



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

Primeiro Sábado – Setembro 2026
Contemplação dos Mistérios Gozosos

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. O Menino 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 desagravar, 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 desagravar 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 2026, celebraremos com alegria o centenário das aparições de Nossa Senhora e do Menino Jesus em Pontevedra. Atendendo ao pedido que a Santíssima Virgem fez à Venerável Irmã Lúcia, convidamos todos a viver com fidelidade a devoção reparadora dos Cinco Primeiros Sábados. O esquema proposto para esta vivência 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 Gozosos

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 setembro, mês em que celebramos a Natividade da Virgem Santa Maria e a memória de Nossa Senhora das Dores, contemplamos Maria como mulher de coração vigilante.

Num mundo tantas vezes marcado pela distração e pela pressa, Maria ensina-nos a arte de vigiar, discernir e confiar. O seu coração permanece atento à presença de Deus, prudente diante dos acontecimentos e profundamente humilde perante os seus desígnios.

Ao contemplarmos os Mistérios Gozosos, descobrimos que toda a vida de Maria foi uma escola de vigilância espiritual. Ela escuta, observa, medita, discerne e entrega-se inteiramente à vontade de Deus.

Também os Pastorinhos aprenderam esta vigilância do coração. A luz recebida das mãos de Nossa Senhora despertou neles um olhar novo sobre Deus, sobre os outros e sobre o mundo.

Como afirmou o Papa Leão XIV no Angelus de 26 outubro 2025:

"...poderá crescer, em nós e à nossa volta, o seu Reino, que não pertence aos soberbos, mas aos humildes, e que se cultiva, na oração e na vida, através da honestidade, do perdão e da gratidão."

Peçamos a graça de viver este mês com um coração desperto para Deus, prudente nas escolhas e humilde no serviço.

**Cântico: Esperamos, Senhor, na vossa misericórdia:
que ela venha sobre nós.**

A nossa alma espera o Senhor: / Ele é o nosso amparo e protetor.

Venha sobre nós a vossa bondade, / Porque em Vós esperamos, Senhor.

1º Mistério: A Anunciação do Anjo Gabriel à Virgem Maria

Do Evangelho de S. Lucas 1, 28-32.38: *"Ao entrar em casa dela, o anjo disse-lhe: "Salve, ó cheia de graça, o Senhor está contigo." Ao ouvir estas palavras, ela perturbou-se e inquiria de si própria o que significava tal saudação. Disse-lhe o anjo: "Maria, não temas, pois achaste graça diante de Deus. Hás-de conceber no teu seio e dar à luz um filho, ao qual porás o nome de Jesus." Será grande e vai chamar-se Filho do Altíssimo... Maria disse, então: "Eis a serva do Senhor, faça-se em mim segundo a tua palavra..."*



Comentário: A Anunciação revela-nos um coração totalmente vigilante diante de Deus. Maria não estava à espera de acontecimentos extraordinários. Vivía a simplicidade da sua vida quotidiana quando Deus entrou na sua história. O seu coração estava desperto, atento aos sinais divinos, disponível para acolher uma vontade maior do que os seus próprios projetos.

A vigilância cristã não consiste em viver inquieto ou preocupado com o futuro. Pelo contrário, consiste em habitar profundamente o presente, reconhecendo nele a presença de Deus. Maria escuta, interroga-se, procura compreender e, finalmente, entrega-se. O seu "sim" nasce de um coração que aprendeu a permanecer à escuta.

Também nós somos chamados a cultivar esta vigilância interior. Num mundo marcado pelo ruído, pela dispersão e pela pressa, Maria ensina-nos a criar espaço para Deus, pois só um coração vigilante consegue reconhecer a presença do Senhor e acolher a sua graça.

Das Memórias da Irmã Lúcia: Em 1917 Nossa Senhora pergunta aos Pastorinhos: “- Quereis oferecer-vos a Deus...? Responderam: - Sim, queremos...”

Interpelação: O nosso coração permanece atento à vontade de Deus ou vive absorvido pelas preocupações do dia a dia?

Prece: Por intercessão da Senhora da Anunciação, ensinai-nos, Senhor a vigiar na oração e a acolher com confiança os apelos que Deus nos dirige.

