



**PEREGRINOS DE ESPERANÇA**  
**“Para que transbordeis de esperança”**  
**(Rm 15, 13)**

**Primeiro Sábado – dezembro 2024**  
**Contemplação dos Mistérios Gloriosos**

**1. O pedido de Nossa Senhora**

**“Se fizerem o que eu vos disser, terão paz”**

A devoção reparadora ao Imaculado Coração de Maria foi, inicialmente, pedida por Nossa Senhora na mariofania de 13 de julho de 1917, na Cova da Iria, em Fátima, e concretizada na visão de Pontevedra (Espanha), a 10 de dezembro de 1925. Nesta visão apareceram à Irmã Lúcia o Menino Jesus e Nossa Senhora. Jesus foi o primeiro a falar: “Tem pena do Coração de tua Santíssima Mãe, coberto de espinhos...” Depois foi a vez de Nossa Senhora falar: “Olha, minha filha, o meu Coração cercado de espinhos que os homens ingratos a todos os momentos me cravam com blasfêmias e ingratidões. Tu, ao menos, procura consolar-me, e diz a todos aqueles que, durante cinco meses, no primeiro sábado, se confessarem, recebendo a sagrada Comunhão, rezarem um terço e me fizerem 15 minutos de companhia, meditando nos quinze mistérios do Rosário, com o fim de me desagrar, prometo assistir-lhes na hora da morte, com todas as graças necessárias à salvação.”



No intuito de consolarmos o Coração Doloroso e Imaculado de Maria, são-nos pedidas quatro práticas:

- a) Comunhão em estado de graça;
- b) Terço;
- c) Meditação durante 15 minutos sobre um ou mais mistérios do Rosário;
- d) Confissão com intenção reparadora.

Sobre o sacramento da Reconciliação disse Jesus à Lúcia, em 15 de fevereiro de 1926, que poderia ser em qualquer data, contanto que “quando comungarem estejam em graça e que quando se confessarem tenham a intenção de desagrar o Coração Imaculado de Maria”. Esta devoção foi aprovada pelo Bispo de Leiria, a 13 de setembro de 1939.

**2. Esquema para concretização da devoção dos Primeiros Sábados**

Ao longo do ano de 2024 o esquema proposto para a vivência da devoção dos cinco primeiros sábados será o seguinte: Inicia com a oração do terço. Seguidamente a meditação de um mistério do rosário, para realizarem os 15 minutos de companhia a Nossa Senhora. Para os grupos que têm a possibilidade de fazer um momento de adoração eucarística, os 15 minutos de meditação podem ser incluídos no momento de adoração ao Santíssimo.

**Nota:** Esta proposta é meramente indicativa, pelo que os grupos organizados podem e devem ajustar às suas realidades e necessidades.



### 3. Oração do Terço - Mistérios Gloriosos

**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. Ámen.

#### Introdução:

Neste Primeiro Sábado de dezembro, durante os quinze minutos de companhia ao Coração Imaculado de Maria, vamos refletir nos Mistérios Gloriosos, que nos orientam para a meditação do nosso caminho rumo à graça e à misericórdia de Deus.

Cada um de nós é fruto da graça de Deus. Nós fomos constituídos herdeiros, fomos predestinados conforme a decisão da Sua vontade, para sermos um hino de louvor da Sua graça.

“Bendito seja o Deus, Pai de Nosso Senhor Jesus Cristo, que no alto do Céu nos abençoou com toda a espécie de bênçãos espirituais em Cristo.” (Efésios 1,3)

A misericórdia é a luz e a chave da nossa vida tão preciosa e frágil, do nosso pequeno planeta tão vulnerável, do universo imenso e interrelacionado e do qual fazemos parte. Todo o Universo é um suspiro do amor misericordioso de Deus.

#### Cântico:

**A minha alma tem sede de Vós, meu Deus!**

**A minha alma tem sede de Vós, meu Deus!**

Senhor, sois o meu Deus: desde a aurora Vos procuro.

A minha alma tem sede de Vós.

Por Vós suspiro,

como terra árida, sequiosa, sem água.

Quero contemplar-Vos no santuário,  
para ver o vosso poder e a vossa glória.

