

*Dário Pedroso, sj*

# **PALAVRA E EUCARISTIA**

## **Horas Santas**

4.<sup>a</sup> edição



EDITORIAL AO

**Capa**  
Romão Figueiredo

**Paginação**  
Editorial AO

**Impressão e Acabamentos**  
Sersilito – Empresa Gráfica

**Depósito Legal**  
543728/25

**ISBN**  
978-972-39-1010-0

**1.ª edição**  
Fevereiro de 2009

**4.ª edição**  
Março de 2025

*Com todas as licenças necessárias*

©

SECRETARIADO NACIONAL DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

Rua S. Barnabé, 32 – 4710-309 BRAGA / Tel.: 253 689 443

[www.redemundialdeoracaodopapa.pt/livraria](http://www.redemundialdeoracaodopapa.pt/livraria) | [livros@snao.pt](mailto:livros@snao.pt)

# INTRODUÇÃO



## PALAVRA E EUCARISTIA

Na celebração da Eucaristia temos a mesa da Palavra e a mesa eucarística. A Igreja, como Mãe e Mestre, aponta-nos o caminho a seguir, quando, antes da mesa eucarística, nos coloca a mesa da Palavra, com leituras, salmos e comentários que nos ajudem a saborear o que foi proclamado. O mesmo sucede no ritual dos outros sacramentos, onde nunca falta a Palavra de Deus e o seu comentário. Do mesmo modo, na Liturgia das Horas a Palavra de Deus entra sempre como momento importante. Este modelo deve imprimir às nossas celebrações um tom bíblico. Devemos encontrar na Palavra o fundamento da vida e da oração, da festa ou da celebração que estamos a viver. Na Palavra, que é viva e eficaz, encontramos elementos para celebrar Nossa Senhora, os Mártires, os Santos, para uma vigília, uma peregrinação, uma festividade. Tudo fundamentado

na Palavra de Deus, pois só esta pode tocar os corações e transformá-los, convertê-los.

Temos ainda um longo caminho a percorrer para que a Palavra de Deus seja lida, escutada, assimilada em todas as nossas celebrações. Não podemos ficar no pietismo estéril, na piedade vazia de sentido, nuns comentários que querem fazer nascer fervorzinho, mas não são eficazes, pois não se alicerçam na Palavra. Não é a palavra dos homens que faz bem, mas o Espírito Santo presente e atuante na Palavra divina. Em muitos casos, servindo-nos de esquemas mais antigos, ainda temos uma vida de piedade pouco bíblica. Mas toda a piedade, todo o culto – eucarístico, mariano, de devoção a santos – deve ter a sua raiz, o seu fundamento, na Palavra de Deus. A Palavra é que ilumina, pois é luz para os nossos caminhos, para a nossa vida, para a nossa oração. A Palavra é que instrui, pois é sabedoria do Alto que dá alimento espiritual. A Palavra é que faz crescer na fé, pois, como diz São Paulo, a fé vem da Palavra. É esta Palavra que cura, converte, muda vidas e corações; daí a necessidade de alicerçarmos toda a piedade, todo o culto, na Palavra. Com fa-

## *Introdução*

cilidade passamos esta graça em vão, fazemos uma piedade sem fundamento bíblico, não lemos nem comentamos a Palavra, parece que nos basta o piedoso, a história bonita, o exemplo, mas falta-nos a Palavra lida e comentada.

A Palavra de Deus não é uma coisa: é uma Pessoa. O Verbo do Pai é a Palavra criadora. Daí a riqueza da Palavra de Deus, pois é uma Pessoa que nos fala, que entra em contacto connosco, que é a Vida das nossas vidas. A Palavra fez-se carne e habitou entre nós. E na Eucaristia essa Palavra feita carne faz-se alimento, Pão Vivo, Corpo e Sangue, Alma e Divindade de Jesus, a Palavra encarnada. Aquele que nos fala na mesa da Palavra faz-se alimento na mesa Eucarística. Daí a necessidade de prolongarmos, nas nossas Adorações, nas Horas Santas, a escuta daquele que é a Palavra do Pai, o seu Verbo, que é agora a Hóstia Santa, o Pão Vivo, Corpo e Sangue para ser adorado, reparado, desagravado.

