



*Orações*



## *Sumário*

### *Orações Comuns*

- Sinal da Cruz , 7
- Glória , 7
- Pai-nosso, 7
- Ave-Maria , 7
- Salve Rainha, 8
- Ato de contrição, 8
- Credo, 9
- Credo Apostólico, 10
- Ao Anjo da Guarda, 11

### *Orações à Santíssima Trindade*

- Símbolo Atanasiano, 12
- Te Deum, 15
- Te Deum (Latim), 16
- Ato de fé, 18
- Ato de esperança, 18
- Ato de caridade, 18

### *Adoração Eucarística*

- Visita ao Santíssimo (português), 19
- Visita ao Santíssimo (Latim), 19
- Adoro te devote (português), 20
- Adóro te devote (Latim), 21
- Pange Lingua (latim), 22
- Pange Lingua (português), 23

### *Ao Espírito Santo*

- Veni Creátor, 24
- Vinde, Espírito Criador, 25

Veni, Sancte Spiritus, 26  
Vinde Santo Espírito, 27

### *Orações a Nossa Senhora*

Anjo do Senhor, 29  
Angelus, 29  
Rainha do Céu, 30  
Regina coeli, 31  
Lembraí-vos, 31  
Memorare, 32  
Stabat Mater, 32  
Sob a tua proteção, 33  
Bendita seja a tua pureza, 33  
Alma Redemptóris Mater, 34  
Ave, Regína cælórum, 34  
Ave Maris Stella, 34  
Ave, Maris Stella, 35

### *Santo Rosário (português)*

Visita ao Santíssimo, 37  
Mistérios, 38  
Ladainha a Nossa Senhora, 39

### *Santo Rosário*

*(latim)* Visita ao

Santíssimo, 43 Mistérios, 44  
Litaniæ Lauretanæ Beatæ Mariæ Virginis, 46

### *Preparação para a Santa Missa*

À Santíssima Virgem, 50  
A S. José, 50  
Oração de S. Tomás de Aquino, 51  
Ato de fé, 51  
Ato de adoração, 51  
Ato de esperança, 52  
Ato de amor, 52  
Palavras de São Josemaria, 52

Oração de Santo Ambrósio, 54  
Ao Espírito Santo, 55  
Comunhões espirituais, 55

### *Ação de graças depois da Santa Missa*

Invocações ao Santíssimo Redentor, 56  
Oração de São Tomás de Aquino, 56  
Oração a Jesus Crucificado, 57  
Oração de São Boaventura, 57  
Oração do Papa Clemente XI, 58  
Oração à Santíssima Virgem Maria, 61  
Oração a São José, 61  
Oferecimento de si mesmo, 61  
Oração de São Francisco, 62  
Oração a S. Paulo, 62  
Oração aos pastores de Fátima, 62  
Oração à Santíssima Trindade, 62  
Eis-me aqui, 63  
Cântico dos Três Jovens, 63

### *Orações a São José*

Para o trabalho, 67  
Ave José, 67

### *Orações diversas*

Oração ao Anjo da Guarda, 68  
Oração para obter uma boa morte, 68  
Aceitação da morte, 69  
Oração para o momento da morte, 69  
Oração à Sagrada Família, 70  
Consagração ao Sagrado Coração de Jesus, 70

### *Outras devoções, hinos e salmos*

Ubi caritas, 71  
Salmo II, 71  
Salmo II (latim), 73  
Salmo 22, 75  
Salmo 50, 75

Psalmus Miserere 50, 77  
Benedíctus, 78  
Oração a São Josemaria, 79  
Antes da oração mental, 79  
Depois da oração mental, 80  
Benção dos alimentos, 80

### *Orações pelos defuntos*

Responso (português), 81  
Responso (latim), 83  
Responsórium II, 85

### *Fórmulas de Doutrina Católica*

Os mandamentos da caridade, 87  
A regra de ouro (Mt 7,12), 87  
As Bem-aventuranças (Mt 5, 3-12), 87  
As virtudes teologais, 88  
As virtudes cardeais, 88  
Os dons do Espírito Santo, 88  
Os frutos do Espírito Santo, 88  
Os mandamentos da Igreja, 89  
As obras de misericórdia corporal, 89  
As obras de misericórdia espiritual, 89  
Os vícios capitais, 90  
Os novíssimos, 90

### *Homilia RUMO À SANTIDADE*

Falar com Deus, 92  
A Humanidade Santíssima de Cristo, 94  
A Santa Cruz, 97  
A Trindade Beatíssima, 99  
Oração viva, 101  
Vida corrente, 103  
Com os Santos Anjos, 105

## *Orações Comuns*

### *Sinal da Cruz*

Em nome do Pai e do Filho  
e do Espírito Santo. Amém.

### *Glória*

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

### *Pai-Nosso*

Pai nosso que estais nos céus, santificado  
seja o vosso nome;  
venha a nós o vosso reino,  
seja feita a vossa vontade  
assim na terra como no céu.  
O pão nosso de cada dia nos dai hoje;  
perdoai-nos as nossas ofensas assim como  
nós perdoamos a quem nos tem ofendido,  
e não nos deixeis cair em tentação,  
mas livrai-nos do mal.  
Amém.

### *Ave-Maria*

Ave Maria, cheia de graça,  
o Senhor é convosco,  
bendita sois vós entre as mulheres

e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.  
Santa Maria, Mãe de Deus,  
rogai por nós pecadores,  
agora e na hora da nossa morte.  
Amém.

### *Salve Rainha*

Salve Rainha, Mãe de misericórdia,  
vida, doçura, 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  
mostrai-nos Jesus,  
bendito fruto de vosso ventre,  
ó clemente, ó piedosa, ó doce sempre Virgem Maria.

V/. Rogai por nós, Santa Mãe de Deus!

R./ Para que sejamos dignos das promessas de Cristo.

### *Ato de contrição*

Senhor, eu me arrependo sinceramente  
de todo mal que pratiquei e do bem  
que deixei de fazer. Pecando, eu vos  
ofendi, meu Deus e sumo bem, digno  
de ser amado sobre todas as coisas.  
Prometo firmemente, ajudado com a  
vossa graça, fazer penitência e fugir  
às ocasiões de pecar. Amém.



## *Credo*

Creio em um só Deus, Pai  
todo-poderoso, Criador  
do céu e da terra,  
de todas as coisas visíveis e invisíveis.  
Creio em um só Senhor, Jesus Cristo,  
Filho Unigênito de Deus,  
nascido do Pai antes de todos os séculos:  
Deus de Deus, luz da luz,  
Deus verdadeiro de Deus verdadeiro,  
gerado não criado,  
consustancial ao Pai.  
Por Ele todas as coisas foram feitas.  
E, por nós, homens,  
e para a nossa salvação,  
desceu dos céus:  
e encarnou pelo Espírito Santo,  
no seio da Virgem Maria,  
e se fez homem.  
Também por nós foi crucificado  
sob Pôncio Pilatos;  
padeceu e foi sepultado.  
Ressuscitou ao terceiro dia,  
conforme as escrituras,  
e subiu aos céus,  
onde está sentado à direita do Pai.  
E de novo há de vir, em sua glória,  
para julgar os vivos e os mortos;  
e o seu reino não terá fim.  
Creio no Espírito Santo,  
Senhor que dá a vida,  
e procede do Pai e do Filho;  
e com o Pai e o Filho

é adorado e glorificado:  
Ele que falou pelos profetas.  
Creio na Igreja  
una, santa, católica e apostólica.  
Professo um só batismo  
para remissão dos pecados.  
Espero a ressurreição dos mortos  
e a vida do mundo que há de vir.  
Amém.

### *Credo Apostólico*

Creio em Deus Pai todo-poderoso,  
criador do céu e da terra;  
e em Jesus Cristo,  
seu único Filho, nosso Senhor;  
que foi concebido pelo poder do Espírito Santo;  
nasceu da Virgem Maria,  
padeceu sob Pôncio Pilatos,  
foi crucificado, morto e sepultado;  
desceu à mansão dos mortos;  
ressuscitou ao terceiro dia;  
subiu aos céus,  
está sentado à direita de Deus Pai todo-poderoso,  
donde há de vir a julgar os vivos e os mortos;  
creio no Espírito Santo,  
na Santa Igreja Católica,  
na comunhão dos Santos,  
na remissão dos pecados,  
na ressurreição da carne,  
na vida eterna.  
Amém.

*Ao Anjo da Guarda*

Santo Anjo do Senhor,  
meu zeloso guardador,  
pois que a ti me confiou a Piedade divina,  
hoje e sempre  
me governa, rege, guarda e ilumina.  
Amém.

## *Orações à Santíssima Trindade*

### *Símbolo Atanasiano*

*Antífona:* Glória a Vós, Trindade igual, única Divindade, antes de todos os séculos, e agora e sempre (T.P. Aleluia).

1. Quem quiser salvar-se deve antes de tudo professar a fé católica.
2. Porque aquele que não a professar, integral e inviolavelmente, perecerá sem dúvida por toda a eternidade.
3. A fé católica consiste em adorar um só Deus em três Pessoas e três Pessoas em um só Deus.
4. Sem confundir as Pessoas nem separar a substância.
5. Porque uma só é a Pessoa do Pai, outra a do Filho, outra a do Espírito Santo.
6. Mas uma só é a divindade do Pai, e do Filho, e do Espírito Santo, igual a glória, coeterna a majestade.
7. Tal como é o Pai, tal é o Filho, tal é o Espírito Santo.
8. O Pai é incriado, o Filho é incriado, o Espírito Santo é incriado.
9. O Pai é imenso, o Filho é imenso, o Espírito Santo é imenso.
10. O Pai é eterno, o Filho é eterno, o Espírito Santo é eterno.
11. E contudo não são três eternos, mas um só eterno.
12. Assim como não são três incriados, nem três imensos, mas um só incriado e um só imenso.
13. Da mesma maneira, o Pai é onipotente, o Filho é onipotente, o Espírito Santo é onipotente.
14. E contudo não são três onipotentes, mas um só onipotente.
15. Assim o Pai é Deus, o Filho é Deus, o Espírito Santo é Deus.
16. E contudo não são três deuses, mas um só Deus.

17. Do mesmo modo, o Pai é Senhor, o Filho é Senhor, o Espírito Santo é Senhor.
18. E contudo não são três senhores, mas um só Senhor.
19. Porque, assim como a verdade cristã nos manda confessar que cada uma das Pessoas é Deus e Senhor, do mesmo modo a religião católica nos proíbe dizer que são três deuses ou senhores.
20. O Pai não foi feito, nem gerado, nem criado por ninguém.
21. O Filho procede do Pai; não foi feito, nem criado, mas gerado.
22. O Espírito Santo não foi feito, nem criado, nem gerado, mas procede do Pai e do Filho.
23. Não há, pois, senão um só Pai, e não três Pais; um só Filho, e não três Filhos; um só Espírito Santo, e não três Espíritos Santos.
24. E nesta Trindade não há nem mais antigo nem menos antigo, nem maior nem menor, mas as três Pessoas são coeternas e iguais entre si.
25. De sorte que, como se disse acima, em tudo se deve adorar a unidade na Trindade e a Trindade na unidade.
26. Quem, pois, quiser salvar-se, deve pensar assim a respeito da Trindade.
27. Mas, para alcançar a salvação, é necessário ainda crer firmemente na Encarnação de Nosso Senhor Jesus Cristo.
28. A pureza da nossa fé consiste, pois, em crer ainda e confessar que Nosso Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus, é Deus e homem.
29. É Deus, gerado na substância do Pai desde toda a eternidade; é homem porque nasceu, no tempo, da substância da sua Mãe.
30. Deus perfeito e homem perfeito, com alma racional e carne humana.
31. Igual ao Pai segundo a divindade; menor que o Pai segundo a humanidade.

32. E embora seja Deus e homem, contudo não são dois, mas um só Cristo.

33. É um, não porque a divindade se tenha convertido em humanidade, mas porque Deus assumiu a humanidade.

34. Um, finalmente, não por confusão de substâncias, mas pela unidade da Pessoa.

35. Porque, assim como a alma racional e o corpo formam um só homem, assim também a divindade e a humanidade formam um só Cristo.

36. Ele sofreu a morte por nossa salvação, desceu aos infernos e ao terceiro dia ressuscitou dos mortos.

37. Subiu aos Céus e está sentado à direita de Deus Pai todo-poderoso, donde há de vir a julgar os vivos e os mortos.

38. E quando vier, todos os homens ressuscitarão com os seus corpos, para prestar contas dos seus atos.

39. E os que tiverem praticado o bem irão para a vida eterna, e os maus para o fogo eterno.

40. Esta é a fé católica, e quem não a professar fiel e firmemente não se poderá salvar.

Glória ao Pai.

*Antífona:* Glória a Vós, Trindade igual, única Divindade, antes dos séculos, e agora e sempre (T.P. Aleluia).

V/. Senhor, escutai a minha prece.

R/. E chegue até Vós o meu clamor.

Oremos. Ó Deus todo-poderoso e eterno, que com a luz da verdadeira fé destes aos vossos servos que conhecessem a glória da Trindade eterna e adorassem a Unidade no poder da vossa majestade: fazei, Vos suplicamos, que, pela firmeza dessa mesma fé, sejamos defendidos sempre de toda adversidade. Por Jesus Cristo Senhor Nosso. Amém.

*Te Deum*

A vós, ó Deus, nosso louvor!  
Nós vos aclamamos: sois o Senhor!  
A vós, Pai eterno, o hino do universo.  
Diante de vós prosternam-se os arcanjos,  
os anjos e os espíritos celestiais;  
eles vos dão graças, vos adoram e cantam:  
Santo, Santo, Santo é o Senhor Deus do universo;  
o céu e a terra estão cheios de vossa glória.  
É a vós que os apóstolos glorificam,  
a vós que os profetas proclamam,  
de quem os mártires dão testemunho;  
é a vós que, pelo mundo inteiro,  
a Igreja anuncia e reconhece.  
Deus, nós vos adoramos:  
Pai infinitamente santo,  
Filho eterno e bem-amado,  
Espírito de poder e de paz.  
Cristo, filho do Deus vivo,  
ó Senhor da glória,  
não temestes tomar um corpo  
no corpo de uma virgem  
para libertar a humanidade cativa.  
Por vossa vitória sobre a morte  
abristes a todos os crentes  
as portas de vosso Reino;  
vós reinais à direita do Pai  
e vireis para o julgamento.  
Mostrai-vos o defensor e o amigo  
dos homens salvos por vosso sangue:  
tomai-os com todos os santos  
em vossa glória e em vossa luz.  
Salvai o vosso povo, abençoai essa herança.

Velai sobre ela, guardai-a sempre.  
Quero abençoar-vos todos os dias,  
Louvar o vosso nome agora e sempre.  
Guardai-nos sem pecado neste dia.  
Tende piedade de nós, Senhor, tende  
piedade de nós!  
Senhor, que o vosso amor vele sobre nós!  
Assim como pomos em vós nossa esperança!

*Te Deum (Latim)*

Te Deum laudámus: te Dóminum confitémur.  
Te æternum Patrem omnis terra venerátur.  
Tibi omnes Angeli, tibi cæli et univérsæ potestátes;  
Tibi Chérubim et Séraphim incessábili voce proclamant:  
Sanctus, Sanctus, Sanctus Dóminus Deus Sábaoth.  
Pleni sunt cæli et terra maiestátis glóriæ tuæ.  
Te gloriósus Apostolórum chorus,  
Te Prophetárum laudábilis número,  
Te Mártyrum candidátus laudat exércitus.  
Te per orbem terrárum sancta confitétur Ecclésia.  
Patrem imménsæ maiestátis;  
Venerándum tuum verum et único Fílium;  
Sanctum quoque Paráclitum Spíritum.  
Tu, Rex glóriæ, Christe,  
Tu Patris sempiternus es Fílius.  
Tu, ad liberándum susceptúrus hóminem,  
non horruíste Vírginis úterum.  
Tu, devícto mortis acúleo,  
aperuísti credéntibus regna cælórum.  
Tu ad délixeram Dei sedes in glória Pátris.  
Iudex créderis esse ventúrus.  
[genuflexit]  
Te ergo quaésumus tuis fámulis súbveni,



quos pretioso ságuine redemísti.  
ÆtéRNA fac cum Sanctis tuis in glóRIA numerári.  
Salvum fac pópulum tuum, Dómine,  
et bénedic hæreditáti tuæ.  
Et rege eos, et extólle illos usque in ætérnum.  
Per síngulos dies benedícimos te.  
Et laudámus nomem tuum in saéculum,  
et in saéculum saéculi.  
Dignare, Dómine, die isto sine peccáto nos custodire.  
Miseréri nostri, Dómine, miserére nostri.  
Fiat misericórdia tua, Dómine, super nos,  
quæmadmodum sperávimus in te.  
In te, Dómine, sperávi: non confúndar in ætérnum.

V/. Benedicámus Patrem, et Filium, cum Sancto Spíritu.  
R/. Laudémus, et superexaltémus eum in sæcula.  
V/. Benedíctus es, Dómine, in firmaménto cæli.  
R/. Et laudábilis, et gloriósus, et superexaltátus in sæcula.  
V/. Dómine, exáudi oratióne[m] meam.  
R/. Et clamor meus ad te véniat.