A vossa graça vale mais que a vida:

por isso os meus lábios hão-de cantar-Vos louvores.

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

##### Do Evangelho de S. Lucas (24,1-6)

*“No primeiro dia da semana, ao romper da alva, as mulheres foram ao sepulcro, levando os perfumes que haviam preparado. Encontraram removida a pedra da porta do sepulcro e, entrando, não acharam o corpo do Senhor Jesus. Estando elas perplexas com o caso, apareceram-lhes dois homens em trajes resplandecentes. Como estivessem amedrontadas e voltassem o rosto para o chão, eles disseram-lhes: “Porque buscais o Vivente entre os mortos? Não está aqui: ressuscitou!”*





### **Comentário:**

As mulheres encontraram o sepulcro vazio, o corpo de Jesus não está lá... Algo de novo acontecera. Quando tudo parecia perdido e sem sentido, no primeiro dia da semana, ecoou por toda a terra uma imensa boa notícia: “ressuscitou o Senhor”.

Os anúncios de Deus são sempre surpresas, porque o nosso Deus é o Deus das surpresas.

### **Das Memórias da Irmã Lúcia:**

*A Santa Jacinta dizia: “Se eu pudesse meter no coração de toda a gente o lume que tenho cá dentro no peito a queimar-me e a fazer-me gostar tanto do Coração de Jesus e do Coração de Maria!”. (MIL, 130)*

### **Interpelação:**

Quando sinto o meu interior vazio, a minha vida sem sentido, o meu coração fica aberto às surpresas de Deus ou amedrontado e com o rosto voltado para o chão?

(breve silêncio)

### **Prece:**

Peçamos, por intercessão de Maria, a graça de participarmos da alegria de Jesus e de sermos, com a nossa vida, testemunhas da Sua Ressurreição.

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

### **Cântico:**

**Cristo ressuscitou, aleluia, aleluia!**

Cantai ao Senhor um cântico novo,  
cantai ao Senhor, terra inteira.

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

### **Do Evangelho de S. Lucas (24,50-53)**

*“Depois, levou-os até junto de Betânia e, erguendo as mãos, abençoou-os. Enquanto os abençoava, separou-se deles e elevava-se ao Céu. E eles, depois de se terem prostrado diante dele, voltaram para Jerusalém com grande alegria. E estavam continuamente no templo a bendizer a Deus.”*



### **Comentário:**

“A vida terrena de Jesus culmina com o evento da ascensão, ou seja, quando Ele passa deste mundo para o Pai e é elevado à sua direita. A Ascensão de Jesus ao Céu leva-nos a conhecer esta realidade tão consoladora para o nosso caminho: em Cristo, verdadeiro Deus e verdadeiro homem, a nossa humanidade foi levada para junto de Deus; Ele abriu-nos a passagem, conduzindo-nos para Deus. Ascensão não indica a ausência de

Jesus, mas diz-nos que Ele está vivo no meio de nós de modo novo. Na nossa vida nunca estamos sozinhos: o Senhor crucificado e ressuscitado orienta-nos.” (Papa Francisco, 17 abril 2013)

**Das Memórias da Irmã Lúcia:**

*“Francisco quando se encontra doente e após a comunhão dizia para Jacinta: “Hoje sou mais feliz que tu, porque tenho dentro do meu peito a Jesus escondido. Eu vou para o Céu...”” (MIL 164)*

**Interpelação:**

Na minha vida deixo-me orientar por este Jesus escondido que vive dentro de mim?

*(breve silêncio)*

**Prece:**

Peçamos, por intercessão de Maria, que o Senhor nos conceda a graça de entregarmos ao Pai do Céu o nosso trabalho apostólico a fim de caminharmos com confiança e esperança.

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

**Cântico:**

**Senhor, Tu és a luz que ilumina a terra inteira.**

**Tu és a luz que ilumina a minha vida.**

Cantai ao Senhor um cântico novo

Cantai ao Senhor, terra inteira,

cantai ao Senhor, bendizei o seu nome.

