



2.1

Actos de Oblação

Tempo da
Quaresma

semana de cinzas				4	5	6	S
semana I	D	2	3	4	5	6	S
semana II	D	2	3	4	5	6	S
semana III	D	2	3	4	5	6	S
semana IV	D	2	3	4	5	6	S
semana V	D	2	3	4	5	6	S
semana santa	D	2	3	4	5	6	S
anunciação do senhor							
oração pela vocação							
difundir a caridade							
acto de contrição							
fórmulas breves							
invocações vocacionais			I	II	III	IV	C



Quarta-feira | Semana de Cinzas

A oferta de um coração contrito

Presidente

Irmãos: Renovemos a nossa vida e reparemos o mal que fizemos, para que não nos surpreenda o dia da morte e nos falte o tempo para nos convertermos (Da Liturgia).

Todos

Pai misericordioso,
recebe em sacrifício o nosso coração contrito.
Faz que, pela penitência e pela caridade,
nos afastemos do caminho do mal
e sejamos livres do pecado.
Aceita o nosso propósito
de nos prepararmos
para celebrar fervorosamente a Paixão de Cristo
e de nos unirmos a ela
pela oferta dos nossos próprios sofrimentos.
Nós Te oferecemos também
a nossa disponibilidade
e o nosso zelo apostólico
para ajudarmos a voltarem a Ti
todos os que andam perdidos
e afastados do teu amor.
Amen.



Quinta-feira | Semana de Cinzas

Cristo precedeu-nos no caminho

Presidente

Irmãos: Jesus precedeu-nos no caminho do abandono total à vontade do Pai. De olhos postos n'Ele, sigamos os seus passos. Tal é a nossa vocação. (cf. Dir. Esp. 9)

Todos

Ó Jesus,

Tu és o Caminho que leva ao Pai;

Tu és o homem das dores,
que bem conhece o sofrimento.

Nós Te oferecemos
a nossa vontade de Te seguir
no caminho da cruz e da glória,
pondo os nossos pés incertos
nas tuas pegadas seguras.

Dá-nos a graça
de abraçarmos a cruz de cada dia,
sem medos nem hesitações,
a fim de nos unirmos inteiramente à oblação
com que nos remiste,
e queres reconduzir ao Pai
os filhos pródigos e dispersos.

Amen.



Sexta-feira | Semana de Cinzas

Cristo faz-nos eucaristia

Presidente

Irmãos: Deus não despreza um coração contrito e humilhado. Ofereçamos-Lhe o nosso arrependimento sincero e o propósito de realizarmos uma digna penitência.

Todos

Pai misericordioso,
acolhe o nosso coração contrito e humilhado
por causa da nossa duplicidade
e dos nossos equívocos.

Aumenta em nós o sentido esponsal da vida cristã,
para que possamos compreender aquelas coisas
que a tradição de santidade nos ensina
e que, sem Ti, não podemos compreender.

Ensina-nos a jejuar
do que inutilmente nos distrai de Ti,
nos afasta da contemplação da tua Palavra,
e nos pode levar
a ser infiéis ao teu amor.

Aceita benigno
as obras de penitência
que nos propomos realizar
neste tempo de Quaresma.
Amen.



Sábado | Semana de Cinzas

Cristo veio chamar os pecadores

Presidente

Irmãos: O Senhor diz-nos: «Não são os que têm saúde que precisam de médico, mas sim os doentes. Eu não vim chamar os justos, mas os pecadores, para que se arrependam» (cf. Lc 5,31-32).

Todos

Pai misericordioso,
nós Te oferecemos
os nossos corações debilitados pelo pecado
mas arrependidos e dispostos à penitência.
Cura-os e purifica-os
pelo fogo do teu Espírito,
para que se tornem oblação santa,
agradável aos teus olhos
e eficaz para os irmãos.
Ampara a nossa fraqueza,
protege-nos e guia-nos
com a força do teu braço poderoso.
Amen.



Domingo | Semana I da Quaresma **Cristo santifica o jejum quaresmal**

Presidente

Irmãos: Sacrifício agradável ao Senhor é um espírito arrependido. Ofereçamos ao Senhor a nossa disposição para vivermos frutuosa e este tempo da Quaresma.

Todos

Pai santo,
nós Te damos graças
por Cristo, nosso Senhor.
Jejuando durante quarenta dias,
Ele santificou a observância quaresmal;
trionfando das insídias do Demónio,
ensinou-nos a vencer as tentações do pecado,
para que, celebrando dignamente o mistério pascal,
passemos um dia à Páscoa eterna.
Nós Te oferecemos o nosso espírito arrependido
e a nossa observância quaresmal.
Concede-nos a graça
de melhor compreendermos o mistério de Cristo
e de fazermos da nossa vida
um digno testemunho.
Amen.



Segunda-feira | Semana I da Quaresma

Cristo faz-nos Eucaristia

Presidente

Irmãos: A Palavra do Senhor diz-nos que tudo o que fizermos ao mais pequenino dos seus irmãos o fazemos a Ele (cf. Mt 25,40). Apresentemos ao Senhor a oblação da nossa caridade fraterna.

Todos

Pai santo,
pela penitência quaresmal,
ensinas-nos a manifestar-Te a nossa gratidão,
a dominar os excessos
da nossa inclinação para o mal
e a dar alimento aos que têm fome,
imitando a tua divina bondade.
Aceita a oferta de nós mesmos,
unida à do teu Filho Jesus,
para nos tornarmos eucaristia,
pão bom para os nossos irmãos,
especialmente para os pequenos
e para os que sofrem.
Concede-nos compreender
o amor que o teu Filho tem por nós,
dando-nos a graça de amar como Ele
em obras e em verdade.
Amen.



Terça-feira | Semana I da Quaresma

Jesus Cristo, verdadeiro e eterno Sacerdote

Presidente

Irmãos: Toda a nossa glória está na cruz de Nosso Senhor Jesus Cristo. N'Ele está a nossa salvação, vida e ressurreição. Por Ele fomos salvos e livres (cf. Gal 6,14).

Todos

Senhor Jesus Cristo,

Tu és o verdadeiro e eterno sacerdote.

Oferecendo-Te como vítima de salvação,

instituíste o sacrifício da nova aliança

e mandaste que o celebrássemos

em tua memória.

O teu Corpo por nós imolado

é alimento que nos fortalece;

O teu Sangue por nós derramado

é bebida que nos purifica.

