



Rede Mundial de Oração do Papa
PORTUGAL

REUNIÃO DE GRUPO | OUTUBRO 2026

Acolhimento do grupo

Neste mês de outubro, o Papa pede que rezemos para que a pastoral da saúde mental seja integrada em toda a Igreja, ajudando a superar o estigma e a discriminação contra as pessoas com doenças mentais.

A reunião de grupo pode iniciar com a invocação ao Espírito Santo, pedindo que ajude a Igreja a ser casa aberta, espaço seguro onde todos tenham lugar.

Oração com o Passo-a-Rezar

Convidamos o grupo a rezar pela intenção do Papa para este mês, através da proposta da plataforma digital Passo-a-Rezar. O grupo começa por fazer um instante de silêncio e toma consciência da presença de Deus. De seguida, liga-se ao Passo-a-Rezar para escutar a oração. Em alternativa, pode seguir calmamente a proposta de oração que se segue.

Introdução

Mais de 280 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem de depressão e o número global de pessoas que morrem por suicídio é de 700 mil, segundo a Organização Mundial de Saúde. As nossas comunidades cristãs são chamadas a promover o diálogo, a aceitar esta realidade e a ajudar a superar toda a discriminação. A oração por aqueles que dedicam tempo e amor a este esforço constitui um apoio insubstituível.

O que diz o Papa

Na catequese de 25 de junho de 2025, o Papa Leão XIV alertou para o crescente «cansaço de viver», afirmando que «a realidade parece-nos demasiado complexa, pesada e difícil de enfrentar». E na Exortação Apostólica «Eu te amei», o Santo Padre retoma palavras do Papa Francisco para acentuar que, apesar dos avanços da humanidade, continuamos «analfabetos no que diz respeito a acompanhar, cuidar e sustentar os mais frágeis» e apela também a uma maior atenção «ao sofrimento e às necessidades dos outros»

O Papa Leão recorda-nos que «o coração da Igreja é solidário com todos aqueles que são considerados “descartáveis” pela sociedade» e que «o cuidado dos enfermos» é «parte importante da missão» da Igreja, pois «a salvação não é uma ideia abstrata», mas «amar o Senhor onde Ele está mais desfigurado».

Reza com o Papa Leão a oração que ele nos propõe para este mês:

Deus da vida,
Tu conheces o mais íntimo do nosso coração,
as luzes e sombras que nos habitam,
as feridas silenciosas que por vezes ninguém vê.

Hoje apresentamos-te os nossos irmãos e irmãs
que sofrem de doenças mentais,
que lutam na solidão com a angústia,
a depressão ou o medo.
Tu chamas cada um pelo seu nome, com ternura,
e em ti encontram dignidade e esperança.

Perdoa-nos pelas vezes que virámos o rosto,
alimentando o estigma e a indiferença.

Faz com que a tua Igreja seja casa aberta,
espaço seguro onde todos tenham lugar,
comunidade que acompanha e não exclui,
que escuta sem julgar e se aproxima sem medo.

Pedimos-te, Senhor, por todos os que cuidam:
profissionais, familiares, voluntários,
homens e mulheres que, com paciência e amor,
constroem pontes de compreensão e consolação.
Dá-lhes força e compaixão para amparar.

Envia o teu Espírito sobre nós,
para que aprendamos a integrar a saúde mental
na nossa vida comunitária e pastoral,
e assim sejamos sinal da tua misericórdia,
que nunca abandona e sempre restaura

Ámen.

Dinâmica de partilha

O sofrimento interior pode levar à solidão, ao silêncio, a medo. No entanto, podemos construir pontes de cuidado através de uma palavra amável, uma escuta atenta ou uma oração silenciosa. Perante a doença mental, constróis pontes de compreensão, cuidado e esperança? A pastoral da saúde mental é uma missão de todos, enquanto Igreja que acolhe, compreende e acompanha. O que podes fazer na tua paróquia, para que as pessoas com doenças mentais sejam valorizadas, acolhidas e respeitadas?

O grupo é convidado a partilhar livremente a sua reflexão.

Oração de Oferecimento

Une-te ao Papa Leão XIV e à sua Rede Mundial de Oração e oferece o teu dia pela missão da Igreja e pela intenção de oração do Papa e do teu Bispo para este mês.

Pai de bondade, eu sei que estás comigo.

Aqui estou neste dia.

Coloca mais uma vez o meu coração
junto ao Coração do teu Filho Jesus,
que se entrega por mim e que vem a mim
na Eucaristia.

Que o teu Espírito Santo
me faça seu amigo e apóstolo,
disponível para a sua missão de compaixão.

Coloco nas tuas mãos
as minhas alegrias e esperanças,
os meus trabalhos e sofrimentos,
tudo o que sou e tenho,
em comunhão com meus irmãos e irmãs
desta rede mundial de oração.

Com Maria, ofereço-te o meu dia
pela missão da Igreja
e pela intenção de oração do Papa
e do meu Bispo para este mês.

Ámen.