**3º Mistério: A Descida do Espírito Santo**

**Do Evangelho de S. João (20,19-22)**

*“Ao anoitecer daquele dia, o primeiro da semana, estando fechadas as portas do lugar onde os discípulos se encontravam, com medo das autoridades judaicas, veio Jesus, pôs-se no meio deles e disse-lhes: “A paz esteja convosco!” Dito isto, mostrou-lhes as mãos e o peito. Os discípulos encheram-se de alegria por verem o Senhor. E 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.””*



**Comentário:**

O Espírito Santo, derramando-se sobre nós, derrota a aridez, abre os corações à esperança e estimula e favorece a maturação interior na relação com Deus e com o próximo. Por isso Jesus, ao encontrar os seus, repete: “A paz esteja convosco” e envia o Seu Espírito que nos faz experimentar uma alegria plena.

Precisamos do Espírito; d’Ele precisa o nosso pequeno e estagnado mundo; d’Ele precisa a Igreja para que seja guardiã de liberdade e de esperança.



### **Das Memórias da Irmã Lúcia:**

*A 13 de junho de 1929, na capela em Tuy, relata a Lúcia: “A única luz era a da lâmpada. De repente, iluminou-se toda a capela com uma luz sobrenatural e sobre o altar apareceu uma Cruz de luz que chegava até ao tecto. Em uma luz mais clara via-se, na parte superior da Cruz, uma face de homem com o corpo até à cinta, sobre o peito uma pomba também de luz e, pregado na Cruz, o corpo de outro homem. Um pouco abaixo da cinta, suspenso no ar, via-se um cálice e uma hóstia grande, sobre a qual caíam algumas gotas de sangue que corriam pelas faces do Crucificado e de uma ferida do peito. Escorregando pela Hóstia, essas gotas caíam dentro do Cálice. Sob o braço direito da Cruz estava Nossa Senhora (...) com seu Imaculado Coração na mão.... Sob o braço esquerdo, umas letras grandes, como se fossem de água cristalina que corressem para cima do altar, formavam estas palavras: "Graça e Misericórdia". Compreendi que me era mostrado o mistério da Santíssima Trindade ...” (MIL, 195)*

### **Interpelação:**

A minha vida transparece a luz e a ação do Espírito Santo em mim?

(breve silêncio)

### **Prece:**

Pedimos, por intercessão da Virgem Maria, que o Espírito Santo ilumine os nossos pensamentos, sentimentos e vontade para a maior Glória de Deus.

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

### **Cântico:**

**Pai, em vossas mãos entrego o meu espírito. (2x)**

## **4º Mistério: A Assunção de Maria ao Céu**

### **Do Evangelho de S. Lucas (1,45-50)**

*“Feliz de ti que acreditaste, porque se vai cumprir tudo o que te foi dito da parte do Senhor. Maria disse, então: “A minha alma glorifica o Senhor e o meu espírito se alegra em Deus, meu Salvador. 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.”*



### **Comentário:**

Hoje, Maria convida-nos a elevar o olhar para as “maravilhas” que o Senhor realizou nela. Também em cada um de nós, o Senhor realiza muitas maravilhas.

### **Das Memórias da Irmã Lúcia:**

*A venerável irmã Lúcia narra que a Jacinta lhe disse: “Vês?! Não devemos ter medo de nada! Aquela Senhora ajuda-nos sempre. É tão nossa amiga!”. (MIL, 50)*



**Interpelação:**

Reconheço as maravilhas que o Senhor realiza na minha vida, na minha relação com Deus e com os irmãos?

(breve silêncio)

**Prece:**

Pedimos, por intercessão da Virgem Maria, o dom de uma fé confiante e jubilosa.

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

**Cântico:**

**A minha alma glorifica o Senhor,  
porque olhou para a sua humilde serva.  
A minha alma glorifica o Senhor**

**5º Mistério: A Coroação de Maria no Céu**

**Do Livro do Apocalipse (12, 1)**

*“Depois, apareceu no céu um grande sinal: uma Mulher vestida de Sol, com a Lua debaixo dos pés e com uma coroa de doze estrelas na cabeça”*



**Comentário:**

“Finalmente, a Virgem Imaculada, preservada e imune de toda a mancha da culpa original, terminado o curso da vida terrena, foi elevada ao céu em corpo e alma e exaltada por Deus como rainha, para assim se conformar mais plenamente com seu Filho, Senhor dos senhores e vencedor do pecado e da morte” (CIC, 966).

