

Para **CRESCER** na **COMPAIXÃO** pelo **MUNDO** Rezemos para que cada um de nós encontre consolo na relação pessoal com Jesus e aprenda do seu Coração a compaixão pelo mundo.

Este mês rezemos para que cada um de nós encontre consolo na relação pessoal com Jesus e aprenda do seu Coração a compaixão pelo mundo. Este mês de junho, a intenção de oração do Papa está centrada na promoção da compaixão pelo mundo através de uma relação pessoal com Jesus, exprimindo o seu desejo de fomentar um amor e uma solidariedade mais profundos, inspirados no Coração de Jesus.

Num mundo marcado pelo sofrimento, pela injustiça e pela divisão (Passo 3 de «O Caminho do Coração»), a compaixão inspirada pelo Coração de Jesus é crucial para curar feridas e construir pontes (Passo 8). O Papa chama-nos a ser instrumentos de consolação e esperança, levando esperança aos que sofrem e trabalhando pela justiça e pela paz. A compaixão é uma resposta aos desafios do mundo.

Que o mês do Coração de Jesus seja dedicado a pedir a graça de crescer em compaixão pelo mundo. O Jubileu do Coração de Jesus, em Paray-le-Monial, cujo tema é «responder com amor ao amor», recorda-nos que, ao experimentar o amor incondicional de Jesus, somos chamados a responder com um amor igualmente generoso para com Deus e para com os nossos próximos.

A nossa resposta é estarmos disponíveis para uma missão de compaixão pelo mundo, tendo em vista uma sociedade mais justa e fraterna. A compaixão não é apenas um sentimento; é uma ação que busca aliviar o sofrimento e promover a dignidade humana.

Este mês somos convidados a fazer acompanhar a nossa compaixão de gestos concretos que aborem as raízes da pobreza, da desigualdade e da exclusão, contribuindo assim para a construção de um mundo mais justo e solidário.

ATITUDES

FORTALECER A NOSSA RELAÇÃO COM JESUS

Dás tempo suficiente à tua relação com Jesus?

Somente no Coração dAquele que te ama como ninguém encontrarás as respostas a todas as tuas perguntas e poderás irradiar alegria à tua volta.

REZAR COM O EVANGELHO

Como cuidas da tua oração?

Só Ele tem a Palavra que pode consolar-te plenamente. Entra em profundidade na oração e recebe a ternura do coração de Cristo, rezando com o Evangelho, para assim poderes entregá-la àqueles que Jesus te confia.

ABRIR O NOSSO CORAÇÃO AO SENHOR

Abres o teu coração a Jesus com confiança?

Sentes medo diante dos seus convites?

Não temas a sua ternura, que só quer o que te fará plenamente feliz, a ti e àqueles que Ele te confia.

PERMANECER N'ELE

Passa tempo com Jesus para O conheceres melhor, amá-l'O mais e segui-l'O.

O que podes alterar na tua agenda para estar com Jesus?

Encontrarás todo o Amor que precisas no seu Coração compassivo.

CULTIVAR A COMPAIXÃO

Que gestos concretos de amor podes oferecer às pessoas com quem te cruzas diariamente?

Pensa naqueles de quem poderias cuidar melhor. A compaixão que Ele te dá neste jubileu do seu Coração é para ser partilhada.

ORAÇÃO

Senhor,
hoje procuramos a companhia do teu terno Coração,
procuramos-te a Ti,
que tens palavras que fazem arder o peito,
que derramas compaixão
sobre os mais pequenos e pobres,
os que sofrem e sobre todas as misérias humanas.
Desejamos conhecer-Te melhor,
contemplan-Te no Evangelho,
estar conTigo e aprender de Ti,
da caridade com que Te deixaste tocar
por todas as pobrezaas.
Dá-nos, Tu que nos mostraste o amor do Pai
amando-nos sem medida
com o teu Coração divino e humano,
a graça do encontro conTigo,
de um encontro que mude,
modele e transforme os nossos planos;
para que só Te busquemos a Ti,
em todas as circunstâncias, na oração,
nos trabalhos, nos encontros e na rotina diária.
Sê para nós fonte de onde brota toda a consolação.
Ámen.