Orémus: Deus, cuius misericórdiæ non est númerus, et bonitátis infínitus est thesáurus; piíssimæ Maiestáti tuæ pro collátis donis grátias ágimus, tuam semper cleméntiam exorántes; ut, qui peténtibus postuláta concédis, eósdem non déserens, ad præmia futúra dispónas. Per Christum Dóminum nostrum. Amen.

### *Ato de fé*

Eu creio firmemente que há um só Deus em três pessoas realmente distintas, Pai, Filho e Espírito Santo; que dá o céu aos bons e o inferno aos maus, para sempre. Creio que o Filho de Deus se fez homem, padeceu e morreu na cruz para nos salvar, e ao terceiro dia ressuscitou. Creio em tudo mais que crê e ensina a Igreja Católica, Apostólica, Romana, porque Deus, verdade infalível, lho revelou. Nesta crença quero viver e morrer.

### *Ato de esperança*

Eu espero, meu Deus, com firme confiança, que pelos merecimentos de nosso Senhor Jesus Cristo, me dareis a salvação eterna e as graças necessárias para consegui-la, porque vós, sumamente bom e poderoso, o havia prometido a quem observar os mandamentos e o evangelho de Jesus, como eu proponho fazer com o vosso auxílio.

### *Ato de caridade*

Eu vos amo, ó meu Deus, de todo o meu coração e sobre todas as coisas, porque sois infinitamente amável e bom, e antes quero perder tudo do que vos ofender. Por amor de Vós, amo ao meu próximo como a mim mesmo e perdoo as ofensas recebidas. Senhor, fazei que eu vos ame sempre mais!

## *Adoração Eucarística*

### *Visita ao Santíssimo (português)*

V/. Graças e louvores sejam dados a todo momento.

R/. Ao santíssimo e diviníssimo Sacramento.

Pai-Nosso, Ave-Maria e Glória.

*Comunhão espiritual:* Eu quisera, Senhor, receber-vos com aquela pureza, humildade e devoção com que vos recebeu a vossa Santíssima Mãe, com o espírito e o fervor dos Santos.

### *Visita ao Santíssimo (Latim)*

V/. Adoremus in æternum Sanctíssimum Sacramentum.

R/. Adoremus in æternum Sanctíssimum Sacramentum.

### *Statio minor:*

Pater noster, qui es in coelis: sanctificetur nomen tuum; advéniat regnum tuum; fiat voluntas tua, sicut in cœlo, et in terra. Panem nostrum cotidianum da nobis hódie; et dimitte nobis débita nostra, sicut et nos dimíttimus debitóribus nostris; et ne nos inducas in tentatiónem; sed libera nos a malo. Amen.

Ave Maria, grátia plena, Dóminus tecum: benedicta tu in muli-éribus et benedictus fructus ventris tui Iesus.

Sancta Maria, Mater Dei, ora pro nobis peccatóribus, nunc et in hora mortis nostræ. Amen.

Glória Patri et Filio et Spirítui Sancto, sicut erat in princípio et nunc et semper et in sæcula sæculorum. Amen.

*Comunhão espiritual:* Eu quisera, Senhor, receber-vos com aquela pureza, humildade e devoção com que vos recebeu a vossa Santíssima Mãe, com o espírito e o fervor dos Santos.

*Adoro te devote (português)*

Adoro-Vos com devoção, Deus escondido,  
que sob estas aparências estais presente.  
A Vós se submete meu coração por inteiro,  
e ao contemplar-Vos se rende totalmente.

A vista, o tato, o gosto sobre Vós se enganam,  
mas basta o ouvido para crer com firmeza.  
Creio em tudo o que disse o Filho de Deus;  
nada mais verdadeiro que esta palavra de verdade.

Na Cruz estava oculta a divindade,  
mas aqui se esconde também a humanidade;  
creio, porém, e confesso uma e outra,  
e peço o que pediu o ladrão arrependido.

Não vejo as chagas, como Tomé as viu,  
mas confesso que sois o meu Deus.  
Fazei que eu creia mais e mais em Vós,  
que em Vós espere, que Vos ame.

Ó memorial da morte do Senhor!  
Ó Pão vivo que dais a vida ao homem!  
Que a minha alma sempre de Vós viva,  
que sempre lhe seja doce o vosso sabor.

Bom pelicano, Senhor Jesus!  
Limpai-me a mim, imundo, com o vosso Sangue,  
Sangue do qual uma só gota  
pode salvar do pecado o mundo inteiro.

Jesus, a quem agora contemplo escondido,  
rogo-Vos se cumpra o que tanto desejo:  
que, ao contemplar-Vos face a face,  
seja eu feliz vendo a vossa glória. Amém.

*Adóro te devote (Latim)*

Adóro Te devóte, latens Déitas,  
Quæ sub his figúris vere látitas.  
Tibi se cor meum totum súbiicit,  
Quia Te contéplans totum déficit.

Visus, tactus, gustus in te fállitur;  
Sed audítu solo tuto crédito;  
Credo quidquid dixit Dei Fílius;  
Nil hoc verbo veritátis vérius.

In cruce latébat sola Déitas;  
At hic latet simul et humánitas.  
Ambo tamen credens atque cónfitens,  
Peto quod petívit latro poenitens.

Plagas, sicut Thomas, nonintúeor,  
Deum tamen meum te confíteor;  
Fac me tibi semper magis crédere,  
In te spem habére, Te dilígere.

O memoriále mortis Dómini!  
Panis vivus vitam præstans hómini;  
Præsta meæ menti de Te vívere,  
Et Te illi semper dulce sápere.

Pie pellicáne, Iesu Dómine!  
Me immúndum munda tuo ságuine:

Cuius una stilla salvum fácere  
Totum mundum quit ab omni scélere.

Iesu, quem velátum nunc aspício,  
Oro, fiat illud quod tam sítio;  
Ut Te reveláta cernens fácie,  
Visu sim beátus tuæ glóriæ. Amen.

*Pange Lingua*  
*(latim)* Pange língua  
gloriósi Córporis  
mystérium, Sanguínisque  
pretiósi, quem in mundi  
prétium fructus ventris  
generósi, Rex effúdit  
géntium.

Tantum ergo Sacraméntum  
venerémur cérnui:  
et antíquum documéntum  
novo cedat rítui:  
praestet fides suppleméntum  
sénsuum deféctui.

Genitóri, Genitóque  
laus et iubilátio,  
salus, honor, virtus quoque  
sit et benedíctio;  
Procedénti ab utróque  
compar sit laudátio. Amen.  
V/. Pánem de caélo praestitísti eis.  
R/. Omne delectaméntum in se habéntem.

*Orémus.* Deus, qui nobis sub Sacraménto mirábili Passiónis

tuae memóriam reliquisti; tríbue, quaésumus, ita nos Córporis et Sânguinis tui sacra mystéria venerári; ut redemptiõnis tuae fructum in nobis júgiter sentiámus. Qui vivis et regnas in saécula saeculórum. R/. Amen.

*Pange Lingua (português)*

Celebremos o mistério  
da divina Eucaristia,  
Corpo e Sangue de Jesus: o mistério do Deus vivo,  
tão real no seu altar  
como outrora sobre a Cruz.

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.

Demos glória ao Pai do Céu,  
Infinita Majestade,  
glória ao Filho e ao Espírito Santo.  
Em espírito e verdade, veneremos,  
adoremos  
a Santíssima Trindade.  
V/. Vós sois o Pão que desceu dos Céus.  
R/. Para dar vida ao mundo.

*Oremos.* Deus, que neste admirável sacramento nos deixastes o memorial da vossa Paixão, dai-nos venerar com tão grande amor o mistério do vosso Corpo e do vosso Sangue, que possamos colher continuamente os frutos da vossa Redenção. Vós que viveis e reinais pelos séculos dos séculos. R/. Amém.

## *Ao Espírito Santo*

### *Veni Creátor*

Veni, creátor Spíritus  
mentes tuórum visita,  
imple supérna grátia,  
quæ tu creásti, péctora.

Qui díceris Paráclitus,  
altíssimum donum Dei,  
fons vivus, ignis, cáritas  
et spiritális únctio.

Tu septifórmis múnere,  
digitus patérnæ délixteræ,  
tu rite promíssum Patris  
sermóne ditans gúttura.

Accénde lumen sénsibus,  
infúnde amórem córdibus,  
infírma nostri córporis  
virtúte firmans pérpeti.

Hostem repéllas lóngius  
pacémque dones prótinus;  
dúctore sic te prævio,  
vitémus omne nóxium.

Per te sciámus da Patrem  
noscámus atque Fílium,



teque utriúsq̄ue Sp̄iritum  
credámus omni témpore.

Deo Patri sit glória,  
et Fílio, qui a mórtuis  
surréxit, ac Paráclito,  
in sæculórum sæcula. Amen.

V/. Emítte Sp̄iritum tuum et creabúntur.

R/. Et renovábis fáciem terræ.

*Oremus:* Deus, qui corda fidélium Sancti Sp̄iritus illustratióne  
docuísti, da nóbis in eódem Sp̄iritu recta sápere, et de eius sem-  
per consolatióne gaudére. Per Christum Dóminum Nostrum.  
Amen.

*Vinde, Espírito Criador*

Vinde, Espírito Criador,  
visitai a alma dos vossos fiéis;  
enchei de graça celestial  
os corações que Vós criastes.

Vós, chamado o Consolador,  
dom do Deus altíssimo,  
fonte viva, fogo, caridade  
e unção espiritual.

Vós, com vossos sete dons,  
sois força da destra de Deus,  
Vós, o prometido pelo Pai;  
a vossa palavra enriquece nossos lábios.

Acendei a vossa luz em nossas almas,  
infundi vosso amor em nossos peitos;

e a fraqueza da nossa carne,  
fortalecei-a com redobrada força.

O inimigo, afugentai-o bem para longe;  
dai-nos a paz quanto antes;  
abrindo-nos caminho como guia,  
venceremos todos os perigos.

Que por Vós conheçamos o Pai,  
conheçamos igualmente o Filho,  
e em Vós, Espírito de ambos,  
creiamos todo o tempo.

V/. Enviai o vosso Espírito e tudo será criado.

R/. E renovareis a face da terra.

*Oremos:* Ó Deus, que iluminastes os corações dos vossos fiéis com a luz do Espírito Santo, fazei-nos dóceis ao vosso Espírito para que saboreemos sempre o bem e gozemos de suas consolações. Por Jesus Cristo Senhor Nosso . Amém.

*Veni, Sancte Spiritus*

Veni, Sancte Spíritus,

Et emítte coelitus

Lucis tuæ rádiu.

Veni, Pater páuperum,

Veni, Dator múnerum,

Veni, Lumen córdium.

Consolátor óptime,

Dulcis hospes ánimæ,

Dulce refrigeríu.

In labóre réquies,

In æstu tempéries,

In fletu solátium.  
O lux beatíssima,  
Reple cordis íntima  
Tuórum fidélium.  
Sine tuo númine,  
Nihil est in hómine,  
Nihil est innóxium. Lava  
quod est sórdidum, Riga  
quod est áridum, Sana  
quod est sáucium. Flecte  
quod est rígidum, Fove  
quod est frígidum, Rege  
quod est dévium. Da  
tuis fidélibus  
In te confidéntibus  
Sacrum septenárium.  
Da virtútis méritum,  
Da salútis éxitum,  
Da perénne gáudium. Amen.

*Vinde Santo Espírito*

Vinde Santo Espírito  
e do céu mandai  
luminoso raio.  
Vinde pai dos pobres  
doador dos dons  
luz dos corações.  
Grande defensor  
em nós habitais  
e nos confortais.  
Na fadiga, pouso,  
no ardor, brandura  
e na dor, ternura.

Ó luz venturosa,  
que vossos clarões  
encham os corações.  
Sem vosso poder  
em qualquer vivente  
nada há de inocente.  
Lavai o impuro  
e regai o seco,  
curai o enfermo.  
Dobrai a dureza,  
aquecei o frio,  
livrai do desvio.  
Aos vossos fiéis  
que oram com vibrantes sons  
dai os sete dons.  
Dai virtude e prêmio  
e no fim dos dias  
eterna alegria.  
Amém.

## *Orações a Nossa Senhora*

### *Anjo do Senhor*

V/. O anjo do Senhor anunciou a Maria.

R/. E Ela concebeu do Espírito Santo.

Ave Maria.

V/. Eis aqui a escrava do Senhor.

R/. Faça-se em mim segundo a vossa palavra.

Ave Maria.

V/. E o Verbo divino se fez carne.

R/. E habitou entre nós.

Ave Maria.

V/. Rogai por nós Santa Mãe de Deus.

R/. Para que sejamos dignos das graças de Cristo.

*Oremos.* Infundi, Senhor, nós Vos pedimos, em nossas almas a vossa graça, para que nós, que conhecemos pela Anunciação do Anjo a Encarnação de Jesus Cristo, vosso Filho, cheguemos por sua Paixão e sua Cruz à glória da Ressurreição. Pelo mesmo Jesus Cristo, Senhor nosso. Amém.

### *Angelus*

V/. Angelus Dómini nuntiávit Mariæ.

R/. Et concépit de Spíritu Sancto.

Ave, Maria.

V/. Ecce ancilla Dómini.  
R/. Fiat mihi secundum verbum tuum.  
Ave, María.

V/. Et Verbum caro factum est.  
R/. Et habitavit in nobis.  
Ave, María.

V/. Ora pro nobis, sancta Dei Génetríx.  
R/. Ut digni efficiámur promissionibus Christi.

*Oremus.* Grátiam tuam, quæsumus, Dómine, méntibus nostris infúnde: ut qui, Angelo nuntiánte, Christi Filii tui incarnatió-nem cognóvimus, per passió-nem eius et crucem ad resurrec-tiÓ-nis glóriam perducámur. Per eundem Christum Dóminum nostrum.

R/. Amen.

### *Rainha do Céu*

V/. Rainha do Céu, alegrai-Vos, aleluia.  
R/. Porque quem merecestes trazer em vosso seio, aleluia.

V/. Ressuscitou como disse, aleluia.  
R/. Rogai a Deus por nós, aleluia.

V/. Exultai e alegrai-vos, ó Virgem Maria, aleluia.  
R/. Porque o Senhor ressuscitou verdadeiramente, aleluia.

*Oremos.* Ó Deus, que Vos dignastes alegrar o mundo com a Res-surreiçã-o do Vosso Filho Jesus Cristo, Senhor Nosso, concedei-nos, Vos suplicamos, que por sua Mãe, a Virgem Maria, alcan-cemos as alegrias da vida eterna. Por Cristo, Senhor Nosso. Amém.

*Regina coeli*

V/. Regína cæli, lætáre, allelúia.

R/. Quia quem meruísti portáre, allelúia.

V/. Resurréxit, sicut dixit, allelúia.

R/. Ora pro nobis Deum, allelúia.

V/. Gaude et lætáre, Virgo Maria, allelúia.

R/. Quia surréxit Dóminus vere, allelúia.

*Orémus.* Deus, qui per resurrectionem Fílii tui, Dómini nostri Iesu Christi, mundum lætíficare dignátus es: præsta, quæsumus, ut, per eius Genetrícem Virginem Mariám, perpétuæ capiamus gáudia vitæ. Per eúndem Christum Dóminum nostrum.  
R/. Amen.

*Lembraí-vos*

Lembraí-vos ó piússima Virgem Maria, que nunca se ouviu dizer que algum daqueles que recorreram à vossa proteção, imploraram a vossa assistência e reclamaram o vosso socorro, fosse por vós desamparado. Animado eu, pois, com igual confiança, a vós, Virgem, entre todas singular, como à minha Mãe recorro; de vós me valho e, gemendo sob o peso de meus pecados, me prostro aos vossos pés. Não rejeiteis as minhas súplicas, ó Mãe do Filho de Deus humanado, mas dignai-vos de as ouvir e de me alcançar o que vos rogo. Amém.

### *Memorare*

Memorare, O piissima Virgo Maria,  
non esse auditum a saeculo,  
quemquam ad tua currentem  
praesidia, tua implorantem auxilia, tua  
petentem suffragia, esse derelictum. Ego  
tali animatus confidentia, ad te, Virgo  
Virginum, Mater, curro, ad te venio,  
coram te gemens peccator assisto.  
Noli, Mater Verbi, verba mea despiciere;  
sed audi propitia et exaudi. Amen.

### *Stabat Mater*

De pé a Mãe dolorosa,  
junto da cruz, lacrimosa,  
via Jesus que pendia.

No coração transpassado  
sentia o gládio enterrado  
de uma cruel profecia.

Mãe entre todas bendita,  
do Filho único, aflita,  
a imensa dor assistia.

E, suspirando, chorava,  
e da cruz não se afastava,  
ao ver que o Filho morria.

Pobre mãe, tão desolada,  
ao vê-la assim transpassada,  
quem de dor não choraria?



Quem na terra há que resista,  
se a mãe assim se contrista  
ante uma tal agonia?

Para salvar sua gente,  
eis que seu Filho inocente  
suor e sangue vertia.

Na cruz por seu Pai chamando,  
vai a cabeça inclinando,  
enquanto escurece o dia.

Quando chegar minha hora,  
dai-me, Jesus, sem demora,  
a intercessão de Maria.

