

◆ DIÁRIO ESPIRITUAL ◆

VISITAS QUE CURAM

AS CASAS EM QUE JESUS ENTROU



◆ QUARESMA DE ◆
São Miguel
Arcanjo 2026



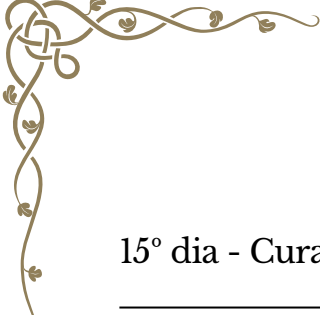
PADRE MARIO SARTORI



Sumário

Prefácio	05
O que é a Quaresma de São Miguel Arcanjo e como rezá-la	06
Orações	07
1º dia - Curando a mornidão espiritual	10
2º dia - Curando a ilusão da autossuficiência	15
3º dia - Abrindo a porta para a comunhão	19
4º dia - Intercedendo pelos amigos e parentes	24
5º dia - Curando as minhas febres	29
6º dia - Da cama para o serviço	33
7º dia - Curando o periespâto do meu coração	37
8º dia - Curando a minha capacidade de escolher bem	42
9º dia - Curando a decepção com Jesus e a dor da morte	48
10º dia - Curando o patinho feio (a vergonha)	53
11º dia - Curando o mal que fiz ao próximo e avareza	59
12º dia - Curando a murmuração e a distração de si	64
13º dia - Curando a identidade desfigurada	69
14º dia - Curando o escândalo da misericórdia	75





Sumário

15° dia - Curando e evangelizando através das amizades	81
16° dia - Clamando por um filho e suportando a demora de Deus	86
17° dia - Curando o olhar do medo e aprendendo a enxergar pela fé	91
18° dia - “Talita cum” — A palavra de Jesus nos desperta e nos levanta	96
19° dia - Curando a culpa da sexualidade	101
20° dia - A cura do orgulho religioso	107
21° dia - A cura da incapacidade de amar e o futuro novo	112
22° dia - Os obstáculos não vencem quem tem amigos	117
23° dia - A cura da dignidade de filho	122
24° dia - A cura da esperança: recomeçar!	127
25° dia - Curando o coração inchado	132
26° dia - Curando a vaidade	137
27° dia - Curando a indiferença para com Deus	142
28° dia - Tonando-se uma pessoa estimada	147
29° dia - Mudados pela palavra	152
30° dia - Reestabelecendo a hierarquia da vida e da casa	157
31° dia - Curando o poder das decepções	162





Sumário

32° dia - Organizando a vida e as feridas à luz das Escrituras	168
33° dia - Reconhecendo Ele na Eucaristia e partindo em missão	174
34° dia - Aprendendo a discernir	180
35° dia - Viver para o Reino de Deus	185
36° dia - Lavados e alimentados pelo amor infinito de Jesus	189
37° dia - Dynamis e Martiria: fortalecidos e enviados ao mundo!	194
38° dia - O quarto das lembranças e das emoções	199
39° dia - O quarto da identidade e dos sonhos	205
40° dia - Um lar onde as pessoas crescem	211
Posfácio	217





Prefácio

A Quaresma de São Miguel Arcanjo é um caminho espiritual de oração, penitência e conversão que convida o fiel a aprofundar sua relação com Deus por meio da intercessão do glorioso Arcanjo Miguel. Inspirada na experiência de São Francisco de Assis, que dedicava um período de quarenta dias de recolhimento e busca pela presença divina, essa devoção nos conduz a um tempo de silêncio interior, escuta da Palavra e renovação da fé. Durante esse percurso, somos chamados a abrir o coração para a ação de Deus, permitindo que Ele cure nossas feridas e transforme nossa vida.

Ao longo dos quarenta dias desta caminhada, somos convidados a percorrer diferentes realidades do coração humano, reconhecendo nossas fragilidades, limitações e necessidades de cura. Cada dia apresenta uma reflexão sobre aspectos da vida espiritual, emocional e relacional, conduzindo-nos a um encontro mais profundo com Jesus Cristo. Por meio da oração, da penitência e da meditação, aprendemos a abandonar aquilo que nos afasta de Deus e a fortalecer aquilo que nos aproxima do Seu amor.