**Da Mensagem de Fátima:**

A Venerável Maria Lúcia de Jesus do Coração Imaculado exorta-nos a caminhar para o Céu: “A minha vocação é o Céu”. “Para quê o viver na terra senão não é para irmos a caminho do Céu? “. “Se ando no caminho do Céu – ao Céu hei -de chegar”. “O caminho do Céu é este: cumprir os Mandamentos”. Àquela que disse “Sou do Céu!”, peçamos-Lhe que “leve as almas todas para o Céu”. “A existência do Céu é certa: o Céu existe!”. (“A Páscoa de Nossa Senhora: o Céu é minha morada”, P. Manuel Reis, Carmelita Descalço)

**Interpelação:**

Sendo o Céu não um lugar, mas sim, um modo de me relacionar, tenho consciência de que Jesus me chama a ser instrumento na construção do céu na terra, no meu relacionamento com a família e a comunidade?

(breve silêncio)

**Prece:**

Pedimos, por intercessão da Virgem Maria, para que, embora rodeados e, às vezes, quase submergidos pelas coisas da terra, os cristãos não cessem de olhar para o céu.



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

**Cântico:**

Com minha Mãe estarei / na santa glória um dia;  
junto à Virgem Maria, / no Céu triunfarei.

**No Céu, no Céu, com minha Mãe estarei. (2x)**

**Rezemos as três últimas Ave Marias:**

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

**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, nos mostrai Jesus, bendito fruto de Vosso ventre. Ó clemente, ó piedosa, ó doce sempre Virgem Maria. Rogai por nós, Santa Mãe de Deus, para que sejamos dignos das promessas de Cristo. Ámen.

**Ato de Consagração a Nossa Senhora:**

Ó Senhora, minha, ó minha Mãe, eu me ofereço todo(a) a vós, e, em prova da minha devoção para convosco, vos consagro, neste dia e para sempre, os meus olhos, os meus ouvidos, a minha boca, o meu coração e inteiramente todo o meu ser. E porque assim sou vosso(a), ó incomparável Mãe, guardai-me e defendei-me como coisa e propriedade vossa. Lembrai-vos que vos pertenço, terna Mãe, Senhora nossa. Ah, guardai-me e defendei-me como coisa própria vossa. Ámen.

**Oração a S. Francisco e Sta. Jacinta Marto**

Deus de bondade e fonte de santidade, que fizestes dos Bem-aventurados Francisco e Jacinta Marto duas candeias para iluminar a humanidade, exaltai os humildes que na Vossa luz veem a luz, a fim de que a todos seja dado contemplar os caminhos que conduzem ao Vosso coração.

Por Nosso Senhor Jesus Cristo, Vosso Filho, que é Deus convosco na unidade do Espírito Santo. Ámen.

**Cântico:**

Foi aos Pastorinhos | que a Virgem falou.  
Desde então nas almas | nova luz brilhou  
Avé, Avé, Avé, Maria!  
Avé, Avé, Avé, Maria!



#### 4. Momento de Eucarística e os 15 minutos de meditação.

*“Feliz de ti que acreditaste” (Lc 1,45)*

**Cântico:**

**Saboreai e vede, como o Senhor é bom!**

A toda a hora bendirei o Senhor,  
o seu louvor estará sempre na minha boca.  
A minha alma gloria-se no Senhor:  
ouçam e alegrem-se os humildes.

**Presidente:** Graças e louvores se deem a todo o momento, (3x)

**Todos:** Ao Santíssimo e diviníssimo Sacramento.

**P** - Bendito e louvado seja o Santíssimo Sacramento da Eucaristia.

**T** - Fruto do ventre sagrado da Virgem Puríssima Santa Maria.

**Cântico:**

“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)

"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."

**(Silêncio)**

#### 4.1 15 minutos de companhia a Nossa Senhora

Como meio de reparação ao Imaculado Coração de Maria, hoje, neste primeiro sábado de dezembro, vamos meditar no quarto mistério glorioso: A Assunção de Maria ao Céu.