*Sob a tua proteção*

À vossa proteção nós recorreremos, Santa Mãe de Deus; não desprezeis as súplicas que em nossas necessidades vos dirigimos, mas livrai-nos sempre de todos os perigos, ó Virgem gloriosa e bendita.

V/. Rogai por nós, Santa Mãe de Deus.

R/. Para que sejamos dignos das promessas de Cristo.

*Bendita seja a tua pureza*

Bendita seja tua pureza e eternamente o seja,  
pois todo um Deus se recreia em tão graciosa beleza.

A ti, celestial Princesa, Virgem Maria,  
vos ofereço neste dia alma, vida e coração.

Olhai-me com compaixão,  
não me deixes, Mãe minha.

*Alma Redemptóris Mater*

Alma Redemptoris Mater, quae pervia caeli  
Porta manes, et stella maris, succurre cadenti,  
Surgere qui curat, populo: tu quae genuisti,  
Natura mirante, tuum sanctum Genitorem  
Virgo prius ac posterius, Gabrielis ab ore  
Sumens illud Ave, peccatorum miserere.

*Ave, Regina cælórum*

Ave, Regina Caelorum,  
Ave, Domina Angelorum:  
Salve, radix, salve, porta  
Ex qua mundo lux est orta:  
Gaude, Virgo gloriosa,  
Super omnes speciosa,  
Vale, o valde decora,  
Et pro nobis Christum exora.

V/. Dignare me laudare te, Virgo sacrata.

R/. Da mihi virtutem contra hostes tuos.

**Oremus.** Concede, misericors Deus, fragilitati nostrae praesidium: ut, qui sanctae Dei Genitricis memoriam agimus; intercessionis eius auxilio, a nostris iniquitatibus resurgamus. Per eundem Christum Dominum nostrum. Amen.

*Ave Maris*

*Stella* Ave Estrela  
do Mar, Ave Mãe de  
Deus, Virgem para  
sempre, Porta ditosa  
dos céus.

De Gabriel, o Arcanjo

Aquele Ave Tomando

Concede ao mundo a paz  
De Eva o nome trocando.

Aos réus dissolve as algemas  
Aos cegos concede a luz.  
Repele Tu os males,  
Alcança o que ao céu conduz.

Seja Mãe; as nossas preces.  
Por Ti subam ao céu  
Ao que, por nós nascido,  
Quis ser o Filho teu.

Virgem entre todos singular,  
Suave mais que os outros,  
As nossas culpas dissolve,  
Fazendo-nos mansos e puros.

Dá-nos a vida serena  
E que seguros cheguemos,  
Para que, vendo Jesus,  
sempre nos alegremos.

Glória se dê ao Pai,  
Honra a Cristo Senhor  
E ao Espírito Santo,  
Aos três só louvor.  
Amém.

*Ave, Maris Stella*

Ave, maris stella,  
Dei mater alma,  
atque semper virgo,  
felix caeli porta.

Sumens illud “Ave”  
Gabriélis ore,  
funda nos in pace,  
mutans Evæ nomen.

Solve vincla reis,  
profer lumen cæcis,  
mala nostra pelle,  
bona cuncta posce.

Monstra te esse matrem,  
sumat per te preces  
qui pro nobis natus  
tulit esse tuus.

Vírgo sínguláris,  
inter omnes mitis,  
nos culpis solútos  
mites fac et castos.

Vitam præsta puram,  
iter para tutum,  
ut vidéntes Iesum  
semper collætémur.

Sit laus Deo Patri,  
summo Christo decus,  
Spíritui Sancto  
tribus honor unus.  
Amen.

## *Santo Rosário (português)*

### *Visita ao Santíssimo*

V/. Graças e louvores sejam dados a todo momento.

R/. Ao santíssimo e diviníssimo Sacramento.

Pai nosso que estais nos céus, santificado seja o vosso nome; venha a nós o vosso reino, seja feita a vossa vontade assim na terra como no céu.

O pão nosso de cada dia nos dai hoje; perdoai-nos as nossas ofensas assim como nós perdoamos a quem nos tem ofendido, e não nos deixeis cair em tentação, mas livrai-nos do mal. Amém.

Ave, Maria, cheia de graça, o Senhor é convosco, bendita sois vós entre as mulheres e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.

Santa Maria, Mãe de Deus, rogai por nós, pecadores, agora e na hora da nossa morte. Amém.

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

Comunhão espiritual: Eu quisera, Senhor, receber-vos com aquela pureza, humildade e devoção com que vos recebeu a vossa Santíssima Mãe, com o espírito e o fervor dos Santos.

V/. Pelo sinal † da Santa Cruz, livrai-nos Deus, † Nosso Senhor, dos nossos † inimigos. Em nome do Pai, e do Filho, † e do Espírito Santo. Amém.

Ato de contrição.

V/. Glória ao Pai, ao Filho e ao Espírito Santo.

R/. Como era no princípio, agora e sempre. Amém.

### *Mistérios*

*Enuncia-se o mistério contemplado e se reza um Pai-nosso, dez Ave-Marias e um Glória, seguidos da seguinte jaculatória:*

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

MISTÉRIOS GOZOSOS (segunda-feira e sábado)

1. A Anunciação (ou A Encarnação do Senhor).
2. A visitação de Nossa Senhora à sua prima Santa Isabel.
3. O nascimento do Filho de Deus em Belém.
4. A purificação de Nossa Senhora (ou A Apresentação do Senhor).
5. O Menino-Deus perdido e achado no Templo.

MISTÉRIOS LUMINOSOS (quinta-feira)

1. O batismo do Senhor no Jordão.
2. A auto-revelação de Cristo nas bodas de Caná.
3. O anúncio do Reino de Deus, convidando à conversão.
4. A Transfiguração do Senhor.
5. A instituição da Santíssima Eucaristia.

MISTÉRIOS DOLOROSOS (terça e sexta-feira)

1. A oração no Horto.
2. A flagelação do Senhor.
3. A coroação de espinhos.
4. A Cruz às costas.
5. Jesus morre na Cruz.

## MISTÉRIOS GLORIOSOS (quarta-feira e domingo)

1. A Ressurreição do Senhor.
2. A Ascensão do Senhor aos céus.
3. A vinda do Espírito Santo.
4. A Assunção de Nossa Senhora.
5. A coroação de Maria Santíssima.

\* \* \*

*Ao fim, recitam-se as seguintes orações:*

Ave, Maria, Filha de Deus Pai, cheia de graça, o Senhor é convosco, bendita sois vós entre as mulheres e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.

Santa Maria, Mãe de Deus, rogai por nós, pecadores, agora e na hora da nossa morte. Amém.

Ave, Maria, Mãe de Deus Filho, cheia de graça, o Senhor é convosco, bendita sois vós entre as mulheres e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.

Santa Maria, Mãe de Deus, rogai por nós, pecadores, agora e na hora da nossa morte. Amém.

Ave, Maria, Esposa de Deus Espírito Santo, cheia de graça, o Senhor é convosco, bendita sois vós entre as mulheres e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.

Santa Maria, Mãe de Deus, rogai por nós, pecadores, agora e na hora da nossa morte. Amém.

*Ladainha a Nossa Senhora*

V/. Senhor, tende piedade de nós,

R/. Senhor, tende piedade de nós.

V/. Jesus Cristo, tende piedade de nós,





V/. Virgem digna de louvor,  
V/. Virgem poderosa,  
V/. Virgem clemente,  
V/. Virgem fiel,  
V/. Espelho da justiça,  
V/. Sede da Sabedoria,  
V/. Causa da nossa alegria,  
V/. Vaso espiritual,  
V/. Vaso honorável,  
V/. Vaso insigne de devoção,  
V/. Rosa mística,  
V/. Torre de Davi,  
V/. Torre de marfim,  
V/. Casa de ouro,  
V/. Arca da aliança,  
V/. Porta do céu,  
V/. Estrela da manhã,  
V/. Saúde dos enfermos,  
V/. Refúgio dos pecadores,  
V/. Consoladora dos aflitos,  
V/. Auxílio dos cristãos,  
V/. Rainha dos Anjos,  
V/. Rainha dos Patriarcas,  
V/. Rainha dos Profetas,  
V/. Rainha dos Apóstolos,  
V/. Rainha dos Mártires,  
V/. Rainha dos Confessores,  
V/. Rainha das Virgens,  
V/. Rainha de todos os Santos,  
V/. Rainha concebida sem pecado original,  
V/. Rainha assunta aos céus,  
V/. Rainha do Santíssimo Rosário,  
V/. Rainha da Família,

V/. Rainha da Paz,

V/. Cordeiro de Deus, que tirais os pecados do mundo,

R/. Perdoai-nos, Senhor.

V/. Cordeiro de Deus, que tirais os pecados do mundo,

R/. Ouvi-nos, Senhor.

V/. Cordeiro de Deus, que tirais os pecados do mundo,

R/. Tende piedade de nós.

À vossa proteção nós recorremos, Santa Mãe de Deus; não desprezeis as súplicas que em nossas necessidades vos dirigimos, mas livrai-nos sempre de todos os perigos, ó Virgem gloriosa e bendita.

V/. Rogai por nós, Santa Mãe de Deus.

R/. Para que sejamos dignos das promessas de Cristo.

Oremos. Infundi, Senhor, nós vos pedimos, em nossas almas a vossa graça, para que nós, que conhecemos pela Anunciação do Anjo a Encarnação de Jesus Cristo, vosso Filho, cheguemos por sua Paixão e sua Cruz à glória da ressurreição. Pelo mesmo Jesus Cristo, Senhor Nosso. R/. Amém.

### *Observação*

Durante o Tríduo Pascal não se diz o glória, que é substituído pelas seguintes jaculatórias (cf. Fl 2,8s):

#### Na Quinta-feira Santa:

V/. Cristo se fez por nós

R/. Obediente até a morte.

#### Na Sexta-feira Santa:

V/. Cristo se fez por nós obediente até a morte

R/. E morte de cruz.

#### No Sábado Santo:

V/. Cristo se fez por nós obediente até a morte e morte de cruz.

R/. Por isso Deus o exaltou e lhe deu um Nome que está acima de todo nome.

## *Santo Rosário (latim)*

### *Visita ao Santíssimo*

Antiphona:

V/. Adoremus in æternum Sanctíssimum Sacramentum.

R/. Adoremus in æternum Sanctíssimum Sacramentum.

Statio minor:

Pater noster, qui es in cœlis: sanctificetur nomen tuum; advéniat regnum tuum; fiat voluntas tua, sicut in cœlo, et in terra. Panem nostrum cotidianum da nobis hódie; et dimitte nobis débita nostra, sicut et nos dimíttimus debitóribus nostris; et ne nos inducas in tentatiónem; sed líbera nos a malo. Amen.

Ave Maria, grátia plena, Dóminus tecum: benedicta tu in muli-éribus et benedictus fructus ventris tui Iesus.

Sancta Maria, Mater Dei, ora pro nobis peccatóribus, nunc et in hora mortis nostræ. Amen.

Glória Patri et Fílio et Spirítui Sancto, sicut erat in princípio et nunc et semper et in sæcula sæculorum. Amen.

Comunhão espiritual: Eu quisera, Senhor, receber-vos com aquela pureza, humildade e devoção com que vos recebeu a vossa Santíssima Mãe, com o espírito e o fervor dos Santos.

V/. Per signum † Crucis, de inimicis † nostris líbera nos † Deus noster. In nómine Patris et Fílii † et Spíritus Sancti. Amen.

Ato de contrição.

V/. Dómine, lábia mea † apéries.

R/. Et os meum annuntiabit laudem tuam.

V/. Deus, in adiuntórium † meum inténde.

R/. Dómine, ad adiuvandum me festina.

V/. Glória Patri, et Fílio, et Spirítui Sancto.

R/. Sicut erat in princípio, et nunc et semper, et in sæcula sæculorum. Amen.

### *Mistérios*

GAUDII MYSTÉRIA (feria secunda et sábbato)

1. Sanctíssimæ Vírgini Mariæ Archángelus Gábriel nunciat Dei conceptum.
2. Virgo sanctíssima Deo foeta vísitat Elísabeth.
3. Náscitur Salvator in Béthleem civitate David.
4. Párvulus Salvator offertur in Templo Salomonis.
5. Doctoris officio fungens Iesus in Templo repéritur.

LUCIS MYSTÉRIA (feria quinta)

1. Ioannes Dóminum baptizat, apud Iordanem.
2. Iesus in sui ipsius autorevelatione apud Canense matrimo-nium.
3. Iesus Regnum Dei proclamat coniuncta ad conversionem in-vitat.
4. Divinitatis gloria Christi in vultu erumpit per transfigura-tionem.
5. Iesus declarat paschalis mysterium per Eucharistiæ institu-tio-nem.

DOLORIS MYSTÉRIA (feria tertia et feria sexta)

1. Agónizans Salvator orat in horto sudore manans sánguinis.
2. Vinc-tus Salvator ad columnam flagellatur.
3. Deus spinis coronatur.

4. Baiulat crucem Salvator morte condemnatus.

5. Crucifigitur Salvator in monte Calváriae.

GLÓRIÆ MYSTÉRIA (feria quarta et die dominica)

1. Resúrgens Salvator a mórtuis, victor rediit ab ínferis.

2. Ascendit ad cœlos, et ad dēxteram Patris considet triumphator.

3. Salvator mittit Spíritum Sanctum in discípulos.

4. Maria Virgo assumpta est in cœlum.

5. Maria Virgo duodecim stellis coronata regnat in cœlis.

\* \* \*

*Ao fim, recitam-se as seguintes orações:*

Ave, Maria, Filha de Deus Pai, cheia de graça, o Senhor é convosco, bendita sois vós entre as mulheres e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.

Santa Maria, Mãe de Deus, rogai por nós, pecadores, agora e na hora da nossa morte. Amém.

Ave, Maria, Mãe de Deus Filho, cheia de graça, o Senhor é convosco, bendita sois vós entre as mulheres e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.

Santa Maria, Mãe de Deus, rogai por nós, pecadores, agora e na hora da nossa morte. Amém.

Ave, Maria, Esposa de Deus Espírito Santo, cheia de graça, o Senhor é convosco, bendita sois vós entre as mulheres e bendito é o fruto do vosso ventre, Jesus.

Santa Maria, Mãe de Deus, rogai por nós, pecadores, agora e na hora da nossa morte. Amém.

*Litaniæ Lauretanæ Beatæ Mariæ Víriginis*

V/. Kýrie, eleison.

R/. Kýrie, eleison.

V/. Christe, eleison.

R/. Christe, eleison.

V/. Kýrie, eleison.

R/. Kýrie, eleison.

V/. Christe, audi nos.

R/. Christe, audi nos.

V/. Christe, exaudi nos.

R/. Christe, exaudi nos.

V/. Pater de cœlis, Deus,

R/. Miserere nobis.

V/. Fili, Redemptor mundi, Deus,

R/. Miserere nobis.

V/. Spíritus Sancte, Deus,

R/. Miserere nobis.

V/. Sancta Trínitas, unus Deus,

R/. Miserere nobis.

V/. Sancta Maria,

R/. Ora pro nobis.

V/. Sancta Dei Génitrix,

V/. Sancta Virgo vírginum,

V/. Mater Christi,

V/. Mater Ecclésiæ,

V/. Mater divinæ grátiaë,

V/. Mater puríssima,

V/. Mater castíssima,

V/. Mater inviolata,

V/. Mater intemerata,

V/. Mater amábilis,

V/. Mater admirábilis,

V/. Mater boni consílii,

V/. Mater Creatoris,  
V/. Mater Salvatoris,  
V/. Virgo prudentíssima,  
V/. Virgo veneranda,  
V/. Virgo prædicanda,  
V/. Virgo potens,  
V/. Virgo clemens,  
V/. Virgo fidelis,  
V/. Spéculum iustítiaë,  
V/. Sedes sapiéntiaë,  
V/. Causa nostræ lætítiaë,  
V/. Vas spirituale,  
V/. Vas honorábile,  
V/. Vas insigne devotionis,  
V/. Rosa mýstica,  
V/. Turris Davídica,  
V/. Turris ebúrnea,  
V/. Domus áurea,  
V/. Foéderis arca,  
V/. Iánua cœli,  
V/. Stella matutina,  
V/. Salus infirmorum,  
V/. Refúgium peccatorum,  
V/. Consolatrix afflictorum,  
V/. Auxílium christianorum,  
V/. Regina Angelorum,  
V/. Regina Patriarcharum,  
V/. Regina Prophetarum,  
V/. Regina Apostolorum,  
V/. Regina Mártyrum,  
V/. Regina Confessorum,  
V/. Regina Vírginum,  
V/. Regina Sanctórum ómnium,



V/. Regina sine labe originali concepta,  
V/. Regina in coelum assumpta,  
V/. Regina sacratissimi Rosárii,  
V/. Regina familiæ,  
V/. Regina pacis,

Percutientes sibi pectus:

V/. Agnus Dei, qui tollis peccata mundi,  
R/. Parce nobis, Dómine.  
V/. Agnus Dei, qui tollis peccata mundi,  
R/. Exaudi nos, Dómine.  
V/. Agnus Dei, qui tollis peccata mundi,  
R/. Miserere nobis.