Esse itinerário espiritual é apresentado como uma jornada pelas diferentes “casas” onde Jesus entrou e realizou sua obra de salvação. Cada casa representa uma dimensão da nossa própria existência: o coração, as relações, as dores, os sonhos, as escolhas e a missão que recebemos. Assim como Jesus visitou a casa de Pedro, Marta, Maria e Lázaro, Zaqueu, Mateus e tantas outras, Ele também deseja entrar em nossa história, trazendo cura, libertação, esperança e uma nova vida.

Que esta Quaresma de São Miguel Arcanjo seja um tempo de profundo encontro com Deus e de crescimento espiritual. Sob a proteção do Arcanjo Miguel, sejamos fortalecidos na fé, protegidos contra todo mal e conduzidos a uma vida mais próxima do Evangelho. Que, ao final dessa caminhada, possamos reconhecer a presença de Jesus em nossa casa interior e permitir que Ele estabeleça em nós um verdadeiro lar onde o amor, a esperança e a santidade possam crescer.





O que é a Quaresma de São Miguel Arcanjo e como rezá-la

A devoção da quaresma de São Miguel nasceu com São Francisco de Assis que, desejoso de entrar em comunhão com o mundo invisível, dedicava quarenta dias no ano para se retirar no Monte de La Verna, para estar com Deus.

Como o próprio nome já indica, quaresma vem do latim quadragésima, que significa quarenta. Portanto, estamos falando de quarenta dias de oração junto com o Arcanjo Miguel, com início no dia 15 de agosto e término no dia 29 de setembro, na Festa dos Santos Arcanjos.

Para se preparar para essa Quaresma é necessário:

- Acender uma vela diante de uma imagem ou estampa de São Miguel Arcanjo;
- Oferecer uma penitência;
- Fazer o sinal da cruz;
- Rezar as orações próprias todos os dias.



Orações

Oração inicial para todos os dias

São Miguel Arcanjo, defendei-nos no combate. Sede o nosso refúgio contra as maldades e ciladas do demônio. Ordene-lhe Deus, instantemente Vos pedimos, e vós, Príncipe da Milícia Celeste, pelo divino poder, precipitai no inferno a Satanás e a todos os espíritos malignos, que andam pelo mundo para perder as almas. Amém!

Sacratíssimo Coração de Jesus, tende piedade de nós! (3x)

*Oremos: Deus, todo poderoso e eterno, que por um prodígio de bondade e misericórdia para a salvação dos homens, escolheste para príncipe de Vossa Igreja o gloriosíssimo Arcanjo São Miguel, tornai-nos dignos, nós vo-lo pedimos, de sermos preservados de todos os nossos inimigos, a fim de que, na hora da nossa morte, nenhum deles nos possa inquietar, mas que nos seja dado de sermos introduzidos por ele na presença da Vossa poderosa e augusta Majestade, pelos merecimentos de Jesus Cristo, Nosso Senhor.
Amém.*

*Senhor, tende piedade de nós.
Jesus Cristo, tende piedade de nós.
Senhor, tende piedade de nós.
Jesus Cristo, ouvi-nos.
Jesus Cristo, atendei-nos
Pai Celeste, que sois Deus, tende piedade de nós.
Filho, Redentor do Mundo, que sois Deus, tende piedade de nós.
Espírito Santo, que sois Deus, tende piedade de nós.
Santíssima Trindade, que sois um único Deus, tende piedade de nós.
Santa Maria, Rainha dos Anjos, rogai por nós.
São Miguel, rogai por nós.
São Miguel, cheio da graça de Deus...
São Miguel, perfeito adorador do Verbo Divino...
São Miguel, coroado de honra e de glória...
São Miguel, poderosíssimo Príncipe dos exércitos do Senhor...
São Miguel, porta-estandarte da Santíssima Trindade...
São Miguel, guardião do Paraíso...
São Miguel, guia e consolador do povo israelita...
São Miguel, esplendor e fortaleza da Igreja militante...
São Miguel, honra e alegria da Igreja triunfante...
São Miguel, Luz dos Anjos...
São Miguel, baluarte dos Cristãos...
São Miguel, força daqueles que combatem pelo estandarte da Cruz...
São Miguel, luz e confiança das almas no último momento da vida...
São Miguel, socorro muito certo...
São Miguel, nosso auxílio em todas as adversidades...
São Miguel, arauto da sentença eterna...
São Miguel, consolador das almas que estão no Purgatório...
São Miguel, a quem o Senhor incumbiu de receber as almas que estão no Purgatório...
São Miguel, nosso Príncipe...
São Miguel, nosso Advogado...
Cordeiro de Deus, que tirais o pecado do mundo, perdoai-nos, Senhor.
Cordeiro de Deus, que tirais o pecado do mundo, atendei-nos, Senhor.
Cordeiro de Deus, que tirais o pecado do mundo, tende piedade de nós.
Rogai por nós, ó glorioso São Miguel, Príncipe da Igreja de Cristo, para que sejamos dignos de Suas promessas. Amém!*

