

**Movimento da Mensagem de Fátima  
Secretariado Nacional – Pastoral da Oração**

**"Maria levantou-se e partiu apressadamente!" (Lc. 1, 39)**

**Primeiro Sábado – Março 2023**

**Contemplação dos Mistérios da Dor**

**Deus, vinde em nosso auxílio**

- Senhor, socorrei-nos e salvai-nos.

**Glória ao Pai, ao Filho e ao Espírito Santo**

- Como era no princípio, agora e sempre. Amen.

**Exposição do Santíssimo Sacramento da Eucaristia**

Meu Deus, eu creio, adoro, espero e amo-Vos.

Peço-Vos perdão para os que não creem, não adoram,  
não esperam e não Vos amam. (3x)



**Invocações**

Graças e louvores se deem a todo o momento

- ao Santíssimo e Diviníssimo Sacramento.

Bendito e louvado seja o Santíssimo Sacramento da Eucaristia

- fruto do ventre sagrado da Virgem puríssima Santa Maria.

Jesus, eu Vos amo no Santíssimo Sacramento.

- Jesus, eu Vos amo no Santíssimo Sacramento.

Glória ao Pai, ao Filho e ao Espírito Santo

- como era no princípio, agora e sempre. Amen.



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

**Oração de entrega**

Neste "primeiro sábado" do mês de março, queremos meditar os quinze minutos imitando a experiência que os Apóstolos viveram no 'Jardim das Oliveiras'. Assim vamos fazer companhia a Jesus e a sua Mãe Santíssima, reparando os seus Corações pelas omissões, indiferenças e faltas de correspondência à graça de Deus.

A Igreja convida o povo cristão a vivenciar o tempo litúrgico da Quaresma. Meditaremos o primeiro Mistério Doloroso: a Agonia de Jesus no Horto das Oliveiras.

Fazei, Senhora, que o Vosso Imaculado Coração seja "o nosso refúgio e o caminho seguro que nos conduza até Deus". Amen.



***Cântico: Pai eu Te Adoro...***

## Escuta da Palavra de Deus

### **Evangelho de São Mateus**

*"Então, Jesus chegou com os seus discípulos a um lugar chamado Getsémani e disse-lhes: "Ficai aqui, enquanto Eu vou além orar". E, levando consigo Pedro e os dois filhos de Zebedeu, começou a entristecer-Se e a angustiar-Se. Disse-lhes então: "A minha alma está numa tristeza de morte. Ficai aqui e vigiai Comigo". E, adiantando-se um pouco mais, prostrou-Se com a face por terra, orando e dizendo: "Meu Pai, se é possível, afaste-se de Mim este cálice; todavia, não seja como Eu quero, mas como Tu queres". (Mt. 26, 36-39)*



### Contemplação / Meditação

Jesus disse a Pedro, Tiago e João: **"Ficai aqui e vigiai comigo"**.

*Diante dos sofrimentos que O esperavam, Jesus sentiu uma angústia mortal, mas não recuou um passo; manifestou sim total docilidade à vontade do Pai.*

- E eu, como realizo a vontade de Deus na minha vida?
- Talvez reze todos os dias o Pai-Nosso e diga "seja feita a Vossa vontade", mas de facto coloco a vontade de Deus acima da minha?

*(em silêncio - contemplo e medito...)*

### **"Vigiai e orai para não cairdes em tentação"**

*A dor de Jesus era profunda e a solidão cada vez maior. A determinado momento foi ter com Pedro, Tiago e João; esperava receber deles algum conforto, mas encontrou-os a dormir!*

*Jesus despertou-os e disse: "Vigiai e orai para não cairdes em tentação".*

- Os amigos de Jesus adormeceram. E eu, como vai a minha oração?
- Sou capaz de ser vigilante e andar na presença do Senhor durante o dia?

*(em silêncio - contemplo e medito...)*

Naquela noite, Jesus continuava a orar dizendo **"Meu Pai se é possível afasta de Mim este cálice"**

*Jesus suou sangue pelos pecados de toda a Humanidade, por mim e por ti. Como é grande o Amor de Jesus!*

- Como reajo eu face ao imenso amor que Jesus tem por mim? Sou capaz de reparar e pedir perdão quando não correspondo ao seu amor?
- Preocupa-me e rezo por todos aqueles que andam longe d'Ele?