Sub tuum præsidium confúgimus, Sancta Dei Génitrix, nostras deprecationes ne despicias in necessitatibus, sed a periculis cunctis libera nos semper, Virgo gloriosa et benedicta.

V/. Ora pro nobis, Sancta Dei Génitrix.  
R/. Ut digni efficiámur promissionibus Christi.

Oremus. Grátiam tuam, quæsumus, Dómine, méntibus nostris infunde: ut qui, Angelo nuntiante, Christi Fílii tui Incarnationem cognóvimus, per Passionem eius et Crucem ad Resurrectionis glóriam perducamur. Per eúndem Christum Dóminum nostrum.

R/. Amen.

### Observação

*Durante o Tríduo Pascal não se diz o Glória, que é substituído pelas seguintes jaculatórias (cf. Fl 2,8s):*

Na Quinta-feira Santa:

V/. Christus factus est pro nobis.  
R/. Oboediens usque ad mortem.

Na Sexta-feira Santa:

V/. Christus factus est pro nobis oboediens usque ad mortem.

R/. Mortem autem Crucis.

No Sábado Santo:

V/. Christus factus est pro nobis oboediens usque ad mortem,  
mortem autem Crucis.

R/. Propter quod et Deus exaltávit illum et dedit illi nomen  
quod est super omne nomen.

## *Preparação para a Santa Missa*

### *À Santíssima Virgem*

Ó Mãe de bondade e de misericórdia, Santíssima Virgem Maria, eu, miserável e indigno pecador, a Vós recorro de todo o coração e com todo o amor; e Vos suplico que, assim como estivestes de pé junto ao vosso amabilíssimo Filho pendente da Cruz, me assistais também a mim, mísero pecador, e a todos os sacerdotes que hoje na Santa Igreja oferecem o Santo Sacrifício. Auxiliados pela vossa graça, possamos nós apresentar à suprema e indivisível Trindade a Vítima verdadeiramente digna de lhe ser oferecida.

### *A S. José*

São José, varão feliz, que tivestes a dita de ver e ouvir o próprio Deus, a quem muitos reis quiseram ver e não viram, ouvir e não ouviram; e não só ver e ouvir, mas ainda trazê-lo em vossos braços, beijá-lo, vesti-lo e guardá-lo!

- Rogai por nós, bem-aventurado São José.

- Para que sejamos dignos das promessas de Cristo.

Oremos: Ó Deus, que nos concedestes o sacerdócio real, nós Vos pedimos que, assim como São José mereceu cuidar e trazer em seus braços com carinho o vosso Filho unigênito, nascido da Virgem Maria, façais que nós Vos sirvamos com coração limpo e boas obras, de modo que hoje recebamos dignamente o sacrosanto Corpo e Sangue do vosso Filho, e na vida futura mereçamos alcançar o prêmio eterno. Amém.

### *Oração de S. Tomás de Aquino*

Ó Deus eterno e todo-poderoso, eis que me aproximo do sacramento do vosso Filho único, Nosso Senhor Jesus Cristo. Impuro, venho à fonte da misericórdia; cego, à luz da eterna claridade; pobre e indigente, ao Senhor do céu e da terra. Imploro, pois, a abundância da vossa liberalidade, para que Vos digneis curar a minha fraqueza, lavar as minhas manchas, iluminar a minha cegueira, enriquecer a minha pobreza, vestir a minha nudez. Que eu receba o Pão dos Anjos, o Rei dos reis e o Senhor dos senhores, com o respeito e a humildade, a contrição e a devoção, a pureza e a fé, o propósito e a intenção que convém à salvação da minha alma. Dai-me que receba não só o sacramento do Corpo e do Sangue do Senhor, mas também o seu efeito e a sua força. Ó Deus de mansidão, fazei-me acolher com tais disposições o Corpo que o vosso Filho único, Nossos Senhor Jesus Cristo, recebeu da Virgem Maria, que seja incorporado ao seu Corpo Místico e contado entre os seus membros. Ó Pai cheio de amor, fazei que, recebendo agora o vosso Filho sob o véu do sacramento, possa na eternidade contemplá-lo face a face. Amém.

### *Ato de fé*

Ó Jesus, Deus e homem verdadeiro, creio firmemente que, por nosso amor e para ser o alimento da nossa alma, estais no Santíssimo Sacramento do Altar, tão real e perfeitamente como estais no Céu.

### *Ato de adoração*

Ó Jesus, adoro-Vos profundamente neste diviníssimo Sacramento, em que Vos reconheço oculto debaixo das espécies sacramentais, como Deus e homem verdadeiro, meu Criador, Senhor, Redentor, sumo e único Bem.

### *Ato de esperança*

Ó Jesus, espero que, recebendo-Vos neste diviníssimo Sacramento, usareis comigo de misericórdia e me dareis todas as graças necessárias e até abundantes para me santificar e alcançar a minha eterna salvação.

### *Ato de amor*

Ó Jesus, amo-Vos com todo o coração sobre todas as coisas, porque sois o meu Deus, infinitamente amável, meu Pai, meu Redentor e meu tudo; e por amor de Vós, amo o próximo como a mim mesmo e perdoo de todo o coração os que me têm ofendido.

### *Palavras de São Josemaria*

Diz ao Senhor que, daqui por diante, de cada vez que celebres ou assistas à Santa Missa, e administres ou recebas o Sacramento Eucarístico, o farás com uma fé grande, com um amor que queime, como se fosse a última vez da tua vida.

- E sente dor pelas tuas negligências passadas. (Forja)

Temos de receber o Senhor, na Eucaristia, como aos grandes da terra, e melhor! Com adornos, luzes, roupa nova...

- E se me perguntas que limpeza, que adornos e que luzes hás de ter, responder-te-ei: limpeza nos teus sentidos, um por um; adorno nas tuas potências, uma por uma; luz em toda a tua alma. (Forja)

Humildade de Jesus: em Belém, em Nazaré, no Calvário... Porém, mais humilhação e mais aniquilamento na Hóstia Santíssima; mais que no estábulo, e que em Nazaré, e que na Cruz. Por isso, como estou obrigado a amar a Missa! (A “nossa” Missa, Jesus...) (Caminho)

Quando te aproximares do Sacrário, pensa que Ele!... faz vinte séculos que te espera. (Caminho)

O maior louco que já houve e haverá é Ele. É possível maior loucura do que entregar-se como Ele se entrega, e àqueles a quem se entrega?

Porque, na verdade, já teria sido loucura ficar como um Menino indefeso; mas, nesse caso, até mesmo muitos malvados se enterneceriam, sem atrever-se a maltratá-Lo. Achou que era pouco: quis aniquilar-se mais e dar-se mais. E fez-se comida, fez-se Pão.

- Divino Louco! Como é que te tratam os homens?... E eu mesmo? (Forja)

Jesus, a tua loucura de amor rouba-me o coração. Estás inerte e pequeno, para engrandecer os que te comem. (Forja)

Pensaste alguma vez como te prepararias para receber o Senhor, se apenas se pudesse comungar uma vez na vida?

- Agradecemos a Deus a facilidade que temos para aproximar-nos dEle, mas... temos de agradecer preparando-nos muito bem para recebê-Lo. (Forja)

Enquanto assistes à Santa Missa, pensa - porque é assim! - que estás participando num Sacrifício divino: sobre o altar, Cristo volta a oferecer-se por ti. (Forja)

As tuas comunhões eram muito frias: prestavas pouca atenção ao Senhor; qualquer bagatela te distraía... - Mas, desde que pensas - nesse teu íntimo colóquio com Deus - que estão presentes os Anjos, a tua atitude mudou...: “Que não me vejam assim!”, dizes para ti mesmo... - E olha como, com a força do “que vão dizer?” - desta vez, para bem -, avançaste um pouquinho em direção ao Amor. (Sulco)

### *Oração de Santo Ambrósio*

Senhor Jesus Cristo, eu, pecador não presumindo dos meus próprios méritos, mas confiando na vossa bondade e misericórdia, temo entretanto e hesito em aproximar-me da mesa do vosso doce convite. Pois meu corpo e minha alma estão manchados por muitas faltas, e não guardei com cuidado o meu espírito e a minha língua. Por isso, ó bondade divina e temível majestade, na minha miséria recorro a Vós, fonte de misericórdia; corro para junto de Vós a fim de ser curado, refugio-me na vossa proteção, e anseio ter como Salvador Aquele que não posso suportar como Juiz. Senhor, eu Vos mostro as minhas chagas e Vos revelo a minha vergonha. Sei que os meus pecados são muitos e grandes, e temo por causa deles, mas espero na vossa infinita misericórdia. Olhai-me, pois, com os vossos olhos misericordiosos, Senhor Jesus Cristo, Rei eterno, Deus e homem, crucificado por causa do homem. Escutai-me pois espero em Vós; tende piedade de mim, cheio de misérias e pecados, Vós que jamais deixareis de ser para nós a fonte da compaixão. Salve, Vítima Salvadora, oferecida no patíbulo da Cruz por mim e por todos os homens. Salve, nobre e precioso Sangue, que brotas das chagas do meu Senhor Jesus Cristo crucificado e lavas os pecados do mundo inteiro. Lembrai-Vos, Senhor, da vossa criatura resgatada por vosso Sangue. Arrependo-me de ter pecado, desejo reparar o que fiz. Livrai-me, ó Pai Clementíssimo, todas as minhas iniquidades e pecados, para que, inteiramente purificado, mereça saborear dignamente o Santo dos santos. E concedei que o vosso Corpo e o vosso Sangue, que eu, embora indigno, me preparo para receber, sejam perdão para os meus pecados, a completa purificação das minhas faltas. Que eles afastem de mim os meus maus pensamentos e despertem os bons sentimentos; tornem eficazes as obras que Vos agradam, e protejam meu corpo e minha alma contra as ciladas dos meus inimigos. Amém.

### *Ao Espírito Santo*

Ó Deus clementíssimo, escutai com piedade as nossas súplicas e iluminai o nosso coração com a graça do Espírito Santo, para que mereçamos servir com dignidade os vossos mistérios e amar-Vos com caridade eterna. Ó Deus, que conheceis o nosso coração e a nossa vontade, e que não ignorais nenhum segredo: purificai os nossos pensamentos infundindo-nos o Espírito Santo, para que mereçamos amar-Vos com perfeição e louvar-Vos dignamente. Senhor, inflamai as nossas entranhas e o nosso coração com o fogo do Espírito Santo, para que Vos sirvamos com um corpo casto e Vos agrademos com um coração limpo. Nós Vos pedimos, Senhor, que o Paráclito que procede de Vós ilumine o nosso entendimento e nos leve a conhecer a verdade, como o vosso Filho nos prometeu. Nós Vos pedimos, Senhor, que nos assista o poder do Espírito Santo, para que purifique com clemência os nossos corações e nos defenda de todos os perigos. Ó Deus, que instruístes os corações dos fiéis com a luz do Espírito Santo, concedei-nos amar, no mesmo Espírito, o que é reto, e gozar sempre a sua consolação. Nós Vos pedimos, Senhor, que purifiqueis as nossas consciências para que, ao vir o nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, encontre preparada em nós a sua mansão. Ele que vive e reina convosco pelos séculos dos séculos. Amém.

### *Comunhões espirituais*

Ó meus Jesus, creio que estás no Santíssimo Sacramento; vos amo sobre todas as coisas e desejo receber-vos dentro da minha alma. Já que agora não posso fazê-lo sacramentalmente, vinde ao menos espiritualmente ao meu coração. Como se já tivesses vindo, vos abraço e me uno todo a vós, não permitais jamais que eu volte a abandonar-vos.

Eu quisera Senhor receber-vos com aquela pureza, humildade e devoção com que vos recebeu a vossa santíssima Mãe, com o espírito e o fervor dos santos.



*Ação de graças  
depois da Santa  
Missa*

*Invocações ao Santíssimo Redentor*

Alma de Cristo, santificai-me.  
Corpo de Cristo, salvai-me.  
Sangue de Cristo, inebriai-me.  
Água do lado de Cristo, lavai-me.  
Paixão de Cristo, confortai-me.  
Ó bom Jesus, ouvi-me.  
Dentro das vossas chagas, escondi-me.  
Não permitais que me separe de Vós.  
Do espírito maligno, defendei-me. Na  
hora da minha morte, chamai-me. E  
mandai-me ir para Vós,  
para que Vos louve com os vossos santos,  
por todos os séculos dos séculos. Amém.

*Oração de São Tomás de Aquino*

Dou-Vos graças, Senhor santo, Pai onipotente, Deus, a Vós que, sem merecimento algum de minha parte, mas por efeito da vossa misericórdia, Vos dignastes saciar-me, sendo eu pecador e vosso indigno servo, com o Corpo adorável e com o Sangue precioso do vosso Filho, Nosso Senhor Jesus Cristo. Eu Vos peço que esta comunhão não me seja imputada como uma falta digna de castigo, mas interceda eficazmente para alcançar o meu perdão; seja a armadura da minha fé e o escudo da minha boa vontade; livre-me dos meus vícios; apague os meus maus desejos; mortifique a minha concupiscência; aumente em mim a caridade e a paciência, a humildade, a obediência e todas as

virtudes; sirva-me de firme defesa contra os embustes de todos os meus inimigos, tanto visíveis como invisíveis; serene e regule perfeitamente os movimentos, tanto da minha carne como do meu espírito; una-me firmemente a Vós, que sois o único e verdadeiro Deus; e seja enfim a feliz consumação do meu destino. Dignai-Vos, Senhor, eu Vos suplico, conduzir-me, a mim, pecador, a esse inefável banquete onde, com o vosso Filho e o Espírito Santo, sois para os vossos santos luz verdadeira, gozo pleno e alegria eterna, cúmulo de delícias e felicidade perfeita. Pelo mesmo Jesus Cristo, Senhor Nosso. Amém.

### *Oração a Jesus Crucificado*

Eis-me aqui, ó bom e dulcíssimo Jesus! De joelhos ante a vossa divina presença, eu Vos peço e suplico, com o mais ardente fervor de minha alma, que Vos digneis gravar em meu coração profundos sentimentos de fé, de esperança e de caridade, de verdadeiro arrependimento de meus pecados e vontade firmíssima de me emendar, enquanto com sincero afeto e íntima dor de coração considero e medito em vossas cinco chagas, tendo bem presentes aquelas palavras que o Profeta Davi já dizia de Vós, ó bom Jesus: Trespasaram as minhas mãos e os meus pés, e contaram todos os meus ossos.

### *Oração de São Boaventura*

Trespasai, dulcíssimo Senhor Jesus, a medula de minha alma com o suave e salutar dardo do vosso amor, com a verdadeira, pura e santíssima caridade apostólica, a fim de que a minha alma desfaleça e se desfaça sempre só com o amor e o desejo de Vos possuir; que por Vós suspire, e desfaleça por achar-se nos átrios da vossa casa; deseje separar-se do corpo para se unir a Vós. Fazei que a minha alma tenha fome de Vós, Pão dos anjos, Alimento das almas santas, Pão nosso de cada dia, cheio de força, de toda a doçura e sabor, e de todo o suave leite.

Ó Jesus, a quem os anjos desejam contemplar, tenha sempre o meu coração fome de Vós, e o interior da minha alma transborde com a doçura do vosso sabor; tenha sempre sede de Vós, fonte de vida, manancial de sabedoria e de ciência, rio de luz eterna, torrente de delícias, abundância da Casa de Deus; que Vos deseje, Vos procure, Vos encontre; que para Vós caminhe e para Vós chegue; que em Vós pense, de Vós fale, e todas as minhas ações encaminhe para a honra e glória do vosso nome, com humildade e discrição, com amor e deleite, com facilidade e afeto, com perseverança até o fim; para que Vós sejais sempre a minha esperança, meu gozo, meu descanso e minha tranqüilidade, minha paz, minha suavidade, meu perfume, minha doçura, minha comida, meu alimento, meu refúgio, meu auxílio, minha sabedoria, minha herança, minha posse, meu tesouro, no qual estejam sempre fixos e firme e inabalavelmente arraigados a minha alma e o meu coração. Amém.

*Oração do Papa Clemente XI*

Senhor, creio em Vós, fazei que creia com mais firmeza;  
espero em Vós, fazei que espere com mais confiança;  
amo-Vos, aumentai o meu amor;  
arrependo-me, avivai a minha dor.

Adoro-Vos como primeiro princípio;  
desejo-Vos como último fim;  
exalto-Vos como benfeitor perpétuo;  
invoco-Vos como defensor propício.

Dirigi-me com a vossa sabedoria;  
atai-me com a vossa justiça;  
consolai-me com a vossa clemência;  
protegei-me com o vosso poder.

Ofereço-Vos os meus pensamentos, para que se dirijam a Vós;  
minhas palavras, para que falem de Vós;  
minhas obras, para que sejam vossas;  
minhas contrariedades, para que as aceite por Vós.

Quero o que quereis,  
quero porque o quereis,  
quero como o quereis,  
quero enquanto o queirais.

Senhor, peço-Vos que ilumineis a minha mente,  
inflameis a minha vontade,  
limpeis o meu coração,  
santifiqueis a minha alma.

Que me afaste das faltas passadas,  
rejeite as tentações futuras,  
corrija as más inclinações,  
pratique as virtudes necessárias.