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

Cântico: Feliz és tu porque acreditaste

Feliz és tu porque acreditaste / Que havia de cumprir-se

O que te foi dito da parte do Senhor. / Feliz és tu porque acreditaste.

2º Mistério: A visita de Nossa Senhora a Santa Isabel

Do Evangelho de S. Lucas 1, 39-40: *“Por aqueles dias, Maria pôs-se a caminho e dirigiu-se à pressa para a montanha, a uma cidade da Judeia. Entrou em casa de Zacarias e saudou Isabel.”*

Comentário: Logo após acolher a mensagem do Anjo, Maria parte ao encontro de Isabel, não fica fechada sobre si mesma nem centrada nos privilégios recebidos. A graça que acolhe transforma-se imediatamente em serviço.

A verdadeira prudência cristã não é passividade nem receio, mas sim a capacidade de discernir o bem e realizá-lo no momento oportuno. Maria compreende aquilo que Deus lhe pede e responde prontamente. O seu caminho para a montanha da Judeia é o caminho de quem sabe distinguir o essencial do acessório.

A prudência nasce da escuta de Deus e quem vive unido ao Senhor aprende a olhar a realidade com os seus olhos. Um coração prudente sabe quando falar e quando silenciar, quando agir e quando esperar. Maria ensina-nos que a prudência cristã conduz sempre ao serviço dos irmãos.



Das Memórias da Irmã Lúcia: “Assim se aproximou o dia 13 de Setembro. Em este dia, a Santíssima Virgem, depois do que já tenho narrado, disse-nos: – Deus está contente com os vossos sacrifícios ...” Os Pastorinhos, particularmente, Santa Jacinta pensava constantemente nos pecadores e fazia grandes sacrifícios para alcançar a sua conversão.

Interpelação: As minhas decisões ajudam-me a cumprir a vontade de Deus ou apenas satisfazem os meus interesses imediatos?

Prece: Por intercessão da Nossa Senhora da Visitação, ajudai-nos, Senhor, a discernir os caminhos de Deus e a responder generosamente aos apelos da caridade.

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

Cântico: Nós te cantamos e aclamamos, Maria.

Nós te louvamos e bendizemos, Maria.

Mãe de Jesus, Mãe da Igreja / Porta do Céu, nossa esp'rança.

Causa da nossa alegria / Glória do povo cristão.

3º Mistério: O Nascimento de Jesus em Belém

Do Evangelho de S. Lucas, 2, 6: “E, quando eles ali se encontravam, completaram-se os dias de ela dar à luz e teve o seu filho primogénito, que envolveu em panos e recostou numa manjedoura, por não haver lugar para eles na hospedaria.”

Comentário: O Filho de Deus nasce num local pobre e simples, entra no mundo na pobreza e na simplicidade. Não nasce nos palácios nem entre os poderosos. Nasce numa gruta, entre os pobres, para manifestar que Deus escolhe os caminhos da humildade para realizar os seus desígnios.

Maria acolhe esta situação sem revolta nem amargura. A sua grandeza não consiste em ocupar os primeiros lugares, mas em servir o plano de Deus com total disponibilidade. A humildade de Maria abre espaço para a manifestação da glória divina.

Das Memórias da Irmã Lúcia: Na 1ª Aparição a Irmã Lúcia relata: "...abriu pela primeira vez as mãos, comunicando-nos uma luz tão intensa, como que reflexo que delas expedia, que penetrando-nos no peito e no mais íntimo da alma, fazendo-nos ver a nós mesmos em Deus, que era essa luz ..."

Interpelação: Procuramos servir ou ser servidos? Procuramos a vontade de Deus ou a nossa própria glória?

Prece: Por intercessão da Virgem humilde de Belém, ensinaí-nos, Senhor, a reconhecer a presença e a luz de Deus nas pequenas coisas da vida.

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



Cântico: Creio em Jesus, meu Salvador; faz-nos irmãos no seu amor.
Creio em Jesus, meu Salvador; faz-nos irmãos no seu amor.