Derrama sobre nós o teu Espírito Santo,

que faça de nós uma oferenda permanente

para louvor da tua glória.

Amen.



Quarta-feira | Semana I da Quaresma

Cristo, identificado com o pecado

Presidente

Irmãos: É agora o tempo favorável, é agora o dia da salvação. Arrependamo-nos, porque se aproxima o Reino dos Céus (cf. 2 Cor 5,20-6,2).

Todos

Pai misericordioso,
que identificaste o teu Filho inocente
com o pecado, por amor de nós,
aceita a nossa disponibilidade
para nos deixarmos reconciliar conTigo.
Justificados aos teus olhos,
queremos exortar os irmãos
a acolherem a tua graça
e a colaborarem conTigo
na obra da reconciliação
dos homens e do mundo em Cristo.
Amen.



Quinta-feira | Semana I da Quaresma

Com Cristo, advogados e intercessores

Presidente

Irmãos: Supliquemos a Deus pelo seu povo, para que cesse a ira justamente merecida por causa dos nossos pecados. E, confiando plenamente n'Ele, ofereçamos a nossa pessoa e a nossa vida como instrumento de reconciliação com Deus.

Todos

Bendito és Tu Senhor, nosso Pai,
que nos envias o Espírito do teu Filho,
para que possamos ser com Ele
advogados e intercessores do teu povo.
Em união com Cristo,
oferecemo-nos a Ti
e intercedemos pela salvação de todos os homens.
Derrama a tua misericórdia e a tua paz
sobre os justos e os injustos,
sobre os pobres e os infelizes,
sobre os violentos e os que sofrem perseguição.
Escuta, ó Pai, a nossa súplica
e perdoa as nossas culpas.
Renova o nosso coração
e acolhe-nos na tua presença.
Faz de nós um sacrifício perene e agradável.
Amen.



Sexta-feira | Semana I da Quaresma

Cristo, Cordeiro trespassado

Presidente

Irmãos: Cristo Jesus fez-Se o Cordeiro de Deus que tira o pecado do mundo. Trespasado pelos nossos pecados destruiu em Si a inimizade, para que não vivamos mais para nós, mas para Ele que morreu e ressuscitou por nós.

Todos

Senhor Jesus Cristo,
na tua ditosa paixão
recebeste o Baptismo tão desejado.
Carregado com os nossos males,
ofereceste a tua carne inocente
para nossa redenção.
Movido pelo Espírito Santo,
ofereceste-Te a Deus Pai,
como Sumo Sacerdote dos bens futuros.
Fomos curados pelas tuas chagas
e santificados pela tua oblação.
Sentado à direita do Pai,
continuas a amar-nos e a interceder por nós.
Permite-nos participar no teu amor redentor
com a oferta generosa da nossa vida
e com a nossa intercessão pelo teu povo.
Amen.



Sábado | Semana I da Quaresma

Com Maria contemplamos o Crucificado

Presidente

Irmãos: Cristo sofreu por nós, deixando-nos o exemplo, para que sigamos os seus passos. Ele suportou os nossos pecados no seu corpo sobre o madeiro da cruz: pelas suas chagas fomos curados, para que não vivamos mais para o pecado, mas para a justiça (cf. 1 Ped 2,21-24).

Todos

Senhor Jesus Cristo,
que morres na cruz para nossa salvação,
contemplamos, com um olhar de piedade,
a tua agonia,
em união com Maria, Mãe das Dores,
e com os santos.

Tu revelas-nos o Pai rico de misericórdia
que não hesitou em entregar-Te nas nossas mãos.
Homem das dores, irmão abandonado por todos,
carregaste sobre Ti a iniquidade do mundo
e tornaste-Te, para todos, advogado defensor,
reparando o nosso pecado com a tua oblação.
Torna-nos participantes da tua entrega,
capazes de nos compadecermos
do homem caído e humilhado pelo mal.
Acolhe no teu Coração a humanidade ferida
e renova-a pelo teu Espírito.
Amen.



Domingo | Semana II da Quaresma **Cristo, o Filho muito amado**

Presidente

Irmãos: Da nuvem ouviu-se uma voz que dizia: «Este é o meu Filho muito amado no qual pus toda a minha complacência. Escutai-O» (Mt 17,5).

Todos

Pai santo,
o teu Filho Jesus Cristo,
depois de anunciar aos discípulos a sua morte,
manifestou-lhes, no monte santo,
o esplendor da sua glória.
Mostrou assim que, pela sua Paixão,
alcançaria a glória da ressurreição.
Fortalece, com o alimento interior da tua palavra,
a oblação dos sofrimentos
que fazem parte da nossa vida reparadora.
Que ela, unida à de teu Filho,
nos santifique o corpo e o espírito
para celebrarmos dignamente
as festas pascais
e nos alegrarmos um dia
na visão da tua glória.
Amen.



Segunda-feira | Semana II da Quaresma

Cristo, o Bom Pastor

Presidente

Irmãos: O Senhor chamou-nos para o reino do seu amado Filho, que nos remiu com o seu sangue e perdoou os nossos pecados (Col 1,13-14).

Todos

Ó Jesus, bom Pastor,
que deste a vida por nós,
renova o nosso coração
e acolhe-nos na tua presença.
Faz que sigamos o teu exemplo,
servindo os irmãos
em favor da unidade da tua Igreja.
Santifica-nos na verdade
e conserva-nos na unidade.
Torna-nos participantes do amor
com que sempre nos amas,
para que possamos amar como Tu,
e o mundo creia e viva
na glória e alegria do Pai.
Amen.



Terça-feira | Semana II da Quaresma

Unidos e solidários com Cristo

Presidente

Irmãos: O que agrada a Deus não é a morte do pecador, mas que se converta e viva (cf. Ez 18,23). Implicados no pecado, mas participantes na graça redentora, ofereçamo-nos ao Pai como oblação viva, santa e agradável (cf. Cst 22; Rom 12,1).

Todos

Pai misericordioso,
em união com Cristo
e solidários com Ele,
queremos oferecer-nos a Ti
como oblação viva, santa e agradável.
Converte-nos a Ti
e converte todos os nossos irmãos,
para que, buscando o único bem necessário,
nos consagremos inteiramente
ao louvor da tua glória.
Amen.



