RETIRO QUARESMAL PAROQUIAL - 3ª SEMANA DA QUARESMA



RETIRO QUARESMAL PAROQUIAL TERCEIRA SEMANA

"Mas se vós não converterdes, ireis morrer todos do mesmo modo" (Lc 13,3)

- Preparando o ambiente: colocar, em destaque, a cruz; Bíblia Sagrada; velas; dentro da temática da CF, colocar, se possível, fotos, imagens... de lugares diretamente ligados à "educação".

1. Oração inicial - Mais uma vez aqui me encontro, Senhor, celebrando um novo dia desse retiro quaresmal. Meu olhar se volta para a Páscoa, mas sei que, nesse caminho, preciso, mais decididamente, fixar meu olhar em Ti, meu Deus.

- Preciso, à luz de tua Palavra e dos apelos que ela me faz, converter o meu coração, preenchê-lo com tua luz. Tu és minha luz e salvação (Sl 27). Ajuda-me, Senhor, a fazer esse percurso. Ensina-me a falar com sabedoria e educar com amor.

- Invoco, confiante, a tua presença, rezando: em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amém. - Ó Pai, dá-me as luzes do teu Santo Espírito para que eu siga, no discipulado missionário, o teu amado Filho Jesus e, em tudo, possa fazer a tua santa vontade.

(rezar, pausadamente, ou ouvir o canto) Ó vinde Espírito Criador, a nossa alma visitai e enchei os corações com vossos dons celestiais. Vós sois chamado o Intercessor de Deus excelso, dom sem par, a fonte viva, o fogo, o amor, a unção divina e salutar. Sois o doador dos sete dons e sois poder na mão do Pai, por Ele prometido a nós, por nós seus feitos proclamai. A nossa mente iluminai, os corações enchei de amor, nossa fraqueza encorajai, qual força eterna e protetor. Nosso inimigo repeli e concedei-nos vossa paz; se pela graça nos guiais, o mal deixamos para trás. Ao Pai e ao Filho Salvador, por Vós possamos conhecer; que procedeis do Seu amor, fazei-nos sempre firmes crer. Amém.

2. Preparando o coração - A quaresma é tempo propício de silêncio, de oração e de

penitência. Tempo fecundo de encontro com o Senhor e com os irmãos e irmãs.

- Ela me ensina, e a todos os cristãos, o caminho da conversão. Sou chamado a seguir Jesus e abraçar a cruz de cada dia. “Se alguém quer vir após mim, negue-se a si mesmo, tome a sua cruz e siga-me” (Lc 9,23).

- Sei, Senhor, que não há discipulado sem cruz. É pela cruz que se chega à Luz. Faz de mim teu discípulo missionário. Ajuda-me a confiar em Ti e a servir; ajuda-me a transformar o que rezo em ações práticas. Fortalece minha vida, Senhor, minha vontade e o meu conhecimento, diante da missão que me confias. Em tudo, quero fazer a tua santa vontade ( ).

(canto – Pe. Zezinho): Amar como Jesus amou. Sonhar como Jesus sonhou. Sonhar como Jesus sonhou. Pensar como Jesus pensou. Viver como Jesus viveu. Sentir o que jesus sentia. Sorrir como Jesus sorria. E ao chegar ao fim do dia, eu sei que dormiria muito mais feliz (bis). - Também me reconheço pecador(a), necessitado(a) de tua misericórdia. Tem piedade de mim, perdoa-me, Senhor.

- Salmo 78: O Senhor não nos trata como exigem nossas faltas

- Não lembreis as nossas culpas do passado, mas venha sobre nós vossa bondade, pois estamos humilhados em extremo.

- Ajudai-nos, nosso Deus e Salvador! Por vosso nome e vossa glória, libertai-nos! Por vosso nome, perdoai nossos pecados! - Até vós chegue o gemido dos cativos: libertai com vosso braço poderoso os que foram condenados a morrer.

- Quanto a nós, vosso rebanho e vosso povo, celebraremos vosso nome para sempre, de geração em geração vos louvaremos.

3. Acolhendo a Palavra - Faça silêncio em seu coração, preparando-se para ouvir a Palavra de Deus.

• A Palavra de Deus é “viva e eficaz e mais penetrante que qualquer espada de dois gumes” (Hb 4,12). • Senhor, dá-me a graça de me deixar tocar por sua Palavra que vivifica e transforma a minha vida.

