, o protetor da nossa vida, o sustentáculo da nossa fraqueza, o remédio da nossa inconstância, o reparador de todas as nossas faltas, a segurança da nossa salvação e o nosso refúgio na hora da morte. Assim seja.

Oração sobre as promessas de Cristo

1. Ó Jesus, que dissestes: «em verdade vos digo, pedi e recebereis, procurai e achareis, batei e abri-se-vos-á!», eu bato, procuro e peço a graça...

Sagrado Coração de Jesus, eu espero e confio em Vós.

2. Ó Jesus, que dissestes: «em verdade vos digo, tudo quanto pedirdes ao Pai em meu nome, Ele vo-lo concederá!», é ao vosso Pai e em vosso nome que peço a graça...

Sagrado Coração de Jesus, eu espero e confio em Vós.

3. Ó Jesus, que dissestes: «em verdade vos digo, passarão o Céu e a terra, mas as minhas palavras não hão de passar!», confiado na infalibilidade das vossas palavras, eu peço a graça...

Sagrado Coração de Jesus, eu espero e confio em Vós.

Ó Sagrado Coração de Jesus, a quem é impossível não ter compaixão dos infelizes, tende piedade de nós, pobres pecadores, e concedei-nos as graças que Vos pedimos por meio do Coração Imaculado de Maria, vossa e nossa terna Mãe.

S. José, rogai por nós.

Salve, Rainha.

(Santo Padre Pio de Pietrelcina)

Jaculatória da confiança

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós;

ou

Sagrado Coração de Jesus, em Vós confio.

I

II

III

IV

V

VI

Novena da confiança

Ó Jesus, confio ao vosso Coração as minhas intenções (*tal pessoa... tal intenção... tal aflição... tal situação... o que se desejar*).

Olhai para elas e para o vosso Santíssimo Coração e depois fazei o que Ele vos disser.

Ó Jesus, conto convosco, confio em Vós, abandono-me a Vós, fico certo do vosso acolhimento.

Sagrado Coração de Jesus, eu tenho confiança em Vós.

ORAÇÃO

Ó Jesus, Vós que tendes um coração tão bom... Vós que estais no Sacrário, que me vedes e me amais... Vós que nunca repelistes ninguém e não podeis ver dor alguma sem logo a consolar... ponho toda a minha confiança em Vós. Dar-me-eis todas as graças que mais necessitar. Sereis o meu refúgio seguro, assim na vida como na morte.

Ato de abandono à Providência divina

Ó meu Deus, eu desconheço por completo o que me acontecerá neste dia! Tudo o que sei é que nada me sucederá que não tenha sido previsto por Vós desde toda a eternidade. Isso me basta, ó meu Deus, para sossego e tranquilidade do meu coração.

Adoro os vossos desígnios eternos e impenetráveis, e a eles me submeto com toda a minha alma: quero tudo, aceito tudo, de tudo Vos faço sacrifí-

cio. Uno este sacrifício ao do vosso querido Filho, meu Salvador, pedindo-Vos, pelo seu Sacratíssimo Coração e pelos seus merecimentos infinitos, a paciência nos sofrimentos e a perfeita submissão que Vos é devida, em tudo o que quiserdes e permitirdes. Ámen.

(S. José Pignatelli)

Súplica

Meu Senhor e meu Deus! Tirai de mim o que me afasta de Vós. Meu Senhor e meu Deus! Dai-me tudo o que me pode unir a Vós. Meu Senhor e meu Deus! Desprende-me de mim e fazei-me todo vosso.

(S. Nicolau de Flue)

Súplicas ao Coração de Cristo

Confiados na bondade do Coração de Cristo, sacrário das riquezas divinas, invoquemos humildemente a misericórdia de Deus Pai, dizendo:

Senhor, venha a nós o vosso Reino.

1. Para que a Igreja de Deus, nascida do Coração de Cristo, anuncie a todos os povos o amor de Deus pelos homens, oremos irmãos.

2. Para que todas as nações e povos da Terra descubram em Jesus Cristo o próprio Coração do mundo, oremos irmãos.



3. Para que todos os que andam cansados e oprimidos se acolham ao Coração de Cristo Salvador, oremos irmãos.

4. Para que os pecadores, indiferentes e tentados, encontrem em Jesus Cristo o Caminho da Verdade e da Vida, oremos irmãos.

5. Para que os fiéis amem cada vez mais a Eucaristia, o maior dom do Coração de Cristo, e a vivam como fonte de unidade e de concórdia, oremos irmãos.

