

Oração do Jubileu

Pai que estás nos céus,
a *fé* que nos deste no
teu filho Jesus Cristo, nosso irmão,
e a chama de *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 de 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.
Amém

Franciscus

QUARESMA, CAMINHO DE ESPERANÇA

DIÁRIO DO PEREGRINO



CARTA PASTORAL

« DAI RAZÕES DA VOSSA ESPERANÇA »

«A Quaresma é iluminada pela esperança da Páscoa. Atravessamos o deserto como Povo de Deus, que deixa para trás a escravidão e sabe-se chamado à vida de comunhão com Deus. No caminho de libertação do Povo de Deus, experimenta-se – sobretudo na experiência do Sinai – que o Deus que chama à liberdade é o próprio Deus que liberta. No entanto, a libertação a que o seu Povo é chamado a experimentar e a viver não é apenas de ordem jurídica ou territorial, mas é também uma libertação que passa pela conversão do coração – com o dom dos Mandamentos – e pela santificação do Povo, especialmente marcada no dom do culto ritual e do apelo à santidade. A esperança que envolve o Povo que faz a peregrinação quaresmal é a santidade de Deus. Este é um tempo em que se intensificam as práticas penitenciais. Estas, porém, não se esgotam em si mesmas, como se fossem uma “cosmética espiritual”, mas apontam para a comunhão, para a relação com Deus e com os irmãos, para a entrada na Terra Prometida, que é a vida divina do próprio Jesus Cristo».

sente, e procurar ler a vida com um olhar crente à luz do Evangelho.

- É estar atento ao bem que existe no mundo e ver tudo com os olhos da bênção sem cair no pessimismo, na maledicência e na murmuração. É acreditar que os sinais dos tempos podem ser transformados em sinais de esperança.
- É ser testemunha e construtor da paz, procurar a concórdia, fazer pontes e não muros.
- É ter no coração o desejo de transmitir a vida, ser aberto à vida, amar e cuidar da vida e ser responsável por ela.
- É apoiar a necessidade de uma aliança social em prol da esperança, inclusiva e não ideológica, sem viver num individualismo que corrói a esperança e nos torna tristes, amargos e impacientes.
- É estar preocupado com as pessoas hoje, sem esquecer o futuro da geração de amanhã.
- É preocupar-se com os presos, os doentes, as pessoas com deficiência, as crianças, os jovens, os idosos, os migrantes, os exilados, os deslocados, os refugiados, os pobres e todos os que são frágeis, e fazer do cuidado um hino à dignidade humana.
- É usar bem os bens disponíveis sem os desperdiçar e sem esquecer que os bens da terra se destinam a todos. É reconhecer o rosto dos irmãos em necessidade ser generoso na partilha.
- É praticar as obras de misericórdia que são também obras de esperança com a consciência de que sempre que fizemos o bem a um dos irmãos mais pequeninos foi a Jesus que o fizemos (*cf. Mt 25, 40*).
- É acreditar na misericórdia de Deus, não desistir de perdoar e aprender com Ele a perdoar sempre.
- É ter no coração, como Jesus, o desejo de que “*todos sejam um só*” (*Jo 17, 21*), rezar pela unidade dos cristãos e cuidar da comunhão.
- É acreditar na Vida Eterna e ter em Jesus, morto e ressuscitado, a âncora do nosso amor, da nossa fé e da nossa esperança.

Texto inspirado na Bula de proclamação do Jubileu 2025

peregrino de esperança e que caminhos precisas ainda de percorrer.

Ser peregrino de esperança...

- É viver a caminho, desinstalado, livre e centrado no essencial.
- É ter o olhar na meta, mas apreciar cada passo e cada lugar do percurso.
- É ter no coração a esperança como desejo e expectativa do bem, apesar de não sabermos o que trará consigo o amanhã.
- É não deixar que a imprevisibilidade do futuro faça com que o medo se sobreponha à confiança, o desânimo à serenidade, a dúvida à certeza.
- É olhar a vida com entusiasmo, ânimo e realismo, sem ceticismo nem pessimismo.
- É fundar a esperança na fé e fazer do encontro com o Senhor, desejado e procurado na oração e no silêncio, o lugar onde a esperança se renova.
- É acreditar no Espírito Santo e viver na certeza de que nada, nem as dificuldades ou sofrimentos, nos podem separar do amor de Deus (cf. Rm 8, 35.37-39).
- É ser paciente e pedir a graça da paciência, que é filha da esperança, sem se deixar tomar pela intolerância, o nervosismo, ou a violência gratuita que gera insatisfação e isolamento.
- É perseverar e confiar nas promessas do “*Deus da paciência e da consolação*” (Rm 15, 5) e testemunhar a paciência de Deus para consigo próprio e para com os outros, porque crescer e mudar é um caminho que precisa de tempo.
- É ter tempo de qualidade para os outros e para encontros verdadeiros que podem gerar alegria e vida e ser colo para quem precisa.
- É ser capaz de contemplar as maravilhas de Deus e de admirar e sentir a criação como uma grande família que se ama e se cuida.
- É alimentar a esperança na caridade através do amor concreto, e oferecer aos outros pelos menos um sorriso, um gesto de amizade, um olhar fraterno, uma escuta sincera e um serviço gratuito.
- É estar atento aos *sinais dos tempos* e à voz de Deus no tempo pre-

SEMANA I

Lc 4, 1-13

«*Nem só de pão vive o Homem*»

Ponto de Reflexão:

Onde estou na minha fé? O que preciso de deixar para trás?