*(em silêncio - contemplo e medito...)*

## **“Não seja como Eu quero, mas como Tu queres”**

*Jesus, obedecendo à vontade do Pai, aponta-nos o caminho para sermos felizes mesmo na dor:*

- *Aceitar a dor e as surpresas de cada momento.*
  - *Viver em fidelidade, colocando em primeiro lugar vontade de Deus Pai.*
  - *Confiando no seu amor compassivo, a cruz não meterá medo.*
- Entrego a minha vida às mãos de Deus? Estou disponível para Lhe oferecer a minha vida, por amor?

*(em silêncio - contemplo e medito...)*

## **“O pobre clamou e o Senhor o ouviu, salvou-o de todas as angústias”**

*(Sl. 33, 6-7)*

*Deus é Amor. Ele chamou-nos à vida para sermos felizes. O amor de Deus por nós não muda! Esta é a certeza que nos habita.*

*Deus ama de tal modo os seus filhos que só sabe amá-los. O Salmo 33 é desafiador: “voltai-vos para Ele e ficareis radiantes, o vosso rosto não se cobrirá de vergonha”. O Senhor alegra-se com a nossa disponibilidade para estar com Ele. Alegra-se por poder habitar no nosso coração.*

- Confio no amor infinito de Deus por mim?
  - Sei agradecer o dom da minha vida?
- Que esta caminhada quaresmal e pascal possa revestir o nosso rosto de alegria. E que a alegria, fruto da presença libertadora de Jesus ressuscitado nos nossos corações, permaneça em nós todos os dias!



### ***Cântico: Nada te turbe***

*Nada te turbe / Nada te espante  
Quem a Deus tem / nada lhe falta  
Nada te turbe / Nada te espante / Só Deus basta.*



### **Mensagem de Fátima**

João Paulo II, no Santuário de Nossa Senhora de Fátima, Polónia, 1997, disse estas palavras que valem para a atualidade: “A Mensagem de Fátima destina-se de modo particular aos homens do nosso século, marcado pelas guerras, pelo ódio, pela violação dos direitos fundamentais do homem, pelo enorme sofrimento de pessoas e nações e, por fim, pela luta contra Deus até à negação da sua existência”.

No livro “Fátima e a Modernidade”, D. António Marto afirma que “a perda do sentido do pecado é, no mais profundo, a perda de tudo aquilo que é verdadeiramente humano. Com a eliminação de Deus das consciências, é o próprio homem que entra em perigo.

As Aparições da Virgem Mãe com a sua mensagem é percebida como a intervenção do Altíssimo para manifestar aos homens do nosso tempo o Deus para nós, a sua dor e o seu grito de amor perante a devastação do pecado destruidor e o sofrimento do mundo e da Igreja.

Na Mensagem de Fátima o pecado não deixa Deus indiferente. Por isso o cerne da mensagem está no convite a acender o desejo de amor a Deus e estimular a prática do amor reparador. A devoção ao Imaculado Coração de Maria introduz-nos na humanidade e benignidade do nosso Deus e Senhor.

E o convite feito diretamente à Lúcia, por Nossa Senhora, em junho de 1917 – “Deus quer servir-se de ti para me fazer conhecer e amar” – deixa-nos também experimentar humildemente que podemos intervir na história por meio da adoração, reparação e intercessão”.

- E eu, estou pronto(a) a dizer sim à vontade de Deus mesmo quando isso implica sacrifícios?

*(em silencio - contemplo e medito...)*



### **Cântico: Ave, Ave, Ave Maria!**

Com doces palavras, / Mandou-nos rezar.

A Virgem Maria, / Para nos salvar.

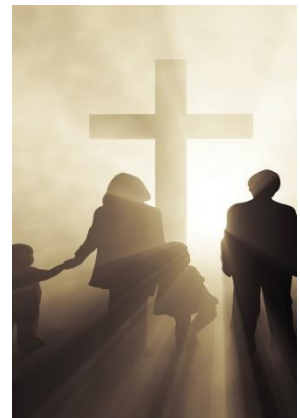
**Ave, Ave, Ave Maria!**

## **ORAÇÃO DO SANTO ROSÁRIO**

### **MEDITAÇÃO DOS MISTÉRIOS DA DOR**

Contemplando os Mistérios da Dor acompanhamos Jesus, no seu caminho, desde a Agonia no Jardim das Oliveiras até à Morte no Monte Calvário.

Também queremos unir a nossa vontade às indicações do Papa Francisco que disse: “a Quaresma é um tempo favorável de penitência e mortificação com a finalidade de nos fazer ressuscitar com Cristo, de modo a renovar a nossa identidade batismal. O Senhor ressuscitado chama-nos a caminhar em direção a Ele que é a Luz”.