4º Mistério: A Apresentação do Menino Jesus no Templo

Do Evangelho de S. Lucas, 2, 22-27,30: *“Quando se cumpriu o tempo da sua purificação, segundo a Lei de Moisés, levaram-no a Jerusalém para o apresentarem ao Senhor, (...) Ora, vivia em Jerusalém um homem chamado Simeão... Impelido pelo Espírito, veio ao templo, quando os pais trouxeram o menino Jesus...”*

Comentário: Simeão e Ana representam todos os que sabem esperar por Deus. Durante anos permaneceram vigilantes e alimentavam no coração a esperança das promessas divinas. Quando chegou o Salvador, conseguiram reconhecê-lo porque tinham aprendido a ver com os olhos da fé.

Maria apresenta Jesus ao Pai e continua o seu caminho de fé. Escuta palavras de alegria mas também de sofrimento e aprende que a missão do Filho passará pela cruz. Ainda assim, permanece firme e confiante. A vigilância cristã muito mais do que esperar que Deus venha; é reconhecer a Sua chegada. Quantas vezes o Senhor passa pela nossa vida e não O reconhecemos porque estamos distraídos? Maria ensina-nos a manter a lâmpada da fé acesa, mesmo nos momentos de incerteza.

Das Memórias da Irmã Lúcia: *“Os Corações de Jesus e de Maria têm sobre vós desígnios de misericórdia. Oferecei constantemente ao Altíssimo orações e sacrifícios”.*

Interpelação: Permanecemos fiéis quando os caminhos de Deus são diferentes dos nossos planos?

Prece: Por intercessão de Nossa Senhora da Esperança, ensinaí-nos, Senhor, a esperar com perseverança e confiança no tempo de Deus.

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

Cântico: Mãe de todos os homens, ensina-nos a dizer: **Ámen!**

Quando a noite se acerca e a nossa fé desvanece.

Quando a dor nos oprime e a ilusão já não brilha.

Quando a luz aparece e nos sentimos felizes.

5º Mistério: O reencontro do Menino Jesus no Templo

Do Evangelho de S. Lucas 2, 41-42.51: *“Quando Ele chegou aos doze anos, subiram até lá, segundo o costume da festa. Terminados esses dias, regressaram a casa e o menino ficou em Jerusalém, sem que os pais o soubessem. (...) Depois desceu com eles, voltou para Nazaré e era-lhes submisso. Sua mãe guardava todas estas coisas no seu coração.”*



Comentário: Este mistério mostra-nos Maria como discípula. Ela procura Jesus, sofre com a sua ausência e alegra-se ao reencontrá-Lo. Contudo, nem sempre compreende imediatamente tudo o que acontece, também ela percorre um caminho de fé. A beleza deste episódio encontra-se precisamente na atitude do coração de Maria que não exige respostas imediatas, não se revolta. Maria guarda os acontecimentos, medita-os e confia. A humildade permite-lhe acolher o mistério sem querer dominá-lo.

Também nós experimentamos momentos em que Deus parece distante ou silencioso. Como Maria, somos convidados a continuar a procurar, a rezar e a confiar. O coração humilde sabe esperar pela luz de Deus. Como mensageiros encontramos aqui uma profunda ressonância: "O Meu Imaculado Coração será o teu refúgio e o caminho que te conduzirá até Deus."

O coração vigilante de Maria continua a ser hoje um caminho seguro para todos os que procuram permanecer fiéis a Cristo.

Das Memórias da Irmã Lúcia: Na aparição de junho Nossa Senhora deixa uma profunda mensagem aos Pastorinhos: "O Meu Imaculado Coração será o teu refúgio e o caminho que te conduzirá até Deus".

Interpelação: Quando não compreendemos os acontecimentos da nossa vida, procuramos guardá-los no coração e na oração como Maria?

Prece: Por intercessão de Senhora do Rosário de Fátima, ensinaí-nos, Senhor, a conservar no coração os mistérios de Deus e a confiar sempre no vosso Filho.

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

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.



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

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

4. Adoração Eucarística e os 15 minutos de meditação.

Cântico: Cantarei ao Senhor por tudo o que Ele fez por mim.
Cantarei ao Senhor por tudo o que Ele fez por mim.
De todo o coração, Senhor, eu Vos dou graças,
porque ouvistes as palavras da minha boca



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 1.º sábado de setembro, vamos meditar nas atitudes do Coração de Maria.