Quarta-feira | Semana II da Quaresma

Unidos a Cristo, manso cordeiro

Presidente

Irmãos: Unidos a Cristo, no Baptismo, pela imagem da sua morte, também com Ele viveremos pela sua ressurreição (da Liturgia). Renovemos a nossa oblação e abandonemo-nos à vontade do Senhor.

Todos

Salve, ó Senhor, nosso Rei,
humilde e obediente ao Pai.
Como manso cordeiro,
foste levado à morte na cruz.

Neste tempo santo,
queremos unir-nos a Ti
e contigo abandonar-nos
à vontade do Pai.

Concede-nos a graça
de suportarmos os nossos sofrimentos
com paciência e abandono,
mesmo na noite escura e na solidão,
como eminente e misteriosa comunhão
com os teus sofrimentos e a tua morte
para redenção do mundo.

Amen.



Quinta-feira | Semana II da Quaresma

Cristo, obediente até à morte

Presidente

Irmãos: Por nosso amor, Cristo obedeceu até à morte, e morte de cruz. Por isso Deus O exaltou e Lhe deu um nome que está acima de todos os nomes (Da Liturgia).

Todos

Senhor Jesus,
no sangue e na água
que brotaram do teu Lado, ferido pela lança,
revelaste o nascimento admirável da santa Igreja.
Renova agora,
pelo mistério da tua morte, sepultura e ressurreição
a nossa vida
e a vida de todo o povo de Deus.
Permite-nos unir a nossa oblação à tua
e imolar-nos cada dia,
particularmente pela prática da obediência,
a fim de que todos os homens sejam atraídos
à glória da tua cruz.
Amen.



Sexta-feira | Semana II da Quaresma

Cristo reveste-nos do seu sacerdócio real

Presidente

Irmãos: Jesus Cristo fez de nós um reino de sacerdotes para Deus seu Pai. Louvor a Cristo pelos séculos dos séculos.

Todos

Senhor, Jesus Cristo,
a Ti o nosso louvor
e a nossa gratidão.
No santo Baptismo,
fizeste-nos renascer pela água,
fortaleceste-nos pela unção do Espírito
e tornaste-nos participantes do teu múnus
de sacerdote, profeta e rei.
Conscientes, pois, da nossa dignidade baptismal,
renovamos, hoje, em união contigo,
a oferenda de nós mesmos,
do nosso apostolado
e do nosso serviço aos irmãos.
Pois nos libertaste da corrupção do pecado,
e nos tornaste templos do Espírito Santo,
concede-nos a graça de exalarmos
o perfume de uma vida santa.
Amen.



Sábado | Semana II da Quaresma

Contemplando a Cristo e a Mãe dolorosa

Presidente

Irmãos: Cristo foi entregue à morte para reunir os filhos de Deus que andavam dispersos (cf. Jo 11,52).

Todos

Nós Te contemplamos,
Senhor crucificado por nosso amor,
e, ao teu lado, a Mãe dolorosa
que Te acompanha na imolação.
Nesta contemplação,
sentimo-nos movidos
a oferecer-nos e a imolar-nos cada dia,
com todas as nossas acções,
para que nos presentes conTigo ao Pai.
Dá-nos a graça de tudo aceitar
e fazer por teu amor,
de imitar os teus sofrimentos e a tua paixão,
de honrarmos com o nosso sangue o teu sangue,
de subirmos corajosamente conTigo à cruz,
para que todos os homens
participem do teu Reino.
Amen.



Domingo | Semana III da Quaresma **Cristo sacia a nossa sede**

Presidente

Irmãos: «O amor de Deus foi derramado em nossos corações pelo Espírito Santo que nos foi dado» (Rom 5,1-2). Animados por esse amor, renove-mos, também hoje, a nossa oblação ao Pai.

Todos

Pai santo,
nós Te damos graças
por Cristo nosso Senhor.
Quando Ele pediu à samaritana água para beber,
já lhe tinha concedido o dom da fé
e da sua fé teve uma sede tão viva,
que acendeu nela
o fogo do amor divino.
Infunde, também em nós,
a água viva do teu Espírito Santo
que anime a oblação
da nossa fé, da nossa esperança
e da nossa caridade
e torne eficaz o nosso testemunho.
Amen.



Segunda-feira | Semana III da Quaresma

Cristo faz-nos Eucaristia

Presidente

Irmãos: A Palavra do Senhor diz-nos que tudo o que fizermos ao mais pequenino dos seus irmãos o fazemos a Ele (cf. Mt 25,40). Apresentemos ao Senhor a oblação da nossa caridade fraterna.

Todos

Pai santo,
pela penitência quaresmal,
ensinas-nos a manifestar-Te a nossa gratidão,
a dominar os excessos
da nossa inclinação para o mal
e a dar alimento aos que têm fome,
imitando a tua divina bondade.
Aceita a oferta de nós mesmos,
unida à do teu Filho Jesus,
para nos tornarmos eucaristia,
pão bom para os nossos irmãos,
especialmente para os pequenos
e para os que sofrem.
Concede-nos compreender
o amor que o teu Filho tem por nós,
dando-nos a graça de amar como Ele
em obras e em verdade.
Amen.



Terça-feira | Semana III da Quaresma

Jesus Cristo, verdadeiro e eterno Sacerdote

Presidente

Irmãos: Toda a nossa glória está na cruz de Nosso Senhor Jesus Cristo. N'Ele está a nossa salvação, vida e ressurreição. Por Ele fomos salvos e livres (cf. Gal 6,14).

Todos

Senhor Jesus Cristo,

Tu és o verdadeiro e eterno sacerdote.

Oferecendo-Te como vítima de salvação,

instituíste o sacrifício da nova aliança

e mandaste que o celebrássemos

em tua memória.

O teu Corpo por nós imolado

é alimento que nos fortalece;

O teu Sangue por nós derramado

é bebida que nos purifica.

Derrama sobre nós o teu Espírito Santo,

que faça de nós uma oferenda permanente

para louvor da tua glória.

Amen.



Quarta-feira | Semana III da Quaresma

Cristo, identificado com o pecado

Presidente

Irmãos: É agora o tempo favorável, é agora o dia da salvação. Arrependamo-nos, porque se aproxima o Reino dos Céus (cf. 2 Cor 5,20-6,2).