*Palavra e Eucaristia* é o título deste livro de Horas Santas. Sempre alicerçadas na Palavra de Deus que nos prepara para a oração, a adoração, o lou-

vor, a ação de graças, a reparação. Vamos escutando certos «pedaços do Pão da Palavra», para nos ajudarem a orar perante o Pão eucarístico. Horas Santas alicerçadas na Palavra, como a Igreja nos ensina a fazer e a rezar. Horas Santas sobre diversos temas da vida cristã, sobre diversas realidades da nossa fé, sobre diversas necessidades pessoais e eclesiais. Ouvindo a Palavra, escutando os seus ensinamentos e matizes, somos colocados perante Jesus Eucaristia para rezar. Queremos fazer repassar a nossa Hora Santa do conteúdo da Palavra de Deus que nos alimenta, nos ilumina, nos dá vida, nos ajuda a rezar e a converter.

Cada Hora Santa pode ser usada em diversas ocasiões. Em nota de rodapé, sugerimos algumas situações em que essa Hora Santa pode ser feita com mais proveito e mais centrada quer na liturgia, quer na vida da Igreja, quer na nossa vida pessoal. Mas todas elas podem ser rezadas em diversas ocasiões. Não indicamos os cânticos, pois cada paróquia, cada diocese, cada grupo tem alguns mais conhecidos e que poderão cantar com muito proveito, fazendo previamente a sua escolha.



## Introdução

Damos muita importância aos tempos de silêncio. Não tenhamos medo do silêncio, pois ele fará ecoar em nós a Palavra e nos fará prolongar a oração mais pessoal, mais íntima, mais ao sabor do que cada um sente e tem dentro de si, do seu coração. É muito importante educar o Povo de Deus para o silêncio orante e recolhido. Não é perder tempo. É escola de oração e de vida, é o grande momento para o diálogo pessoal, para o contacto mais íntimo com o Senhor, quer seja para refletir a Palavra e o comentário feito, quer seja para continuar pessoalmente as preces que se fizeram. Cada um de nós tem muito a ouvir e muito a dizer ao Senhor. Os tempos de silêncio orante são uma riqueza. Em particular ou em comum, sempre que se fizer uma destas Horas Santas, saibamos parar e guardar silêncio para rezar.

O Concílio Vaticano II, na Constituição Dogmática sobre a Palavra de Deus, a *Dei Verbum*, insiste que o pregador, o catequista, o proclamador dos ensinamentos da fé tem de «ouvir a Palavra de Deus de dentro; caso contrário, torna-se um pregador vão e superficial» (cf. n. 25). Ouvir de dentro significa, pois, saber ele próprio escutá-la, meditá-la, rezá-la,

fazer dela leitura e oração, para que, transformado pela Palavra, a sua mensagem seja eficaz, toque os corações, ajude à abertura à graça, aproxime da misericórdia, leve a ter critérios evangélicos. Mas tudo começa com a arte divina da oração, que escuta de dentro, que faz ressoar no seu coração de pregador, de catequista, para ele próprio ser convertido, transformado, evangelizado.

Dentro de cada um de nós ainda há terra de missão, onde não chegou a semente divina da Palavra. Há muito que evangelizar dentro de cada um de nós. A nossa inteligência ainda não pensa como Jesus, não tem critérios evangélicos sempre e em tudo. O nosso coração ainda não ama como o de Jesus, ainda tem rancores, faz aceção de pessoas, irrita-se, magoa, não ama e não acolhe, não perdoa e não dá testemunho de misericórdia. A nossa vontade está ainda por evangelizar, pois não quer sempre e em tudo só a vontade de Deus, não se submete a ela, não faz dela o seu paraíso. E não estarão ainda por evangelizar, com necessidade da semente da Palavra, o nosso afeto, a nossa liberdade, a nossa sexualidade, os nossos gostos, os nossos apetites?

## *Introdução*

*Palavra e Eucaristia*, conjunto de 16 Horas Santas, ajudará a «ouvir a Palavra de Deus de dentro», com muito silêncio orante. Nessa medida, será instrumento maravilhoso para a evangelização do nosso interior. Fica-nos um grande desafio. Pessoal ou comunitariamente, sermos interpelados pela Palavra para orar melhor diante de Jesus Eucaristia, nos deixarmos converter por Ele e levarmos a Hora Santa para a vida quotidiana. A Palavra fez-se carne no seio da Virgem Maria. Que a Senhora, que é Mestre na escuta da Palavra, que é a Senhora do Santíssimo Sacramento, nos ensine a rezar cada uma destas Horas Santas, para que, tocados pela Palavra, nos abramos ao amor de Jesus Eucaristia e deixemos cristificar a nossa vida.

