



# QUA RES MA

celebração  
penitencial

---

com Maria...  
junto à Cruz.

---



## RITOS INICIAIS

*No centro do espaço celebrativo devem estar presentes os elementos da caminhada Quaresmal: a cruz com os panos roxos, bem como a imagem de Maria. Reunidos os fiéis, enquanto os ministros entram na igreja, canta-se um cântico apropriado, por exemplo:*

### Refrão

É preciso renascer,  
É preciso renascer,  
Deixar ódios, violências!  
É preciso renascer.

*Sacerdote:* Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

*Assembleia:* Ámen.

*Sacerdote:* A graça, a paz, alegria e o perdão de Deus que é Amor, do Filho que é Palavra e do Espírito que é Vida estejam convosco!

*Assembleia:* Bendito seja Deus, que nos reuniu no amor de Cristo.

## INTRODUÇÃO

*Sacerdote:* Aceitamos o convite e viemos assumir em comunidade a dimensão penitencial da nossa vida de filhos de Deus. Celebrar e viver a dimensão penitencial significa a grande aposta em nos encontrarmos connosco próprios, para que, na nossa vida, Deus e os outros tenham um lugar bom, verdadeiro, feliz. Assim, a nossa condição de filhos de Deus e a encarnação da consciência da presença e da ação de Jesus Cristo acontecem. Para dispor o nosso coração, comecemos por rezar o Salmo 50.

2

*Segue-se a leitura orante do salmo 50, que poderá ser rezado alternadamente pela assembleia.*

Compedeizei-vos de mim, ó Deus, pela vossa bondade,  
pela vossa grande misericórdia, apagai os meus pecados.  
Lavai-me de toda a iniquidade  
e purificai-me de todas as faltas  
porque eu reconheço os meus pecados  
e tenho sempre diante de mim as minhas culpas.

Assim é justa a vossa sentença  
e reto o vosso julgamento.  
Porque eu nasci na culpa  
e minha mãe concebeu-me em pecado.  
Aspergi-me o hissopo e ficarei puro  
lavai-me e ficarei mais branco do que a neve.

Desviai o vosso rosto das minhas faltas  
e purificai-me de todos os meus pecados.  
Criai em mim, ó Deus, um coração puro,  
e fazei nascer dentro de mim um espírito firme.

Dai-me de novo a alegria da vossa salvação

e sustentai-me com espírito generoso.  
Sacrifício agradável a Deus é o espírito arrependido:  
não desprezareis, Senhor, um espírito humilhado e contrito.

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

## ORAÇÃO

Sacerdote: Deus, Pai de misericórdia e fonte de toda a bondade,  
que nos fizestes encontrar no jejum, na oração e no amor fraterno  
os remédios do pecado,  
olhai benigno para a confissão da nossa humildade,  
de modo que, conscientes do nosso pecado,  
sejamos confortados pela vossa misericórdia.  
Por Nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho,  
que é Deus convosco na unidade do Espírito Santo.

*Todos: Ámen.*

## Refrão

Fala, Senhor, eu quero escutar,  
Fala, Senhor, eu quero seguir-Te.  
Fala, Senhor, eu quero escutar,  
Eu quero seguir-Te, meu Deus e meu Rei.

3

## PROCLAMAÇÃO DO EVANGELHO

*Sacerdote:* O Senhor esteja convosco.

*Todos:* Ele está no meio de nós.

*Sacerdote:* Evangelho de NSJC segundo são João

*Todos:* Glória a Vós, Senhor.

### *Jo 19, 17-30*

Jesus, levando a cruz às costas,  
saiu para o chamado Lugar da Caveira, que em hebraico se diz Gólgota,  
onde o crucificaram, e com Ele outros dois,  
um de cada lado, ficando Jesus no meio.  
Pilatos redigiu um letreiro e mandou pô-lo sobre a cruz.  
Dizia: «Jesus Nazareno, Rei dos Judeus.»  
Este letreiro foi lido por muitos judeus,  
porque o lugar onde Jesus tinha sido crucificado era perto da cidade  
e o letreiro estava escrito em hebraico, em latim e em grego.  
Então, os sumos sacerdotes dos judeus disseram a Pilatos:  
«Não escrevas ‘Rei dos Judeus’,  
mas sim: ‘Este homem afirmou: Eu sou Rei dos Judeus.’»  
Pilatos respondeu: «O que escrevi, escrevi.»  
Os soldados, depois de terem crucificado Jesus,  
pegaram na roupa dele e fizeram quatro partes,

uma para cada soldado, exceto a túnica.

A túnica, toda tecida de uma só peça de alto a baixo, não tinha costuras.