Todos

Pai misericordioso,
que identificaste o teu Filho inocente
com o pecado, por amor de nós,
aceita a nossa disponibilidade
para nos deixarmos reconciliar conTigo.
Justificados aos teus olhos,
queremos exortar os irmãos
a acolherem a tua graça
e a colaborarem conTigo
na obra da reconciliação
dos homens e do mundo em Cristo.
Amen.



Quinta-feira | Semana III da Quaresma

Com Cristo, advogados e intercessores

Presidente

Irmãos: Supliquemos a Deus pelo seu povo, para que cesse a ira justamente merecida por causa dos nossos pecados. E, confiando plenamente n'Ele, ofereçamos a nossa pessoa e a nossa vida como instrumento de reconciliação com Deus.

Todos

Bendito és Tu Senhor, nosso Pai,
que nos envias o Espírito do teu Filho,
para que possamos ser com Ele
advogados e intercessores do teu povo.
Em união com Cristo,
oferecemo-nos a Ti
e intercedemos pela salvação de todos os homens.
Derrama a tua misericórdia e a tua paz
sobre os justos e os injustos,
sobre os pobres e os infelizes,
sobre os violentos e os que sofrem perseguição.
Escuta, ó Pai, a nossa súplica
e perdoa as nossas culpas.
Renova o nosso coração
e acolhe-nos na tua presença.
Faz de nós um sacrifício perene e agradável.
Amen.



Sexta-feira | Semana III da Quaresma

Cristo, Cordeiro trespassado

Presidente

Irmãos: Cristo Jesus fez-Se o Cordeiro de Deus que tira o pecado do mundo. Trespasado pelos nossos pecados destruiu em Si a inimizade, para que não vivamos mais para nós, mas para Ele que morreu e ressuscitou por nós.

Todos

Senhor Jesus Cristo,
na tua ditosa paixão
recebeste o Baptismo tão desejado.
Carregado com os nossos males,
ofereceste a tua carne inocente
para nossa redenção.
Movido pelo Espírito Santo,
ofereceste-Te a Deus Pai,
como Sumo Sacerdote dos bens futuros.
Fomos curados pelas tuas chagas
e santificados pela tua oblação.
Sentado à direita do Pai,
continuas a amar-nos e a interceder por nós.
Permite-nos participar no teu amor redentor
com a oferta generosa da nossa vida
e com a nossa intercessão pelo teu povo.
Amen.



Sábado | Semana III da Quaresma

Com Maria contemplamos o Crucificado

Presidente

Irmãos: Cristo sofreu por nós, deixando-nos o exemplo, para que sigamos os seus passos. Ele suportou os nossos pecados no seu corpo sobre o madeiro da cruz: pelas suas chagas fomos curados, para que não vivamos mais para o pecado, mas para a justiça (cf. 1 Ped 2,21-24).

Todos

Senhor Jesus Cristo,
que morres na cruz para nossa salvação,
contemplamos, com um olhar de piedade,
a tua agonia,
em união com Maria, Mãe das Dores,
e com os santos.

Tu revelas-nos o Pai rico de misericórdia
que não hesitou em entregar-Te nas nossas mãos.
Homem das dores, irmão abandonado por todos,
carregaste sobre Ti a iniquidade do mundo
e tornaste-Te, para todos, advogado defensor,
reparando o nosso pecado com a tua oblação.
Torna-nos participantes da tua entrega,
capazes de nos compadecermos
do homem caído e humilhado pelo mal.
Acolhe no teu Coração a humanidade ferida
e renova-a pelo teu Espírito.
Amen.



Domingo | Semana IV da Quaresma **Cristo iluminou o género humano**

Presidente

Irmãos: O Senhor diz-nos: «Eu sou a luz do mundo; quem me segue terá a luz da vida» (Jo 8,12). Acolhamos a luz do Senhor e disponhamo-nos a segui-l'O na sua entrega pela salvação do mundo.

Todos

Senhor, Pai santo,
nós Te bendizemos por Cristo teu Filho.
Pelo mistério da Encarnação,
Ele iluminou o género humano que vivia nas trevas,
para o reconduzir à luz da fé;
pela regeneração do Baptismo
libertou os que nasciam na escravidão do pecado
para os tornar filhos adoptivos.
Nós Te apresentamos alegremente
o dom de nós mesmos
para que, unidos a Cristo,
possamos colaborar
na iluminação
e na salvação do mundo.
Amen.



Segunda-feira | Semana IV da Quaresma

Cristo, o Bom Pastor

Presidente

Irmãos: O Senhor chamou-nos para o reino do seu amado Filho, que nos remiu com o seu sangue e perdoou os nossos pecados (Col 1,13-14).

Todos

Ó Jesus, bom Pastor,
que deste a vida por nós,
renova o nosso coração
e acolhe-nos na tua presença.
Faz que sigamos o teu exemplo,
servindo os irmãos
em favor da unidade da tua Igreja.
Santifica-nos na verdade
e conserva-nos na unidade.
Torna-nos participantes do amor
com que sempre nos amas,
para que possamos amar como Tu,
e o mundo creia e viva
na glória e alegria do Pai.
Amen.



Terça-feira | Semana IV da Quaresma

Unidos e solidários com Cristo

Presidente

Irmãos: O que agrada a Deus não é a morte do pecador, mas que se converta e viva (cf. Ez 18,23). Implicados no pecado, mas participantes na graça redentora, ofereçamo-nos ao Pai como oblação viva, santa e agradável (cf. Cst 22; Rom 12,1).

Todos

Pai misericordioso,
em união com Cristo
e solidários com Ele,
queremos oferecer-nos a Ti
como oblação viva, santa e agradável.
Converte-nos a Ti
e converte todos os nossos irmãos,
para que, buscando o único bem necessário,
nos consagremos inteiramente
ao louvor da tua glória.
Amen.



Quarta-feira | Semana IV da Quaresma

Unidos a Cristo, manso cordeiro

Presidente

Irmãos: Unidos a Cristo, no Baptismo, pela imagem da sua morte, também com Ele viveremos pela sua ressurreição (da Liturgia). Renovemos a nossa oblação e abandonemo-nos à vontade do Senhor.

Todos

Salve, ó Senhor, nosso Rei,
humilde e obediente ao Pai.
Como manso cordeiro,
foste levado à morte na cruz.

Neste tempo santo,
queremos unir-nos a Ti
e contigo abandonar-nos
à vontade do Pai.