### **Cântico**

### **1.º Mistério – A Agonia de Jesus no Horto**

*"Jesus saiu e, como de costume, foi para o monte das Oliveiras. Os discípulos foram com Ele. Chegando ao lugar, Jesus disse-lhes: "Orai para não caídes em tentação". Então, afastou-Se uns trinta metros, e, de joelhos, começou a orar,*

*dizendo: "Pai, se queres, afasta de Mim este cálice. Contudo, não se faça a Minha vontade". (Lc. 22, 39-43)*

- Os discípulos, naquela noite angustiante, adormeceram "devido à tristeza". O desânimo destrói e paralisa. Por isso o Senhor ordena aos seus discípulos: "Levantai-vos e orai".

Mensagem de Fátima - O Anjo, na segunda Aparição, recomendou aos Pastorinhos: "Aceitai e suportai com submissão o sofrimento que o Senhor vos enviar". Nossa Senhora tinha-os prevenido também: "Ides, pois, ter muito que sofrer, mas a graça de Deus será o vosso conforto".

- Rezemos para que cada um de nós não desanime face às dificuldades, mas caminhe sempre na verdade e no bem!

***Pai Nosso... / Ave Maria... / Glória...***



**Cântico**

## **2.º Mistério – A Flagelação de Jesus**

*"Então Pilatos querendo agradar à multidão, soltou-lhes Barrabás e, depois de ter mandado flagelar a Jesus, entregou-O para ser crucificado!" (Mc. 15, 15)*

- Surpreendeu a Pilatos a serenidade de Jesus enquanto é maltratado, manietado, condenado. O silêncio de Jesus provém da sua oração e união íntima com o Pai.

Mensagem de Fátima - O pequeno Francisco recolhia-se muitas vezes em oração. Conta a Lúcia que ele se afastava muitas vezes dela e da irmã. Quando o encontravam, lá estava ele por trás de algum arbusto, de joelhos, a rezar. Sabendo que iria depressa para o Céu, não ia à escola, para ficar na igreja a fazer companhia a "Jesus Escondido", como ele gostava de Lhe chamar. Quando já estava muito doente, se Lhe perguntavam se sofria muito, confessava: "estou muito mal, mas sofro para consolar Nosso Senhor".

- Rezemos, para que cada um de nós seja, verdadeiramente, adorador e consolador de Jesus presente na Eucaristia e no Sacrário, à semelhança de São Francisco Marto.

***Pai Nosso... / Ave Maria... / Glória...***



**Cântico**

## **3.º Mistério – A Coroação de Espinhos**

*"Os soldados, depois de tecerem uma coroa de espinhos, puseram-Lha na cabeça e envolveram-No com um manto de púrpura. Depois, avançavam para Ele e diziam: "Salve, ó Rei dos Judeus". E davam-Lhe bofetadas." (Jo. 19, 2-3)*

- Jesus era o centro das atenções daqueles soldados, mas pelos piores motivos. Coroaram-No de espinhos e dobravam o joelho diante d'Ele para O ridicularizar e desprezar.

Mensagem de Fátima - A Jacinta, mesmo doente, passava horas a fio com os olhos fixos no Sacrário a fazer companhia a Jesus. Quantas vezes a pequenina ajoelhava, meia trémula e de mãos postas, a rezar a oração de súplica humilde que Nossa Senhora lhes ensinara: "Ó meu Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do Inferno; levai as almas todas para o Céu principalmente as que mais precisarem".

- Rezemos para que cada um de nós saiba oferecer todos os sacrifícios para reparar o Coração de Jesus e de Maria, à semelhança da Santa Jacinta Marto.

***Pai Nosso... / Ave Maria... / Glória...***



***Cântico***

#### **4.º Mistério – Jesus carrega a Cruz até ao Monte Calvário**

*"Quando O conduziam, requisitaram um certo homem, Simão de Cirene, que vinha do campo, e obrigaram-no a carregar a cruz atrás de Jesus. Acompanhava-O grande multidão de povo e de mulheres que se lamentavam e O choravam."*  
(Lc 23, 26-27)

- Jesus abraça a cruz por amor, transformando-a em sinal de salvação. Com a nossa cruz de cada dia identificamo-nos com Cristo.

Mensagem de Fátima - Antes das Aparições, os Pastorinhos costumavam rezar o terço a correr, sem dizer as palavras todas; mas depois do pedido de Nossa Senhora para rezarem o terço, a Jacinta dizia com decisão: "Agora, quando rezarmos o terço, temos de rezar a Ave-Maria e o Pai-Nosso inteiros". Cabe referenciar a fidelidade aos sacrifícios que Deus lhes mandou. Esses sofrimentos foram as zombarias, o escárnio, os castigos, a prisão e a perseguição, e depois a longa doença do Francisco e sobretudo da Jacinta.