Então, os soldados disseram uns aos outros:

«Não a rasguemos; tiremo-la à sorte, para ver a quem tocará.»

Assim se cumpriu a Escritura, que diz:

Repartiram entre eles as minhas vestes e sobre a minha túnica lançaram sortes.

E foi isto o que fizeram os soldados.

Junto à cruz de Jesus estavam, de pé, sua mãe e a irmã da sua mãe,

Maria, a mulher de Clopas, e Maria Madalena.

Então, Jesus, ao ver ali ao pé a sua mãe e o discípulo que Ele amava, disse à mãe:

«Mulher, eis o teu filho!»

Depois, disse ao discípulo:

«Eis a tua mãe!»

E, desde aquela hora, o discípulo acolheu-a como sua.

Depois disso, Jesus, sabendo que tudo se consumara,

para se cumprir totalmente a Escritura, disse: «Tenho sede!»

Havia ali uma vasilha cheia de vinagre.

Então, ensopando no vinagre uma esponja fixada num ramo de hissope, chegaram-lha à boca.

Quando tomou o vinagre, Jesus disse: «Tudo está consumado.»

E, inclinando a cabeça, entregou o espírito.

*Sacerdote:* Palavra da Salvação.

*Todos:* Glória a Vós, Senhor.

## 4

### HOMILIA

#### SILÊNCIO

#### PARA CONTEMPLAR

Vamos agora contemplar o quadro que nos foi apresentado na leitura do texto do Evangelho em alguns elementos, preparando, assim, o nosso exame de consciência. O letreiro colocado ao cimo da cruz: “Jesus Nazareno, Rei dos Judeus”. Aparece em várias línguas, é destinado a vários, a todos os povos. A autoridade condenatória faz a apresentação de Jesus, como o Rei! E eu? Já O assumi como meu Rei e Senhor? (*silêncio*). Quem é o Rei? É aquele que vela e zela pela segurança e pela prosperidade do seu povo. É isso que sinto que Jesus faz por mim e comigo? (*silêncio*).

As vestes: que aceito de Jesus? Apenas as partes exteriores do tecido da túnica, o superficial e parcelar ou inquieto-me em perceber, conhecer e viver na Sua Pessoa? (*silêncio*). A cruz: qual a minha atitude perante a cruz? Assumo a sua dimensão horizontal e a sua dimensão vertical, na orientação que em mim imprime para Deus e para outros? (*silêncio*).

Maria: jamais estou sozinho, Jesus ressuscitado está comigo; Sua Mãe foi-me confiada e entregue para ser presença serena na capacidade de contemplar, de ser, viver, sofrer e esperar...

## EXAME DE CONSCIÊNCIA

*É conveniente guardar algum tempo de silêncio para fazer o exame de consciência e despertar a verdadeira contrição dos pecados. Neste momento é colocada uma discreta música de fundo.*

Vou aproximar-me do sacramento da Reconciliação para renovar e aprofundar a vida e a amizade com Deus?

Procurei pôr em prática os propósitos de emenda da última confissão?

Amo a Deus sobre todas as coisas?

Escuto ou leio a Palavra de Deus com frequência e atenção?

Divinizo o que não é Deus, como o dinheiro, o prazer e a beleza?

As promessas que faço são verdadeiro culto a Deus inspirado no Evangelho?

Se sou pai ou mãe de família, rezo com os meus filhos?

Peço ao Senhor com frequência que não me deixe cair em tentação?

Santifico o domingo, dia da ressurreição de Cristo, participando na Missa?

Pratico as obras de misericórdia?

Manifesto aos meus pais quanto aprecio o seu amor e canseiras, que me permitiram crescer?

Tenho uma especial gratidão pelos meus pais de quem recebi o dom da fé, a graça do Batismo e a vida na Igreja?

Estou a ensinar aos meus filhos que os valores espirituais são mais importantes do que os materiais?

Estou convencido de que a primeira vocação dos meus filhos, porque são cristãos, é a de seguir Jesus?

Tenho o respeito que é devido às autoridades legítimas?

Defendo e testemunho o valor sagrado da vida humana desde o seu início até ao seu termo?

Sirvo-me do meu próximo para os meus fins?

Destruí o bom nome e a reputação de alguém?

Guardei a minha pureza como um bem precioso?

Se tenho namorada ou namorado, estou a fazer do namoro uma preparação séria para o casamento segundo a vontade e como vocação de Deus?

Se sou homem casado ou mulher casada, a fidelidade inviolável no matrimónio e o respeito mútuo são para mim valores indiscutíveis?

Restituí o que roubei, ou ainda o guardo em meu poder?

Se sou dono ou responsável de alguma empresa, há nela condições de trabalho dignas?

