



Coração de Maria Caminho para ver a Deus
“Felizes os puros de coração porque verão a Deus” (Mt 5,8)

Primeiro Sábado – Novembro 2025
Contemplação dos Mistérios Dolorosos

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 marifolia 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 2025 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.



3. Oração do Terço - Mistérios Dolorosos

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 novembro, mês em que recordamos de forma especial todos os fiéis defuntos, unimo-nos ao Coração Imaculado de Maria para contemplar os Mistérios Dolorosos.

Nestes mistérios, meditamos o caminho da Cruz percorrido por Jesus para a nossa salvação. Através da Sua dor, manifestam-se a Trindade Santa, a graça e a misericórdia divinas, e renasce em nós a esperança na redenção. Rezemos por todos os que partiram, confiando-os à misericórdia divina, e peçamos a graça de viver com alegria e esperança a nossa fé.

1º Mistério: A agonia de Jesus

Do Evangelho de São Lucas (Lc 22, 41-44): “Depois afastou-se deles, à distância de um tiro de pedra, aproximadamente; e, pondo-se de joelhos, começou a orar, dizendo: “Pai, se quiseres, afasta de mim este cálice; contudo, não se faça a minha vontade, mas a tua.” (...) e o suor tornou-se-lhe como grossas gotas de sangue, que caíam na terra.”

Das Memórias da Irmã 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. (...) Um pouco abaixo da cinta, suspenso no ar, via-se um cálix e uma hóstia grande, sobre a qual caíam algumas gotas de sangue que corriam pelas faces do Crucificado e duma ferida do peito”.

Comentário: No Horto, Jesus experimenta a solidão e o peso dos pecados do mundo, mas entrega-se ao Pai com confiança. Na Sua agonia manifesta-se o mistério da Trindade Santa: o Filho que obedece, o Pai que acolhe e o Espírito que fortalece. É na dor que floresce a graça e a misericórdia, e na entrega nasce a esperança da redenção.

Interpelação: Tenho coragem de enfrentar os meus sofrimentos com fé? Ofereço-os em união com Jesus?

Prece: Senhor, ensinaí-nos a aceitar a Vossa vontade, mesmo nas horas de angústia.

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

Cântico: Nada te turbe



2º Mistério: A flagelação de Jesus

Do Evangelho de S. João (Jo 19, 1): “Então, Pilatos mandou levar Jesus e flagelá-lo.”

Das Memórias da Irmã Lúcia: “Sob o braço esquerdo, umas letras grandes, como se fossem de água cristalina que corresse para cima do Altar, formavam estas palavras: "Graça e Misericórdia". (...) Compreendi que me era mostrado o mistério da Santíssima Trindade e recebi luzes sobre este mistério que me não é permitido revelar.”

Comentário: Na flagelação, Jesus assume sobre Si o sofrimento humano. As chagas do Seu corpo tornam-se fonte de cura e de misericórdia. Através das feridas do Filho, o amor da Trindade Santa derrama-se sobre a humanidade. Contemplamos n’Ele a Esperança que nasce da dor oferecida por amor.

Interpelação: Reconheço o amor de Deus por mim?

Prece: Por intercessão de Maria, dai-nos, Senhor, um coração puro e arrependido.

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

Cântico: Pelos prados e campinas

3º Mistério: A coroação de espinhos

Do Evangelho de S. Mateus (Mt 27, 28-30): Despiram-no e envolveram-no com um manto escarlate. Tecendo uma coroa de espinhos, puseram-lha na cabeça, e uma cana na mão direita. Dobrando o joelho diante dele, escarneciam-no, dizendo: “Salve! Rei dos Judeus!” E, cuspindo-lhe no rosto, agarravam na cana e batiam-lhe na cabeça.

Das Memórias da Irmã Lúcia: “Escorregando pela Hóstia, essas gotas caíam dentro do Cálix. Sob o braço direito da Cruz estava Nossa Senhora ("era Nossa Senhora de Fátima com seu Imaculado Coração ... na mão esquerda, ... sem espada nem rosas, mas com uma coroa de espinhos e chamas..."), com o Seu Imaculado Coração na mão...”

Comentário: Na coroa de espinhos, contemplamos o Rei que reina pela humildade. A Sua realeza é de graça e misericórdia. A Trindade Santa manifesta-se no amor que não se impõe, mas se doa. Em cada espinho vemos a esperança que transforma a dor em salvação.

Interpelação: Sou capaz de suportar as pequenas humilhações do dia a dia com paciência?

Prece: Senhor Jesus, ensina-nos a humildade do Vosso Coração.



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

Cântico: Senhor, fazei de mim um instrumento de vossa paz

4º Mistério: Jesus a caminho do Calvário

Do Evangelho de S. Lucas (Lc 23, 26-27): Quando o iam conduzindo, lançaram mão de um certo Simão de Cirene, que voltava do campo, e carregaram-no com a cruz, para a levar atrás de Jesus. Seguiam Jesus uma grande multidão de povo e umas mulheres que batiam no peito e se lamentavam por Ele.