Concede-nos a graça
de suportarmos os nossos sofrimentos
com paciência e abandono,
mesmo na noite escura e na solidão,
como eminente e misteriosa comunhão
com os teus sofrimentos e a tua morte
para redenção do mundo.

Amen.



Quinta-feira | Semana IV da Quaresma

Cristo, obediente até à morte

Presidente

Irmãos: Por nosso amor, Cristo obedeceu até à morte, e morte de cruz. Por isso Deus O exaltou e Lhe deu um nome que está acima de todos os nomes (Da Liturgia).

Todos

Senhor Jesus,
no sangue e na água
que brotaram do teu Lado, ferido pela lança,
revelaste o nascimento admirável da santa Igreja.
Renova agora,
pelo mistério da tua morte, sepultura e ressurreição
a nossa vida
e a vida de todo o povo de Deus.
Permite-nos unir a nossa oblação à tua
e imolar-nos cada dia,
particularmente pela prática da obediência,
a fim de que todos os homens sejam atraídos
à glória da tua cruz.
Amen.



Sexta-feira | Semana IV da Quaresma

Cristo reveste-nos do seu sacerdócio real

Presidente

Irmãos: Jesus Cristo fez de nós um reino de sacerdotes para Deus seu Pai. Louvor a Cristo pelos séculos dos séculos.

Todos

Senhor, Jesus Cristo,
a Ti o nosso louvor
e a nossa gratidão.
No santo Baptismo,
fizeste-nos renascer pela água,
fortaleceste-nos pela unção do Espírito
e tornaste-nos participantes do teu múnus
de sacerdote, profeta e rei.
Conscientes, pois, da nossa dignidade baptismal,
renovamos, hoje, em união contigo,
a oferenda de nós mesmos,
do nosso apostolado
e do nosso serviço aos irmãos.
Pois nos libertaste da corrupção do pecado,
e nos tornaste templos do Espírito Santo,
concede-nos a graça de exalarmos
o perfume de uma vida santa.
Amen.



Sábado | Semana IV da Quaresma

Contemplando a Cristo e a Mãe dolorosa

Presidente

Irmãos: Cristo foi entregue à morte para reunir os filhos de Deus que andavam dispersos (cf. Jo 11,52).

Todos

Nós Te contemplamos,
Senhor crucificado por nosso amor,
e, ao teu lado, a Mãe dolorosa
que Te acompanha na imolação.
Nesta contemplação,
sentimo-nos movidos
a oferecer-nos e a imolar-nos cada dia,
com todas as nossas acções,
para que nos presentes conTigo ao Pai.
Dá-nos a graça de tudo aceitar
e fazer por teu amor,
de imitar os teus sofrimentos e a tua paixão,
de honrarmos com o nosso sangue o teu sangue,
de subirmos corajosamente conTigo à cruz,
para que todos os homens
participem do teu Reino.
Amen.



Domingo | Semana V da Quaresma

Cristo, nossa vida

Presidente

Irmãos: «Não estamos sob o domínio da carne, mas do Espírito, se é que o Espírito de Deus habita em nós. E se o Espírito d'Aquele que ressuscitou Jesus de entre os mortos habita em nós, também dará vida aos vossos corpos mortais» (cf. Rom 8,8-11).

Todos

Pai santo,
nós Te louvamos e bendizemos
por Cristo nosso Senhor.
Como verdadeiro homem,
Ele chorou pelo seu amigo Lázaro;
como Deus eterno, ressuscitou-o do túmulo;
compadecido da humanidade,
fez-nos passar da morte à vida,
mediante os sacramentos pascais.
Enche-nos, Pai misericordioso, do teu Espírito
para sermos em Cristo um só corpo
e um só espírito.

O mesmo Espírito faça de nós
uma oferenda permanente
que, unida à de Cristo,
traga ao mundo a vida,
a salvação e a paz.

Amen.



Segunda-feira | Semana V da Quaresma

Cristo faz-nos Eucaristia

Presidente

Irmãos: A Palavra do Senhor diz-nos que tudo o que fizermos ao mais pequenino dos seus irmãos o fazemos a Ele (cf. Mt 25,40). Apresentemos ao Senhor a oblação da nossa caridade fraterna.

Todos

Pai santo,
pela penitência quaresmal,
ensinas-nos a manifestar-Te a nossa gratidão,
a dominar os excessos
da nossa inclinação para o mal
e a dar alimento aos que têm fome,
imitando a tua divina bondade.
Aceita a oferta de nós mesmos,
unida à do teu Filho Jesus,
para nos tornarmos eucaristia,
pão bom para os nossos irmãos,
especialmente para os pequenos
e para os que sofrem.
Concede-nos compreender
o amor que o teu Filho tem por nós,
dando-nos a graça de amar como Ele
em obras e em verdade.
Amen.



Terça-feira | Semana V da Quaresma

Jesus Cristo, verdadeiro e eterno Sacerdote

Presidente

Irmãos: Toda a nossa glória está na cruz de Nosso Senhor Jesus Cristo. N'Ele está a nossa salvação, vida e ressurreição. Por Ele fomos salvos e livres (cf. Gal 6,14).

Todos

Senhor Jesus Cristo,

Tu és o verdadeiro e eterno sacerdote.

Oferecendo-Te como vítima de salvação,

instituíste o sacrifício da nova aliança

e mandaste que o celebrássemos

em tua memória.

O teu Corpo por nós imolado

é alimento que nos fortalece;

O teu Sangue por nós derramado

é bebida que nos purifica.

Derrama sobre nós o teu Espírito Santo,

que faça de nós uma oferenda permanente

para louvor da tua glória.

Amen.



Quarta-feira | Semana V da Quaresma

Cristo, identificado com o pecado

Presidente

Irmãos: É agora o tempo favorável, é agora o dia da salvação. Arrependamo-nos, porque se aproxima o Reino dos Céus (cf. 2 Cor 5,20-6,2).

Todos

Pai misericordioso,
que identificaste o teu Filho inocente
com o pecado, por amor de nós,
aceita a nossa disponibilidade
para nos deixarmos reconciliar conTigo.
Justificados aos teus olhos,
queremos exortar os irmãos
a acolherem a tua graça
e a colaborarem conTigo
na obra da reconciliação
dos homens e do mundo em Cristo.
Amen.