Rede Mundial de Oração do Papa — PORTUGAL



toma e lê

PENTECOSTES: a **FORÇA** do **ESPÍRITO** na nossa **VIDA**

Celebramos o **Pentecostes**, a grande festa do **Espírito Santo**, que marca o nascimento da Igreja e nos recorda que não estamos sozinhos. O acontecimento de Pentecostes está descrito nos *Atos dos Apóstolos* 2,1-11.

Após a **Ascensão de Jesus**, os discípulos estavam reunidos em oração, com Maria, quando, ao completar-se o quinquagésimo dia depois da Páscoa, o **Espírito Santo desceu sobre eles em forma de línguas de fogo**. Cheios do Espírito, começaram a anunciar as maravilhas de Deus em diversas línguas.

O Evangelho (*Jo 20, 19-23*) mostra-nos Jesus a soprar sobre os discípulos e a dizer: **“Recebei o Espírito Santo.”** Mas o que significa isto na nossa vida concreta? Significa que Deus nos dá uma força interior — o Espírito Santo — para vencer o medo, perdoar, construir a paz e sermos sinais vivos do amor de Cristo no mundo.

Os discípulos estavam fechados, com medo. E foi nesse lugar de insegurança que Jesus entrou. **É assim também connosco**. Mesmo quando temos dúvidas ou sentimos fraqueza, **Deus entra nas nossas “portas fechadas” e dá-nos coragem para recomeçar.**

Conheçamos a História da Catequista Marta
A Marta era catequista há muitos anos. Um dia, perdeu o emprego e sentiu-se desani-

mada, com vontade de desistir de tudo — até da catequese.

No domingo de Pentecostes, ouviu na missa: **“Recebei o Espírito Santo”**, e pensou:

“Talvez eu não tenha todas as respostas... mas posso continuar a dar o que tenho: a minha presença, a minha fé, o meu cuidado.”

Nesse mesmo dia, recebeu uma mensagem de uma criança da sua catequese.

“Obrigada, Marta, por me ensinares a conhecer e amar Jesus.”

Foi o sinal de que precisava. Não mudou tudo de um dia para o outro, mas foi o começo.

O Espírito Santo atua assim: com pequenas luzes, em momentos concretos, através das pessoas e das decisões que tomamos com e por amor.

Neste Pentecostes, peçamos ao Espírito Santo que nos dê:

- **Sabedoria**, para fazermos escolhas com o coração de Deus.

- **Coragem**, para enfrentarmos dificuldades com fé.

- **Alegria**, para contagiarmos o mundo com esperança.

- **Paz**, para sermos construtores de pontes, não de muros.

O Espírito Santo não é uma ideia.

É uma presença viva que transforma.

Basta abrírmos espaço.

Vem, Espírito Santo!

Enche os nossos corações
e renova a face da terra!



“Eu vos envio”

DOMINGO de PENTECOSTES

Solenidade

ANOC



LEITURA I | Leitura dos Atos dos Apóstolos (At 2, 1-11)

Quando chegou o dia de Pentecostes, os Apóstolos estavam todos reunidos no mesmo lugar. Subitamente, fez-se ouvir, vindo do Céu, um rumor semelhante a forte rajada de vento, que encheu toda a casa onde se encontravam. Viram então aparecer uma espécie de línguas de fogo, que se iam dividindo, e poisou uma sobre cada um deles. Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar outras línguas, conforme o Espírito lhes concedia que se expressassem. Residiam em Jerusalém judeus piedosos, procedentes de todas as nações que há debaixo do céu. Ao ouvir aquele ruído, a multidão reuniu-se e ficou muito admirada, pois cada qual os ouvia falar na sua própria língua. Atônitos e maravilhados, diziam: «Não são todos galileus os que estão a falar? Então, como é que os ouve cada um de nós falar na sua própria língua? Partos, medos, elamitas, habitantes da Mesopotâmia, da Judeia e da Capadócia, do Ponto e da Ásia, da Frígia e da Panfília, do Egito e das regiões da Líbia, vizinha de Cirene, colonos de Roma, tanto judeus como prosélitos, cretenses e árabes, ouvimo-los proclamar nas nossas línguas as maravilhas de Deus».