Desprezo os pobres, os fracos, os velhos, os estrangeiros, os homens de outra raça?

Faço sofrer os animais inutilmente ou desprezo as suas vidas?

Digo sempre o que deve ser dito e guardo segredo do que deve ser guardado?

Com palavras ou gestos irónicos depreciar alguém?

Sou puro no meu olhar interior e exterior?

Tenho desejos desmedidos de possuir bens terrenos e poder?

Fico invejoso e ciumento com o progresso dos outros?

O espírito das bem-aventuranças está a levar-me a procurar o amor de Deus acima de tudo?

Do meu programa espiritual de cada dia fazem parte a oração e a leitura da Palavra de Deus?

Utilizo mal o meu tempo?

...

## rito da reconciliação

### Confissão geral dos pecados

*Sacerdote:* Com a palavra Perdão entramos num mar tão fundo e tão denso. Ser perdoado é, por muito que nos custe, ser confrontado com a nossa finitude e incapacidade, mas também com uma nova possibilidade, uma nova oportunidade. Não porque Deus quer reduzir-nos à insignificância, mas porque quer um coração dócil e humilde, como o d'Ele, pois “para Deus sobe-se descendo”. Manifestando o coração contrito pela nossa condição de pecadores, confessemos os nossos pecados:

*Todos:* Confesso a Deus todo-poderoso  
e a vós, irmãos,  
que pequei muitas vezes  
por pensamentos e palavras, atos e omissões,  
por minha culpa, minha tão grande culpa.  
E peço à Virgem Maria,  
aos Anjos e Santos,  
e a vós, irmãos,  
que rogueis por mim a Deus, nosso Senhor.

*Leitor:* Dai-nos, Senhor, a graça da verdadeira conversão.  
Fazei nascer em nós o espírito de penitência e confirmai os nossos propósitos.  
Perdoai os nossos pecados e não olheis para as nossas faltas.  
6 Enchei-nos de confiança e dai-nos um coração puro.  
Perdoai os atos violentos que praticámos e as palavras ofensivas que dissemos.  
Não leveis em conta o nosso orgulho e faltas de oração.  
Tornai-nos discípulos fiéis do vosso Filho e membros vivos da comunidade  
a que pertencemos.

*Todos:* À vossa proteção nos acolhemos, Santa Mãe de Deus. Não desprezeis as nossas súplicas em nossas necessidades, mas livrai-nos de todos os perigos, ó Virgem gloriosa e bendita.

*Sacerdote:* E agora, como Cristo nos ensinou, invoquemos o Senhor, nosso Deus, que não quer a morte do pecador, mas que se converta e viva, e supliquemos-Lhe que aceite a confissão dos nossos pecados e nos conceda a sua grande misericórdia.

*Todos:* 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.

## CONFISSÃO E ABSOLVIÇÃO INDIVIDUAL

*Os penitentes que desejam o sacramento da reconciliação, aproximam-se do sacerdote que escolheram e, depois de terem recebido a devida satisfação, são absolvidos pelo mesmo. Ao aproximar-se o penitente para confessar os seus pecados, o sacerdote recebe-o com afabilidade e saúda-o com palavras amáveis. A seguir, o penitente, e, se for oportuno, também o sacerdote, faz o sinal da cruz dizendo:  
Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. *Ámen.**

## CONVITE À CONFIANÇA EM DEUS

*O sacerdote exorta o penitente à confiança em Deus, com estas palavras ou semelhantes:*

A graça do Espírito Santo  
ilumine o teu coração  
para confessares os teus pecados,  
com toda a confiança,  
e sentires a misericórdia do Senhor.  
*O penitente responde: *Ámen.**

## CONFISSÃO DOS PECADOS

*O penitente confessa ao sacerdote os pecados que têm afetado a sua relação com Deus, com os outros e com o próprio.*

## ABSOLVIÇÃO

*Após ouvir a confissão, o penitente reza o ato de contrição e o sacerdote, com as mãos estendidas sobre a cabeça do penitente, ou estendendo ao menos a mão direita, dá-lhe a absolvição.*

7

*Penitente:* Meu Deus, porque sois tão bom,  
tenho muita pena de Vos ter ofendido.  
Ajudai-me a não tornar a pecar.

*Sacerdote:* Deus, Pai de misericórdia,  
que, pela morte e ressurreição de seu Filho,  
reconciliou o mundo consigo  
e enviou o Espírito Santo para remissão dos pecados,  
te conceda, pelo ministério da Igreja,  
o perdão e a paz.

