

No 4º Mistério Doloroso, se lê e se medita imperturbavelmente :

## “Jesus carregado da Cruz”...

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

«Jesus disse, então, aos discípulos: “Se alguém quiser vir após mim, renuncie a si mesmo, tome a sua cruz e siga-me». (Mt 16,24)

### MEDITAÇÕES SOBRE O MISTÉRIO:

Senhor, dá-nos a Graça de dar-te sempre mais a nossa vida, na medida do possível, deste modo reencontraremos eternamente não só a nossa vida, mas também a de tantos outros! Mas antes de mais, qual é a nossa Cruz, Senhor? Ou para ser mais claros, qual é o nosso chamado, Senhor?

### DOS ENSINAMENTOS DA IGREJA CATÓLICA:

- A propósito de tomar a nossa cruz e de seguir o Senhor, assim afirma S. Irineu de Leão: «[Deus] àqueles que o seguem e o servem, dá vida, incorruptibilidade e uma glória eterna».

(SANTO IRENEU, *Contra as heresias*, LIV. IV, N. 14.1, tradução de A. Cosentino, Cidade Nova, Roma 2009, p.189)

---

### MEDITAÇÃO LIVRE

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

- .....
- .....

*Em seguida ...*

1 Pai Nosso ...  
5 Avé Marias ...  
1 Glória ao Pai ... (Cantados)

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

- O meu Jesus, perdoa ...  
- Maria, Rainha da Paz ...

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

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