- (cante ou reze): A vossa Palavra, Senhor, é sinal de interesse por nós (bis). Como um Pai ao redor de sua mesa, revelando seus planos de amor, a vossa Palavra... Recordando: a) - Medite a Palavra de Deus fazendo a leitura orante: o que o texto diz? O que o texto me diz? O que o texto me faz dizer a Deus? O que o texto me faz fazer?

Ou: b) – O que Jesus me ensina no evangelho de hoje? Como colocar em prática, em minha vida, essa Palavra? Como através desta Palavra eu posso ajudar a meus

irmãos/as?

• Domingo – dia 20 de março: texto bíblico – Lc 13,1-9. Proposta de ação: Nesse domingo, participe da missa, encontre um tempo maior de oração; faça uma obra de caridade.

• Segunda-feira – dia 21 de março: texto bíblico – Lc 4,24-30. Proposta de ação: rezar pelos padres e diáconos, especialmente os que servem a sua comunidade paroquial.

• Terça-feira – dia 22 de março: texto bíblico – Mt 18,21-35. Proposta de ação: veja se você magoou, ofendeu alguém, reze por essa pessoa, peça perdão.

• Quarta-feira – dia 23 de março: texto bíblico – Mt 5,17-19. Proposta de ação: examine sua consciência, à luz dos 10 mandamentos, peça perdão dos pecados e procure sentir o que Deus lhe pede.

• Quinta-feira – dia 24 de março: texto bíblico – Lc 11,14-23. Proposta de ação: rezar nas intenções do povo brasileiro e pelos que nos governam nos poderes judiciário, legislativo e executivo para que exerçam seus cargos com justiça, discernimento e tenham compaixão do povo sofrido e pobre.

• Sexta-feira – dia 25 de março: texto bíblico – Lc 1,26-38. Proposta de ação: nesse dia, solenidade da Anunciação do Senhor, com o Papa Francisco consagrar, com nossas orações, se possível rezando o terço, a Rússia e a Ucrânia ao Coração Imaculado de Maria. Você pode também fazer Jejum e rezar a Via-Sacra.

• Sábado – dia 26 de março: texto bíblico – Lc 18,9-14. Proposta de ação: plante num vaso uma semente ou uma muda de flor, de hortaliça ou de fruta, à sua escolha, pra indicar uma palavra que marcou a sua semana, exemplo: perdão, amor, paciência, sabedoria, partilha...

4. Rezando o que ouvi e meditei - Eleve, confiante e espontaneamente suas preces, suas orações a Deus (pode também ser da liturgia diária).

- Renove, diante de Deus, seu compromisso com as obras recomendadas, especialmente, para esse tempo quaresmal: a oração, o jejum e a esmola (caridade). Lembre-se do que diz o Papa Francisco: “A oração rega, o jejum prepara o terreno e a caridade o fecunda”.

• Nesta intenção, para se sentir mais fortalecido pela graça divina, reze um Pai-Nosso e uma Ave-Maria...

5. Despedida - Oração: Jesus crucificado, sempre te levo comigo, a tudo te prefiro. Quando caio, tu me reergues. Quando choro, tu me consolas. Quando sofro, tu me

curas. Quando te chamo, tu me respondes. Tu és a luz que me ilumina, o sol que me aquece, o alimento que me nutre, a fonte que mata a minha sede, a doçura que me inebria, o bálsamo que me restaura, a beleza que me encanta. Jesus crucificado, sê tu minha defesa em vida, meu conforto e confiança em minha agonia. E repousa sobre meu coração quando for a minha última hora. Amém.

“Não vos canseis de fazer o bem” (Gl 6,9)

- Sobre mim e por todos por quem rezo, desça a vossa graça e bênção: em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amém

- Para todos os dias: • Pela manhã: fazer suas orações, ao levantar, como tem costume.

• À noite: examinar a própria consciência: O que fiz de bom? Em que eu poderia melhorar? Agradeça a Deus mais um dia vivido...

Lembrete: Nessa sexta-feira, dia 25 de março, às 20h, nosso encontro online de partilha e aprofundamento, a partir dos textos bíblicos meditados e dos gestos concretos das ações propostas. Vamos começar com a reza do terço. Participe!

https://coracaodejesusmariana.com.br/noticia/1518/retiro-quaresmal-paroquial-terceira-semana em 31/10/2026 13:57