



Quaresma 2025

*uma proposta
para CUIDARMOS de nós, do próximo
e da Casa Comum com ESPERANÇA*

Um itinerário para a Quaresma

uma proposta para CUIDARMOS de nós, do próximo e da Casa Comum com ESPERANÇA

Este caderno contém propostas de leituras, orações, pistas de reflexão e desafios concretos para viver esta Quaresma como caminho de consciência da crise climática global, da situação dos imigrantes que vivem entre nós e de conversão à ecologia integral e à sinodalidade para vivermos juntos a Esperança.

É uma proposta conjunta do “Foco Cuidar da Casa Comum em Santa Isabel” e do “CLS - Círculo *Laudato Si’* Santo António dos Olivais”.

A brochura propõe um ritmo semanal de reflexão / ação, sugerindo um tema a partir das leituras de cada domingo da Quaresma e poderá ser usado individualmente e/ou em grupo.

0 - Quarta-Feira de Cinzas (5 Março)

Encetar um caminho de mudança e libertação

Joel 2, 12-18 - CONVERTEI-VOS A MIM DE TODO O CORAÇÃO

Salmo 50 (51)

2 Cor 5, 20 — 6, 2 - ESTE É O TEMPO FAVORÁVEL

Mt 6, 1-6.16-18 - ENTRA NO QUARTO MAIS SECRETO E, FECHADA A PORTA, REZA EM SEGREDO A TEU PAI

A conversão ecológica é a transformação de corações e mentes em direção a um amor maior por Deus, uns pelos outros e pela criação. Reconhecer a nossa contribuição para a crise social e ecológica e agir para inverter os comportamentos destrutivos e a partir daí cultivar a comunhão: curando e renovando a nossa casa comum.

Leitura da Mensagem do Papa Francisco para a Quaresma de 2025

Tempo de música

Exame de consciência ecológico individual:

Este Exame de Consciência ecológico é uma ferramenta de oração, reflexão e ação para que indivíduos e comunidades aprofundem a sua resposta ao apelo a cuidar da criação e dos mais vulneráveis, sobretudo dos que estão connosco vindos de países de onde tiveram que fugir. É também uma proposta para nos comprometermos a realizar esta peregrinação JUNTOS, aprofundando a nossa ESPERANÇA. Depois de cada passo, faça um momento de reflexão e oração.

1. **Dou graças a Deus pela criação e por ela ser tão maravilhosa.**
Onde senti hoje a presença de Deus na criação?



2. **Peço a graça de ver a criação e todos os seres humanos como Deus os vê – em todo o seu esplendor e sofrimento.** Vejo a beleza da criação, ouço o grito da terra e o grito dos imigrantes com quem me cruzo?



3. **Peço a graça de um olhar próximo para ver como as minhas escolhas de vida afetam a criação, os pobres e os vulneráveis.** Que desafios ou alegrias experimento ao recordar o meu cuidado com a criação? Como me posso afastar de uma cultura do descarte e, em vez disso, ser solidário/a com a criação e os pobres?



4. **Peço a graça da conversão à sinodalidade, ao jeito de melhor acolher os que se aproximam de mim e de me reconciliar com todos.** Onde deixei de cuidar dos meus irmãos e irmãs? Como converter o coração para ouvir todos os outros com amor e paciência e caminhar na mesma direção ?



5. **Peço a graça de ser forte na Esperança, na confiança em Deus e na sua grande promessa, a vida eterna.** Estou convicto de que Deus me perdoa os pecados? Ou comporto-me como se me pudesse salvar sozinho? Aspiro à salvação e peço a ajuda de Deus para a receber?



6. **Faço uma oração final pela Terra, pelos mais vulneráveis da nossa sociedade, procurando reforçar em mim o gosto por acolher todos e ser para eles peregrino da Esperança.**



Oração

Obrigada, meu Deus, por ter nascido

“Faz que eu viva na alegria do ser, faz que eu viva no Espírito da tua verdade, faz que eu viva na tua misericórdia e salva-me em ti para que eu encontre em ti a minha inteireza.