*Dário Pedroso, sj*



# **HORAS SANTAS**



## I

### REZAR A JESUS QUE DIZ: «EU SOU»\*

#### 1.º – Cântico de entrada.

#### Exposição do Santíssimo

#### 2.º – Jaculatórias repetidas por todos

- Jesus Eucaristia, nós vos bendizemos.
- Jesus Eucaristia, nós vos adoramos.
- Jesus Eucaristia, nós vos amamos.
- Jesus Eucaristia, nosso Amigo e Senhor.
- Jesus Eucaristia, Pão Vivo descido do Céu.
- Jesus Eucaristia, Cordeiro Imolado por nós.
- Jesus Eucaristia, Sacerdote Eterno.
- Jesus Eucaristia, Amigo de pecadores.

---

\* Para o Tempo do Advento, nas festas ou solenidades do Senhor, nas primeiras quintas-feiras, etc.

- Jesus Eucaristia, Caminho para o Pai.
- Jesus Eucaristia, Verdade Suprema.
- Jesus Eucaristia, nossa Vida e Ressurreição.
- Jesus Eucaristia, nosso Bom Pastor.
- Jesus Eucaristia, nossa Luz eterna.
- Jesus Eucaristia, digníssimo de todo o louvor.

### **3.º – Introdução**

Vamos rezar com algumas expressões de Jesus Cristo em que Ele afirma: «Eu sou». Diante d'Ele na custódia, vai-nos saber bem rezar aquilo que Ele disse de si mesmo. É como se o Senhor o afirmasse agora, a cada um de nós. Estejamos atentos à sua Palavra, para depois a saborear, meditar, entrar em contacto com Ele.

### **4.º – Leitura da Palavra de Deus**

*Do Evangelho segundo São João (Jo 14, 6)*

«Disse-lhe Tomé: “Senhor, nós não sabemos para onde vais, como podemos saber o ca-



minho?” Jesus disse-lhe: “Eu sou o Caminho, a Verdade e a Vida. Ninguém vai ao Pai senão por mim”».

## **5.º – Comentário e oração**

Neste diálogo com São Tomé, Jesus afirma, de uma só vez, ser o Caminho, a Verdade e a Vida. Ele é o Caminho que conduz ao Pai, que nos leva à comunhão trinitária. Ele é o Caminho que nos conduz ao Céu, que nos faz participar da alegria plena. Ele é o Caminho pelo qual deve trilhar a nossa vida, toda a nossa existência. Fora d’Ele, andamos por atalhos, porventura mais agradáveis, mais fáceis, aparentemente mais atraentes, mas são atalhos, não são o Caminho verdadeiro, o único pelo qual podemos andar em segurança, em paz, em amor. Jesus é o Caminho que trouxe o Céu à terra, Deus aos homens. Jesus é o Caminho que leva a terra ao Céu, os homens a Deus. Depois de Ressuscitado, Ele tornou-se o Caminho obrigatório para a nossa santificação, para a nossa maneira de ser e agir, para os nos-

sos comportamentos e atitudes. Só caminhando por Ele, com Ele e n'Ele, encontramos o caminho da justiça, da verdade, do amor, da felicidade, da nossa realização humana e cristã. Ele é o Caminho que se torna graça e salvação, santidade e missão, vida plena de Deus. Ele é o Caminho para nos aproximar mais dos homens, sobretudo dos que mais sofrem, dos que têm fome e são injustiçados, dos que estão sós e vivem abandonados. O Cristo pascal, o Senhor da Glória é o Caminho para fazer os outros mais felizes e mais alegres. Estamos perante um enorme desafio...

## **Silêncio orante e recolhido**

### **6.º – Invocações a repetir por todos**

- Jesus, Caminho para o Pai, nós vos louvamos.
- Jesus, Caminho para o Pai, nós vos bendizemos.
- Jesus, Caminho para o Pai, nós vos glorificamos.
- Jesus, Caminho para o Pai, nós vos aclamamos.
- Jesus, Caminho para o Pai, nós vos adoramos.
- Jesus, Caminho para o Pai, nós vos amamos.

