

SEMANA DA VIDA

DE 14 A 21 MAIO 2023



Levanta-te!

a tua vida é um dom

Meditação dos Mistérios Gozosos

20.mai.2023



Cântico Inicial

Eis-me aqui, Maria
Eis-me aqui em oração
Aceita este dia, é para Ti
E dá-me o Teu amor

Avé Maria
Gratia plena
Dominus tecum
Benedicta tu

O que eu tenho é Teu
Os meus sonhos e desejos
Mãe de Cristo, minha Mãe
Apresenta-os ao Senhor

Diante de Ti
Com a Tua face sorridente
Meu pensamento, minha palavra
Perdem-se no Teu abraço.

(Com o sinal da cruz:)

Deus vinde em nosso auxílio. / Senhor, socorrei-nos e salvai-nos.

Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo. / Como era no princípio, agora e sempre. Ámen

Introdução

Neste ano da Jornada Mundial da Juventude rezaremos o Terço do Rosário por todas as famílias e especialmente pelos jovens que vão participar neste encontro mundial de jovens. Que o Espírito Santo acenda em todos os corações o desejo de nos levantarmos e a alegria de caminharmos todos juntos, em estilo sinodal, abandonando falsas fronteiras. Como Papa Francisco disse «somos desafiados todos a nos levantarmos. Levantemo-nos apressadamente como Maria, levando Jesus dentro de nós, para O comunicar a todos». Neste momento de oração, peçamos a intercessão da Virgem Maria para que avancemos todos, jovens e famílias, não adiando o que o Espírito pode realizar em nós.

1º Mistério: A anunciação do Anjo a Nossa Senhora

Do Evangelho de S. Lucas cf. Lc 1, 26-38

Naquele tempo disse o Anjo Gabriel à Virgem Maria: «Ave, cheia de graça, o Senhor está contigo». Ela ficou perturbada com estas palavras. Disse-lhe o Anjo: «Não temas, Maria. Conceberás e darás à luz um Filho, a quem porás o nome de Jesus. Ele chamar-se-á Filho do Altíssimo». Maria disse então: “Eis a escrava do Senhor; faça-se em mim segundo a tua palavra”.

Meditação

O Anjo saudou Maria e anunciou-lhe que Deus a escolhera para ser a Mãe de Jesus. A resposta que ela dá manifesta a radicalidade da sua entrega nas mãos do Senhor. Assim começou a nossa Redenção.

Oração

Olhai, Pai Santo, de forma particular para as famílias, para o bem que fazem. Abençoai-as para que vençam os desafios, ultrapassem as dificuldades, sejam compassivas e se distingam em humanidade. Derramai a vossa Misericórdia sobre as famílias para que sejam escolas de humanidade, de aprendizagem e discernimento do caminho da fé. Vos peço, ó Deus de misericórdia, por Jesus Cristo que convosco vive e reina na unidade do Espírito Santo, pelos séculos dos séculos.

Pai Nosso...

10 x Ave Maria...

Glória...

“Ó Maria, concebida sem pecado. Rogai por nós que recorreremos a vós.”

“Ó meu bom Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do inferno. Levai as almas todas para o céu e socorrei principalmente as que mais precisarem.”

“Rainha da Paz. Dai-nos a paz.”

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!

Ao Céu nada é velado
Para a salvação do mundo;
E onde a mente não vai
Chega o coração profundo.

Maria era o povo eleito
Cheio duma antiga esperança;
Por isso à o querer de Deus
Respondeu na confiança.

Eis a serva do Senhor!
-Foi a resposta que deu -
Cumriu-se então a promessa
E o Evangelho nasceu.

Com ela a Igreja toda
Responda que sim a Deus:
E com Maria proclame
Nova terra e novos céus!

2º Mistério: Maria visita sua prima Isabel

Do Evangelho de S. Lucas cf. Lc 1, 39-47

Naqueles dias Maria pôs-se a caminho e dirigiu-se para a montanha, para uma cidade da Judeia. Entrou em casa de Zacarias e saudou Isabel. Isabel ficou cheia do Espírito Santo e exclamou em alta voz: «Bendita és tu entre as mulheres e bendito é o fruto do teu ventre. Bem-aventurada aquela que acreditou no cumprimento de tudo quanto lhe 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».

Meditação

Depois da Anunciação, Maria teria podido concentrar-se em si mesma, nas preocupações e temores derivados da sua nova condição; mas não! Entrega-se totalmente a Deus! Ela levanta-se e põe-se em movimento, porque tem a certeza de que os planos de Deus são o melhor projeto possível para a sua vida. Maria torna-se templo de Deus, imagem da Igreja em caminho, a Igreja que sai e se coloca ao serviço, a Igreja portadora da Boa Nova.