Das Memórias da Irmã Lúcia: “Depois Nossa Senhora disse-me: – É chegado o momento em que Deus pede para o Santo Padre fazer, em união com todos os Bispos do mundo, a consagração da Rússia ao Meu Imaculado Coração, prometendo salvá-la por este meio. São tantas as almas que a Justiça de Deus condena por pecados contra Mim cometidos que venho pedir reparação: sacrifica-te por esta intenção e ora.”

Comentário: Jesus carrega a cruz dos nossos pecados. Em cada passo, a Trindade Santa acompanha a humanidade sofredora. A cruz torna-se sinal da graça e da misericórdia que redime o mundo. Quem caminha com Jesus aprende que o amor é mais forte que o sofrimento e que, mesmo no peso da cruz, floresce a esperança na redenção.

Interpelação: Carrego a minha cruz com esperança e fé no Amor de Deus? Dou esse testemunho para os outros?

Prece: Senhor Jesus, caminha connosco e dai-nos força para suportar as nossas fraquezas.

- Pai Nosso... / Ave Maria... / Glória...

Cântico: Tomai, Senhor, e recebei

5º Mistério: A crucifixão e morte de Jesus

Do Evangelho de S. João (Jo 19, 25-30): Depois disso, Jesus, sabendo que tudo se consumara, para se cumprir totalmente a Escritura, disse: “Tenho sede!”

Havia ali uma vasilha cheia de vinagre. Então, ensopando no vinagre uma esponja fixada num ramo de hissopo, chegaram-lha à boca. Quando tomou o vinagre, Jesus disse: “Tudo está consumado.” E, inclinando a cabeça, entregou o espírito.

Das Memórias da Irmã Lúcia: “Mais tarde, por meio duma comunicação íntima, Nossa Senhora disse-me, queixando-se: – Não quiseram atender ao Meu pedido! (...) O Santo Padre terá muito que sofrer.”



Comentário: No Calvário, a Trindade Santa manifesta-se no mistério do amor total: o Pai recebe o sacrifício do Filho, e o Espírito Santo faz dele fonte de vida nova. Ali se revelam a graça e a misericórdia que salvam o mundo e dão-nos a Esperança da Vida Eterna.

Interpelação: E eu? Sou capaz de entregar a minha vida a Deus, dia após dia?

Prece: Senhor Jesus, ensinaí-nos a viver e morrer por amor.

Cântico: Ave de Fátima.

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 pertencço, terna Mãe, Senhora nossa. Ah, guardai-me e defendei-me como coisa própria vossa. Ámen.

4. Adoração Eucarística e os 15 minutos de meditação.

Cântico: Senhor é meu Pastor

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 novembro vamos meditar no quarto mistério doloroso: "Jesus a caminho do Calvário".

Escuta da Palavra de Deus: Evangelho de S. Mateus 27, 31-32

"Depois de o terem escarnecido, tiraram-lhe o manto, revestiram-no das suas roupas e levaram-no para o crucificar. Ao saírem, encontraram um homem de Cirene, chamado Simão, e obrigaram-no a levar a cruz de Jesus. Depois de o terem escarnecido, tiraram-lhe o manto, vestiram-lhe as suas roupas e levaram-no para ser crucificado. À saída, encontraram um homem de Cirene, chamado Simão, e obrigaram-no a levar a cruz de Jesus."

(Silêncio)

Reflexão / Meditação (pelo presidente/individual)

Contemplamos Jesus a caminho do Calvário, cansado, ferido, mas decidido a amar até ao fim. Cada passo é um ato de entrega, um "sim" silencioso à vontade do Pai. No peso da cruz, Ele carrega o fardo da humanidade inteira — as nossas dores, as nossas faltas, as nossas cruzes.

(Em silêncio, meditemos)

Simão de Cirene surge como sinal de esperança: Deus não quer que caminhemos sozinhos. Ele chama-nos a participar na Sua redenção, a transformar o sofrimento em amor e o peso da vida em oferta.

(Em silêncio, meditemos)

Maria, que segue o Filho, ensina-nos a permanecer firmes junto da dor. No silêncio do coração, ela une-se à cruz, transformando as lágrimas em confiança. Diante de Jesus, presente na Eucaristia, somos convidados a caminhar com Ele — a deixar que a cruz não seja apenas um símbolo, mas um lugar de encontro com o Amor.

(Em silêncio, meditemos)



Cântico: “Maria quero ser como tu”

Oremos:

Senhor Jesus, presente na Eucaristia, nós Te adoramos. Tu és o Deus vivo, fonte de misericórdia e paz. Neste momento de silêncio, queremos abrir-Te o coração e deixarmo-nos transformar pela Tua presença.

(Momento de silêncio diante do Santíssimo)

Preces:

Jesus, nosso Salvador, enche-nos com a Tua luz e paz.

R/ Por intercessão de Maria, ouvi-nos Senhor!

Senhor da Eucaristia, fortalece a nossa fé e amor.

R/ Por intercessão de Maria, ouvi-nos Senhor!

Coração de Jesus, faz-nos viver em comunhão contigo e com os irmãos.

R/ Por intercessão de Maria, ouvi-nos Senhor!

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

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: "Confiarei"