Escuta da Palavra de Deus: Evangelho de S. Lucas 2, 1: "Quanto a Maria, conservava todas estas coisas, ponderando-as no seu coração."

Evangelho de S. Lucas 2, 50-51: "...Mas eles não compreenderam as palavras que lhes disse. Depois desceu com eles, voltou para Nazaré e era-lhes submisso. Sua mãe guardava todas estas coisas no seu coração."

(Silêncio)

Reflexão / Meditação
(pelo presidente/individual)



1. Um coração que escuta: Maria ensina-nos, antes de mais, a arte da escuta. Antes de falar, escuta. Antes de agir, acolhe. Antes de responder, procura compreender.

Na Anunciação, não vemos uma mulher precipitada ou impulsiva. Vemos alguém que escuta atentamente a Palavra que Deus lhe dirige. A sua grandeza não nasce do que faz, mas da forma como acolhe Deus na sua vida. Maria ensina que a vigilância começa precisamente aqui: na capacidade de escutar. Vivemos num mundo repleto de palavras, notícias, opiniões e distrações. Muitas vezes ouvimos tudo, mas escutamos muito pouco. Os nossos corações tornam-se agitados e incapazes de reconhecer a voz de Deus.

Maria mostra-nos o caminho: o seu coração permanece atento às moções do Espírito Santo, aos acontecimentos da vida e às necessidades dos outros. Nada é indiferente para ela, porque tudo pode tornar-se lugar de encontro com Deus.

Temos tempo para escutar Deus? Procuramos momentos de silêncio na nossa oração? Ou vivemos absorvidos pelo ruído e pela pressa?

(Em silêncio, meditemos)

2. Um coração que discerne: Maria não compreende imediatamente tudo o que Deus lhe pede. Perante a saudação do Anjo, diz o Evangelho que ela ficou perturbada e interrogava-se sobre o significado daquela mensagem. Também diante das palavras de Simeão, da fuga para o Egito ou da perda de Jesus no Templo, Maria é chamada a percorrer um caminho de fé, sem nunca fechar o coração.

A prudência cristã nasce precisamente desta atitude, muito mais do que controlar tudo, ou possuir todas as respostas. Consiste em procurar a vontade de Deus em cada circunstância da vida.

Maria nunca age por impulso. Discernindo na oração, aprende a reconhecer os caminhos de Deus mesmo quando estes ultrapassam a compreensão humana.

Também nós somos continuamente chamados a discernir. Perante decisões, desafios e dificuldades, nem sempre sabemos qual o melhor caminho. Contudo, o Senhor continua a conduzir aqueles que O procuram com sinceridade.

Como ensina a Mensagem de Fátima, o Imaculado Coração de Maria não nos afasta de Deus; pelo contrário, ajuda-nos a reconhecer e a seguir a sua vontade.

Nas nossas escolhas procuramos verdadeiramente a vontade de Deus? Rezamos antes de decidir? Pedimos luz ao Espírito Santo para discernir?

(Em silêncio, meditemos)

3. Um coração que espera: Uma das mais belas atitudes de Maria é a sua capacidade de esperar. Ela espera em Nazaré o cumprimento da promessa. Espera em Belém o nascimento do Salvador. Espera aos pés da Cruz quando tudo parece perdido. Espera com os Apóstolos a vinda do Espírito Santo.

A esperança de Maria nasce da total confiança em Deus. Um coração vigilante é também um coração paciente, ela sabe que Deus tem o seu tempo. Muitas vezes desejamos soluções imediatas, respostas rápidas e caminhos sem dificuldades. Porém, Deus conduz a nossa história com sabedoria e amor.



Maria mostra-nos que esperar não significa cruzar os braços, mas permanecer fiéis mesmo quando ainda não vemos os frutos. Os Pastorinhos aprenderam esta mesma atitude. Apesar das incompreensões, das perseguições e dos sofrimentos, permaneceram confiantes porque acreditavam nas promessas de Nossa Senhora.

