

## “Jesus carregado da Cruz”...



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

*«Vinde a mim, todos vós que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo, e aprendei de mim, que sou manso e humilde de coração, e encontrareis descanso para as vossas almas. Porque o meu jugo é suave e o meu fardo é leve». (Cf. Mt 11, 28-30)*

### MEDITAÇÕES SOBRE O MISTÉRIO:

Como tomar sobre nós a tua Cruz, ó Senhor, se não através das palavras e do exemplo daqueles que seguem de modo eloquente as tuas pegadas? Como ensina o Apóstolo quando diz: *«Sede meus imitadores, como eu o sou de Cristo»* (1Cor 11,1). (SLC, p. 336)

### DOS ENSINAMENTOS DA IGREJA CATÓLICA:

- A propósito de imitar e assemelhar-se ao Senhor, assim diz Santo Inácio de Loyola: *«Eu quero e escolho antes pobreza com o Cristo pobre do que riqueza; desprezos com Cristo desprezado do que honras [...] para imitar e parecer mais em atos com Cristo Nosso Senhor»*. (INÁCIO DE LOYOLA, *Exercícios espirituais*, n. 167, Ed. Maquinaria Sankto, São Paulo/SP 2022, E-book)

---

### MEDITAÇÃO LIVRE

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

• .....  
• .....

De seguida ...

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

1 Pai Nosso ...

5 Avé Marias ...

1 Glória ao Pai ... (Cantados)

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

- Ó 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...

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