

# 18 de ABRIL – Sexta-feira Santa

**EVANGELHO** de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São João

“Quando tomou o vinagre, Jesus disse: Tudo está consumado. E, inclinando a cabeça, entregou o espírito»”



Caminhada de  
Quaresma 2025

## PONTO DE ESFORÇO

Colocamos um crucifixo num local de destaque da sala de estar. Procuramos ler o relato da Paixão em casal ou em família, e refletimos sobre a **Palavra de Deus**, e sobre aquilo que vai no coração de cada um dos intervenientes na Paixão.



Equipas de Nossa Senhora  
Supra-Região Portugal  
Província Norte | Região Porto

## MEDITAÇÃO

Tudo está consumado.  
Jesus recebera uma missão do Pai e levou-a até ao final.  
Amou sempre e com total intensidade esta nossa humanidade.  
Amou-nos anunciando uma Palavra que muda a vida.  
Amou-nos mostrando ternura e compaixão.  
Agora, na cruz, ama-nos, entregando tudo o que é.

## ORAÇÃO

Senhor, que morres na cruz,  
acolhe a minha oração.  
Os teus braços abertos na cruz,  
abraçam toda a humanidade.  
Acolhe as minhas “mortes”,  
os meus pecados,  
os meus desamores.  
Acolhe-os e transforma-os com a força do teu amor.

Jesus, Mestre e Salvador  
tem piedade de mim!



**Pai nosso, que estais nos Céus, santificado...**