Concedei-me, Deus de bondade, amor por Vós,  
ódio por mim,  
zelo pelo próximo,  
desprezo pelo mundano.

Que saiba obedecer aos superiores,  
ajudar os inferiores,  
acolher os amigos,  
perdoar os inimigos.

Que vença a sensualidade com a mortificação,  
a avareza com a generosidade,  
a ira com a bondade,  
a tibieza com a piedade.

Fazei-me prudente nos conselhos,  
constante nos perigos,  
paciente nas contrariedades,  
humilde na prosperidade.

Senhor, fazei-me atento na oração,  
sóbrio na comida,  
perseverante no trabalho,  
firme nos propósitos.

Que procure ter inocência interior,  
modéstia exterior,  
conversa exemplar,  
vida ordenada.

Que lute por dominar a minha natureza,  
fomentar a graça,  
servir a vossa lei  
e obter a salvação.

Que aprenda de Vós como é pouco o terreno,  
como é grande o divino,  
como é breve o tempo,  
como é duradouro o eterno.

Fazei-me preparar a morte,  
temer o juízo,  
evitar o inferno  
e alcançar o Paraíso.  
Por Cristo Nosso Senhor. Amém.

### *Oração à Santíssima Virgem Maria*

Ó Maria, Virgem e Mãe Santíssima, eis que recebi o vosso amadíssimo Filho, a quem concebestes no vosso seio imaculado, criastes e alimentastes em vosso peito, e abraçastes amorosamente. Eis que Vos apresento e ofereço com amor e humildade Aquele que vos alegrava contemplar e que Vos enchia de delícias, para que o aperteis em vossos braços, o ameis em vosso coração e o ofereçais em supremo culto de adoração à Santíssima Trindade, para vossa honra e glória e pelas minhas necessidades e pelas de todo o mundo. Suplico-Vos, piedosíssima Mãe, que me alcanceis o perdão de todos os meus pecados e graça abundante para servir o Senhor desde agora com maior fidelidade; e por último a graça da perseverança final, para que possa louvá-lo convosco pelos séculos dos séculos. Amém.

### *Oração a São José*

Ó glorioso São José, Pai e protetor das virgens, guarda fiel a quem Deus confiou Jesus, a própria inocência, e Maria, Virgem das virgens! Em nome de Jesus e de Maria, este duplo tesouro que vos foi tão caro, vos suplico que me conserveis livre de toda a impureza, para que, com alma pura e corpo casto, sirva sempre, fielmente, a Jesus e a Maria. Amém.

### *Oferecimento de si mesmo*

Tomai, Senhor, e recebei, toda a minha liberdade, a minha memória, o meu entendimento e toda a minha vontade. Tudo quanto tenho e possuo de Vós o recebi. Por isso a Vós, Senhor, o entrego e restituo para que disponhais de tudo segundo a vossa vontade. Concedei-me somente o vosso amor e a vossa graça, que isto me basta, e não desejo outra coisa da vossa misericórdia infinita.

### *Oração de São Francisco*

Senhor, fazei de mim um instrumento da vossa paz; onde houver ódio, que eu leve o amor; onde houver ofensa, que eu leve o perdão; onde houver discórdia, que eu leve a união; onde houver dúvida, que eu leve a fé; onde houver erro, que eu leve a verdade; onde houver desespero, que eu leve a esperança; onde houver tristeza, que eu leve a alegria; onde houver trevas, que eu leve a luz. Ó Mestre, fazei que eu procure mais consolar que ser consolado, compreender que ser compreendido, amar que ser amado. Pois é dando que se recebe, é perdoadando que se é perdoado, e é morrendo que se vive para a vida eterna. Amém.

### *Oração a S. Paulo*

Ó Deus, nós vos louvamos e agradecemos porque tivestes grande misericórdia com S. Paulo, transformando-o de perseguidor em incansável apóstolo da Igreja. S. Paulo, intercedei por nós ao Senhor, para que nos conceda um coração aberto à graça, a libertação do nosso egoísmo e a total configuração do nosso ser com Jesus Cristo. Amém.

### *Oração aos pastores de Fátima*

Meu Deus! Eu creio, adoro, espero e Vos amo. Peço-Vos perdão pelos que não crêem, não adoram, não esperam e não Vos amam.

### *Oração à Santíssima Trindade*

Santíssima Trindade, Pai, Filho, Espírito Santo, adoro-Vos profundamente e ofereço-Vos o Preciosíssimo Corpo, Sangue, Alma e Divindade de Jesus Cristo, presente em todos os sacramentos 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.

### *Eis-me aqui*

Eis-me aqui, Senhor, ó bom e dulcíssimo Jesus! De joelhos me prostro em vossa presença e vos suplico com todo o fervor da minha alma que vos digneis gravar no meu coração os mais vivos sentimentos de fé, esperança e caridade, verdadeiro arrependimento de meus pecados e firme propósito de emenda, enquanto vou considerando, com vivo afeto e dor, as vossas cinco chagas, tendo diante dos olhos aquilo que o profeta Davi já vos fazia dizer, ó bom Jesus: Trespasaram minhas mãos e meus pés e contaram todos os meus ossos (Sl 21, 17).

### *Cântico dos Três Jovens*

*Dan 3, 57-88 e 56*

*Antífona.* Cantemos o hino dos três jovens, o mesmo que esses santos cantavam na fornalha ardente bendizendo o Senhor (T. P. Aleluia).

1. Obras do Senhor, bendizei todas o Senhor; louvai-O e exaltai-O para sempre.
2. Céus, bendizei o Senhor; Anjos do Senhor, bendizei o Senhor.
3. Águas que estais por cima dos céus, bendizei todas o Senhor; todos os poderes bendigam o Senhor.
4. Sol e lua, bendizei o Senhor; estrelas dos céus bendizei o Senhor.
5. Chuvas e orvalhos, bendizei o Senhor; e vós, todos os ventos, bendizei o Senhor.
6. Fogo e calor, bendizei o Senhor; frio e calor, bendizei o Senhor.
7. Orvalhos e geadas, bendizei o Senhor; gelo e frio, bendizei o Senhor.
8. Gelos e neves, bendizei o Senhor; noites e dias, bendizei o Senhor.
9. Luz e trevas, bendizei o Senhor; relâmpagos e nuvens, bendizei o Senhor.



10. Que a terra bendiga o Senhor; louve-O e exalte-O para sempre.
11. Montes e colinas, bendizei o Senhor; plantas que brotais da terra, bendizei o Senhor.
12. Mares e rios, bendizei o Senhor; fontes, bendizei o Senhor.
13. Cetáceos e animais que viveis nas águas, bendizei o Senhor; pássaros todos do céu, bendizei o Senhor.
14. Animais selvagens e rebanhos, bendizei o Senhor; filhos dos homens, bendizei o Senhor.
15. Bendiga Israel o Senhor; louve-O e exalte-O para sempre.
16. Sacerdotes do Senhor, bendizei o Senhor; servos do Senhor, bendizei o Senhor.
17. Espíritos e almas dos justos, bendizei o Senhor; santos e humildes de coração, bendizei o Senhor.
18. Ananias, Azarias e Misael, bendizei o Senhor; louvai-O e exaltai-O para sempre.
19. Bendigamos o Pai, o Filho e o Espírito Santo; louvemo-Lo e exaltemo-Lo para sempre.
20. Senhor, Vós sois bendito no firmamento dos céus; sois digno de louvor e glória para sempre.

### Salmo 150

*Não se diz Glória nem Amém.*

1. Louvai o Senhor no seu santuário, louvai-O no seu augusto firmamento.
2. Louvai-O por suas obras grandiosas, louvai-O por sua excelsa majestade.
3. Louvai-O ao som da trombeta, louvai-O com o saltério e a cítara.
4. Louvai-O com tímpanos e danças, louvai-O com a harpa e a flauta.
5. Louvai-O com címbalos sonoros, louvai-O com címbalos de júbilo: tudo o que respira louve o Senhor.

Glória ao Pai.

Antífona. Cantemos o hino dos três jovens, o mesmo que esses santos cantavam na fornalha ardente bendizendo o Senhor (T. P. Aleluia).

*Todos se levantam, e quem dirige diz:*

Senhor, tende piedade de nós. Cristo, tende piedade de nós. Senhor, tende piedade de nós.

Pai Nosso.

V./ E não nos deixeis cair em tentação.

R./ Mas livrai-nos do mal.

V./ Todas as vossas obras Vos louvem, Senhor.

R./ E os vossos santos Vos bendigam.

V./ Os santos exultarão na glória.

R./ E alegrar-se-ão nas suas moradas.

V./ Não a nós, Senhor, não a nós.

R./ Mas ao vosso nome dai glória.

V./ Ouvi, Senhor, a minha oração.

R./ E chegue a Vós o meu clamor.

*Os sacerdotes acrescentam:*

V./ O Senhor esteja convosco.

R./ Ele está no meio de nós.

*Oração.* Ó Deus, que suavizastes as chamas do fogo aos três jovens; concedei-nos, pela vossa misericórdia, que não nos deixemos abrasar pelos vícios.

Nós vos rogamos, Senhor, que prepareis as nossas ações com a

vossa inspiração, e as acompanheis com a vossa ajuda, a fim de que todos os nossos trabalhos e orações em Vós comecem sempre e convosco acabem.

Dai-nos, Senhor, a graça de extinguir o ardor dos vícios, Vós que concedestes a São Lourenço a virtude de vencer o fogo de seu martírio. Por Cristo Senhor Nosso. Amém.

## *Orações a São José*

### *Para o trabalho*

Ó glorioso S. José, modelo de todos os que se consagram ao trabalho! Alcançai-me a graça de trabalhar com espírito de penitência, em expiação dos meus pecados; de trabalhar com consciência, pondo o cumprimento do meu dever acima das minhas naturais inclinações; de trabalhar com agradecimento e alegria, olhando como uma honra o poder de desenvolver por meio do trabalho os dons recebidos por Deus. Alcançai-me a graça de trabalhar com ordem, constância, intensidade e presença de Deus, sem jamais retroceder ante as dificuldades; de trabalhar, acima de tudo, com pureza de intenção e desapego de mim mesmo, tendo sempre diante dos meus olhos todas as almas e as contas que prestarei a Deus do tempo perdido, das habilidades inutilizadas, do bem omitido e das estéreis vaidades em meus trabalhos, tão contrárias à obra de Deus. Tudo por Jesus, tudo por Maria, tudo à vossa imitação, ó Patriarca São José! Este será o meu lema na vida e na morte. Amém.

### *Ave José*

Ave-José, pai adotivo do Menino-Jesus, bendito sois vós entre todos os homens, bendito os vossos braços que carregaram o Senhor. São José, nosso pai e senhor, protegei-nos dos nossos inimigos e levai-nos até às portas do Céu. Amém.

## *Orações diversas*

### *Oração ao Anjo da Guarda*

Anjo da Guarda, minha doce companhia  
não me deixe só, pois eu me perderia  
ajudai-me a viver como minha mãe Maria! Amém

### *Oração para obter uma boa morte*

Meu Pai Criador, peço-Vos a mais importante de todas as Vossas graças: a perseverança final e uma morte santa. Por muito que tenha abusado da vida que me destes, fazei-me vivê-la desde agora e terminá-la no Vosso Santo Amor.

Que eu morra como os santos Patriarcas, deixando sem tristeza este vale de lágrimas, para ir gozar do descanso eterno na minha verdadeira pátria.

Que eu morra como o glorioso São José, acompanhado de Jesus e de Maria, pronunciando esses nomes por toda a eternidade.

Que eu morra como a Virgem Imaculada, na caridade mais pura e com o desejo de unir-me ao Único objeto de meus amores.

Que eu morra como Jesus na Cruz, plenamente identificado com a Vontade do Pai, feito holocausto por amor.

Jesus, morto por mim, concedei-me a graça de morrer num ato de perfeita caridade para convosco.

Santa Maria, Mãe de Deus rogai por mim agora e na hora de minha morte. São José, meu pai e senhor, alcançai-me que eu morra com a morte dos justos.

### *Aceitação da morte*

Ó Deus, meu Pai, Senhor da vida e da morte, que por decreto imutável, em justo castigo de nossas culpas, estabeleceste que todos os homens tem que morrer: olhai-me aqui prostrado diante de Vós. Detesto de todo coração as minhas culpas passadas, pelas quais mereci mil vezes a morte, que agora aceito para expiá-las e para obedecer a Vossa amável Vontade. De bom grado morrerei, Senhor, no tempo, no lugar, do modo que Vós quiserdes, e até esse momento aproveitarei os dias de vida que me restam, para lutar contra os meus defeitos e crescer no vosso amor, para quebrar todos os laços que atam o meu coração as criaturas, para preparar minha alma para comparecer a Vossa presença; e desde agora abandono-me sem reservas nos braços da Vossa Paternal Providência.

### *Oração para o momento da morte*

Senhor, meu Deus, desde já aceito de boa vontade, como vindo da Vossa mão, qualquer gênero de morte que quiserdes enviar-me, com todas as suas angústias, penas e dores.

V/. Jesus, José e Maria,

R/. Dou-vos o meu coração e a minha alma.

V/. Jesus, José e Maria

R/. Assisti-me na minha última agonia.

V/. Jesus, José e Maria,

R/. Expire em paz convosco a minha alma.

### *Oração à Sagrada Família*

Jesus, morto por mim, concedei-me a graça de morrer num ato de perfeita caridade para convosco.

Santa Maria, Mãe de Deus,  
rogai por mim agora e na hora da minha morte.  
São José, meu Pai e Senhor,  
alcançai-me que morra com a morte dos justos.  
Amém.

### *Consagração ao Sagrado Coração de Jesus*

Dulcíssimo Jesus, Redentor do Gênero Humano, lançai sobre nós, que humildemente estamos prostrados diante do Vosso altar, os vossos olhares. Nós somos e queremos ser vossos, e, a fim de podermos viver mais intimamente unidos a vós, cada um de nós se consagra espontaneamente neste dia ao vosso Sacratíssimo Coração.

Muitos há que nunca vos conheceram: muitos, desprezando os vossos mandamentos, vos renegaram. Benigníssimo Jesus, tende piedade de uns e de outros, e trazei-os todos ao vosso Sagrado Coração. Senhor, sede Rei, não somente dos fiéis que nunca de vós se afastaram, mas também dos filhos pródigos que vos abandonaram: fazei que estes voltem quanto antes à casa paterna, para que não pereçam de miséria e de fome.

Sede Rei dos que vivem no erro ou separados de Vós pela discórdia: trazei-os ao porto da verdade e à unidade da fé, a fim de que em breve haja um só rebanho e um só pastor.

Senhor, conservai incólume a vossa igreja e dai-lhe uma liberdade segura: concedei ordem e paz a todos os povos: fazei que de um polo a outro do mundo ressoe uma só voz: louvado seja o Coração divino, que nos trouxe a salvação: honra e glória a Ele por todos os séculos dos séculos. Amém.

## *Outras devoções, hinos e salmos*

### *Ubi caritas*

Onde o amor e a caridade, Deus aí está.  
Congregou-nos num só corpo o amor de Cristo.  
Exultemos, pois, e nele jubilemos.  
Ao Deus vivo nós temamos, mas amemos.  
E, sinceros, uns aos outros nos queiramos.  
Onde o amor e a caridade, Deus aí está.  
Todos juntos, num só corpo congregados,  
pela mente não sejamos separados.  
Cessem lutas, cessem rixas, dissensões.  
Esteja em nosso meio Cristo Deus.  
Onde o amor e a caridade, Deus aí está.  
Junto um dia com os eleitos,  
nós vejamos tua face gloriosa, Cristo Deus.  
Gáudio puro, que é imenso e que ainda vem,  
pelos séculos nos séculos.  
Amém.

### *Salmo II*

Ant. Seu reinado é sempiterno, e todos os reis o servirão e lhe obedecerão (T.P. Aleluia).

1. “Por que se amotinam as nações e os povos maquinam planos vãos?
2. Sublevam-se os reis da terra e os príncipes coligam-se contra o Senhor e contra o seu Ungido.
3. Quebremos, disseram, as suas cadeias, e sacudamos de nós o seu jugo.
4. Aquele que habita nos céus Ri-se, o Senhor zomba deles.
5. Ele lhes fala então na sua ira, e no seu furor os aterroriza:



6. “Eu, porém, constituí o meu rei sobre Sião, meu monte santo”.

7. Promulgarei o decreto do Senhor. O Senhor disse-me: “Tu és meu filho; eu hoje te gerei.

8. Pede-me, e eu te darei as nações por herança, e em teu domínio as extremidades da terra.

9. Tu as governarás com vara de ferro, e qual vaso de oleiro as quebrarás”.

10. E agora, ó reis, entendei; deixai-vos instruir, vós que governais a terra.

11. Servi o Senhor com temor e louvai-o com tremor

12. Prestai-lhe vassalagem, para que não se indigne e pereçais fora do caminho, quando em breve se acender a sua cólera.

Bem-aventurados todos os que nEle confiam.

Glória ao pai, e ao Filho e ao Espírito Santo.

Assim como era no princípio, agora e sempre. Amém.

Ant. Seu reinado é sempiterno, e todos os reis o servirão e lhe obedecerão (T.P. Aleluia).

V./ Ouvi, Senhor, a minha oração.