Oremos: Senhor Jesus Cristo, santificai-nos, por uma bênção sempre nova, e concedei-nos, pela intercessão de São Miguel, esta sabedoria que nos ensina a juntar riquezas do Céu e a trocar os bens do tempo presente pelos da eternidade. Vós que viveis e reinais em todos os séculos dos séculos. Amém!

*Ao final, reza-se:
Um Pai Nosso em honra de São Gabriel.
Um Pai Nosso em honra de São Miguel Arcanjo.
Um Pai Nosso em honra de São Rafael*





Dicas para tirar maior proveito do Diário Espiritual

- Tenha um local e horário fixos para oração;
- Invoque o Espírito Santo e faça outras orações que te ajudem a se acalmar e estar na presença de Deus;
- Leia o evangelho do dia em sua Bíblia, depois a reflexão e as perguntas sem pressa. No meu canal do YouTube você encontra a homilia do mesmo evangelho, um pouco mais aprofundada;
- Use as perguntas para realmente refletir sobre sua vida;
- É interessante você anotar suas respostas e reflexões;
- Tente investir alguns minutos do seu dia para fazer isso de forma orante;
- Procure o sacramento da confissão e use dos ensinamentos deste mês para fazer seu exame de consciência.

Coloque suas intenções e reze com fé. Deus está com você nesta caminhada, creia!

Vamos juntos nessa jornada?





Leitura do Dia:

Lucas 10, 38-42 (leia em sua Bíblia)

Casa 3:

A casa de Marta,
Maria e Lázaro

Para Meditar:

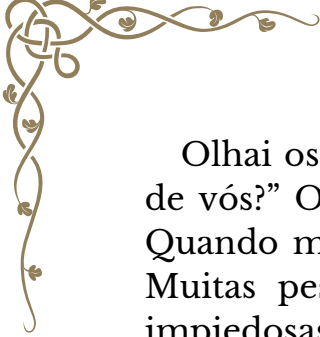
Tema: Curando o periespâto do meu coração.

Jesus quer restaurar o coração da minha família.

Você já levou um puxão de orelha em público? Pois é! Foi assim que Marta, Santa Marta, entrou para a história: por um puxão de orelha que recebeu diante de sua irmã Maria. Muitas vezes, mais doloroso do que a repreensão é quando ela vem acompanhada do elogio a outra pessoa. Jesus, ao corrigir Marta, ainda disse: “Maria escolheu a melhor parte.” Muitos de nós já passamos por isso e sabemos como dói. No entanto, a verdade é que ninguém cresce sem correções. E, muitas vezes, para amadurecer, precisamos reconhecer que alguém, em determinado momento, conseguiu fazer melhor do que nós.

Marta entrou para a história por causa dessa correção de Jesus. Mas, se olharmos com atenção, veremos que foi ela quem tomou a iniciativa de abrir as portas de sua casa para o Senhor. Foi na casa de Marta, Maria e Lázaro que Jesus encontrou uma família amiga. E isso seria providencial mais tarde, quando Lázaro morresse e Jesus o ressuscitasse. Aquela casa se tornaria um dos lugares mais marcantes do Evangelho.