Oração

Deus eterno e onipotente, que a família, Igreja doméstica, inundada de amor e misericórdia, escute as dores e sofrimentos, temores e angústias que afligem os irmãos mais frágeis e doentes e os apresente a Vós no altar da eucaristia para que, unidos à cruz de Jesus, sejam abençoados e fortalecidos na luta pela saúde da alma e do corpo. Peço-vos por Jesus Cristo, nosso Senhor, que convosco vive e reina pelos séculos dos séculos. Ámen.

Pai Nosso...

10 x Ave Maria...

Glória...

“Ó Maria, concebida sem pecado. Rogai por nós que recorremos a vós.”

“Ó meu bom Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do inferno. Levai as almas todas para o céu e socorrei principalmente as que mais precisarem.”

“Rainha da Paz. Dai-nos a paz.”

Cântico

De todo o mundo para este lugar,
Partimos, voámos, chegámos aqui.
Com Maria, ensaiamos um sim.
Queremos servir, fazer a vontade
Do Pai, nosso Pai.
Chamados a ser com Cristo Jesus,
Queremos dar, queremos estar,
Dispostos ao sim, fazer como a Mãe.

REFRÃO:

Todos vão ouvir a nossa voz,
Levantemos braços, há pressa no ar.

Jesus vive e não nos deixa sós:
Não mais deixaremos de amar.

Tu que andas à procura de ti
Parte à descoberta, vem ver o que eu vi.
Vem connosco, vem olhar para além
Daquilo que fazes e que não te deixa
Sorrir e amar.
Não olhes para trás, não digas que não.
Ouve o teu coração,
E parte, sem medo, nesta missão.

3º Mistério: O nascimento de Jesus em Belém

Do Evangelho de S. Lucas cf. Lc 2, 1-7

Naqueles dias, saiu um decreto da parte de César Augusto, para ser recenseada toda a terra. Todos se foram recensear, José, subiu também da Galileia, da cidade de Nazaré, à Judeia, à cidade de David, chamada Belém, a fim de se recensear com Maria, sua esposa, que estava para ser mãe. Enquanto ali se encontravam, chegou o dia de ela dar à luz e teve o seu Filho primogénito. Envolveu-o em panos e deitou-o numa manjedoura, porque não havia lugar para eles na hospedaria.

Meditação

Um recenseamento inesperado está na origem do nascimento de Jesus num abrigo de animais, com uma manjedoura a servir-lhe de berço. Na pobreza de Belém, Maria foi a porta por onde a salvação entrou no mundo.

Oração

Senhor meu Deus que as famílias acolham o dom que é o Teu Filho Jesus Cristo como a Virgem Maria. Ajuda-nos, Senhor, a tomar consciência do teu imenso amor e a vivê-lo no coração como fonte de conversão; que ele nos fortaleça para que vençamos as tentações e nos levantemos se pecarmos, pela tua misericórdia; ajuda-nos sobretudo, Senhor, a não ser ocasião de escândalo ou de ofensa para os nossos irmãos mais frágeis e doentes, sejam crianças ou jovens, adultos ou idosos, doentes do corpo ou do espírito. Peço-vos por Jesus Cristo, nosso Senhor, que convosco vive e reina pelos séculos dos séculos. Ámen.

Pai Nosso...

10 x Ave Maria...

Glória...

“Ó Maria, concebida sem pecado. Rogai por nós que recorreremos a vós.”

“Ó meu bom Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do inferno. Levai as almas todas para o céu e socorrei principalmente as que mais precisarem.”

“Rainha da Paz. Dai-nos a paz.”

Cântico

Há nascer, há crescer e há morrer
E em cada chegada uma partida,
Mas importa que em cada amanhecer
Haja sempre um caminho para a vida.

Há nos olhos do outro uma promessa,
Cada homem é uma mão estendida.
É preciso que nada nos impeça
D' ai ver um caminho para a vida.

Na Tua Luz encontramos a Verdade
És o Dom do Pai, a mão estendida
És Jesus, a plena liberdade
O Caminho, a Verdade e a Vida (bis)

Há o olhar sereno de quem ama,
Há a fé das entregas decididas,
Há em tudo afinal uma só esperança
De trilhar o caminho para a vida.

4º Mistério: A apresentação do Menino Jesus no Templo

Do Evangelho de S. Lucas cf. Lc 2, 22-35

Maria e José levaram Jesus a Jerusalém, para o apresentarem ao Senhor. Vivia em Jerusalém um homem chamado Simeão, que esperava a consolação de Israel. O Espírito Santo revelara-lhe que não morreria antes de ver o Messias do Senhor. Quando os pais trouxeram o Menino para cumprirem as prescrições da Lei, Simeão recebeu-o em seus braços e bendisse a Deus, dizendo a Maria: «Este Menino foi estabelecido para ser sinal de contradição, e uma espada trespassará a tua alma».