Quinta-feira | Semana V da Quaresma

Com Cristo, advogados e intercessores

Presidente

Irmãos: Supliquemos a Deus pelo seu povo, para que cesse a ira justamente merecida por causa dos nossos pecados. E, confiando plenamente n'Ele, ofereçamos a nossa pessoa e a nossa vida como instrumento de reconciliação com Deus.

Todos

Bendito és Tu Senhor, nosso Pai,
que nos envias o Espírito do teu Filho,
para que possamos ser com Ele
advogados e intercessores do teu povo.
Em união com Cristo,
oferecemo-nos a Ti
e intercedemos pela salvação de todos os homens.
Derrama a tua misericórdia e a tua paz
sobre os justos e os injustos,
sobre os pobres e os infelizes,
sobre os violentos e os que sofrem perseguição.
Escuta, ó Pai, a nossa súplica
e perdoa as nossas culpas.
Renova o nosso coração
e acolhe-nos na tua presença.
Faz de nós um sacrifício perene e agradável.
Amen.



Sexta-feira | Semana V da Quaresma

Cristo, Cordeiro trespassado

Presidente

Irmãos: Cristo Jesus fez-Se o Cordeiro de Deus que tira o pecado do mundo. Trespasado pelos nossos pecados destruiu em Si a inimizade, para que não vivamos mais para nós, mas para Ele que morreu e ressuscitou por nós.

Todos

Senhor Jesus Cristo,
na tua ditosa paixão
recebeste o Baptismo tão desejado.
Carregado com os nossos males,
ofereceste a tua carne inocente
para nossa redenção.
Movido pelo Espírito Santo,
ofereceste-Te a Deus Pai,
como Sumo Sacerdote dos bens futuros.
Fomos curados pelas tuas chagas
e santificados pela tua oblação.
Sentado à direita do Pai,
continuas a amar-nos e a interceder por nós.
Permite-nos participar no teu amor redentor
com a oferta generosa da nossa vida
e com a nossa intercessão pelo teu povo.
Amen.



Sábado | Semana V da Quaresma

Com Maria contemplamos o Crucificado

Presidente

Irmãos: Cristo sofreu por nós, deixando-nos o exemplo, para que sigamos os seus passos. Ele suportou os nossos pecados no seu corpo sobre o madeiro da cruz: pelas suas chagas fomos curados, para que não vivamos mais para o pecado, mas para a justiça (cf. 1 Ped 2,21-24).

Todos

Senhor Jesus Cristo,
que morres na cruz para nossa salvação,
contemplamos, com um olhar de piedade,
a tua agonia,
em união com Maria, Mãe das Dores,
e com os santos.

Tu revelas-nos o Pai rico de misericórdia
que não hesitou em entregar-Te nas nossas mãos.
Homem das dores, irmão abandonado por todos,
carregaste sobre Ti a iniquidade do mundo
e tornaste-Te, para todos, advogado defensor,
reparando o nosso pecado com a tua oblação.
Torna-nos participantes da tua entrega,
capazes de nos compadecermos
do homem caído e humilhado pelo mal.
Acolhe no teu Coração a humanidade ferida
e renova-a pelo teu Espírito.
Amen.



Domingo de Ramos | Semana Santa **Ao encontro de Cristo**

Presidente

Irmãos: «Vinde, subamos ao Monte das Oliveiras, ao encontro de Cristo que hoje regressa de Betânia e Se encaminha voluntariamente para a sua santa e venerável paixão, a fim de realizar o mistério da salvação dos homens» (S.to André de Creta).

Todos

Senhor Jesus Cristo,
queremos acompanhar-Te na Paixão,
imitando aqueles que foram ao teu encontro
e prostrando-nos a teus pés
com humildade e rectidão de espírito.
Os nossos pecados mancharam-nos,
mas o Baptismo purificou-nos
para te oferecermos,
não já ramos de palmeira,
mas os troféus da tua vitória.
Aceita a oblação dos ramos espirituais
com que hoje Te queremos aclamar dizendo:
Bendito O que vem em nome do Senhor!
Amen.



Segunda-feira | Semana Santa

Cristo partilhou as nossas fraquezas

Presidente

Irmãos: Cristo não Se envergonha de nos chamar irmãos. Feito carne, partilhou as nossas fraquezas e foi provado em tudo, à nossa semelhança, excepto no pecado (cf. Heb 2,11;415).

Todos

Nós Te agradecemos, Pai santo,
pelo teu Filho
que tornaste participante
da pobreza da nossa carne.
Tu O fizeste semelhante a nós,
para que fosse Sacerdote misericordioso
e digno de fé
e expiasse os pecados do povo.
Concede-nos a graça
de reviver a sua solidariedade,
para que possamos também ajudar aqueles
que sofrem a provação.
Faz com que sintamos compaixão
por todos os que são vítimas
da injustiça e do pecado
ou vivem na ignorância e no erro.
Une a nossa vida à sua oblação sacrificial,
para que nos aproximemos, confiantes, de Ti
e entremos um dia no teu santuário.
Amen.



Terça-feira | Semana Santa

Cristo aprendeu a obedecer

Presidente

Irmãos: Cristo aprendeu a obedecer, sofrendo, e tornou-Se para todos os que Lhe obedecem fonte de salvação eterna (Heb 5,8-9).

Todos

Ó Jesus, sacerdote misericordioso,
que, ao entrar no mundo,
Te ofereceste ao Pai,
dizendo:
«Eis que venho para fazer a tua vontade»,
reaviva em nós a disposição
que animou o teu coração de Filho.
À tua obediência de amor,
unimos a oferta da nossa obediência.
Aceita a nossa vida
que desejamos oferecer-Te
até ao sacrifício total de nós mesmos.
Que o teu Espírito nos torne atentos à tua vontade
em todas as circunstâncias da vida,
e a tua graça nos estimule à doação fraterna
para que venha o teu Reino de amor.
Amen.



Quarta-feira | Semana Santa

Cristo amou-nos e entregou-Se por nós

Presidente

Irmãos: «Cristo deu a sua vida por nós, e nós também devemos dar a vida pelos irmãos, amando-nos uns aos outros como Ele nos amou até dar a vida por nós» (S. Agostinho, cf. 1 Jo 3,16).

Todos

Senhor, Jesus Cristo,
que nos chamas à tua mesa
e nos alimentas com o teu Corpo e o teu Sangue,
faz-nos compreender a grandeza desse dom.
Acende em nós o amor ardente dos mártires
e ensina-nos a partilhar com os irmãos
o que recebemos da tua mesa.
Ainda que, por teu amor,
derramemos o nosso sangue,
jamais poderemos igualar o teu sacrifício.
Mas queremos amar-nos uns aos outros
como Tu nos amaste
ao entregar-Te por nós.
Amen.