Olhando para o episódio de hoje, somos convidados a permitir que Jesus entre também na nossa casa, isto é, no nosso coração, para curar a “Marta” que existe dentro de cada um de nós: a Marta ansiosa, preocupada, agitada e sobrecarregada. Lucas não escreve apenas que Marta servia. Ele usa uma palavra muito forte: periespâto. Peri = ao redor; spaō = puxar, arrastar. Literalmente, significa: “ser puxado para todos os lados”, “ser distraído”, “ser arrastado em várias direções”. No texto, o verbo está no imperfeito médio/passivo, indicando uma ação contínua no passado: “estava sendo continuamente puxada para todos os lados” ou “vivía absorvida e sobrecarregada*”. Não era o serviço que a cansava; era o coração dividido*. Existem pessoas que não estão apenas ocupadas, estão interiormente despedaçadas pelas inúmeras exigências da vida. “O problema de Marta não era o excesso de trabalho, mas o excesso de dispersão. Ela tem muitas preocupações e medos... talvez não tenha escutado Jesus dizer “buscai em primeiro lugar o Reino dos Céus e a sua justiça e tudo o mais vos será dado em acréscimo.



Olhai os lírios dos campos e as aves do céu, Deus cuida deles, não cuidará de vós?” O serviço sem intimidade com Jesus transforma a missão em peso. Quando minha missão vira peso, fardo, eu faço o bem com o coração mau. Muitas pessoas só fazem o que é certo e estão cada vez mais amargas, impiedosas e sem capacidade de se pôr no lugar do outro. Parece mentira: faço tudo certo e me torno cada vez mais prepotente, autoritário e azedo. Marta tinha muitas outras preocupações na cabeça e no coração: ele está gostando? Ele prefere a mim ou a Maria? E se ele não gostar do meu café? E o coração mau não se revela só nessa ansiedade e nervosismo, como também neste ensimesmamento: ela se colocou acima de Jesus! Que Jesus fique sozinho na sala, desde que eu não fique sozinha na cozinha! Maria é para mim e não para você, Jesus! Tem gente disputando Maria com Jesus. Ou seja: as pessoas são para mim em primeiro lugar, para realizar meus sonhos. Se der, elas podem servir à Deus, mas primeiro eu e meu sonho de ter netinhos, de passear e etc.

Marta convidou Jesus para entrar, mas, de certo modo, acabou deixando Jesus sozinho. Apesar de sua generosidade, de sua bondade e de seu desejo sincero de servir, ela não conseguiu sair de si mesma. Tornou-se excessivamente preocupada com as tarefas. Talvez quisesse mostrar a Jesus sua eficiência, sua organização, sua limpeza ou até mesmo seus talentos na cozinha. Entretanto, ocupou-se tanto em preparar a casa que deixou de acolher verdadeiramente o hóspede.

Por isso, a maior cura que Jesus deseja realizar em nós talvez seja esta: libertar-nos da ansiedade que nos faz viver sempre ocupados e devolver-nos a capacidade de parar, escutar e permanecer em sua presença. Porque o que Jesus mais deseja de nós não é, em primeiro lugar, o nosso fazer, as nossas obras ou os nossos resultados. O que Ele mais deseja é o nosso coração, os nossos ouvidos atentos e uma amizade verdadeira. Antes de sermos servidores, somos filhos; antes de trabalharmos para Jesus, somos chamados a estar com Jesus e não impedirmos “Maria” de estar com Jesus também.

Ponto de Meditação:

"Quem é puxado por tudo acaba deixando de ser conduzido por Cristo."

Catecismo da Igreja Católica

"A oração é uma necessidade vital. A prova em sentido contrário não é menos convincente: se não nos deixamos conduzir pelo Espírito, recaímos na escravidão do pecado."
(CIC 2744)



Para Refletir:

1 - Como reajo quando sou corrigido, especialmente quando percebo que outra pessoa fez algo melhor do que eu? Consigo acolher a correção como caminho de amadurecimento ou deixo que a comparação, a mágoa e a necessidade de reconhecimento dominem o meu coração?