Perdoa-me os meus pecados mesmo aqueles que não vi por não ter sabido conquistar a lucidez necessária para os reconhecer.

Ajuda-me a ver, salva-me do opaco, guia-me na tua transparência.

Olha-me sempre, que o teu olhar me alimente e me sustente, não me deixes cair das tuas mãos.

Ajuda-me a não pecar, ajuda-me a viver na comunicação dos santos, ajuda-me a construir o teu reino, ajuda-me a viver na alegria do Espírito Criador que me chamou do Tempo em que eu não era para o Tempo do ser.”

Sophia de Mello Breyner, fevereiro de 1969

Quarenta dias...

Quarenta dias diante de nós, Senhor Jesus:
eis um dom precioso para a nossa vida de fé,
uma oportunidade para experimentarmos
uma nova primavera do Espírito.

Quarenta dias para reencontrarmos uma nova relação contigo:
para retirar as máscaras que pusemos na nossa cara,
para escutar a tua Palavra e ficarmos aos teus pés
deixando que ela alcance a profundidade da alma.

Quarenta dias para abater todos os muros
que nos separam dos nossos irmãos,
e afugentar suspeitas e dúvidas que nos bloqueiam
quando ensaiamos um gesto de amor e de solidariedade,
uma palavra de consolação e de ternura.

Quarenta dias para redescobriremos um equilíbrio novo na vida
e libertar-nos de tantos pesos que estorvam e impedem o caminhar,
para sentirmos a fome de um alimento
capaz de nos mudar a alma
e de nos saciar a sede na fonte da vida.

Quarenta dias para partilhar
uma oração constante,
fraternidade renovada,
uma Palavra viva e eficaz.
Quarenta dias para mudar
e celebrar a tua Páscoa!

Roberto Laurita

Proposta concreta

Decorrendo do teu exame de consciência, define um desafio individual para todo o tempo da Quaresma – **Prático, Possível e Palpável.**



1. Domingo I da Quaresma (9 Março)

Somos peregrinos sempre tentados pelo comodismo

Dt 26, 4-10 - MEU PAI ERA UM ARAMEU ERRANTE, QUE DESCEU AO EGIPTO COM POUCAS PESSOAS

Sl 90 (91)

Rm 10, 8-13 - TODO AQUELE QUE INVOCAR O NOME DO SENHOR SERÁ SALVO

Lc 4, 1-13 - DURANTE QUARENTA DIAS, ESTEVE NO DESERTO, CONDUZIDO PELO ESPÍRITO E FOI TENTADO

“Estou realmente a caminho ou estou paralisado, estático, com medo e sem esperança, acomodado na minha zona de conforto?”

Mensagem do Papa Francisco para a Quaresma de 2025

Oração

Pedimos ao Chat GPT que nos escrevesse uma oração e o resultado foi este:

Oração para Resistir às Tentações e Cuidar da Criação

Senhor Deus, Criador do céu e da terra,
Tu que conduziste o Teu Filho ao deserto para vencer as tentações,
fortalece-nos em nossas lutas diárias,
para que saibamos escolher sempre o bem e a verdade.

Dá-nos um coração desapegado do poder e da ganância,
para que não caiamos na ilusão do domínio sobre o mundo,
mas o vejamos com os olhos da gratidão e do cuidado.

Ensina-nos a resistir às tentações do egoísmo e da indiferença,
para que sejamos guardiões da Tua criação,
respeitando e protegendo a terra que nos confiaste.

Que a nossa fé não se corrompa pelo desejo de riqueza ou fama,
mas permaneça firme na simplicidade e no amor ao próximo.
Assim como Jesus venceu o mal no deserto,
ajuda-nos a superar nossas fraquezas e a seguir o caminho da vida plena.
Amém.

No final quando lhe perguntámos se tinha sido ele a escrever a oração respondeu assim:
“Eu mesmo escrevi essa oração agora, inspirado no Evangelho de Lucas 4,1-13 e na mensagem da *Laudate Deum*”.

OpenAI. (2023). *ChatGPT-4* [Large language model]. <https://chat.com/chat>

Pedi a Deus

Pedi a Deus para ser forte,
para poder realizar grandes projetos:
Ele tornou-me fraco
para me conservar na humildade.