Sabemos esperar o tempo de Deus? Permanecemos fiéis quando a oração parece não ser escutada? Confiamos que Deus continua a agir mesmo quando não O vemos ou sentimos a sua presença?

(Em silêncio, meditemos)

4. Um coração que confia: Toda a vida de Maria pode ser resumida numa palavra: confiança. Desde o seu "Faça-se" até ao momento em que recebe nos braços o Corpo de Cristo descido da Cruz, Maria nunca deixa de acreditar no amor de Deus. A confiança é o fruto amadurecido da vigilância, da prudência e da humildade. Quem vigia descobre a presença de Deus; quem discerne reconhece a sua vontade; quem espera aprende a confiar.

Em Fátima, Nossa Senhora ofereceu-nos um caminho simples e seguro, não nos apresentou estratégias humanas nem soluções fáceis: apontou-nos o seu Coração Imaculado. A Irmã Lúcia conservou para toda a Igreja as palavras da Virgem Santíssima: "O Meu Imaculado Coração será o teu refúgio e o caminho que te conduzirá até Deus."

Hoje, também nós somos convidados a entrar nesta escola do Coração de Maria. Um coração vigilante escuta; um coração prudente discerne e um coração humilde confia. E quem caminha com Maria encontra sempre Jesus.

Que lugar ocupa Nossa Senhora na nossa vida espiritual? Experimentamos verdadeiramente o seu Coração Imaculado como refúgio e caminho para Deus?

Que atitude concreta somos chamados a viver neste mês: mais vigilância, mais prudência, mais humildade...?

Cântico: Nossa Senhora do Sim,
Maravilha: Virgem Mãe!
Cuida, Maria, de mim,
E que eu diga Sim também

Chamou o Anjo de Deus:
Maria não tenhas medo,
Serás mãe do Filho Eterno,
Eis revelado o segredo!

Preces:

Contemplando Maria, mulher de coração vigilante, prudente e humilde, apresentemos ao Senhor as nossas súplicas, confiando na intercessão do Imaculado Coração de Maria:

R/ Pelo Coração Imaculado de Maria, ouvi-nos Senhor.

- Senhor, concedei à vossa Igreja a graça de permanecer vigilante, atenta aos sinais da vossa presença e fiel à missão de anunciar o Evangelho ao mundo

R/ Pelo Coração Imaculado de Maria, ouvi-nos Senhor.



- Senhor, iluminai os responsáveis pelas nações e todos os que têm responsabilidades de serviço, para que atuem com prudência, promovendo a justiça, a paz e o respeito pela dignidade humana.

R/ Pelo Coração Imaculado de Maria, ouvi-nos Senhor.

- Senhor, ensinaí-nos a viver a humildade de Maria, para que, livres do orgulho e do egoísmo, saibamos acolher a vossa vontade e servir generosamente os nossos irmãos.

R/ Pelo Coração Imaculado de Maria, ouvi-nos Senhor.

- Senhor, fortalecei todos os membros do Movimento da Mensagem de Fátima, para que vivam com fidelidade a devoção reparadora dos Primeiros Sábados e encontrem no Coração Imaculado de Maria um refúgio seguro e um caminho que conduz até Vós.

R/ Pelo Coração Imaculado de Maria, ouvi-nos Senhor.

- Senhor, concedei-nos um coração que saiba escutar, discernir e confiar; que, à semelhança de Maria, guardemos a vossa Palavra no silêncio da oração e permaneçamos firmes na esperança até ao encontro definitivo convosco.

R/ Pelo Coração Imaculado de Maria, ouvi-nos Senhor.

Oremos:

Senhor nosso Deus, que nos destes Maria como mãe e mestra na vida espiritual, fazei que, seguindo o exemplo do seu coração vigilante, prudente e humilde, caminhemos com segurança pelos caminhos do Evangelho e alcancemos a alegria de vos contemplar eternamente. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus convosco na unidade do Espírito Santo. Ámen.

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

Cântico Final

Ó verdadeiro corpo do Senhor,
nascido para nós da Virgem Mãe,
penhor da eterna glória prometida!
Ó verdadeiro corpo do Senhor! (2x)

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.