2 - Tenho vivido apenas ocupado ou interiormente disperso, sendo puxado para todos os lados pelas preocupações, medos e exigências? Em meio às minhas tarefas, tenho separado tempo para parar, escutar Jesus e colocar diante d'Ele aquilo que me inquieta?

3 - Meu serviço nasce da amizade com Jesus ou tem se tornado peso, controle e motivo de amargura? Tenho permitido que as pessoas próximas de mim sejam livres para seguir a vontade de Deus ou tento colocá-las a serviço apenas dos meus desejos e expectativas?



Um passo como resposta de amor

Após meditar o Evangelho, pergunte a si mesmo: qual resposta concreta de amor eu posso dar hoje ao que Deus me falou? Essa resposta geralmente envolve Deus, você mesmo e o próximo.

O que eu devo renunciar hoje?

O que eu devo iniciar?

O que eu devo melhorar?



Plano de Vida com São Miguel

Depois deste momento de oração, vamos transformar tudo em atitudes concretas? Aqui você escreve o seu plano de vida. Mesmo que ele se repita em outros dias, essas simples perguntas e este exercício vão ajudar você a enxergar com mais clareza o caminho que precisa trilhar.

Como estou hoje?

Deveria estar como?

Passos que darei para isso:

Apoio e meios que usarei:

Consegui realizar essas tarefas?



Oremos

Pai amado e misericordioso, cura em mim toda ansiedade que me deixa dividido e sobrecarregado. Muitas vezes eu quero controlar tudo, tenho medo de não corresponder às expectativas e vivo preocupado com aquilo que os outros pensam de mim. Peço perdão pelas vezes que deixei as preocupações ocuparem o lugar da confiança em Ti.

Jesus, meu Senhor e meu amigo fiel, ensina-me a parar e permanecer na Tua presença. Muitas vezes eu me preocupo tanto em fazer, organizar e servir que acabo deixando-Te sozinho, sem escutar a Tua voz e sem acolher o Teu amor. Peço perdão pelas vezes que transformei a missão em peso e fiz o bem com impaciência, reclamação ou amargura.

Espírito Santo, dá-me um coração simples, atento e livre para escolher a melhor parte. Muitas vezes eu me comparo, sinto-me diminuído pelas escolhas dos outros e quero que as pessoas vivam apenas de acordo com os meus planos. Peço perdão pelas vezes que fui egoísta, controlador e não respeitei a liberdade que Deus concedeu aos meus irmãos.

São Miguel Arcanjo, defendei-me de toda agitação, vaidade e dispersão que me afastam de Jesus. Muitas vezes eu permito que o cansaço e a inquietação endureçam o meu coração e me façam perder a mansidão. Ajudai-me a servir com alegria, humildade e caridade.

Senhor, liberta-me da ansiedade e faz de mim um filho que sabe escutar, amar e permanecer Contigo. Amém.



Penitência para hoje

Reserve um momento no seu dia para rezar o santo terço. Se lhe for possível, esforce-se para rezar o rosário.

Faça a oração da Quaresma de São Miguel Arcanjo que está no meu canal do YouTube ou no início deste Diário.



Leitura do Dia:

Lucas 10, 38-42 (leia em sua Bíblia)

Casa 3:

A casa de Marta,
Maria e Lázaro

Para Meditar:

Tema: Curando a minha capacidade de escolher bem

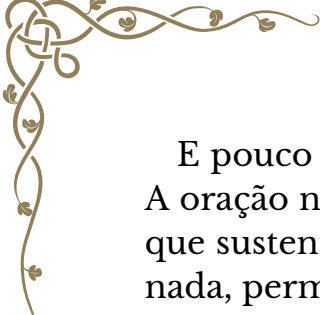
Jesus quer restaurar o coração da minha família.

Saber escolher bem é um dos grandes desafios da vida. Muitas vezes, somos chamados não apenas a escolher entre o bem e o mal, mas entre o bem e o bem maior. Continuamos na casa de Marta, Maria e Lázaro. Agora, porém, voltamos nosso olhar para Maria, esse grande exemplo de alguém que soube fazer a escolha certa, porque discerniu o bem maior.