Pedi a Deus saúde
para fazer grandes obras:
Ele deu-me a dor
para podê-la compreender melhor.

Pedi a Deus riqueza para tudo possuir:
Ele tornou-me pobre
para não ser egoísta.

Pedi a Deus o poder
para que os homens precisassem de mim:
Ele deu-me a humilhação
para eu precisar deles.

Pedi a Deus tudo para poder gozar a vida:
Ele deixou-me a vida
para poder apreciar tudo.

Senhor, não recebi nada daquilo que pedi,
mas, e quase contra a minha vontade,
deste-me tudo aquilo de que eu precisava.
As orações que não fiz foram atendidas.

Louvado sejas, ó meu Senhor:
entre todos os homens,
ninguém possui aquilo que eu tenho!

Kirk Kilgour

Proposta concreta

Identifica três tentações na tua vida, em relação às quais precisas de trabalhar para sair do teu imobilismo, do teu conforto, a fim de te aproximares mais de Deus. E arranja uma forma concreta (uma “muleta”) para superar cada uma dessas tentações.



2. Domingo II da Quaresma (16 Março)

Permanecer na Esperança porque Deus salva

GN 15,5-12.17-18 – NESSE DIA, O SENHOR ESTABELECEU COM ABRAÃO UMA ALIANÇA

Fl 3,17-4,1 – PERMANECEI FIRMES NO SENHOR

Lc 9, 28B-36 – ENQUANTO ORAVA, ALTEROU O ASPETO DO SEU ROSTO

“Vivo concretamente a esperança que me ajuda a ler os acontecimentos da história e me impele a um compromisso com a justiça, a fraternidade, o cuidado da Casa Comum, garantindo que ninguém seja deixado para trás?”

“(…) façamos este caminho juntos *na esperança* de uma promessa. Que *a esperança que não engana* (cf. *Rm 5, 5*), mensagem central do Jubileu, seja para nós o horizonte do caminho quaresmal rumo à vitória pascal”.

Mensagem do Papa Francisco para a Quaresma de 2025

Fica comigo, Senhor

Fica comigo, Senhor, e eu começarei
a resplandecer como Tu resplandeces,
a resplandecer até ser luz para os outros.
A luz, ó Jesus, virá toda de ti: nada será mérito meu.
Serás Tu a resplandecer, através de mim, nos outros.

Faz que eu Te louve como Tu achares melhor,
resplandecendo sobre todos aqueles que me rodeiam.
Dá luz a eles e a mim;
ilumina-os comigo e por meio de mim.
Ensina-me a difundir o Teu louvor,
a Tua verdade, a Tua vontade.

Faz que eu Te anuncie
não com palavras, mas com o exemplo,
com aquela força que atraí,
com aquela influência solidária
que provém daquilo que faço,
com a minha semelhança aos Teus santos,
e com a límpida plenitude de amor
que o meu coração alimenta por Ti.

John Henry Newman

Proposta concreta

Conversar na Esperança é tão difícil como conversar no Espírito. Escolhe duas pessoas com quem conversar sem dizeres mal do mundo e dos acontecimentos, e às quais transmitirás Esperança no que está diante de nós. Talvez, afinal, não seja tão difícil e possas alargar esta disposição a todos os que encontrares...



3. Domingo III da Quaresma (23 Março)

A solidariedade global exige conversão permanente

Ex 3,1-8A.13-15 - DISSE DEUS A MOISÉS: «EU SOU 'AQUELE QUE SOU'».

1 Cor 10,1-6.10-12 - QUEM JULGA ESTAR DE PÉ TOME CUIDADO PARA NÃO CAIR

Lc 13, 1-9 - SE NÃO VOS ARREPENDERDES, MORREREIS DO MESMO MODO

"A crise ecológica é um apelo a uma profunda conversão interior... uma conversão que nos leve a desenvolver uma espiritualidade da solidariedade global e da responsabilidade pelo cuidado da criação".