6. Para que cada um de nós aqui presente ame os outros à medida do Coração de Jesus Cristo, oremos irmãos.

Deus todo-poderoso, que sois Pai e nos amais com amor infinito, concedei-nos a graça de imitar cada vez melhor o Coração de vosso Filho Jesus, modelo de toda a santidade e de toda a virtude. Nós Vo-lo pedimos, por vosso Filho, nosso Senhor Jesus Cristo, na unidade do Espírito Santo. *Ámen.*

Oferecimento ao amor misericordioso de Jesus

Para que toda a minha vida seja um ato de perfeito amor, eu me ofereço como vítima de holocausto ao vosso amor misericordioso, suplicando-Vos que me consumais sem cessar, deixando transbordar na minha alma as ondas de ternura infinita que estão encerradas em Vós e que assim eu seja mártir

do vosso amor, ó meu Deus. Que este martírio, depois de me ter preparado para comparecer diante de Vós, me faça enfim morrer, e que a minha alma voe sem demora ao eterno abraço do vosso misericordioso amor!

Eu quero, ó meu bem amado, renovar-Vos esta oferta um número infinito de vezes, em cada palpação do meu coração, até que, dissipadas as sombras desta vida, eu Vos possa dizer e repetir o meu amor, face a face, por toda a eternidade. Assim seja.
(*Santa Teresa do Menino Jesus*).

Ladainha do Coração de Jesus

Senhor, tende piedade de nós.
Jesus Cristo, tende piedade de nós.
Senhor, tende piedade de nós.
Jesus Cristo, ouvi-nos.
Jesus Cristo, atendei-nos.

(às invocações seguintes responde-se: *tende piedade de nós*)

Pai do Céu, que sois Deus,
Filho Redentor do mundo, que sois Deus,
Espírito Santo, que sois Deus,
Santíssima Trindade, que sois um só Deus,

Coração de Jesus, Filho do eterno Pai,
Coração de Jesus, formado pelo Espírito Santo no seio da Virgem mãe,

I

II

III

IV

V

VI

Coração de Jesus, unido substancialmente
ao Verbo de Deus,
Coração de Jesus, de majestade infinita,
Coração de Jesus, templo santo de Deus,
Coração de Jesus, tabernáculo do Altíssimo,
Coração de Jesus, casa de Deus e porta do Céu,
Coração de Jesus, fornalha ardente de caridade,
Coração de Jesus, recetáculo de justiça e amor,
Coração de Jesus, cheio de bondade e amor,
Coração de Jesus, abismo de todas as virtudes,
Coração de Jesus, digníssimo de todo o louvor,
Coração de Jesus, Rei e centro de todos os corações,
Coração de Jesus, em que se encerram todos os
tesouros da sabedoria e da ciência,
Coração de Jesus, onde habita toda a plenitude
da divindade,
Coração de Jesus, em que o Pai pôs toda a sua
complacência,
Coração de Jesus, de cuja plenitude todos nós
recebemos,
Coração de Jesus, o Desejado das colinas eternas,
Coração de Jesus, paciente e de muita misericórdia,
Coração de Jesus, rico para com todos
os que vos invocam,
Coração de Jesus, fonte de vida e de santidade,
Coração de Jesus, propiciação pelos nossos pecados,
Coração de Jesus, saturado de opróbrios,
Coração de Jesus, triturado de dor por causa dos
nossos crimes,
Coração de Jesus, obediente até à morte,
Coração de Jesus, trespassado pela lança,

Coração de Jesus, fonte de toda a consolação,
Coração de Jesus, nossa vida e ressurreição,
Coração de Jesus, nossa paz e reconciliação,
Coração de Jesus, vítima dos pecadores,
Coração de Jesus, salvação dos que esperam em Vós,
Coração de Jesus, esperança dos que morrem
em Vós,
Coração de Jesus, delícias de todos os Santos,

Cordeiro de Deus, que tirais o pecado do mundo,
Perdoai-nos, Senhor.

Cordeiro de Deus, que tirais o pecado do mundo,
Ouvi-nos, Senhor.

Cordeiro de Deus que tirais o pecado do mundo,
Tende piedade de nós.

V./ Jesus, manso e humilde de coração.

R./ Fazei o nosso coração semelhante ao vosso.

Oremos:

Todo-poderoso e eterno Deus, ponde os olhos no
Coração do vosso muito amado Filho; atendei aos
louvores e satisfações que Ele, em nome dos peca-
dores, Vos oferece e, deixando-Vos aplacar, perdoai
benignamente aos que imploram a vossa miseri-
córdia, em nome deste mesmo vosso Filho, Jesus
Cristo, que é Deus convosco na unidade do Espírito
Santo. *Ámen.*

Outras ladainhas ao Coração de Jesus

I

P./ Senhor, tende piedade de nós.

R./ Senhor, tende piedade de nós.

P./ Cristo, tende piedade de nós.

R./ Cristo, tende piedade de nós.

P./ Senhor, tende piedade de nós.

R./ Senhor, tende piedade de nós.

P./ Cristo, ouvi-nos.