Que os 15 minutos de meditação sejam um momento especial de encontro íntimo com Deus e de verdadeiro ato de reparação ao Sagrado Coração de Jesus e ao Imaculado Coração da Virgem Santa Maria!

#### Escuta da Palavra de Deus: Evangelho de S. Lucas (1, 45-50)

*“Feliz de ti que acreditaste, porque se vai cumprir tudo o que te foi dito da parte do Senhor. Maria disse, então: “A minha alma glorifica o Senhor e o meu espírito se alegra em Deus, meu Salvador. 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.”*

**(Silêncio)**



**Reflexão / Meditação**  
**(pelo presidente/individual)**

**A minha alma *glorifica* o Senhor, e o meu espírito se alegra em Deus, meu Salvador!**

A Assunção revela-nos que Maria foi humana por excelência; toda a sua humanidade foi atravessada pelo divino: nela não havia busca de prestígio e poder. Reconheceu-se como “humilde serva” porque desceu à essência da sua vida e aí deixou-se conduzir por Aquele que entra na história de cada um pelo lado da fragilidade, limitação, pobreza... Ela viveu a Assunção em todos os momentos da sua vida, porque se sentia envolvida pela graça e misericórdia de Deus.

Por isso, na Assunção, todos seremos “assumidos por Deus”. Deus assume tudo o que é humano em nós e ilumina, plenifica... Nada do que é humano lhe escapa; Ele eleva-nos... a Sua graça desperta a nossa vida que se eleva na direção do outro, através do serviço solidário e do compromisso eficaz na transformação da história.

Esta é uma realidade que não acontecerá apenas no fim dos tempos; é realidade sempre atual: já vivemos em Deus, n’Ele nos movemos e existimos; Ele nos envolve continuamente com a sua providência, misericórdia e cuidado.

Portanto, a Assunção de Maria diz respeito a todos nós; todos estamos implicados neste mistério; experimentamos a Assunção nas nossas vidas: vivemos a Assunção quando descemos ao mais profundo da nossa humanidade, às raízes da nossa existência.

Há muitos recursos, dons, potencialidades, desejos nobres, inspirações, presentes no nosso interior e que querem emergir, elevar-se... A Assunção começa no nosso interior quando o “*que há de divino em nós*” se expande, plenificando e dando sentido à nossa existência.

A Assunção move a pessoa a reforçar os laços, a alimentar a comunhão, a mobilizar e a viver a cultura do encontro; a Assunção faz romper fronteiras geográficas, sociais, culturais, religiosas... ela abarca a humanidade inteira. Porque parte da humanidade, a Assunção humaniza-nos e capacita-nos a criar mediações humanizadoras. Não é possível acreditar na Assunção da humanidade se nos deixarmos levar pela cultura da aparência, do ódio, da intolerância, da violência...

Quem se deixa vivenciar por este mistério da Assunção, sente despertar em si uma profunda gratidão; brota em seu coração e em seus lábios um novo “*magnificat*”, onde reconhece a ação criativa de Deus, em si mesmo, nos outros e na criação... Proclama que Deus fez, faz e fará maravilhas nele(a), por ele(a), através dele(a)... Vive com intensidade porque sente que tudo é Graça, de graça, envolvido pela graça...

**“O Todo-Poderoso fez em mim maravilhas”**, é uma exclamação que Lucas põe nos lábios de Maria para fazê-la nossa e repeti-la com frequência. A alegria não é completa se não a compartilhamos. A experiência de um Deus que é Misericórdia e Santo fez brotar os mais belos salmos e orações que nos foram legados e cheios de bênção.

O Senhor realiza maravilhas: em Maria, nos outros e em cada um de nós. Assim, Maria põe-se a cantar ao Deus da vida e ao mundo novo que Ele torna possível; ela, consciente do que está a viver, deixa jorrar do seu interior um ousado cântico que expressa uma das imagens de Deus mais inspiradoras e carregadas de esperança do Novo Testamento. Maria expande a sua consciência maravilhada da ação de Deus nela e para além dela; em Deus, ela sente-se em sintonia com a história do seu povo e da humanidade inteira. Descobre que Deus é grande porque entra na história a partir dos últimos, dos pobres e deslocados.