Laudato Si', 217

“Para estimular uma sadia relação entre o amor à pátria e uma cordial inserção na humanidade inteira, convém lembrar que a sociedade mundial não é o resultado da soma dos vários países, mas sim a própria comunhão que existe entre eles, a mútua inclusão que precede o aparecimento de todo o grupo particular. É neste entrelaçamento da comunhão universal que se integra cada grupo humano, e aí encontra a sua beleza. Assim, cada pessoa nascida num determinado contexto sabe que pertence a uma família maior, sem a qual não é possível ter uma compreensão plena de si mesma”.

Fratelli Tutti, 149

Oração

"Recomeça...
Se puderes,
Sem angústia e sem pressa.
E os passos que deres,
Nesse caminho duro
Do futuro,
Dá-os em liberdade.
Enquanto não alcances
Não descanses.
De nenhum fruto queiras só metade.

E, nunca saciado,
Vai colhendo ilusões sucessivas no pomar.
Sempre a sonhar
E vendo,
Acordado,
O logro da aventura.
És homem, não te esqueças!
Só é tua a loucura
Onde, com lucidez, te reconheças

Miguel Torga

Proposta concreta:

Recomeça, faz individualmente e em família um compromisso sério com um consumo justo, pois o consumo excessivo escraviza outros. Escolhe uma ação concreta para realizar um consumo mais responsável. Sem dúvida que todos precisamos de um recomeço individual e coletivo, precisamos de voltar ao essencial, à vida que verdadeiramente importa.



4. Domingo IV da Quaresma (30 Março)

Tudo foi renovado

Js 5, 9a.10-12 - HOJE TIREI DE VÓS O OPRÓBRIO DO EGIPTO

Sl 33 (34) - SABOREAI E VEDE COMO O SENHOR É BOM

2Cor 5, 17-21 - AS COISAS ANTIGAS PASSARAM; TUDO FOI RENOVADO

Lc 15, 1-3. 11-32 - ESTE TEU IRMÃO ESTAVA MORTO E VOLTOU À VIDA

“O mundo procede, não do caos nem do acaso, mas de uma decisão, o que o exalta ainda mais. Há uma opção livre, expressa na palavra criadora. O universo não apareceu como resultado de uma onipotência arbitrária, de uma demonstração de força ou de um desejo de autoafirmação. A criação pertence à ordem do amor. O amor de Deus é a razão fundamental de toda a criação: «Tudo isto vem de Deus, que por Cristo nos reconciliou consigo e nos confiou o ministério da reconciliação.» (**2 Cor 5,19**). Então cada criatura é objeto da ternura do Pai que lhe atribui um lugar no mundo. Até a vida efémera do ser mais insignificante é objecto do seu amor e, naqueles poucos segundos de existência, Ele envolve-o com o seu carinho. Dizia São Basílio Magno que o Criador é também «a bondade sem cálculos», e Dante Alighieri falava do «amor que move o sol e as outras estrelas». Por isso, das obras criadas pode-se subir «à sua amorosa misericórdia»”.

Laudato Si', 77

Oração

Obrigado, Senhor,
porque não nos manténs prisioneiros,
mas nos deixas ir, mesmo sabendo
que corremos o risco de nos perdermos.

Obrigado, porque logo que voltamos para Ti,
corres ao nosso encontro,
não nos acusas de nada,
mas simplesmente nos abraças.

Obrigado, Senhor,
porque és sempre paciente
e a Tua paciência é já sinal de festa.

Obrigado, Senhor,
porque és um exagerado,
e o Teu amor é excessivo.

Mas o verdadeiro amor é sempre assim.
Excessivo como Tu.
Porque Tu és amor
e amando-nos dás-nos a tua vida.
Amém.

Don Angelo Saporiti, in qumran2.net

Proposta concreta:

“Seria um bom exercício quaresmal confrontarmo-nos com a realidade concreta de algum migrante ou peregrino e deixar que ela nos interpele, a fim de descobrir o que Deus pede de nós para sermos melhores viajantes rumo à casa do Pai”.

da Mensagem do Papa para a Quaresma de 2025



I Encontro comunitário à distância (31 de março, 21h)

Rezar em conjunto, preparar a Páscoa do Senhor

O ENCONTRO COMUNITÁRIO terá lugar aqui:

<https://videoconf-colibri.zoom.us/j/99423651776>



5. Domingo V da Quaresma (6 Abril)

Não deixar ninguém para trás

Is 43, 16-21 - VOU REALIZAR UMA COISA NOVA, QUE JÁ COMEÇA A APARECER; NÃO A VEDES?