Quinta-feira | Semana Santa

Cristo, vítima de propiciação

Presidente

Irmãos: Cristo, nos dias da sua vida mortal, dirigiu preces e súplicas, com grande clamor e lágrimas, Àquele que O podia livrar da morte, e foi atendido por causa da sua piedade. Apesar de ser Filho, aprendeu a obediência no sofrimento» (Heb 5,8).

Todos

Senhor Jesus,
Tu és o manso cordeiro, nascido de Maria.
Tirado do rebanho,
foste conduzido ao matadouro,
imolado à tarde e sepultado à noite;
Aos seres crucificado,
não Te partiram qualquer osso;
Deposto no túmulo,
não sofreste a corrupção,
mas ressuscitaste glorioso
restituindo a vida aos homens
e fazendo de nós um sacerdócio novo.
Tu és a Páscoa da nossa salvação.
Por isso, pela fé e pelo dom de nós mesmos,
queremos tornar-nos conTigo
vítimas de propiciação.
Amen.



Sexta-feira | Semana Santa

Jesus Cristo santificou-nos com o seu sangue

Presidente

Irmãos: «Para santificar o povo com o seu próprio Sangue, Jesus sofreu a morte fora de portas. Saíamos ao seu encontro e, por meio d'Ele, ofereçamos continuamente a Deus um sacrifício de louvor» (cf. Heb 13,12-15).

Todos

Nós Te louvamos e bendizemos,
Senhor Jesus Cristo,
Cordeiro imolado por nosso amor.
Do teu Lado aberto
brotou sangue e água,
símbolos do Baptismo e da Eucaristia
que dão origem e vida à Igreja
e nos permitem aproximar-nos do Pai num só Espírito.
Ensina-nos a morrer conTigo,
para merecermos ressuscitar também
conTigo na glória;
ensina-nos a imitar a tua obediência
e humildade salvadoras;
Ensina-nos a amar-nos uns aos outros
com o teu espírito de caridade
e a nos entregarmos generosamente ao apostolado,
para que sejam reunidos todos os filhos do Pai,
dispersos pelo mundo.
Amen.



Sábado | Semana Santa

Cristo, grão caído na terra

Presidente

Irmãos: «O nosso Pastor, fonte das águas vivas, apartou-se de nós, e o sol obscureceu-se na sua morte. Hoje o nosso Salvador quebrou as portas do inferno e as cadeias da morte» (Liturgia de Sábado Santo).

Todos

Ó Cristo, nosso Salvador,
junto à cruz e ao sepulcro,
quiseste ser acompanhado
pela tua Mãe dolorosa.
Nesta manhã de sábado santo,
aceita a nossa disponibilidade
para participarmos na tua Paixão,
acolhendo com paciência os sofrimentos da vida.
Tu que, como grão caído na terra,
frutificaste para nós o dom admirável da vida divina,
dá-nos a graça de morrermos para o pecado
e de vivermos para Ti.
Conforma-nos à imagem da tua ressurreição
para vivermos uma vida nova
que dê glória e alegria ao Pai.
Amen.



Anunciação do Senhor Com Maria, oferecemos

Presidente

Irmãos: Pela grande caridade com que nos amou, Deus enviou o seu Filho, que Se fez homem semelhante a nós, pecadores (Da Liturgia).

Todos

Pai santo,
pelo admirável mistério da Anunciação,
a Virgem Imaculada acolheu com fé a tua Palavra
e pelo poder do Espírito Santo
concebeu e trouxe no seu ventre
o Primogénito da nova humanidade.
Como Ela,
oferecemos-Te hoje
a nossa fé
e a nossa disponibilidade,
para que o Verbo Encarnado,
já presente em nós,
cresça em cada homem
e a humanidade inteira
se torne em Cristo
um só Corpo.
Amen.



Oração para pedir o espírito da nossa vocação

Senhor Jesus Cristo,
chamaste-nos a ser teus discípulos
à semelhança do Pe. Dehon.
Dá-nos a graça de uma experiência de fé
idêntica à dele,
para vivermos e actuarmos na Igreja,
em sintonia com o seu carisma e a sua missão.
Mostra-nos o teu Coração trespassado
fonte do amor que,
na doação total de Si mesmo,
recria o homem segundo Deus;
Contemplando-O,
seremos fortalecidos na nossa vocação,
para nos oferecermos ao Pai
e nos darmos aos irmãos
contigo e como Tu.
Amen.

Propósito de difundir a caridade

Em todas as circunstâncias da minha vida procurarei dizer a mim mesmo:

É preciso fazer transbordar a caridade.

- Se o amor próprio me disser:

“É preciso defender os meus direitos”,
responderei:

É preciso fazer transbordar a caridade.

- Se a indolência me disser:

“É preciso repouso”,
responderei:

É preciso fazer transbordar a caridade.

- Se a prudência humana me disser:

“É preciso poupar-me para não perder a saúde”,
responderei:

É preciso fazer transbordar a caridade.

- Se estiver abatido, deprimido, cansado,
direi ainda a mim mesmo:

Coragem!

É preciso fazer transbordar a caridade.





Por mim,
quando precisar de ajuda, de conselho,
de correcção, de consolação,
ou talvez de perdão ou de socorro,
para o corpo ou para a alma,
para mim ou para os meus irmãos,
irei ter com Jesus e direi:

Bom Mestre,
Tu prometeste retribuir com a mesma medida:

**É preciso que também Tu, agora,
faças transbordar a caridade!**

(Pe. André Prévot, SCJ, in *Thesaurus Praecum*)



Acto de contrição

Ó Jesus, como és bom em me advertir,
perseguir e humilhar!
Não quero resistir à graça, como Simão, o Fariseu,
mas converter-me, como Maria Madalena.

Ó meu Jesus,
dá-me generosidade no sacrifício,
para que a minha conversão seja perfeita,
e não volte a cair nas faltas do passado.
Dá-me a graça de amar o sacrifício
e de corresponder generosamente
a quanto me pedes.