Desafio:

Definir por escrito 3 propósitos de mudança.

Oração do Jubileu (última página)

SEMANA II

Lc 9, 28b-36

«Este é o meu Filho, o meu Eleito; escutai-O»

Ponto de Reflexão:

Quais os desafios que enfrento? Como é que a Palavra de Deus me sustenta?

Desafio:

Tentar tirar um tempo mais prolongado para estar com o Senhor e escutar a Sua voz.

Oração do Jubileu (última página)

SER PEREGRINO DE ESPERANÇA

EXAME DE CONSCIÊNCIA

Ser peregrino de esperança é saber que a vida cristã é um caminho. E um caminho precisa de momentos fortes para nutrir e robustecer a esperança, insubstituível companheira que permite vislumbrar a meta: o encontro com o Senhor Jesus. Para fazeres do Sacramento da Reconciliação um momento forte onde experimentas este encontro, olha para ti a partir de Deus, e dispõe o coração à conversão.

Começa por ler, com tempo e calma, a Palavra de Deus e saborear o que Jesus fez por ti:

¹Portanto, tendo sido justificados pela fé, estamos em paz com Deus, por meio de nosso Senhor Jesus Cristo. ²Foi também por meio dele que, pela fé, tivemos acesso a esta graça na qual estamos firmes e nos gloriamos, assentes na esperança da glória de Deus. ³Mais ainda: gloriamo-nos também nas tribulações, por sabermos que a tribulação gera perseverança; ⁴a perseverança, firmeza; e a firmeza, esperança. ⁵Ora, a esperança não engana, porque o amor de Deus foi derramado nos nossos corações por meio do Espírito Santo que nos foi concedido. ⁶De facto, foi quando ainda éramos fracos que, no tempo estabelecido, Cristo morreu pelos ímpios. ⁷Difícilmente alguém morrerá por um justo; quando muito, talvez alguém ousasse morrer por um homem bom. ⁸Ora, é assim que Deus prova o seu amor para conosco: foi quando ainda éramos pecadores que Cristo morreu por nós. ⁹Pois bem, com muito maior razão, agora que fomos justificados pelo seu sangue, seremos, por seu intermédio, salvos da ira divina. ¹⁰Se, com efeito, quando éramos inimigos, fomos reconciliados com Deus por meio da morte do seu Filho, com muito maior razão, uma vez reconciliados, seremos salvos pela sua vida. ¹¹Mas ainda: gloriamo-nos também em Deus, por meio de nosso Senhor Jesus Cristo, pelo qual recebemos agora a reconciliação.

Agora, com coragem, diante do Senhor, procura descobrir se és um

SEMANA VI

Lc 22, 14 _ 23, 56

Paixão de nosso Senhor Jesus Cristo

Ponto de Reflexão:

Onde percebo Deus na minha vida hoje?

O que mudou em mim? O que quero levar adiante?

Desafio:

Ir para um local tranquilo e refletir sobre o caminho feito nestas semanas, assinalando pelo menos uma coisa que tenha mudado em mim e um ponto de mudança que quero levar adiante. Fazer igualmente um exame de consciência em vista da reconciliação sacramental, com base no modelo que apresentamos na página seguinte.

Oração do Jubileu (última página)

SEMANA III

Lc 13, 1-9

«Se não vos arrependerdes, morrereis do mesmo modo»

Ponto de Reflexão:

Que mudanças quero fazer para me aproximar mais de Cristo?

Desafio:

Tentar em cada dia desta semana praticar pelo menos 1 obra de Misericórdia.

Oração do Jubileu (última página)

SEMANA IV

Lc 15, 1-3.11-32

«Este teu irmão estava morto e voltou à vida»

Ponto de Reflexão:

Como estou a ser sinal de esperança para os outros?

Desafio:

Pedir perdão a alguém que eventualmente tenha magoado por palavras, atos, indiferença, ou outras atitudes.

Oração do Jubileu (última página)

SEMANA V

Jo 8, 1-11

«Quem de entre vós estiver sem pecado atire a primeira pedra»

Ponto de Reflexão:

Como posso viver a misericórdia e a esperança no dia a dia?

Desafio:

Ao longo desta semana ouvir sem julgar.

Oração do Jubileu (última página)