E esta experiência de que Deus “*faz maravilhas nela*”, é a razão pela qual afirma que Ele é misericordioso e que esta misericórdia, realizada nela, se estende, de geração em geração, sobre aqueles que o temem, sobre aqueles que creem n’Ele e O amam. A sua experiência pessoal é o que lhe faz descobrir como Deus atua no mundo e como está disposto a fazer novo a nossa vida.

No Magnificat, Maria canta a sua própria história e “*faz memória*” da história do seu povo. E isso desafia-nos a fazer o mesmo. Ninguém vive uma vida espiritual fecunda enquanto não for capaz de assumir aquilo que “*é*” na sua originalidade, se não for capaz de construir a relação com Deus como um diálogo vivo entre um “*eu*” e um “*tu*”. A oração de Maria não é feita de fórmulas. Ela expõe a sua vida naquilo que diz.

À luz do Magnificat, a história não se reduz a eventos opacos, vazios, tristes...

Com o cântico de Maria, a história ilumina-se, transfigura-se e desafia-nos. O Magnificat faz-nos ver o que todo mundo vê, mas de um “*modo*” diferente: vemos mais longe, vemos além, vemos mais fundo...

Deus desce à nossa própria história, iluminando-a e carregando-a de sentido. A história pessoal e a história do mundo tornam-se o lugar habitual da experiência de Deus, a montanha da sarça ardente que não se consome.

A partir dessa perspectiva, a nossa história pode ser poderosa motivadora de mudança; ela levanta-nos quando estamos dispersos e sem direção; ela não é apenas relato do passado, mas parte viva do que somos agora; ela traz-nos para “*casa*”, para a nossa própria integridade e identidade; ela abre-nos um futuro de esperança.

*(Pe. Adroaldo Palaoro, sj)*

***(Em silêncio, meditemos)***

**Cântico:**

**Magnificat, magnificat, / magnificat anima mea Dominum.**

**Magnificat, magnificat, / magnificat anima mea.**

**Preces:**

Elevemos as nossas orações a Deus Pai e, por intercessão da gloriosa Virgem Maria, invoquemos a divina misericórdia, com fé e esperança:

**R/ Mãe de Jesus Cristo, rogai por nós.**

- Que o Espírito Santo erga o nosso olhar para o horizonte e o oriente para as periferias da existência, para comunicar a alegria da fé, do encontro com Cristo.

**R/ Mãe de Jesus Cristo, rogai por nós.**

- Pelas pessoas que vivem em solidão, para que o rosto de Jesus que neles habita os console.

**R/ Mãe de Jesus Cristo, rogai por nós.**

- Pelos povos que têm dificuldade em acolher Jesus como amigo.

**R/ Mãe de Jesus Cristo, rogai por nós.**

- Por cada um de nós, que apesar de reconhecer Jesus Cristo como o Salvador, ainda temos medo de nos entregarmos e confiar em Jesus.

**R/ Mãe de Jesus Cristo, rogai por nós.**



### **Pai Nosso...**

**Presidente:** Graças e louvores se deem a todo o momento, (3x)

**Todos:** Ao Santíssimo e diviníssimo Sacramento.

**P** - Bendito e louvado seja o Santíssimo Sacramento da Eucaristia.

**T** - Fruto do ventre sagrado da Virgem Puríssima Santa Maria.

### **Bênção do Santíssimo:**

*(Só se a adoração for presidida por um ministro ordenado. Caso contrário, recitar apenas a oração que se segue.)*

**P**- Ajoelhemos, diante do Santíssimo. Oremos:

Ó Deus, que neste admirável Sacramento, nos deixastes o memorial da vossa paixão, concedei-nos venerar de tal modo os sagrados mistérios do vosso Corpo e do vosso Sangue, que sintamos continuamente os frutos da vossa redenção. Vós, que viveis e reinais pelos séculos dos séculos.

**T**- **Ámen.**

### **Oração:**

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.**

### **Invocações Finais: (Recolha do Santíssimo)**

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.

### **Cântico**

Ó verdadeiro corpo do Senhor,

nascido para nós da Virgem Mãe,

penhor da eterna glória prometida!

Ó verdadeiro corpo do Senhor! (2x)