Se Maria tivesse permanecido ajudando Marta nos afazeres da casa, não teria escolhido um mal. Pelo contrário, teria escolhido um bem. Servir, acolher e cuidar da casa são atitudes boas. Acontece que, naquele momento, existia um bem maior: permanecer aos pés de Jesus, ouvindo sua Palavra. Por isso, o Senhor afirma que Maria escolheu “a melhor parte”. Também nós, em muitos momentos da vida, encontramos dificuldade para escolher o bem maior. Primeiro, porque nem sempre conseguimos reconhecê-lo quando ele está diante de nós. Segundo, porque, mesmo quando o identificamos, temos medo de perder um bem menor, de decepcionar alguém, de frustrar expectativas ou até de machucar pessoas que amamos.

Maria nos ensina que é preciso sermos verdadeiramente livres, inclusive afetivamente, para escolher o bem maior. Sua decisão certamente não agradou a Marta naquele momento, mas agradou ao Senhor. Há ocasiões em que seguir Jesus exigirá coragem para colocar Deus acima das expectativas humanas.

Como podemos fazer essa escolha no dia a dia? Escolhemos Jesus, antes de tudo, quando decidimos estar aos seus pés, rezando, meditando sua Palavra e contemplando sua presença. Somente quem permanece muito tempo olhando para Jesus aprende a discernir o mal, o bem e o bem maior. Por isso, a vida de oração precisa ocupar um lugar central em nossa rotina. É necessário reservar tempo, colocá-lo na agenda e protegê-lo como um compromisso inadiável.



E pouco importa se estamos emocionalmente motivados ou “com vontade”. A oração não depende apenas do sentimento, mas da decisão. Não é a vontade que sustenta a vida espiritual; é a determinação. Mesmo quando não sentimos nada, permanecemos diante de Jesus porque reconhecemos o valor infinito de estar com Ele.

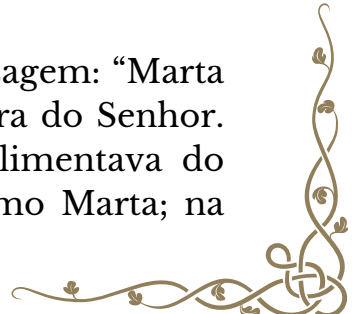
Esse permanecer com Jesus acontece de modo privilegiado na oração com a Palavra, na Santa Missa, na adoração eucarística e nas diversas formas de devoção da Igreja. É convivendo com Cristo que aprendemos a enxergar a realidade com os olhos de Deus e a distinguir o que é mau, o que é bom e aquilo que é o bem maior. Também escolhemos Jesus nas ocasiões da vida em que precisamos ser coerentes com a fé que professamos em tantas coisas tidas como “normal”, “todo mundo faz”, “só eu que não posso?”

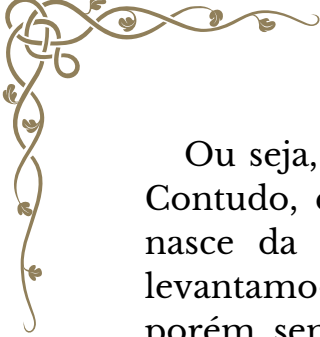
No Evangelho, Jesus afirma que “uma só coisa é necessária”. Tudo o mais pode nos ser tirado: a saúde, os bens, os projetos, os relacionamentos, dinheiro, sucesso, aprovação social. Contudo, existe uma riqueza que ninguém pode arrancar de nós: uma fé viva e um relacionamento íntimo com Jesus. Podemos estar saudáveis ou doentes, ricos ou pobres, fortes ou frágeis. Se Cristo habita em nosso coração, possuímos o essencial. Esta é a “melhor parte”, aquela que jamais nos será tirada. Quem escolhe Jesus escolhe o bem maior e descobre que, ao colocar Deus em primeiro lugar, nunca perde o que realmente importa.

“Maria gar tén agathén merída exelexato”, ao pé da letra a tradução é “Maria escolheu a melhor parte”. Mas o verbo “exelexato” merece atenção. Ele não significa simplesmente “escolher”. Indica uma escolha consciente, refletida e pessoal. Maria não ficou aos pés de Jesus por acaso nem por comodismo; ela discerniu que, naquele momento, Cristo era o bem maior. Já a palavra “meris”, da qual vem “merida”, era usada no Antigo Testamento para falar da “porção” ou da “herança”. Os Salmos dizem: “O Senhor é a minha herança.” (Sl 16,5; cf. Sl 73,26).