R./ E chegue a Vós o meu clamor.

*Os sacerdotes acrescentam:*

V./ O Senhor esteja convosco.

R./ Ele está no meio de nós.

**ORAÇÃO**

Ó Deus, onipotente e eterno Deus, que tudo quisestes instaurar no vosso amado Filho, Rei do Universo, concedei, propício, que todas as nações desagregadas pela ferida do pecado se submetam a seu suavíssimo poder. Ele, que convosco vive e reina Deus, na unidade do Espírito Santo, pelos séculos dos séculos. Amém.

*Salmo II (latim)*

Regnum eius, regnum sempiternum est, et omnes reges ser-  
vient ei et obediunt (Alleluia).

1. Quare fremuerunt gentes, et populi meditati sunt inania?
2. Astiterunt reges terrae, et principes convenerunt in unum  
adversus Dominum et adversus christum eius:
3. Dirumpamus vincula eorum et proiciamus a nobis iugum  
ipsorum!
4. Qui habitat in caelis, iridebit eos, Dominus subsannabit eos.
5. Tunc loquetur ad eos in ira sua et in furore suo conturbabit  
eos:
6. Ego autem constitui regem meum super Sion, montem sanc-  
tum meum!
7. Praedicabo decretum eius. Dominus dixit ad me. "Filius meus  
es tu; ego hodie genui te.
8. Postula a me, et dabo tibi gentes hereditatem tuam et pos-  
sessionem tuam terminos terrae;
9. Reges eos in virga ferrea et tamquam vas figuli confringes  
eos".
10. Et nunc, reges, intelligite, erudimini, qui iudicatis terram.
11. Servite Domino in timore et exultate ei cum tremore.
12. Apprehendite disciplinam, ne quando irascatur, et  
pereatis de via, cum exarserit in brevi ira eius. Beati omnes,  
qui confi- dunt in eo.

Glória Patri, et Fílio, et Spíritui Sancto.

Sicut erat in princípío, et nunc, et semper, et in saecula saeculo-  
rum. Amen.

Regnum eius, regnum sempiternum est, et omnes reges ser-  
vient ei et obediunt (Alleluia).

V./ Dómine, exaudi orationem meam.

R./ Et clamor meus ad te véniat.

*Oremus:* Omnípotens sempiterne Deus, qui in dilécto Fílio tuo, universorum Rege, ómnia instaurare voluisti: concede propítius, ut cunctæ famíliæ Gentium, peccati vúlneris disgregatæ, eius suavíssimo subdantur império: Qui tecum vivit et regnat in unitate Spíritus Sancti Deus: per óminia sæcula sæculorum. Amen.

### *Salmo 22*

O Senhor é meu pastor, nada me faltará.  
Em verdes prados me faz repousar,  
conduz-me junto às águas refrescantes.  
Restaura as forças de minha alma,  
pelos caminhos retos Ele me leva,  
por amor do seu nome.  
Ainda que eu atravessasse o vale tenebroso,  
não temerei mal algum, porque Vós estais comigo  
Vosso bordão e vosso báculo  
são o meu amparo.  
Preparais para mim a mesa  
à vista de meus inimigos.  
Derramais o perfume sobre a minha cabeça,  
transborda a minha taça.  
A vossa bondade e misericórdia hão de  
seguir-me por todos os dias da minha vida.  
E habitarei na casa do Senhor,  
por longos dias.

### *Salmo 50*

Tende piedade de mim, ó Deus, segundo a vossa infinita misericórdia. E segundo a grandeza da vossa clemência, apagai os traços da minha falta.

Lavai-me de toda a minha iniquidade; purificai-me do meu pecado. Porque reconheço a minha maldade, e tenho sempre o meu pecado diante de mim.

Só contra Vós pequei, e fiz o mal diante dos vossos olhos. Assim é justa a vossa sentença e reto o vosso juízo. Porque reconheço ter sido dado à luz na iniquidade, e em pecado me concebeu a minha mãe.

Porque amais a sinceridade de coração, implantai a sabedoria no íntimo de minha alma. Aspergi-me com o hissopo e serei purificado; lavai-me, e ficarei mais branco que a neve.

Possa eu ouvir de Vós uma palavra de gozo e de alegria, e exultarão meus ossos que triturastes! Desviai a vossa face de meus pecados e apagai todas as minhas iniquidades.

Criai em mim, ó Deus um coração puro; e renovai em meu íntimo um espírito firme. Não me afasteis da vossa presença, nem me retireis o vosso espírito de santidade. Restituí-me a alegria do vosso salutar auxílio; e fortalecei-me com um espírito generoso.

Ensinarei as vossas veredas aos maus, e os pecadores voltarão a Vós. Livrai-me do meu sangue derramado, ó Deus, meu Salvador; possa minha língua aclamar a vossa benignidade.

Senhor, abri os meus lábios, e a minha boca proclamará os vossos louvores. Porque se quisésseis um sacrifício, eu Vo-lo teria oferecido; mas o holocausto não Vos agradam.

O sacrifício mais agradável a Deus é o espírito vencido pela dor; não desprezeis, ó Deus, um coração contrito e humilhado. Em vossa bondade, Senhor, sede benigno a Sião, para que se reedifiquem os muros de Jerusalém.

Então aceitareis os justos sacrifícios, as oblações e os holocaustos; e Vos oferecerão vítimas sobre o vosso altar.

*Psalmus Miserere 50*

Miserere mei, Deus, secundum misericordiam tuam;  
Et secundum multitudinem miserationum tuarum  
dele iniquitatem meam.  
Amplius lava me ab iniquitate mea  
et a peccato meo munda me.

Quoniam iniquitatem meam ego cognosco,  
et peccatum meum contra me est semper.  
Tibi, tibi soli peccavi, et malum coram te feci,  
ut justus inveniaris in sententia tua et æquus in iudicio tuo.

Ecce enim in iniquitate generatus sum,  
et in peccato concipit me mater mea.  
Ecce enim veritatem in corde dilexisti  
et in occulto sapientiam manifestasti mihi.

Asperges me hyssopo, et mundabor;  
lavabis me, et super nivem dealbabor.  
Audire me facies gaudium et lætítiam,  
et exultabunt ossa, quæ contrivisti.

Averte faciem tuam a peccatis meis  
et omnes iniquitates meas dele.  
Cor mundum crea in me Deus,  
et spiritum firmum innova in visceribus meis.

Ne proicias me a facie tua  
et spiritum sanctum tuum ne auferas a me.  
Redde mihi lætítiam salutáris tui  
et spiritu promptissimo confirma me.

Docébo iníquos vias tuas,  
et impii ad te convertentur.

Líbera me de sanguínibus, Deus, Deus salútis meæ,  
et exsultábit lingua mea justítiam tuam.

Dómine, lábia mea apéries,  
et os meum annuntiábit laudem tuam.  
Non enim sacrificio delectáris,  
holocáustum, si ófferam, non placébit.

Sacrificium Deo spíritus contribulátus,  
cor contrítum et humiliátum, Deus, non despícies.  
Benígne fac, Dómine, in bona voluntáte tua Sion,  
ut ædificéntur muri Jerúsalem.

Tunc acceptábis sacrificium justítiæ, oblatiões et holocáusta;  
tunc impónent super altáre tuum vítulos.  
Glória Patri, et Fílio,  
et Spirítui Sancto.

### *Benedíctus*

Bendito o Senhor Deus de Israel  
que visitou e redimiu o seu povo,  
e nos deu um Salvador poderoso  
na casa de David, seu servo,  
conforme prometeu pela boca  
dos seus santos,  
os profetas dos tempos antigos,  
para nos libertar dos nossos inimigos,  
e das mãos daqueles que nos odeiam.  
Para mostrar a sua misericórdia a favor dos nossos pais,  
recordando a sua sagrada aliança,  
e o juramento que fizera a Abraão, nosso pai,  
que nos havia de conceder esta graça:  
de O servirmos um dia, sem temor,

livres das mãos dos nossos inimigos,



em santidade e justiça, na sua presença,  
todos os dias da nossa vida.  
E tu, menino, serás chamado profeta do Altíssimo,  
porque irás à sua frente a preparar os seus caminhos,  
para dar a conhecer ao seu povo a salvação  
pela remissão dos seus pecados,  
graças ao coração misericordioso do nosso Deus,  
que das alturas nos visita como sol nascente,  
para iluminar os que jazem nas trevas  
e na sombra da morte  
e dirigir os nossos passos no caminho da paz.  
Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo.  
Como era no princípio, agora e sempre.  
Amén.

#### *Oração a São Josemaria*

Ó Deus, que, por mediação da Santíssima Virgem Maria, concedestes inumeráveis graças a São Josemaria, sacerdote, escolhendo-o como instrumento fidelíssimo para fundar o Opus Dei, caminho de santificação no trabalho profissional e no cumprimento dos deveres cotidianos do cristão, fazei que eu saiba também converter todos os momentos e circunstâncias da minha vida em ocasião de Vos amar, e de servir com alegria e com simplicidade a Igreja, o Romano Pontífice e as almas, iluminando os caminhos da terra com o resplendor da fé e do amor. Concedei-me por intercessão de São Josemaria o favor que Vos peço...(peça-se). Assim seja.  
Pai-nosso, Ave-Maria, Glória.

#### *Antes da oração mental*

Meu Senhor e meu Deus, creio firmemente que estás aqui, que me vês, que me ouves. Adoro-Te com profunda reverência. Peço-Te perdão dos meus pecados e graça para fazer com fruto

este tempo de oração. Minha Mãe Imaculada, São José, meu Pai e Senhor, meu Anjo da Guarda, intercedei por mim.

*Depois da oração mental*

Dou-Te graças, meu Deus, pelos bons propósitos, afetos e inspirações que me comunicastes nesta meditação; peço-Te ajuda para os pôr em prática. Minha Mãe Imaculada, São José, meu Pai e Senhor, meu Anjo da Guarda, intercedei por mim.

*Benção dos alimentos*

*Antes da refeições*

*Oremos.* Abençoai-nos, Senhor, a nós e a estes dons que da vossa liberalidade recebemos. Por Cristo Senhor Nosso.

R/. Amém.

*[almoço]*

V/. Que o Rei da eterna glória nos faça participantes da mesa celestial.

R/. Amém.

*[jantar]*

V/. Que o Rei da eterna glória nos conduza à Ceia da vida eterna.

R/. Amém.

*Depois das refeições*

V/. Nós Vos damos graças, Deus onipotente, por todos os vossos benefícios, Vós que viveis e reinais por todos os séculos dos séculos.

R/. Amém.

V/. Que Deus nos dê a sua paz.

R/. E a vida eterna.

V/. Amém.

## *Orações pelos defuntos*

### *Responso (português)*

Eu sou a ressurreição e a vida; quem crê em Mim, mesmo que esteja morto, viverá; e quem vive e crê em Mim não morrerá eternamente (Jo 11, 25)

Santos de Deus, vinde em seu auxílio; anjos do Senhor, correi ao seu encontro! Acolhei a(s) sua(s) alma(s), levando-a(s) à presença do Altíssimo.

V/. Cristo te (vos) chamou. Ele te (vos) receba, e os anjos te (vos) acompanhem ao seio de Abraão.

R/. Acolhei a(s) sua(s) alma(s), levando-a(s) à presença do Altíssimo.

V/. Dai-lhe(s), Senhor, o repouso eterno e brilhe para ele(s) a vossa luz.

R/. Acolhei a(s) sua(s) alma(s), levando-a(s) à presença do Altíssimo.

V/. Senhor, tende piedade de nós.

R/. Cristo, tende piedade de nós. Senhor, tende piedade de nós.

Pai nosso.

V/. Descanse(m) em paz.

R/. Amém.

V/. O Senhor esteja convosco.

R/. Ele está no meio de nós.

Oração

Ouvi ó Pai, as nossas preces; sede misericordioso para com o(s) vosso(s) servo(s) N., que chamastes deste mundo. Concedei-lhe(s) a luz e a paz no convívio dos vossos santos. Por Nosso Senhor Jesus Cristo, na unidade do Espírito Santo.

R/. Amém.

Oração

Absolvi, Senhor, a(s) alma(s) do(s) vosso(s) servo(s) N. de todos os laços do pecado, a fim de que, na ressurreição gloriosa, entre os vossos Santos e eleitos, possa(m) ele(s), ressuscitado(s) em seu(s) corpo(s), de novo respirar(em). Por Cristo Nosso Senhor.

R/. Amém.

V/. Eu sou a ressurreição e a vida; quem crê em Mim, mesmo que esteja morto, viverá; e quem vive e crê em Mim não morrerá eternamente. Dai-lhe(s), Senhor, o repouso eterno.

R/. E brilhe(m) para ele(s) a vossa luz.

V/. Descanse(m) em paz.

R/. Amém.

V/. A(s) sua(s) alma(s) e as almas de todos os fiéis defuntos, pela misericórdia de Deus, descansem em paz.

R/. Amém.

*Responso (latim)*

V/. Ne recordéris peccáta mea, Dómine.

R/. Dum véneris iudicáre sæculum per ignem.

V/. Dírige, Dómine Deus meus, in conspéctu tuo viam meam.

R/. Dum véneris iudicáre sæculum per ignem.

V/. Réquiem ætérrnam dona ei(s), Dómine, et lux perpétua lúceat ei(s).

R/. Dum véneris iudicáre sæculum per ignem.

V/. Kýrie, eléison.

R/. Christe, eléison. Kýrie, eléison.

Sacérdos dicit alta voce:

Pater noster.

Et secréto continuáatur ab ómnibus. Póstea sacérdos dicit:

V/. Et ne nos indúcas in tentatiónem.

R/. Sed líbera nos a malo.

V/. A porta ínferi.

R/. Érue, Dómine, ánimam eius (ánimas eórum).

V/. Requiésca(n)t in pace.

R/. Amen.

V/. Dómine, exáudi oratiónem meam.

R/. Et clamor meus ad te véniat.

V/. Dóminus vobíscum.

R/. Et cum spírítu tuo.

*Pro uno defúncto:*

ORÉMUS

Absolute quæsumus, Dómine, fámulum tuum (fámulam tuam)

N. ab omni vínculo delictórum, ut, qui (quæ) in hoc sæculo Christo méruit conformári, in resurrectiósni glória inter Sanctos tuos resuscitátus(resuscitáta) respíret. Per Christum Dóminum nostrum.

Pro ómnibus fidélibus defúnctis:

## ORÉMUS

Fidélium, Deus, ómniū cónditor et redémp̄tor: animábus famulórum, famularúmque tuarum remissionem cunctórum trí-bue peccatórum; ut indulgéntiam, quam semper optavérunt, piis supplicatióibus consequántur. Per Christum Dóminum nostrum.

R/. Amen.

[Aliæ orationes]

*Pro parentibus*

Oremus

Deus, qui nos patrem et matrem honoráre præcepisti: miserére cleménter animábus paréntum nostrórum, eorúmque peccáta dimitte; nosque eos in ætérnæ claritátis gáudio fac vidére. Per Christum Dóminum nostrum.

R/. Amen.

*Pro omnibus fidelibus defunctis:*

Oremus

Fidélium, Deus, ómniū cónditor et redémp̄tor, animábus famulórum famularúmque tuárum remissionem cunctórum trí-bue peccatórum: ut indulgéntiam, quam semper optavérunt, piis supplicatióibus consequántur. Per Christum Dóminum nostrum.

R/. Amen.

V/. Réquiem ætérnam dona ei(s), Dómine.

R/. Et lux perpétua lúceat ei(s).

V/. Requiésca(n)t in pace.

R/. Amen.

V/. Ánima eius (Ánimæ eórum) et ánimæ ómniū fidéliumde-functórum per misericórdiam Dei requiéscent in pace.

R/. Amen.

## *Responsórium II*

V/. In nómine Patris, et Fílii et Spíritus Sancti.

R/. Amen.

V/. Benedíctus Deus et Pater Dómini nostri Iesu Christi, Pater misericordiárum et Deus totíus consolatiónis, qui consolátur nos in omni tribulatióne nostra.

R/. Amen.

V/. De profúndis clamávi ad te, Dómine; Dómine, exáudi vocem meam.

R/. Sperávit ánima mea in Dómino.

V/. Fiant aures tuæ intendéntes in vocem deprecatiónis meæ.

R/. Sperávit ánima mea in Dómino.

V/. Si iniquitátes observáveris, Dómine, Dómine, quis sustinébit?

R/. Sperávit ánima mea in Dómino.

V/. Quia apud te propitiátio est, et propter legem tuam sustínui te, Dómine.

R/. Sperávit ánima mea in Dómino.

V/. Sustínuit ánima mea in verbo eius; sperávit ánima mea in Dómino.

R/. Sperávit ánima mea in Dómino.

V/. A custódia matutina usque ad noctem, speret Ísraël in Dómino.

R/. Sperávit ánima mea in Dómino.

V/. Quia apud Dóminum misericórdia: et copiosa apud eum redemptio.

R/. Sperávit ánima mea in Dómino.

V/. Et ipse redímet Ísraël ex ómnibus iniquitátibus eius.

R/. Sperávit ánima mea in Dómino.

V/. Dóminus vobíscum.

R/. Et cum spírítu tuo.