Meditação

Foi nos braços de Maria que o Salvador dos homens entrou no templo. Nesse dia, sobre as nações começou a brilhar uma grande Luz, mas no coração daquela Mãe nasceu uma grande dor.

Oração

Deus Pai Santo, que as famílias possam ter um ambiente propício ao discernimento vocacional, de forma que os jovens encontrem com alegria o dom da sua vocação, seja ao matrimónio, seja a uma vida de especial consagração por amor do Reino dos Céus. Que possam as famílias cultivar um ambiente que gere junto das novas gerações um cuidado pelas obras de misericórdia e, assim, coloquem no centro o tratamento dos doentes e as pessoas mais frágeis com compaixão, com misericórdia e que em tudo glorifiquem o vosso Nome. Por Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus e convosco vive e reina na unidade do Espírito Santo por todos os séculos dos séculos. Ámen.

Pai Nosso...

10 x Ave Maria...

Glória...

“Ó Maria, concebida sem pecado. Rogai por nós que recorremos a vós.”

“Ó meu bom Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do inferno. Levai as almas todas para o céu e socorrei principalmente as que mais precisarem.”

“Rainha da Paz. Dai-nos a paz.”

Cântico

Maria tu és, a vida para mim,
és a alegria, a esperança, o amor
tudo és.

Maria tu sabes aquilo que queres
com a tua força de amor no céu nos levarás.

REFRÃO:

Maria te dou o meu coração para sempre,
tu dás-me o amor que não passará.

Fica aqui, juntos iremos p'lo mundo,
a tua presença será
gota de paraíso na Humanidade. (bis)

Maria contigo sempre estarei,
em cada momento sorrindo, cantando te amarei,
seguindo os teus passos em ti eu serei
a luz que ilumina os dias e as noites da alma.

5º Mistério: A perda e encontro do Menino Jesus no Templo

Do Evangelho de S. Lucas cf. Lc 2, 42-50

Quando Jesus fez doze anos, os seus pais subiram até Jerusalém, como era costume. O Menino Jesus ficou na cidade, sem que os pais o soubessem. Começaram então a procurá-lo e passados três dias, encontraram-no no templo, sentado no meio dos doutores. Quando viram Jesus, seus pais ficaram admirados e sua Mãe disse-lhe: «Filho, porque agiste assim conosco»? Jesus respondeu-lhes: «Porque me procuráveis? Não sabíeis que Eu devia estar na casa de meu Pai»? Mas eles não entenderam as palavras de Jesus.

Meditação

Uma viagem a Jerusalém pela Páscoa. Maria e José perdem Jesus e procuram-no com ansiedade até o encontrarem no templo. Fazem-lhe então uma pergunta, mas a resposta que recebem é para eles um enigma.

Oração

Senhor Jesus, tu que és Misericórdia infinita, ajuda as famílias a serem escolas onde se aprende a cuidar e a respeitar a vida humana desde a concepção até á sua morte. Especialmente pedimos que nas famílias haja um cuidado especial aos doentes em fim de vida e aos moribundos. Tu que vieste até nós por amor e para salvar, acolhe os seus sofrimentos e consola-os com o teu amor, prepara-os para a Viagem que os levará para junto de Ti. Por Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus e convosco vive e reina na unidade do Espírito Santo por todos os séculos dos séculos. Ámen.

Pai Nosso...

10 x Ave Maria...

Glória...

“Ó Maria, concebida sem pecado. Rogai por nós que recorreremos a vós.”

“Ó meu bom Jesus, perdoai-nos e livrai-nos do fogo do inferno. Levai as almas todas para o céu e socorrei principalmente as que mais precisarem.”

“Rainha da Paz. Dai-nos a paz.”

3 Ave Marias finais (rezemos pela Paz no mundo e pelas intenções do Santo Padre)...

Salve Rainha...

Fim: Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. Amém.

Cântico Final

Consagração a Nossa Senhora

Ó, Minha Senhora e também minha Mãe
Eu me ofereço, inteiramente, todo a Vós
E em prova da minha devoção, eu hoje Vos dou meu coração

Consagro a Vós meus olhos, meus ouvidos, minha boca
Tudo o que sou, desejo que a Vós pertença
Incomparável Mãe, guardai-me e defendei-me
Como coisa e propriedade Vossa, amém
Como coisa e propriedade Vossa, amém

Ó, Minha Senhora e também minha Mãe
Eu me ofereço, inteiramente, todo a Vós
E em prova da minha devoção, eu hoje Vos dou meu coração

Meditação do Terço da autoria de