*Rezar a Jesus que diz: «Eu sou»*

- Jesus, Caminho para o Pai, nós vos damos graças.
- Jesus, Caminho para o Pai, nós vos honramos.
- Jesus, Caminho para o Pai, nós vos cantamos.

***Continuemos, em silêncio, a nossa oração***

### **7.º – Cântico**

### **8.º – Comentário e oração**

Jesus afirmou também: «Eu sou a Verdade». Fora d'Ele há a mentira, o erro, a falsidade. Ele é a Verdade na sua Pessoa, nas suas palavras, nas suas ações. Ele não só diz a verdade, não só não mentiu nem podia mentir, não só não errou nem podia errar, mas é a Verdade suprema, como Sabedoria divina, como Verbo do Pai. A Verdade não é algo que Ele diz, mas é aquilo que Ele é. Daí que, fora de Jesus, sem estar centrado n'Ele, sem viver d'Ele e com Ele, a nossa língua, os nossos lábios podem dizer a verdade, mas a nossa vida é mentirosa, ou seja, a nossa vida é ambígua, é falsa. O que vivemos não corresponde à fé que dizemos ter, não corresponde às palavras que re-

zamos, não corresponde ao Evangelho que dizemos professar. Há uma dualidade existencial, há uma ambiguidade existencial. O caminho que Jesus é deve conduzir-nos a ser a Verdade, a viver a Verdade, a fazer a Verdade. Verdadeiros de vida, de atos, de obras, de ações concretas. Só assim seremos testemunhos vivos do Cristo pascal que hoje estamos a celebrar como centro da vida e da história. Só deste modo, sendo Verdade em Cristo, o mundo caminhará para Ele através de nós, das nossas vidas, do nosso testemunho. Aqui nos fica outro desafio...

## **Silêncio orante e recolhido**

### **9.º – Cântico**

### **10.º – Comentário e oração**

Jesus acrescenta: «Eu sou a Vida». A vida não é algo que Ele nos dá, é a realidade que Ele é. Jesus é a Vida, a fonte da fonte, a vida verdadeira. Quem não vive n'Ele, com Ele, unido a Ele, vegeta. Come, bebe, trabalha, passeia, lê,

*Rezar a Jesus que diz: «Eu sou»*

estuda, diverte-se, mas não tem a Vida que é Jesus Cristo, o Verbo do Pai enviado ao mundo. Fora de Jesus não vivemos, não somos, no pleno sentido da palavra. Fora da Vida não vivemos, não nos enchemos de Cristo Ressuscitado, não temos a alegria e a felicidade, a paz e o amor, a unidade e a concórdia. Sem Jesus, somos seres sem a graça, a santidade, a vida de Deus. Por outro lado, a nossa vocação e missão de cristãos é tentar que todos os homens e mulheres possuam Jesus, tenham em si, no seu coração e nas suas vidas, Jesus, que é a Vida. Será através de nós, do nosso testemunho, do nosso comportamento, do nosso exemplo, da santidade de Deus em nós, que a Vida de Jesus irá chegando aos outros. Somos instrumentos, somos canais pelos quais Jesus pode chegar a todos, ser a Vida de todos. Daí a necessidade do apostolado, do testemunho, da comunicação, da vida que se dá e se transmite, do amor que é o melhor testemunho de Jesus. Porquê deixar tantos e tantas não ter a Vida? Porquê não fazermos mais para que todos possuam Jesus ressuscitado, que é a vida verdadeira? Fica-nos mais este interpelante desafio...

## ÍNDICE

<i>Introdução – Palavra e Eucaristia</i> .....	7
--	---

### HORAS SANTAS

I – Rezar a Jesus que diz: «Eu sou» .....	17
II – Jesus, Rei e Senhor da glória .....	31
III – Jesus, Sacerdote eterno.....	43
IV – O Coração trespassado .....	59
V – Jesus revela-nos o Pai .....	71
VI – O Espírito Santo, dom do Ressuscitado.....	83
VII – Transfigurados com Cristo.....	95
VIII – Ressuscitados com Cristo.....	111
IX – Jesus deu-nos sua Mãe .....	123
X – Sangue de Cristo, inebriai-nos .....	137
XI – A perfeição da lei é a caridade.....	149
XII – Chamados à santidade.....	161
XIII – O sofrimento segundo a Palavra de Deus.....	173
XIV – A glória do martírio.....	187
XV – Pedi ao Senhor da messe .....	205
XVI – Intercessão pelo mundo .....	217