Ó Jesus,
deixa-me dizer-Te
que estou confundido
e Te amo.
Não Te peço as lágrimas da penitência,
mas o verdadeiro arrependimento,
que seja expressão do amor
do meu coração contrito
que, muito sentidamente deplora,
ter-Te ofendido.
Amen.

(Padre Dehon, in *Thesaurus Praecum*)



Fórmulas breves para renovar o Acto de Oblação ao longo do dia, na Quaresma

- Pai, faça-se a tua vontade.
- Pai, nas tuas mãos entrego a minha vida.
- Eis-me aqui, Senhor, para me unir à tua oferta.
- Pai, acolhe em sacrifício o meu coração contrito.

INVOCÇÕES VOCACIONAIS

(última invocação das preces de Laudes)



SEMANA I

Segunda-feira

Concedei à vossa Igreja abundância de vocações sacerdotais, religiosas e missionárias,

- para que o vosso nome seja conhecido e louvado em toda a terra.

Terça-feira

Concedei a força do vosso Espírito aos nossos seminaristas e pré-seminaristas,

- para que se sintam protegidos de todos os perigos e dificuldades.

Quarta-feira

Amparai as famílias cristãs

- e fazei delas berços de vocações sacerdotais, religiosas e missionárias.

Quinta-feira

Concedei aos nossos seminaristas e pré-seminaristas o discernimento e a generosidade

- e que sejam fortes nas dificuldades.

Sexta-feira

Suscitai no coração de muitos jovens o desejo de se consagrarem a Vós,

- para que possam dar ao mundo testemunho do vosso amor.

Sábado

Vós que acolhestes a disponibilidade de Maria e n'Ela realizastes maravilhas,

- por sua intercessão concedei aos jovens a graça de estarem como Ela ao dispor dos vossos desígnios.

SEMANA II



Segunda-feira

Aos nossos seminaristas e pré-seminaristas concedei a vossa fortaleza

- e defendei-os da tentação do desânimo.

Terça-feira

Multiplicai o número dos jovens chamados à vida consagrada

- e concedei-lhes o dom do discernimento, da generosidade e da perseverança.

Quarta-feira

Aumentai na vossa Igreja o número aqueles e daquelas que chamais ao vosso serviço

- e dai-lhes a coragem da resposta pronta e generosa.

Quinta-feira

Aumentai na Igreja o número dos vossos mensageiros,
- para que todos os povos Vos conheçam e adorem.

Sexta-feira

Atraí numerosos jovens ao vosso Coração aberto na Cruz
- e fazei deles profetas do amor e servidores da reconciliação na nossa família religiosa.

Sábado

Por intercessão da vossa Mãe sempre dócil à vossa vontade,

- fazei que os nossos seminaristas e pré-seminaristas saibam corresponder com generosidade aos vossos desígnios a seu respeito.

SEMANA III



Segunda-feira

Vós que continuais a chamar muitos para Vos seguirem mais de perto,

- fazei que se disponham a responder com alegria ao vosso chamamento.

Terça-feira

Vós que sois o Senhor da messe e nos mandastes pedir mais trabalhadores,

- tornai cada vez maior o número daqueles que se disponham a ser por Vós enviados.

Quarta-feira

Amparai e fortalecei aqueles que chamais à vida consagrada, mas hesitam na resposta,

- para que em Vós encontrem a segurança que esperam.

Quinta-feira

Fazei que as crianças e os jovens se deixem interpelar pelas multidões que andam como ovelhas sem pastor,

- e se disponham a servi-las no sacerdócio ministerial ou na vida religiosa apostólica.

Sexta-feira

Dignai-vos enriquecer a vossa família com numerosos e generosos discípulos do Padre Dehon,

- para que o reino do vosso Coração se estabeleça nas almas e na sociedade.

Sábado

Vós que enviastes o vosso mensageiro à Virgem de Nazaré para que Lhe revelasse os vossos desígnios,

- falai aos corações de muitos jovens bem dispostos e mostrai-lhes o caminho da entrega sem condições, a exemplo de Maria.

SEMANA IV



Segunda-feira

Vós que continuais a fixar o vosso olhar de amor em tantos jovens bem dispostos

- fazei-lhes sentir o vosso apelo poderoso e inconfundível: “Vem e segue-Me!”

Terça-feira

Vós que estais sempre com aqueles que Vos amam, derramai as vossas bênçãos sobre a nossa comunidade,

- para que, na vida fraterna, no trabalho sério e na oração assídua, seja uma verdadeira escola de promoção e discernimento vocacional.

Quarta-feira

Protegei os nossos seminaristas e pré-seminaristas

- e fazei que se empenhem com lealdade e coragem no discernimento da sua vocação pessoal.

Quinta-feira

Concedei ao nosso mundo pastores segundo o vosso Coração,

- para que do Oriente ao Ocidente se ofereça à vossa majestade um único sacrifício.

Sexta-feira

Vós que continuais a chamar muitos para o serviço do Evangelho,

- abri as mentes e os corações dos nossos jovens para que saibam reconhecer o vosso chamamento e acolhê-lo com generosidade.

Sábado

Aumentai o número dos trabalhadores da seara

- e cumpri a promessa de dar ao vosso Povo pastores segundo o vosso coração.

OFÍCIOS COMUNS



Nossa Senhora

Senhor Jesus, que, para fazer a vontade do Pai Vos fizestes homem no seio de Maria,

- por intercessão da vossa Mãe, concedei o dom da disponibilidade aos jovens que chamais a continuar no mundo a vossa missão.

Apóstolos

pelo olhar de amor que continuais a lançar sobre tantos jovens bem dispostos,

- pelo qual não deixais faltar à vossa Igreja pastores segundo o vosso Coração,

Mártires

Por intercessão dos vossos Mártires que Vos serviram até à prova suprema do amor,

- concedei aos jovens que chamais ao vosso serviço a graça da generosidade e da perseverança.

Pastores

Senhor Jesus Cristo, que sempre acompanhais a Igreja por meio de Pastores por Vós escolhidos,

- fortalecei aqueles que quereis tornar participantes da vossa missão de Bom Pastor.

Virgens

Senhor Jesus Cristo a quem as santas virgens amaram com coração não dividido,

- fazei que muitos jovens descubram a beleza e grandeza da vida de especial consagração.

Santos | Santas

Senhor Jesus, Bom Pastor que dais a vida pelas vossas ovelhas,

- fazei crescer o número daqueles que chamais a continuar a vossa missão pastoral.

