

No 1º Mistério Gozoso, se lê e se medita sem distração:

FICHA SISTEMÁTICA para o  
MÉTODO de ORAÇÃO – ADP-VV  
(Ao cuidado dos Pequenos Frades e Irmãs de Jesus e Maria)

(A12 - Fr. S.M.P.)

## “*A Anunciação do Anjo Gabriel a Maria*”...

### DO EVANGELHO SEGUNDO - *SÃO LUCAS* - :

«O anjo Gabriel foi enviado por Deus [...] a uma Virgem [...]. O anjo entrou onde ela estava e disse: “Alegra-te, cheia de graça! O Senhor está contigo”. Ela perturbou-se com estas palavras e começou a pensar qual seria o significado da saudação». (Lc 1, 26-29)

### MEDITAÇÕES SOBRE O MISTÉRIO:

Senhor, dá também a nós (de modo contínuo) a coragem de poder dizer como Maria: eis-nos aqui! Somos teus servos; cumpra-se em nós aquilo que o Anjo, de algum modo, nos disse ou nos explicou! (Cf. SLC, p. 65)

### DOS ENSINAMENTOS DA IGREJA CATÓLICA:

- A propósito de escutar e pôr em prática a Palavra de Deus, assim diz Santo Agostinho: «Felizes de nós, se o que ouvimos e cantamos também o executamos».

(AGOSTINHO, em: *Of. Leit.*, XXII Dom. T. Com.)

### MEDITAÇÃO LIVRE

(para dar um contributo pessoal aos outros que escutam) :

• .....  
• .....

Em seguida ...

1 Pai Nossa ...

5 Ave Marias ...

1 Glória ao Pai ... (Cantados)

- Louvado seja sempre, o Santíssimo nome de Jesus, de José e de Maria

- Ó meu Jesus, perdoai-nos ...

- Maria, Rainha da Paz ...

- Depois, um Possível canto flash relacionado ao Mistério / ou então cantando se diz : “ Aveeeee, Aveeeee, Ave Maria ....”

Se passa depois ao próximo Mistério que, por quanto possível, deve durar (como este) não mais de 5-7 minutos...

[www.fradespobres.net](http://www.fradespobres.net)