**EU TE ABSOLVO DOS TEUS PECADOS  
EM NOME DO PAI E DO FILHO E DO ESPÍRITO SANTO.**

*O penitente responde: *Ámen.**

## PROCLAMAÇÃO DE LOUVOR PELA MISERICÓRDIA DE DEUS

*Concluídas as confissões individuais, o sacerdote que preside à celebração, tendo junto de si os demais sacerdotes, exorta os fiéis à prática das boas obras e convida à ação de graças, o que pode fazer com estas palavras ou outras semelhantes:*

**Irmãos:** fazer o bem é uma forma de manifestar a graça da penitência na vida de cada um e de toda a comunidade, e também sinal de conversão. Proponha-se, por isso, cada

um de nós, levar a cabo alguma obra de caridade para com o próximo, ou repartindo os bens com os que passam maior necessidade, ou visitando os doentes, os abandonados, os presos e os que vivem em solidão, ou reparando alguma injustiça cometida na comunidade, ou fazendo alguma outra obra de misericórdia cristã. Convido-vos também a dar graças e a exaltar o poder e a misericórdia de Deus, manifestadas hoje em nosso favor.

## CÂNTICO DA SANTÍSSIMA VIRGEM MARIA

*Lc 1, 46-55*

*Refrão:* O Senhor fez em mim maravilhas, Santo é o seu nome.

*Ou:* O meu espírito exulta em Deus, meu Salvador.

A minha alma glorifica ao Senhor  
e o meu espírito se alegra em Deus, meu Salvador.  
Porque pôs os olhos na humildade da sua serva:  
de hoje em diante me chamarão bem-aventurada toda as gerações.  
O Todo-Poderoso fez em mim maravilhas:  
Santo é o seu nome.

*Refrão:* O Senhor fez em mim maravilhas, Santo é o seu nome.

*Ou:* O meu espírito exulta em Deus, meu Salvador.

8

A sua misericórdia se estende de geração em geração  
sobre aqueles que O temem.  
Manifestou o poder do seu braço  
e dispersou os soberbos.  
Derrubou os poderosos de seus tronos  
e exaltou os humildes.  
Aos famintos encheu de bens  
e aos ricos despediu de mãos vazias.  
Acolheu a Israel seu servo,  
lembrado da sua misericórdia,  
como tinha prometido a nossos pais,  
a Abraão e à sua descendência para sempre.

*Refrão:* O Senhor fez em mim maravilhas, Santo é o seu nome.

*Ou:* O meu espírito exulta em Deus, meu Salvador.

## ORAÇÃO DE CONCLUSÃO

*Depois do cântico de louvor, o sacerdote conclui a oração comunitária:*

Deus todo-poderoso e cheio de misericórdia,  
Vós criastes a pessoa humana de maneira admirável  
e mais admiravelmente a remistes,  
e não a abandonais quando peca,  
antes continuais a amá-la com amor de Pai.  
Vós enviastes o vosso Filho ao mundo  
para destruir o pecado e a morte pela sua paixão  
e nos restituir a vida e a alegria pela ressurreição;

Vós enviastes o Espírito Santo aos nossos corações,  
para sermos vossos filhos e herdeiros;  
Vós nos renovais continuamente  
pelos sacramentos da salvação,  
para nos libertar do pecado que escraviza  
e nos transformar, cada dia mais perfeitamente,  
na imagem do vosso Filho muito amado.  
Nós Vos damos graças  
pelas maravilhas da vossa misericórdia,  
e Vos louvamos com toda a Igreja,  
cantando um cântico novo,  
com a voz, o coração e as obras.  
A Vós a glória, por Jesus Cristo, no Espírito Santo,  
agora e para sempre.

*Todos:* *Ámen.*

## RITOS DE CONCLUSÃO

*A seguir, o sacerdote abençoa todos os fiéis, dizendo:*

O Senhor esteja convosco.

*Todos:* Ele está no meio de nós.

O Senhor dirija os vossos corações na caridade de Deus e na paciência de Cristo.

*Todos:* *Ámen.*

Para que possais viver numa vida nova e em tudo agradar a Deus.

*Todos:* *Ámen.*

Abençoe-vos Deus todo-poderoso, Pai, Filho e Espírito Santo.

*Todos:* *Ámen.*

*Por fim, o diácono, outro ministro, ou o próprio sacerdote, despede a assembleia, dizendo:*

O Senhor perdoou os vossos pecados.

Ide em paz e o Senhor vos acompanhe.

*Todos:* Graças a Deus.

## CÂNTICO FINAL

*Em seguida, canta-se um cântico apropriado, por exemplo:*

### Refrão

Dai-nos um coração grande para amar;

Dai-nos um coração forte para lutar.

### *Estrofe*

Homens novos, criadores da história, construtores da nova humanidade.

Homens novos que vivem a existência como risco dum longo caminhar.



Comissão para a Liturgia