Sl 125 (126) - GRANDES MARAVILHAS FEZ POR NÓS O SENHOR

Flp 3, 8-14 - CONTINUAR A CORRER PARA A META

Ev Jo 8, 1-11 - QUEM DE ENTRE VÓS ESTIVER SEM PECADO ATIRE A PRIMEIRA PEDRA

“Nesta Quaresma, Deus pede-nos que verifiquemos se nas nossas vidas e famílias, nos locais onde trabalhamos, nas comunidades paroquiais ou religiosas, somos capazes de caminhar com os outros, de ouvir, de vencer a tentação de nos entrincheirarmos na nossa autorreferencialidade e de olharmos apenas para as nossas próprias necessidades”.

da Mensagem do Papa para a Quaresma

“O perdão não implica esquecimento. Antes, mesmo que haja algo que de forma alguma pode ser negado, relativizado ou dissimulado, todavia podemos perdoar. Mesmo que haja algo que jamais deve ser tolerado, justificado ou desculpado, todavia podemos perdoar. Mesmo quando houver algo que por nenhum motivo devemos permitir-nos esquecer, todavia podemos perdoar. O perdão livre e sincero é uma grandeza que reflete a imensidão do perdão divino. Se o perdão é gratuito, então pode-se perdoar até a quem resiste ao arrependimento e é incapaz de pedir perdão”.

Fratelli Tutti, 250

Oração: Perdoar e Amar

No coração de cada alma,
Há um grito, um anseio, um desejo.
Por compaixão, por amor que acalma,
Por um toque suave e verdadeiro.

Lançaram pedras, ergueram vozes,
Em julgamento, prontos a condenar.
Mas a Luz brilhou, trouxe novas poses,
De mãos que se estendem, prontas a perdoar.
"Quem nunca pecou, que atire a primeira pedra",
E no silêncio, as pedras caíram ao chão.
Na compaixão, Jesus mostrou a regra,
De amor e perdão, a verdadeira lição.

Em cada rosto, um reflexo da dor,
Em cada olhar, um pedido de paz.
Compaixão é a chama, o verdadeiro calor,
Que em nosso coração, nunca se desfaz.

Rejeitar a violência, é escolher viver,
No amor que transcende todo o entendimento.
É amar o próximo e nunca esquecer,
Que todos somos um, em cada momento.

Que estejamos prontos a estender a mão,
A perdoar, a amar sem restrição.
Pois na compaixão encontramos a redenção,
E no amor, a verdadeira libertação.

Rainer Maria Rilke

Proposta concreta:

Como vives concretamente a esperança que te ajuda a ler os acontecimentos da história e te impele a um compromisso com a justiça, a fraternidade, o cuidado da casa comum, garantindo que ninguém seja deixado para trás?



Escreve três compromissos para garantir que não deixas ninguém para trás:



6. Domingo de Ramos ou da Paixão do Senhor (13 Abril)

Fidelidade no caminho

Is 50, 4-7 - O SENHOR DEU-ME A GRAÇA DE FALAR COMO UM DISCÍPULO, PARA QUE EU SAIBA DIZER UMA PALAVRA DE ALENTO AOS QUE ANDAM ABATIDOS.

Sl 21 (22) - MEU DEUS, MEU DEUS, PORQUE ME ABANDONASTE?

Flp 2, 6-11 - HUMILHOU-SE A SI PRÓPRIO; POR ISSO DEUS O EXALTOU.

Lc 22, 14-23, 56 - PAI, SE QUISERES, AFASTA DE MIM ESTE CÁLICE. TODAVIA, NÃO SE FAÇA A MINHA VONTADE, MAS A TUA.