*Orémus.* Inclína, Dómine, aurem tuam ad preces nostras, qui-

bus misericórdiam tuam súpplīces deprecámur, ut ánimam fá-  
mulī tui (fámulæ tuæ) N., quam de hoc sæculo migráre iussísti,  
in pacis ac lucis regióne constitúas, et sanctórum tuórum iúbe-  
as esse consórtem. Per Christum Dóminum nostrum.

R/. Amen.



## *Fórmulas de Doutrina Católica*

### *Os mandamentos da caridade*

1. Amarás o Senhor teu Deus, com todo o teu coração, com toda a tua alma e com toda a tua mente.
2. Amarás o próximo como a ti mesmo.

### *A regra de ouro (Mt 7,12)*

Tudo aquilo que quereis que os homens façam a vós, Fazei-o vós mesmos a eles.

### *As Bem-aventuranças (Mt 5, 3-12)*

Bem-aventurados os pobres de coração, porque deles é o reino dos céus.  
Bem-aventurados os mansos, porque herdarão a terra.  
Bem-aventurados os que choram, porque serão consolados.  
Bem-aventurados os que têm fome e sede de justiça, porque serão saciados.  
Bem-aventurados os misericordiosos, porque alcançarão misericórdia.  
Bem-aventurados os puros de coração, porque verão a Deus.  
Bem-aventurados os pacificadores, porque serão chamados filhos de Deus.  
Bem-aventurados os perseguidos por causa da justiça, porque deles é o reino dos céus.  
Bem-aventurados sois vós quando vos insultam, vos perseguem e, mentindo,

dizem toda espécie de mal contra vós por minha causa.  
Alegrai-vos e exultai,  
porque grande é a vossa recompensa nos céus.

*As virtudes teologais*

1. Fé
2. Esperança
3. Caridade

*As virtudes cardeais*

1. Prudência
2. Justiça
3. Fortaleza
4. Temperança

*Os dons do Espírito Santo*

1. Sabedoria
2. Inteligência
3. Conselho
4. Fortaleza
5. Ciência
6. Piedade
7. Temor de Deus

*Os frutos do Espírito Santo*

1. Amor
2. Alegria
3. Paz
4. Paciência
5. Benignidade
6. Longanimidade
7. Benevolência
8. Humildade

9. Fidelidade
10. Modéstia
11. Continência
12. Castidade

### *Os mandamentos da Igreja*

1. Participar da Missa aos domingos e festas de guarda e permanecer livres de trabalhos e de atividades que poderiam impedir a santificação desses dias.
2. Confessar os próprios pecados pelo menos uma vez ao ano.
3. Receber o sacramento da Eucaristia pelo menos na Páscoa.
4. Abster-se de comer carne e observar o jejum nos dias estabelecidos pela Igreja.
5. Suprir as necessidades materiais da própria Igreja, segundo as próprias possibilidades.

### *As obras de misericórdia corporal*

1. Dar de comer aos famintos.
2. Dar de beber aos sedentos.
3. Vestir os nus.
4. Acolher os peregrinos.
5. Visitar os enfermos.
6. Visitar os encarcerados.
7. Sepultar os mortos.

### *As obras de misericórdia espiritual*

1. Aconselhar os duvidosos.
2. Ensinar os ignorantes.
3. Admoestar os pecadores.
4. Consolar os aflitos.
5. Perdoar as ofensas.
6. Suportar pacientemente as pessoas incômodas.
7. Rezar a Deus pelos vivos e pelos mortos.

*Os vícios capitais*

1. Soberba
2. Avareza
3. Luxúria
4. Ira
5. Gula
6. Inveja
7. Preguiça

*Os novíssimos*

1. Morte
2. Juízo
3. Inferno
4. Paraíso

## *RUMO À SANTIDADE*

Homilia de São Josemaria, pronunciada em 26-XI-1967

fonte: [www.escrivaworks.org.br](http://www.escrivaworks.org.br)

Sentimo-nos atingidos, com um forte estremeamento no coração, ao escutarmos atentamente o grito de São Paulo: Esta é a vontade de Deus, a vossa santificação (1 Thes IV, 3). É o que hoje, uma vez mais, proponho a mim mesmo, recordando-o também a quantos me ouvem e à humanidade inteira: esta é a Vontade de Deus, que sejamos santos.

Para pacificar as almas com paz autêntica, para transformar a terra, para procurar Deus Nosso Senhor no mundo e através de coisas do mundo, torna-se indispensável a santidade pessoal. Em minhas conversas com pessoas de tantos países e dos mais diversos ambientes sociais, perguntam-me com frequência: E que diz aos casados? E a nós que trabalhamos no campo? E às viúvas? E aos jovens?

Respondo sistematicamente que tenho uma só panela. E costumo frisar que Jesus Cristo Nosso Senhor pregou a boa nova a todos, sem distinção alguma. Uma só panela e um só alimento; Meu alimento é fazer a vontade dAquele que me enviou e consumir a sua obra (Jo IV, 34). Chama cada um à santidade e a cada um pede amor; a jovens e velhos, a solteiros e casados, a sãos e enfermos, a cultos e ignorantes; trabalhem onde trabalharem, estejam onde estiverem. só há um modo de crescerem na familiaridade e na confiança com Deus: ganhar intimidade com Ele na oração, falar com Ele, manifestar-lhe - de coração a coração - o nosso afeto.

## *Falar com Deus*

Invocar-me-eis e Eu vos atenderei (Ier XXIX, 12). E nós o invocamos conversando com Ele, dirigindo-nos a Ele. Por isso, temos que por em prática a exortação do Apóstolo: *Sine intermissione orate* (1 Thes, V, 17); rezai sempre, aconteça o que acontecer. Não só de coração, mas de todo o coração (S. Ambrósio, *Expositio in Psalmum CXVIII*, XIX, 12 -PL 15, 1471).

Talvez se pense que a vida nem sempre é fácil de levar, que não faltam dissabores e penas e tristezas. Responderei, também com São Paulo, que nem a morte, nem a vida, nem os anjos, nem os principados, nem as virtudes; nem o presente, nem o futuro, nem a força, nem o que há de mais alto, nem de mais profundo, nem qualquer outra criatura poderá separar-nos jamais do amor de Deus, que se fundamenta em Jesus Cristo Nosso Senhor (Rom VIII, 38-39). Nada nos pode afastar da caridade de Deus, do Amor, da relação constante com o nosso Pai.

Recomendar esta união contínua com Deus, não será apresentar um ideal tão sublime, que se revele inacessível à maioria dos cristãos? Na verdade, alta é a meta, mas não inacessível.

A senda que conduz à santidade é senda de oração, e a oração deve vingar pouco a pouco na alma, como a pequena semente que se converterá mais tarde em árvore frondosa.

Começamos com orações vocais, que muitos de nós repetimos quando crianças: são frases ardentes e singelas, dirigidas a Deus e à sua Mãe, que é nossa Mãe. Ainda hoje, de manhã e à tarde, não um dia, mas habitualmente, renovo aquele oferecimento de obras que me ensinaram meus pais: O' Senhora minha, ó minha Mãe! Eu me ofereço todo a Vós. E, em prova do meu afeto filial, vos consagro neste dia os meus olhos, os meus ouvidos, a minha boca, o meu coração... Não será isto - de certa maneira - um princípio de contemplação, demonstração evidente de confiado abandono? O que é que dizem um ao outro os que se amam, quando se encontram? Como se comportam?

Sacrificam tudo o que são e tudo o que possuem pela pessoa amada.

Primeiro, uma jaculatória, e depois outra, e mais outra..., até que parece insuficiente esse fervor, porque as palavras se tornam pobres..., e se dá passagem à intimidade divina, num olhar para Deus sem descanso e sem cansaço. Vivemos então como cativos, como prisioneiros. Enquanto realizamos com a maior perfeição possível, dentro dos nossos erros e limitações, as tarefas próprias da nossa condição e do nosso ofício, a alma anseia escapar-se. Vai-se rumo a Deus, como o ferro atraído pela força do ímã. Começa-se a amar a Jesus de forma mais eficaz, com um doce sobressalto.

Eu vos livrarei do cativo, estejais onde estiverdes (Ier XXIX, 14). Livramo-nos da escravidão pela oração: sabemos-nos livres, voando num epitalâmio de alma apaixonada, num cântico de amor, que impele a não desejar afastar-se de Deus. Um novo modo de andar na terra, um modo divino, sobrenatural, maravilhoso. Recordando tantos escritores castelhanos quinhentistas, talvez nos agrade saborear isto por nossa conta; vivo porque não vivo; é Cristo que vive em mim! (Cfr. Gal II, 20).

Aceita-se com gosto a necessidade de trabalhar neste mundo durante muitos anos, porque Jesus tem poucos amigos cá em baixo. Não recusemos a obrigação de viver, de nos gastarmos - bem espremidos - a serviço de Deus e da Igreja. Desta maneira, em liberdade: in libertatem gloriae filiorum Dei (Rom VIII, 21), qua libertate Christus nos liberavit (Gal IV, 31); com a liberdade dos filhos de Deus, que Jesus Cristo nos conquistou morrendo sobre o madeiro da Cruz.

É possível que, já desde o princípio, se levantem grandes nuvens de pó e que, ao mesmo tempo, os inimigos da nossa santificação empreguem um técnica tão veemente e tão bem orquestrada de terrorismo psicológico - de abuso de poder - que

arrastem em sua absurda direção inclusive aqueles que durante muito tempo mantinham outra conduta mais lógica e reta. E, embora essa voz soe a sino rachado, que não foi fundido com bom metal e é bem diferente dos silvos do pastor, desse modo aviltam a palavra, que é um dos dons mais preciosos que o homem recebeu de Deus, dádiva belíssima para manifestar altos pensamentos de amor e de amizade ao Senhor e às suas criaturas; a tal ponto que se chega a entender por que São Tiago diz da língua que ela é um mundo inteiro de malícia (Iac III, 6), tantos são os males que pode causar: mentiras, detrações, desonras, embustes, insultos, murmurações tortuosas.

### *A Humanidade Santíssima de Cristo*

Como poderemos superar esses inconvenientes? Como conseguiremos fortalecer-nos naquela decisão, que começa a parecer-nos muito pesada? Inspirando-nos no modelo que nos mostra a Virgem Santíssima, nossa Mãe; uma rota muito ampla, que necessariamente passa por Jesus.

Para nos aproximarmos de Deus, temos que enveredar pelo caminho certo, que é a Humanidade Santíssima de Cristo. Por isso aconselho sempre a leitura de livros que narrem a Paixão do Senhor; são escritos cheios de sincera piedade, que nos trazem à mente o Filho de Deus, Homem como nós e Deus verdadeiro, que ama e que sofre na sua carne pela Redenção do mundo.

Consideremos a recitação do Santo Rosário, uma das devoções mais arraigadas entre os cristãos. A Igreja nos anima a contemplar os mistérios: para que se grave na nossa cabeça e na nossa imaginação - com o gozo, a dor e a glória de Santa Maria - o exemplo assombroso do Senhor nos seus trinta anos de obscuridade, nos seus três anos de pregação, na sua paixão ignominiosa e na sua gloriosa Ressurreição.

Seguir Cristo: este é o segredo. Acompanhá-lo tão de perto, que vivamos com Ele, como aqueles primeiros doze; tão de



perto, que com Ele nos identifiquemos. Não demoraremos a afirmar, desde que não tenhamos levantado obstáculos à graça, que nos revestimos de nosso Senhor Jesus Cristo (Rom XIII, 14;). O Senhor reflete-se na nossa conduta como num espelho. Se o espelho for como deve ser, reproduzirá o semblante amabilíssimo do nosso Salvador sem o desfigurar, sem caricaturas: e os outros terão a possibilidade de admirá-lo, de segui-lo.

Neste esforço de identificação com Cristo, costume distinguir como que quatro degraus: procurá-lo, encontrá-lo, tratá-lo, amá-lo. Talvez vos sintais como que na primeira etapa. Procurai o Senhor com fome, procurai-o em vós mesmos com todas as forças. Atuando com esse empenho, atrevo-me a garantir que já o tereis encontrado, e que tereis começado a tratá-lo e amá-lo, e a ter a vossa conversação nos céus (Cfr. Phil III, 20).

Rogo ao Senhor que nos decidamos a alimentar na alma a única ambição nobre, a única que vale a pena: caminhar ao lado de Jesus Cristo, como fizeram sua Mãe bendita e o santo Patriarca, com ânsia, com abnegação, sem descuidar nada. Participaremos na ventura de divina amizade - num recolhimento interior, compatível com os nossos deveres profissionais e com os de cidadãos - e lhe agradeceremos a delicadeza e a clareza com que nos ensina a cumprir a Vontade do nosso Pai que habita nos céus.

Mas não esqueçamos que estar com Jesus é, certamente, topar com a sua Cruz. Quando nos abandonamos nas mãos de Deus, é frequente que Ele nos permita saborear a dor, a solidão, as contradições, as calúnias, as difamações, os escárnios, por dentro e por fora: porque quer moldar-nos à sua imagem e semelhança, e tolera também que nos chamem loucos e que nos tomem por néscios.

É a altura de amar a mortificação passiva, que vem - oculta ou descarada e insolente - quando não a esperamos. Chegam a ferir as ovelhas com as pedras que se deveriam atirar aos lo-

bos: o seguidor de Cristo experimenta na sua própria carne que aqueles que deveriam amá-lo o tratam de uma maneira que vai da desconfiança à hostilidade, da suspeita ao ódio. Olham-no com receio, como a um mentiroso, por não acreditarem que possa haver relação pessoal com Deus, vida interior; em contrapartida, com o ateu e com o indiferente, ordinariamente rebeldes e desavergonhados, desfazem-se em amabilidades e compreensão.

E talvez o Senhor permita que o seu discípulo se veja atacado com a arma - nunca honrosa para quem a empunha - das injúrias pessoais com o uso de lugares comuns, fruto tendencioso e delituoso de uma propaganda massiva e mentirosa: porque o dom do bom gosto e do comedimento não é coisa de todos.

Os que sustentam uma teologia incerta e uma moral relaxada, sem freios; os que praticam a seu talante uma liturgia duvidosa, com uma disciplina de hippies e um governo irresponsável, não é de estranhar que propaguem, contra os que só falam de Jesus Cristo, ciumeiras, suspeitas, falsas denúncias, ofensas, maus tratos, humilhações, falatórios e vexames de toda espécie.

Assim esculpe Jesus a alma dos seus, sem deixar de lhes dar interiormente serenidade e alegria, porque entendem muito bem que - com cem mentiras juntas - os demônios não são capazes de fazer uma verdade. E grava em suas vidas a convicção de que só se sentirão comodamente quando se decidirem a não ser comodistas.

Ao admirar e amar deveras a Humanidade Santíssima de Jesus, descobriremos uma a uma as suas chagas. E nesses tempos de purificação passiva, penosos, fortes, de lágrimas doces e amargas que procuramos esconder, precisaremos meter-nos dentro de cada uma das Feridas Santíssimas: para nos purificarmos, para nos deliciarmos com o Sangue redentor, para nos fortalecermos. Faremos como as pombas que, no dizer da Escritura (Cfr. Cant II, 14), se abrigam nas fendas das rochas duran-

te a tempestade. Ocultamo-nos nesse refúgio para achar a intimidade de Cristo: e vemos que seu modo de conversar é afável e seu rosto formoso (Cfr. Cant II, 14), porque só sabem que sua voz é suave e grata aqueles que receberam a graça do Evangelho, que os faz dizer; Tu tens palavras de vida eterna (S. Gregório Niseno, In Canticum Cantorum homiliae, V -PG 44, 879).

Não pensemos que, nesta senda de contemplação, as paixões ficam definitivamente aplacadas. Seria uma ilusão supor que a ânsia de procurar Cristo, a realidade do seu encontro e do seu convívio, bem como a doçura do seu amor, nos transformam em pessoas impecáveis. Embora todos saibam por experiência, deixai-me que vo-lo recorde: o inimigo de Deus e do homem, Satanás, não se dá por vencido, não descansa. Assedia-nos, mesmo quando a alma está inflamada no amor a Deus. Sabe que então a queda é mais difícil, mas que - se consegue que a criatura ofenda o seu Senhor, embora em pouco - poderá lançar-lhe sobre a consciência a grave tentação do desespero.

Se puder servir-vos de aprendizado a experiência de um pobre sacerdote que não pretende falar senão de Deus, dar-vos-ei um conselho: quando a carne tentar recuperar seus foros perdidos, ou a soberba - que é pior - se rebelar e se eriçar, corramos a abrigar-nos nessas fendas divinas, abertas no Corpo de Cristo pelos cravos que o pregaram à Cruz e pela lança que lhe atravessou o peito. Façamo-lo do modo que mais nos comova: derramemos nas Chagas do Senhor todo esse amor humano... e esse amor divino. Que isto é apetecer a união, sentir-nos irmãos de Cristo, seus consanguíneos, filhos da mesma Mãe, pois foi Ela que nos levou até Jesus.