- Que o Senhor, por intercessão de Sua Mãe, imprima também em nós essa determinação de sermos mais corajosos e coerentes na aceitação dos pedidos de Deus.

***Pai Nosso... / Ave Maria... / Glória...***



***Cântico***

#### **5.º Mistério – A Crucifixão e Morte de Jesus**

"Era então quase a hora sexta, e toda a Terra ficou coberta de trevas até à hora nona; escureceu-se o sol e rasgou-se pelo meio o véu do templo. Jesus, clamando

em voz alta, disse: "Pai, nas Tuas mãos entrego o Meu Espírito". Dizendo isto, expirou." (Lc 23, 44-46)

"Vieram, pois, os soldados e ao chegaram a Jesus, vendo que já estava morto, não Lhe quebraram as pernas; mas um dos soldados abriu-Lhe o lado com a lança, e no mesmo instante saiu sangue e água." (Jo. 19, 33-34)

- A entrega de Jesus culmina com o golpe da lança que trespassa o seu coração. No Coração de Jesus temos uma imagem do amor gratuito e misericordioso de Deus por nós. É desse Coração que nasce a Igreja.

Mensagem de Fátima - Em Fátima, o Coração de Jesus aparece unido a outro Coração, o Coração de Maria, também ele ferido, cercado de espinhos. Assim, ambos constituem um dom da Misericórdia de Deus.

É por isso que Nossa Senhora, na segunda Aparição, insiste concretamente com a Lúcia: "Tu ficas cá mais algum tempo. Jesus quer servir-se de ti para me fazer conhecer e amar. Ele quer estabelecer no mundo a devoção ao meu Imaculado Coração".

- Peçamos a graça de amarmos o Coração do nosso Deus e o Coração de sua Mãe, como fizeram os 3 Pastorinhos.

### ***Pai Nosso... / Ave Maria... / Glória...***

#### **- Rezemos:**

- pelas intenções do Santo Padre – ***Ave Maria...***
- pela paz no mundo – ***Ave Maria...***
- e pela conversão dos pecadores – ***Ave Maria...***

#### **- Salve, Rainha...**

#### **- Consagração a Nossa Senhora...**





### **Bênção do Santíssimo Sacramento (se possível)**

#### **Veneremos, adoremos**

A presença do Senhor,  
Nossa Luz e Pão da Vida,  
Cante a alma o seu louvor.  
Adoremos no Sacrário  
Deus oculto por amor.

Dêmos glória ao Pai do Céu,  
Infinita majestade,  
Glória ao Filho e ao Santo  
Espírito,  
Em espírito e verdade.  
Veneremos, adoremos  
A Santíssima Trindade.  
Ámen.

#### **Oração final:**

*Bendito seja Deus.  
Bendito o seu santo Nome.  
Bendito Jesus Cristo, verdadeiro  
Deus  
e verdadeiro homem.  
Bendito o Nome de Jesus.  
Bendito o seu Sacratíssimo Coração.  
Bendito o seu Preciosíssimo Sangue.  
Bendito Jesus no Santíssimo  
Sacramento do Altar.  
Bendito o Espírito Santo Paráclito.  
Bendita a excelsa Mãe de Deus, Maria  
Santíssima.  
Bendita a sua santa e imaculada  
Conceição.  
Bendita a sua gloriosa Assunção.  
Bendito o nome de Maria, Virgem e  
Mãe.  
Bendito São José, seu castíssimo  
Esposo.  
Bendito Deus nos seus Anjos e nos  
seus Santos.*

- Ámen.

#### **Oração:**

- Vós sois o Pão que desceu do Céu,
- *para dar a vida ao mundo.*
- Oremos:

Senhor Jesus Cristo, que neste admirável Sacramento nos deixaste o memorial da Vossa Paixão, concedei, Vos pedimos, venerar de tal modo os mistérios do Vosso Corpo e Sangue, que sintamos continuamente os frutos da Vossa Redenção. Vós que sois Deus com o Pai na unidade do Espírito Santo.

- Ámen.



**O amor de Deus repousa em mim,  
O amor de Deus repousa em mim,  
O amor de Deus me consagrou.**

**O amor de Deus me enviou  
A anunciar a paz e o bem.  
O amor de Deus me enviou  
A anunciar a paz e o bem.**

O amor de Deus me escolheu  
para estender o reinado de Cristo  
entre as nações  
E proclamar feliz Boa Nova aos seus  
pobres.  
Por isso eu exulto em Deus, meu  
Salvador.

**O amor de Deus repousa em mim...**