



Rede Mundial de Oração do Papa

PORTUGAL

ORAÇÃO COMUNITÁRIA | JUNHO 2026

Cântico de entrada

Introdução

O Papa nos convida, a muitos milhões de cristãos, e sobretudo à sua Rede Mundial de Oração, para que rezemos pelos “valores do desporto” e expressa-se assim: “Para que o desporto seja instrumento de paz, encontro e diálogo entre culturas e nações, promovendo valores como o respeito, a solidariedade e a superação pessoal”. Mesmo àqueles que não praticam desporto ou não sabem muito acerca dele, a própria intenção nos dará matéria para rezar e refletir, para termos, ao longo do mês, o Papa e a sua intenção no nosso coração e na nossa oração.

Instrumento de paz

Se bem vivido, o desporto faz bem ao corpo e ao espírito, pode ajudar muito a serenar o interior, a ter sentimentos mais nobres e mais fraternos, a dar ao ser de quem o pratica uma serenidade que conduz à paz. O exercício físico ajuda a relaxar e pacifica músculos e corpo, pode ajudar a encontrar a paz interior, pessoal, e ajudar a dar essa paz aos outros. Se o desporto é um meio pacificador, que descontraí e convida a viver mais sereno, pode chegar ao coração e ao interior da pessoa para a pacificar e fazê-la instrumento de paz.

(Tempo de reflexão e oração pessoal)

Oração em comum

Senhor Jesus

paz para os homens,

ajuda-nos a saber aproveitar o desporto

como caminho e fonte de paz,

como instrumento pacificador.

O mundo, as famílias, as paróquias

precisam de corações pacificados.

Ajuda-nos, Jesus, a encontrar no desporto

meio eficaz para viver a paz de coração

e a paz de consciência.

Amém.

Cântico

Encontro e diálogo

Que o desporto, feito com serena alegria, ajude a conseguir o encontro e o diálogo. Mesmo o desporto em grupo não seja nunca fonte de divisão, de discórdia, de inimizade, de rixas, de violência, mas lugar para dispor a um diálogo que gera amizade, partilha, diálogo que seja construtivo e eficaz para todos, que não feche cada um em si mesmo, mas abra todos a todos, gerando paz e promovendo uma amizade crescente.

(Tempo de reflexão e oração pessoal)

Oração em comum

*Senhor Jesus, necessitamos tanto
de saber dialogar,
de fazer do desporto lugar de encontro,
de diálogo construtivo,
que empenhe todos em projetos
que gerem mais vida fraterna,
mais amizade, mais partilha.
Ajuda-nos, Senhor, a fazer do desporto
lugar de verdadeiros encontros,
de muito diálogo que faça germinar
mais vida alegre e pacificada.
Amém.*

Cântico

Respeito, solidariedade, superação pessoal

O Papa propõe-nos este caminho, esta ideia maravilhosa, este esforço orante para que o desporto promova valores como o respeito pela pessoa humana, pelo outro, quem quer que seja, qualquer que seja a sua cultura ou nacionalidade, a sua raça ou cor de pele. A solidariedade entre todos, não esquecendo os pobres, os doentes, os que vivem sós, os que não podem fazer desporto. E também ajude cada um a conseguir superação pessoal, autoestima, desejo de ser mais, de viver em mais tranquilidade e mais paz.

(Tempo de reflexão e oração pessoal)

Oração comum

*Senhor Jesus, ajuda todos os que fazem desporto
a crescer no respeito por si e pelos outros,
a crescer na solidariedade, em humanidade,
em desejo sincero de ajuda e partilha,
e a crescer na superação pessoal,
que dignifica, que humaniza,
que faz ser mais pessoa,
em dignidade, em liberdade interior,
em amor verdadeiro, que gera paz.
Amém.*

Cântico final

Proposta de *Dário Pedroso, sj*