R./ Cristo, ouvi-nos.

P./ Cristo, atendei-nos.

R./ Cristo, atendei-nos.

Deus Pai, nosso Criador,

tende piedade de nós (repete-se a cada invocação)

Deus Filho, nosso Redentor,

Deus Espírito, nosso Santificador,

Santíssima Trindade, que sois um só Deus,

Coração de Jesus, filho de Deus vivo,

Coração de Jesus, imagem do Pai,

Coração de Jesus, marca da substância divina,

Coração de Jesus, plenitude da Palavra subsistente,

Coração de Jesus, fonte viva do Espírito Santo,

Coração de Jesus, que nos amou primeiro,

Coração de Jesus, que nos amou até ao fim,
Coração de Jesus, que Se ofereceu por nós,
Coração de Jesus, purificação mística,
Coração de Jesus, pão vivo.
Coração de Jesus, cálice de alegria,
Coração de Jesus, óleo que cura,
Coração de Jesus, presente e operante
nos santos mistérios,
Coração de Jesus, luz e fundamento divino da
vossa Igreja,
Coração de Jesus, Sumo e Eterno Sacerdote,
Coração de Jesus, nosso amigo verdadeiro e perfeito,
Coração de Jesus, Bom Pastor,
Coração de Jesus, caminho, verdade e vida,
Coração de Jesus, porta sempre aberta,
Coração de Jesus, confiança indestrutível,
Coração de Jesus, misericórdia para os de longe
e os de perto,
Coração de Jesus, auxílio dos pobres,
Coração de Jesus, consolo dos aflitos,
Coração de Jesus, riqueza infinita,
Coração de Jesus, verdadeira sabedoria,
Coração de Jesus, bênção superabundante,
Coração de Jesus, glória e orgulho para nós,
pecadores,
Coração de Jesus, sustento dos débeis,
Coração de Jesus, fonte infinita de compaixão,
Coração de Jesus, cantado pelos anjos,
Coração de Jesus, preanunciado pelos profetas,
Coração de Jesus, anunciado pelos evangelistas,
Coração de Jesus, força dos mártires,

I

II

III

IV

V

VI

Coração de Jesus, sabedoria dos doutores,
 Coração de Jesus, glória dos sacerdotes,
 Coração de Jesus, pureza das virgens,
 Coração de Jesus, coroa dos vossos santos,

V./ Jesus manso e humilde de coração,
 R./ Fazei o nosso coração semelhante ao vosso.

II

P./ Senhor, tende piedade de nós.

R./ *Senhor, tende piedade de nós.*

P./ Cristo, tende piedade de nós.

R./ *Cristo, tende piedade de nós.*

P./ Senhor, tende piedade de nós

R./ *Senhor, tende piedade de nós*

P./ Cristo, ouvi-nos.

R./ *Cristo, ouvi-nos.*

P./ Cristo atendei-nos.

R./ *Cristo atendei-nos.*

Deus Pai, nosso Criador,
Tende piedade de nós (repete-se a cada invocação)
 Deus Filho, nosso Redentor,
 Deus Espírito, nosso Santificador,
 Santíssima Trindade, que sois um só Deus,

Coração de Jesus, manifesto no tempo,
 Coração de Jesus, final da Revelação,
 Coração de Jesus, centro e fim das Escrituras,

Coração de Jesus, artífice da Redenção humana,
Coração de Jesus, plenitude de todo o dom,
Coração de Jesus, vindo ao mundo,
Coração de Jesus, rejeitado por todos nós,
Coração de Jesus, recusado pelos homens,
Coração de Jesus, traído pelos seus amigos,
Coração de Jesus, que Se deixa abandonar,
Coração de Jesus, que Se deixa humilhar por nós,
Coração de Jesus, que Se deixa ferir por nós,
Coração de Jesus, que acolhe a nossa rejeição,
Coração de Jesus, que extingue em Si o nosso ódio,
Coração de Jesus, feito pecado por nós,
Coração de Jesus, que por nós conheceu um
sofrimento sem fim,
Coração de Jesus, de amor tão grande como a sua dor,
Coração de Jesus, que nos reconciliou com o Pai,
Coração de Jesus, que nos perdoou os pecados,
Coração de Jesus, donde escorrem sangue
e água viva,
Coração de Jesus, cujas águas curam aonde quer
que cheguem,
Coração de Jesus, cujo Espírito revivifica,
Coração de Jesus, cordeiro imolado,
Coração de Jesus, centro da história,
Coração de Jesus, adorado por toda a criação,
Coração de Jesus, cantado pelos seus santos,
Coração de Jesus, exaltado pelos anjos
Coração de Jesus, eternamente vivo no meio de nós,
Coração de Jesus, nosso intercessor junto do Pai,
Coração de Jesus, nossa alegria que nada nos tira,

I

II

III

IV

V

VI

Coração de Jesus, nossa esperança, da qual nada nos separa,
Coração de Jesus, nossa justiça,
Coração de Jesus, nossa santificação e redenção,
Coração de Jesus, nosso prêmio hoje e na eternidade,

V./ Jesus manso e humilde de coração,

R./ Fazei o nosso coração semelhante ao vosso.