SALMO | Salmo 103 (104), 1ab e 24ac.29bc-30.31.34 (R. 30 ou Aleluia)

Mandai, Senhor o vosso Espírito, e renovai a terra.

Bendiz, ó minha alma, o Senhor. Senhor, meu Deus, como sois grande!
Como são grandes, Senhor, as vossas obras! A terra está cheia das vossas criaturas.

Se lhes tirais o alento, morrem e voltam ao pó donde vieram.
Se mandais o vosso espírito, retomam a vida e renovais a face da terra.

Glória a Deus para sempre! Rejúbile o Senhor nas suas obras.
Grato Lhe seja o meu canto, e eu terei alegria no Senhor.

LEITURA II | Leitura da Epístola do apóstolo são Paulo aos Coríntios (1 Cor 12, 3b-7.12-13)

Irmãos: Ninguém pode dizer «Jesus é o Senhor», a não ser pela ação do Espírito Santo. De facto, há diversidade de dons espirituais, mas o Espírito é o mesmo. Há diversidade de ministérios, mas o Senhor é o mesmo. Há diversas operações, mas é o mesmo Deus que opera tudo em todos. Em cada um se manifestam os dons do Espírito para o bem comum. Assim como o corpo é um só e tem muitos membros, e todos os membros, apesar de numerosos, constituem um só corpo, assim também sucede com Cristo. Na verdade, todos nós – judeus e gregos, escravos e homens livres fomos batizados num só Espírito, para constituirmos um só corpo. E a todos nos foi dado a beber um único Espírito.

EVANGELHO | Evangelho de nosso Senhor Jesus Cristo segundo são João (Jo 20, 19-23)

Na tarde daquele dia, o primeiro da semana, estando fechadas as portas da casa onde os discípulos se encontravam, com medo dos judeus, veio Jesus, apresentou-Se no meio deles e disse-lhes: «A paz esteja convosco». Dito isto, mostrou-lhes as mãos e o lado. Os discípulos ficaram cheios de alegria ao verem o Senhor. Jesus disse-lhes de novo: «A paz esteja convosco. Assim como o Pai Me enviou, também Eu vos envio a vós». Dito isto, soprou sobre eles e disse-lhes: «Recebei o Espírito Santo: àqueles a quem perdoardes os pecados ser-lhes-ão perdoados; e àqueles a quem os retiverdes ser-lhes-ão retidos».



PEREGRINOS DE ESPERANÇA

«Spes non confundit – A esperança não engana» (Rm 5, 5) - Jubileu 2025

PÁSCOA 2025

PASSOS de ESPERANÇA

CONFIRMAR

Frase: “Erguendo as mãos, abençoou-os”

Confirmar passos: Missão

Oração: Aqui estamos. Juntos.

Inflama-nos, inunda-nos com o Teu Espírito.

Confirma os nossos passos, ajuda-nos a sair em missão, dando testemunho de Ti e da Boa Nova que transformou a nossa vida.

SAIR EM MISSÃO

Levar Jesus a todos implica não deixar ninguém de parte, falando de como Ele é significativo na nossa vida a alguém, que por seu turno se comprometa a anunciar Jesus a outra pessoa, e assim sucessivamente, criando uma rede de anúncio missionário.



MEDITAÇÃO EUCARÍSTICA

Na sua formulação tradicional, os frutos do Espírito Santo são percebidos como realidades imateriais e, sobretudo, interiores. Caridade, alegria, paz, paciência, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão e temperança são percebidas como qualidades, certamente incarnadas, mas, antes de mais, incorpóreas.

Contudo, não devemos esquecer que o fruto mais sublime da ação do Espírito Santo na Igreja é precisamente o Pão Eucarístico, o Corpo de Cristo. É pelo poder do Espírito Santo que o pão, sem perder a aparência de pão, se torna, pelo ministério do sacerdote, Corpo de Cristo.

O Espírito Santo é Aquele que falou pelos profetas, mas é também Aquele que vivifica transformando o pão de trigo em Pão para a Vida eterna.

Material do Departamento de Liturgia da Arquidiocese de Braga



TLin[formativo]



19 JUNHO



05 JULHO



12 JULHO

JUNTOS NO CAMINHO DE PÁSCOA *Levar Jesus a todos e todos a Jesus*