“Entretanto, ao refletirmos sobre o perdão, a paz e a concórdia social, deparamo-nos com um texto de Jesus Cristo que nos surpreende: «Não penseis que vim trazer a paz à terra; não vim trazer a paz, mas a espada. Porque vim separar o filho do seu pai, a filha da sua mãe e a nora da sua sogra; de tal modo que os inimigos do homem serão os seus familiares» (Mt 10, 34-36). É importante situá-lo no contexto do capítulo onde está inserido. Aqui vê-se claramente que o tema em questão é o da fidelidade à própria opção, sem ter vergonha, ainda que isso traga contrariedades e mesmo que os entes queridos se oponham a tal opção. Portanto, não convida a procurar conflitos, mas simplesmente a suportar o conflito inevitável, para que o respeito humano não leve a faltar à fidelidade em nome duma suposta paz familiar ou social”.

Fratelli Tutti, 240

Oração

Súplica

Senhor, que és dono de tudo o que é perfeito,
Deixa-me ser a tal pedra
De que falava um poeta do meu tempo.

Sim, a pedra puríssima e sensível
Que chora, porque sofre, porque é alma.

Tu que me fizeste assim de carne e sangue,
E de olhos para ver o sol e as estrelas,
Não queiras que eu esqueça o meu destino.
Faz que eu morra na hora em que ainda souber
Procurar a Tua essência com voz alta
E piedosamente murmurar o Teu nome.

Porque eu vivo só de Ti,
e para Ti
Quero morrer, sentir a Tua morte
Na minha angústia, e viver eternamente
No Teu espírito, na Tua luz.

Miguel Torga, Câmara Ardente

O que me move para te amar

Senhor, para Te amar, não me move
o céu prometido que Tu me reservas;
nem tão pouco me move o temido inferno
para que eu te deixe de amar.

És Tu, Senhor, que me moves;
move-me o ver-Te pregado
naquela cruz, despojado;
move-me ver o Teu rosto tão ferido,
movem-me as zombarias e a Tua cruz.

Enfim, move-me o Teu amor,
de tal maneira que, se não houvesse o céu,
eu Te amaria na mesma
e, se não houvesse o inferno,
eu teria temor por Ti.

E não tens nada a dar-me
por eu Te amar, porque,
se o que espero não o esperasse,
da mesma forma que Te amo,
eu Te amaria.

Santa Teresa de Ávila

Proposta concreta:

- Procura um lugar de silêncio para passar um tempo a sós com Deus, e aí permanecer e ouvir o que Ele tem para te dizer.



- Reza diante dos sacrários vivos que encontras no teu caminho.



7. Quinta-feira Santa (17 Abril)

Amar até ao fim

Ex 12, 1-8.11-14 – QUANDO O COMERDES, TEREIS OS RINS CINGIDOS, SANDÁLIAS NOS PÉS E CAJADO NA MÃO.

1Cor 11, 23-26 – TODAS AS VEZES QUE COMERDES DESTE PÃO E BEBERDES DESTE CÁLICE, ANUNCIAREIS A MORTE DO SENHOR.

Jo 13, 1-15 – SE EU, QUE SOU MESTRE E SENHOR, VOS LAVEI OS PÉS, TAMBÉM VÓS DEVEIS LAVAR OS PÉS UNS AOS OUTROS.

“A sobriedade, vivida livre e conscientemente, é libertadora. Não se trata de menos vida, nem vida de baixa intensidade; é precisamente o contrário. Com efeito, as pessoas que saboreiam mais e vivem melhor cada momento são aquelas que deixam de debicar aqui e ali, sempre à procura do que não têm, e experimentam o que significa dar apreço a cada pessoa e a cada coisa, aprendem a familiarizar com as coisas mais simples e sabem alegrar-se com elas. Deste modo conseguem reduzir o número das necessidades insatisfeitas e diminuem o cansaço e a ansiedade. É possível necessitar de pouco e viver muito, sobretudo quando se é capaz de dar espaço a outros prazeres, encontrando satisfação nos encontros fraternos, no serviço, na frutificação dos próprios carismas, na música e na arte, no contacto com a natureza, na oração. A felicidade exige saber limitar algumas necessidades que nos entorpecem, permanecendo assim disponíveis para as múltiplas possibilidades que a vida oferece”.