Oremos (três orações):

Oh Pai, que no Coração de vosso amado Filho nos dais a alegria de celebrar as grandes obras do seu amor por nós, fazei que desta fonte inesgotável possamos obter a abundância dos seus dons. Por Cristo, nosso Senhor.

*

Oh Deus, fonte de todo o bem, que no Coração do vosso Filho nos abristes os tesouros infinitos do vosso amor, fazei que, rendendo-Lhe a homenagem da nossa fé, possamos cumprir o dever de uma justa reparação. Por Cristo, nosso Senhor.

*

Deus, nosso Pai, concedei aos vossos fiéis que se revistam das virtudes e dos sentimentos do Coração de Cristo, vosso Filho, para que, transformados à sua imagem, se tornem participantes da redenção eterna. Por Cristo, nosso Senhor.

ÍNDICE

<i>Apresentação</i>	5
---------------------------	---

I

A HISTÓRIA DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

1. Introdução	9
2. Breve apontamento histórico	10
3. A atualidade das raízes históricas do Apostolado da Oração	17
4. Conclusão	19

II

IDENTIDADE E MISSÃO

A REDE MUNDIAL DE ORAÇÃO DO PAPA	23
Como fazer parte da Rede Mundial de Oração do Papa?	24
1. O modo mais comum	24
2. O modo mais comprometido e com maior sentido de pertença	27
2.1 – Compromisso pessoal	28
2.2 – Compromisso comunitário	31
2.3 – Consagração como Apóstolos da Oração	35
Em resumo, o que faz e o que distingue o Apóstolo da Oração?	37
Explicação do logótipo internacional da Rede Mundial de Oração do Papa	39

III

TEMAS DE APROFUNDAMENTO DA PROPOSTA DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

Introdução – O Apostolado da Oração vive um renovado entusiasmo.....	45
1. Oferecer o dia pela manhã.....	45
2. Rezar ao longo do dia	47
3. Rever o dia com Jesus	49
4. A Rede Mundial de Oração do Papa.....	50
5. As intenções do Papa.....	52
6. O que significa rezar pelas intenções do Papa?	54
7. A primeira sexta-feira do mês.....	56
8. A devoção ao Coração de Jesus	58
Conclusão – Ser Apóstolo da Oração.....	61

IV

O CAMINHO DO CORAÇÃO

Como usar o Caminho do Coração.....	65
1. No princípio está o amor	68
2. O coração humano, inquieto e necessitado	80
3. Num mundo sem coração.....	92
4. O Pai envia o seu Filho para salvar	105
5. Chama-nos seus amigos	117
6. Habitados por Cristo	131
7. Damos a vida com Ele	144
8. Uma missão de compaixão.....	158
9. Uma rede mundial de oração e serviço atenta às necessidades da humanidade.....	173

V
A VIVÊNCIA COMUNITÁRIA
DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

1. As comunidades apostólicas da Rede Mundial de Oração.....	191
Para criar uma comunidade Apostólica da Rede Mundial de Oração do Papa	192
2. Os Centros do Apostolado da Oração	193
3. Para erigir ou refundar um Centro do Apostolado da Oração na paróquia.....	195
4. Ritual para a admissão de Associados e Zeladores	197
5.1 – Admissão de associados.....	197
5.2 – Admissão de zeladores ou responsáveis.....	199

VI
ORAÇÕES E PRÁTICAS DEVOCIONAIS LIGADAS
À TRADIÇÃO DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

1. Orações próprias do AO	207
Oferecimento das Obras do Dia	207
Oração pelo Apostolado da Oração.....	208
Alma de Cristo	209
2. Consagração aos corações de Jesus e Maria	210
Consagração Pessoal.....	210
Consagração das Famílias.....	214
Consagração das Paróquias ao Coração de Maria ..	217
3. Práticas tradicionais do Apostolado da Oração	219
Primeiras quintas-feiras.....	219
Primeiras sextas-feiras	224

Primeiros sábados	237
Festa do Coração de Jesus	242
Festa do Cristo Rei.....	243
4. Outras Orações ao Coração de Jesus.....	245
Oração de abandono	245
Oração da confiança	246
Oração sobre as promessas de Cristo.....	248
Jaculatória da confiança	249
Novena da confiança	250
Súplicas ao Coração de Cristo	251
Oferecimento ao amor misericordioso de Jesus	252
Ladainhas do Coração de Jesus	253