### *A Santa Cruz*

Ânsias de adoração, de desagravo, com sossegada suavidade e com sofrimento. Assim se tornará vida na nossa vida a afirmação de Jesus: Aquele que não toma a sua cruz e me segue, não

é digno de Mim (Mt X, 38). E o Senhor se nos mostra cada vez mais exigente, pede-nos reparação e penitência, até impelir-nos a experimentar o fervente anelo de querermos viver para Deus, cravados com Cristo na cruz (Gal II, 19). Este tesouro, porém, nós o guardamos em vasos de barro frágil e quebradiço, para sabermos reconhecer que a grandeza do poder que se nota em nós é de Deus e não nossa (2 Cor IV, 7).

Vemo-nos acossados por toda espécie de tribulações, mas não perdemos o ânimo; encontramos-nos em grandes apertos, mas não desesperados e sem meios; somos perseguidos, não desamparados; abatidos, mas não inteiramente perdidos; trazemos sempre no nosso corpo, por toda a parte, a mortificação de Jesus (2 Cor IV, 8-10).

Imaginamos, além disso, que o Senhor não nos escuta, que estamos enganados, que só se ouve o monólogo da nossa voz. Sentimo-nos como que sem apoio sobre a terra e abandonados do céu. No entanto, é verdadeiro e prático o nosso horror ao pecado, mesmo venial. Com a teimosia da Cananéia, prostramo-nos rendidamente como ela, que o adorou implorando: Senhor, ajuda-me (Mt XV, 25). Desaparecerá a obscuridade, superada pela luz do Amor.

É o momento de clamar: lembra-te das promessas que me fizeste, e me enchei de esperança. Isto é o que me consola no meu nada e enche de fortaleza o meu viver (Cfr. Ps. CXVIII, 49-50). Nosso Senhor quer que contemos com Ele para tudo: vemos com toda a evidência que sem Ele nada podemos (Cfr. Jo XV, 5;) e que com Ele podemos tudo (Cfr. Phil IV, 13). Confirma-se a nossa decisão de andar sempre na sua presença (Cfr. Ps CXVIII, 168).

Com a claridade de Deus na inteligência, que parece inativa, não nos fica a menor dúvida de que, se o Criador cuida de todos - mesmo dos seus inimigos - muito mais cuidará dos seus amigos! Convencemo-nos de que não há mal nem contradição que

não venham por bem: assim se assentam com mais firmeza no nosso espírito a alegria e a paz, que nenhum motivo humano poderá arrancar-nos, porque estas visitas sempre nos deixam algo de seu, algo divino. Passamos a louvar o Senhor, nosso Deus, que fez em nós obras admiráveis (Cfr. Iob V, 9); e compreendemos que fomos criados com capacidade para possuir um tesouro infinito (Cfr. Sap VII, 14).

### *A Trindade Beatíssima*

Havíamos começado com orações vocais, simples, encantadoras, que aprendemos na infância e que não gostaríamos de abandonar nunca. A oração, iniciada com esta ingenuidade pueril, desenvolve-se agora em caudal largo, manso e seguro, porque vai ao passo da amizade por Aquele que afirmou: Eu sou o Caminho (Jo XIV, 6). Se amamos Cristo assim, se com divino atrevimento nos refugiamos na abertura que a lança lhe deixou no Lado, cumpre-se a promessa do Mestre: Se alguém me ama, guardará a minha doutrina, e meu Pai o amará, e viremos a ele e nele faremos morada (Jo XIV, 23).

O coração necessita então de distinguir e adorar cada uma das Pessoas divinas. De certa maneira, o que a alma realiza na vida sobrenatural é uma descoberta semelhante às de uma criaturinha que vai abrindo os olhos à existência. E entretém-se amorosamente com o pai e com o Filho e com o Espírito Santo; e submete-se facilmente à atividade do Paráclito vivificador, que se nos entrega sem o merecermos: os dons e as virtudes sobrenaturais!

Corremos como o cervo, que anseia pelas fontes das águas (Ps XLI, 2); com sede, gretada a boca, ressequida. Queremos beber nesse manancial de água viva. Sem esquisitices, mergulhamos ao longo do dia nesse veio abundante e cristalino de frescas linfas que saltam até a vida eterna (Cfr. Jo IV, 14). Sobram as palavras, porque a língua não consegue expressar-se;

começa a serenar-se a inteligência. Não se raciocina, fita-se! E a alma rompe outra vez a cantar com um cântico novo, porque se sente e se sabe também fitada amorosamente por Deus, em todos os momentos.

Não me refiro a situações extraordinárias. São, podem muito bem ser fenômenos ordinários da nossa alma: uma loucura de amor que, sem espetáculo, sem extravagâncias, nos ensina a sofrer e a viver, porque Deus nos concede a

sabedoria. Que serenidade, que paz então, metidos na senda estreita que conduz à vida! (Mt VII, 14).

Ascética? Mística? Não me preocupo com isso. Seja o que for, ascética ou mística, que importa? É mercê de Deus. Se tu procuras meditar, o Senhor não te negará a sua assistência. Fé e obras de fé: obras, porque - já o verificaste desde o início e já o frisei a seu tempo - o Senhor é cada dia mais exigente. isto é já contemplação e é união; é assim que deve ser a vida de muitos cristãos, avançando cada um pela sua própria via espiritual - são infinitas - no meio dos afãs do mundo, ainda que nem sequer se aperceba disso.

Uma oração e uma conduta que não nos afastam das nossas atividades habituais e que, no meio dessas aspirações nobremente terrenas nos conduzem ao Senhor. Elevando todos os afazeres a Deus, a criatura diviniza o mundo. Quantas vezes não tenho falado do mito do rei Midas, que convertia em ouro tudo em que tocava! Podemos converter tudo o que tocamos em ouro de méritos sobrenaturais, apesar dos nossos erros pessoais.

Assim atua o nosso Deus. Quando aquele filho regressa depois de ter gasto o seu dinheiro vivendo mal e, sobretudo, depois de se ter esquecido de seu pai, é o pai quem diz: Depressa! Trazei o vestido mais precioso e vesti-lhe, metei-lhe um anel no dedo, calçai-lhe as sandálias e pegai um vitelo gordo, matai-o e comamos e celebremos um banquete (Lc XV, 22-23). Nosso Pai-

-Deus, quando acudimos a Ele com arrependimento, da nossa miséria tira riqueza; da nossa debilidade, fortaleza. O que não nos há de preparar então, se não o abandonamos, se frequentamos a sua companhia todos os dias, se lhe dirigimos palavras de carinho confirmadas com nossas ações, se lhe pedimos tudo, confiados na sua onipotência e na sua misericórdia? Se prepara uma festa para o filho que o traiu, só por tê-lo recuperado, o que não nos outorgara a nós, se sempre procuramos ficar a seu lado?

Longe da nossa conduta, portanto, a lembrança das ofensas que nos tenham feito, das humilhações que tenhamos padecido - por muito injustas, descorteses e rudes que tenham sido - porque é impróprio de um filho de Deus ter preparado um registro para apresentar uma lista de agravos. Não podemos esquecer o exemplo de Cristo, e a nossa fé cristã não se troca como quem troca de roupa; pode debilitar-se, robustecer-se ou perder-se. Esta vida sobrenatural dá vigor à fé, e a alma se apavora ao considerar a miserável nudez humana sem o divino. E perdoa e agradece: Meu Deus, se contemplo a minha pobre vida, não encontro nenhum motivo de vaidade e, menos ainda, de soberba; só encontro abundantes razões para viver sempre humilde e compungido. Bem sei que não há nada tão senhoril como servir.

### *Oração viva*

Levantar-me-ei e rodearei a cidade; pelas ruas e praças buscarei aquele a quem amo... (Cant III, 2). E não é só a cidade; correréi todo o mundo de lés a lés - por todas as nações, por todos os povos, por picadas e atalhos - para alcançar a paz de minha alma. E a descubro nas ocupações diárias, que para mim não são estorvo; que são - pelo contrário - vereda e motivo para amar mais e mais, e mais e mais me unir a Deus.

E quando nos espreita - violenta - a tentação do desânimo,

dos contrastes, da luta, da tribulação, de uma nova noite na alma, o salmista nos põe nos lábios e na inteligência estas palavras: Com Ele estou no tempo da adversidade (Ps XC, 15). O que vale, Jesus, diante da tua Cruz, a minha; diante das tuas feridas, os meus arranhões? o que vale, diante do teu Amor imenso, puro e infinito, este pesadume de nada que me puseste às costas? E os vossos corações - como o meu - se encham de uma santa avidez, confessando-lhe - com obras - que morremos de amor (Cfr. Cant V, 8).

Nasce uma sede de Deus, uma ânsia de compreender as suas lágrimas; de ver seu sorriso, seu rosto... Julgo que o melhor modo de exprimi-lo é voltar a repetir com a Escritura : Como o servo que anseia pelas fontes das águas, assim por Vós anela minha alma, ó meu Deus! (Ps XLI, 2). E a alma avança metida em Deus, endeusada: fez-se o cristão viajante sequioso, que abre a boca às águas da fonte (Cfr. Ecclo XXVI, 15).

Com essa entrega, o zelo apostólico se inflama, aumenta de dia para dia e pega esta ânsia aos outros, porque o bem é difusivo. Não é possível que a nossa pobre natureza , tão perto de Deus, não arda em fomes de semear pelo mundo inteiro a alegria e a paz, de regar tudo com as águas redentoras que brotam do Lado aberto de Cristo (Cfr. Jo XIX, 34), de começar e acabar todas as tarefas por Amor.

Falava há pouco de dores, de sofrimento, de lágrimas. E não me contradigo se afirmo agora que, para um discípulo que procura amorosamente o Mestre, é muito diferente o sabor das tristezas, das penas, das aflições: desaparecem, mal se aceita deveras a Vontade de Deus, logo que cumprimos com gosto os seus desígnios, como filhos fiéis, ainda que os nervos pareçam desfazer-se e o suplício se nos afigure insuportável.



## *Vida corrente*

Interessa-me confirmar de novo que não me refiro a uma forma extraordinária de viver cristãmente. Medite cada um no que Deus fez por ele e no modo como correspondeu. Se formos valentes nesse exame pessoal, perceberemos o que nos falta. Ontem me comovia ao ouvir falar de um catecúmeno japonês que ensinava catecismo a outros que ainda não conheciam Cristo. E envergonhava-me.. Necessitamos de mais fé , mais fé! E, com a fé, a contemplação.

Recordemos com fé aquela divina advertência que enche a alma de inquietação e, ao mesmo tempo, lhe sabe a favo de mel: Redemi te, et vocavi te nomine tuo: meus es tu (Is XLIII, 1); Eu te redimi e te chamei pelo teu nome: tu és meu! Não roubemos a Deus o que é seu. Um Deus que nos amou a ponto de morrer por nós, que nos escolheu desde toda a eternidade, antes da criação do mundo, para sermos santos na sua presença (Cfr. Eph I, 4); e que continuamente nos oferece ocasiões de purificação e de entrega.

Caso ainda tenhamos alguma dúvida, há outra prova que recebemos de seus lábios: Não fostes vós que me escolhestes, mas eu que vos escolhi para irdes e dardes fruto; e para que permaneça abundante esse fruto do vosso trabalho de almas contemplativas (Cfr. Jo XV,16).

Portanto, fé, fé sobrenatural. Quando a fé fraqueja, o homem tende a imaginar Deus como se estivesse longe e mal se preocupasse dos seus filhos. Pensa na religião como algo justaposto, quando não há outro remédio; sem saber por quê, espera manifestações aparatosas, acontecimentos insólitos. Em contrapartida, quando a fé vibra na alma, descobre-se que os passos do cristão não se separam da própria vida humana corrente e habitual. E que essa santidade grande, que Deus nos reclama, se encerra aqui e agora, nas coisas pequenas de cada jornada.

Gosto de falar de caminho, porque somos viadores, dirigimo-

-nos para a casa do Céu, para a nossa Pátria. Mas reparemos que um caminho, embora possa apresentar trechos de dificuldades especiais, embora uma vez por outra nos obrigue a vadear um rio ou a atravessar um pequeno bosque quase impenetrável, habitualmente é coisa correntia, sem surpresas. O perigo é a rotina: imaginar que Deus está ausente das coisas de cada instante por serem tão simples, tão triviais!

Caminhavam aqueles dois discípulos em direção a Emaús. Andavam a passo normal, como tantos outros que transitavam por aquelas paragens. E ali, com naturalidade, apareceu-lhes Jesus, e caminha com eles, numa conversa que diminui a fadiga. Imagino a cena, bem ao cair da tarde. Sopra uma brisa suave. Em redor, campos semeados de trigo já crescido, e as oliveiras velhas, com os ramos prateados à luz tibia.

Jesus, no caminho. Senhor, és sempre tão grande! Mas tu me comoves quando te abaixas a seguir-nos, a procurar-nos, na nossa diária roda-viva. Senhor, concede-nos a ingenuidade de espírito, o olhar límpido, a cabeça clara, que permitam entender-te quando vens sem nenhum sinal externo da tua glória.

Termina o trajeto ao chegar à aldeia, e aqueles dois que - sem darem por isso - foram feridos no fundo do coração pela palavra e pelo amor do Deus feito homem, sentem que Ele se vá embora. Porque Jesus se despede com gesto de quem vai prosseguir (Lc XXIV, 28). Nunca se impõe, este Senhor Nosso. Quer que o chamemos livremente, depois de entrevermos a pureza do Amor que nos meteu na alma. Temos que detê-lo à força e rogar-lhe: Fica conosco porque é tarde e o dia está já declinando (Lc XXIV, 29), faz-se noite.

Somos assim: sempre pouco atrevidos, talvez por insinceridade, talvez por pudor. No fundo, pensamos: Fica conosco, porque as trevas nos rodeiam a alma, e só Tu és luz, só Tu podes acalmar esta ânsia que nos consome. Porque dentre as coisas formosas, honestas, não ignoramos qual é a primeira a possuir

sempre a Deus (S. Gregório Nazianzeno, Epistolae, CCXII -PG 37, 349).

E Jesus fica. Abrem-se os nossos olhos como os de Cléofas e seu companheiro, quando Cristo parte o pão; e embora Ele volte a desaparecer da nossa vista, seremos também capazes de retomar a caminhada - anoitece -, para falar dEle aos outros, pois não cabe num peito só tanta alegria.

Caminho de Emaús. O nosso Deus impregnou de doçura este nome. E Emaús é o mundo inteiro, porque o Senhor abriu os caminhos divinos da terra.

### *Com os Santos Anjos*

Peço ao Senhor que, durante a nossa permanência neste chão que pisamos, não nos afastemos nunca do Caminhante divino. Para tanto, aumentemos também a nossa amizade com os Santos Anjos da Guarda.. Todos necessitamos de muita companhia: companhia do Céu e da terra. Sejamos devotos dos Santos Anjos! É muito humana a amizade, mas é também muito divina; tal como a nossa vida, que é divina e humana. Lembramos do que diz o Senhor? Já não vos chamo servos, mas amigos (Jo XV, 15). Ensina-nos a ter confiança com os amigos de Deus, que já moram no Céu, e com as criaturas que convivem conosco, incluídas as que parecem afastadas do Senhor, para as atrairmos ao bom caminho.

E vou terminar, repetindo com São Paulo aos Colossenses: Não cessamos de orar por vós e de pedir a Deus que alcanceis pleno conhecimento da sua vontade, com toda a sabedoria e inteligência espiritual (Col I, 9). Sabedoria que nos proporcionam a oração, a contemplação, a efusão do Paráclito na alma.

Afim de que tenhais uma conduta digna de Deus, agradando-o em tudo, produzindo frutos de toda a espécie de obras boas e progredindo na ciência de Deus; corroborados em toda a sorte de fortaleza pelo poder da sua graça, para terdes sempre uma

perfeita paciência e longanimidade acompanhada de alegria; dando graças a Deus-Pai, que nos fez dignos de participar na sorte dos santos, iluminando-nos com a sua luz; que nos arrebatou ao poder das trevas e nos transferiu para o reino de seu Filho muito amado (Col I, 10-13).

Que a Mãe de Deus e Mãe nossa nos proteja, afim de que cada um de nós possa servir a Igreja na plenitude da fé, com os dons do Espírito Santo e com a vida contemplativa. Realizando cada um os deveres que lhe são próprios, cada um no seu ofício e profissão, e no cumprimento das obrigações do seu estado, honre gozosamente o Senhor.

Amai a Igreja, servi-a com a alegria consciente de quem soube decidir-se a esse serviço por Amor. E se virmos que alguns andam sem esperança, como os dois de Emaús, aproximemo-nos deles com fé - não em nome próprio, mas em nome de Cristo - para lhes garantir que a promessa de Jesus não pode falhar, que Ele vela por sua Esposa sempre: que não a abandona; que passarão as trevas, porque somos filhos da luz (Cfr. Eph V, 8) e fomos chamados a uma vida perdurável.

E Deus lhes enxugará todas as lágrimas dos olhos, já não haverá morte, nem pranto nem clamor; não mais haverá dor, porque as coisas de antes passaram. E disse Aquele que estava sentado no trono: Eis que renovo todas as coisas. E ordenou-me: Escreve, porque todas estas palavras são digníssimas de fé e verdadeiras. E acrescentou: É um fato. Eu sou o Alfa e o Ômega, o princípio e o fim. Ao sedento, eu darei de beber gratuitamente da fonte da água da vida. Aquele que vencer possuirá todas estas coisas, e eu serei o seu Deus e ele será meu filho (Apoc XXI, 4-7).