Laudato Si’, 223

Oração

Pai nosso, que estais no céu
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 deixes cair em tentação,
mas livra-nos de todo o mal

Proposta concreta

Caminhámos juntos na Esperança. Que balanço fazes, que balanço fazemos, do caminho percorrido?



II Encontro comunitário à distância (28 de abril, 21h)

Novos céus e nova terra: na dinâmica da esperança

O ENCONTRO COMUNITÁRIO terá lugar aqui:

<https://videoconf-colibri.zoom.us/j/94874956279>

Oração do Jubileu 2025

Pai que estás nos céus,
a *fé* que nos deste
no teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama da *caridade*
derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo
despertem em nós a bem-aventurada *esperança*
para a vinda do teu Reino.

A tua graça nos transforme
em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho
que fermentem a humanidade e o cosmos,
na espera confiante
dos novos céus e da nova terra,
quando, vencidas as potências do Mal,
se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu
reavive em nós, *Peregrinos da Esperança*,
o desejo dos bens celestes
e derrame sobre o mundo inteiro
a alegria e a paz
do nosso Redentor.
A ti, Deus bendito na eternidade,
louvor e glória pelos séculos dos séculos.

Ámen

Franciscus

Oração dos Fiéis

Todos os Domingos desafiamos as nossas paróquias a ter uma intenção pelo Cuidado da Casa Comum, deixamos este desafio, para usarem estas ou outras.

Intenções pelo Cuidado da Casa Comum

Oração dos Fiéis, da Quaresma ao Domingo de Páscoa

Quarta-feira Cinzas

5 de março

Agradecemos, Senhor, a obra da criação, pedimos-Te que perdoes a nossa ambição que a destrói e que nos dês a capacidade para a proteger e cuidar.

1º Domingo da Quaresma

9 de março

Pedimos, Senhor, que acompanhes todos os homens que têm de deixar a sua terra por causa das alterações climáticas e que nos dês discernimento para não sermos tentados a usar os recursos naturais sem pensarmos nas consequências das nossas ações.

2º Domingo da Quaresma

16 de março

Pedimos, Senhor, que os dons que nos deste, mais numerosos que as estrelas do céu, sirvam para sabermos escutar que nos pedes para construirmos uma Casa Comum que acolha e não exclua, que proteja e não destrua.

3º Domingo da Quaresma

23 de março

Pedimos, Senhor, que cada um de nós se empenhe mais em cuidar da Casa Comum do que em criticar os outros, e dá-nos força para apostar e lutar por um recomeço, mesmo que nos pareça quase impossível.

4º Domingo da Quaresma

30 de março

Pedimos, Senhor, que perdoes quem está a atentar contra a generosidade da criação e nos dês a capacidade para unir esforços para a proteger e cuidar.

5º Domingo da Quaresma

6 de abril

Senhor, que por nós transformas o deserto em terra fértil, mostra-nos como usar a liberdade que nos dás para irmos e agirmos de modo solidário.

Domingo de Ramos

13 de abril

Senhor, que pelo teu sacrifício reconciliaste o Céu e a Terra, mostra-nos como conciliar as nossas ações e o cuidado com os outros, com a dádiva da Criação.

Quinta-feira Santa

17 de abril

Inspirados pelos teus gestos, dá-nos a capacidade de partilhar e servir os outros com simplicidade através das nossas ações e iniciativas.

Páscoa

20 de abril

Pela nossa Casa Comum, para que, em união com Cristo Ressuscitado, saibamos reunir-nos com todos os homens na solidariedade da Criação.

INICIATIVA CONJUNTA

Quaresma 2025



**CUIDAR DA
CASA COMUM**
em Santa Isabel

E-mail:

cuidarstaisabel@gmail.com

Instagram:

[instagram.com/casacomumemsantaisabel](https://www.instagram.com/casacomumemsantaisabel)

Canal WhatsApp:

<https://whatsapp.com/channel/0029VaK2DiO545un5oYe470f>



E-mail:

laudatosi@santoantonioolivais.pt

Página Web:

<https://santoantonioolivais/laudatosi>