Assim, quando Jesus afirma que Maria escolheu “a melhor parte”, Ele está dizendo muito mais do que ela escolheu uma boa atividade. Está revelando que Maria escolheu o próprio Deus como sua herança. Essa expressão lembra a atitude dos levitas, que não receberam terras em Israel, porque sua herança era o próprio Senhor (cf. Nm 18,20). Maria faz a mesma opção espiritual: antes de qualquer serviço, escolhe estar na presença daquele que é sua verdadeira riqueza.

Santo Agostinho faz um comentário belíssimo sobre essa passagem: “Marta ocupava-se com muitos serviços; Maria alimentava-se da Palavra do Senhor. Marta preparava um banquete para o Senhor; Maria já se alimentava do próprio Senhor.” E conclui dizendo: “Nesta vida, servimos como Marta; na eternidade, gozaremos para sempre da contemplação de Maria.”





Ou seja, Agostinho não coloca Marta contra Maria. Ambas são necessárias. Contudo, ensina que o serviço só encontra seu verdadeiro sentido quando nasce da contemplação. Primeiro sentamo-nos aos pés de Jesus; depois levantamo-nos para servir. A ação sem oração se esgota. A oração autêntica, porém, sempre transborda em caridade.

Ponto de Meditação:

*“Quem escolhe Jesus não despreza os outros bens;
apenas coloca cada bem no seu devido lugar.”*

Catecismo da Igreja Católica

“A oração é a vida do coração novo. Ela deve animar-nos em todos os momentos.” (CIC 2697).



Para Refletir:

1 - Em quais situações da minha vida tenho dificuldade de discernir entre o bem e o bem maior? Tenho deixado de escolher aquilo que Deus me pede por medo de decepcionar alguém, perder algo ou frustrar expectativas?

2 - A oração ocupa um lugar real, protegido e inadiável na minha rotina? Mesmo quando não sinto vontade ou entusiasmo, tenho escolhido permanecer aos pés de Jesus na Palavra, na Missa, na adoração e nos momentos de silêncio?

3 - Tenho vivido uma fé coerente com aquilo que professo? Quando as pressões do mundo dizem que “todo mundo faz”, consigo escolher Jesus e reconhecer que a minha verdadeira herança não são os bens, o sucesso ou a aprovação, mas o próprio Senhor?



Um passo como resposta de amor

Após meditar o Evangelho, pergunte a si mesmo: qual resposta concreta de amor eu posso dar hoje ao que Deus me falou? Essa resposta geralmente envolve Deus, você mesmo e o próximo.

O que eu devo renunciar hoje?

O que eu devo iniciar?

O que eu devo melhorar?



Plano de Vida com São Miguel

Depois deste momento de oração, vamos transformar tudo em atitudes concretas? Aqui você escreve o seu plano de vida. Mesmo que ele se repita em outros dias, essas simples perguntas e este exercício vão ajudar você a enxergar com mais clareza o caminho que precisa trilhar.

Como estou hoje?

Deveria estar como?

Passos que darei para isso:

Apoio e meios que usarei:

Consegui realizar essas tarefas?



Oremos

Pai amado e misericordioso, dá-me um coração livre para escolher aquilo que mais Te agrada. Muitas vezes eu sei qual é o bem maior, mas tenho medo de perder outras coisas, de decepcionar pessoas ou de sair daquilo que me é mais confortável. Peço perdão pelas vezes que coloquei as expectativas humanas acima da Tua vontade.

Jesus, minha melhor parte e minha verdadeira riqueza, ensina-me a permanecer aos Teus pés. Muitas vezes eu deixo a oração para depois, permito que a correria ocupe todo o meu tempo e espero sentir vontade para Te buscar. Peço perdão pelas vezes que não protegi o encontro Contigo e não reconheci que és o essencial da minha vida.

Espírito Santo, concede-me sabedoria para discernir o mal, o bem e o bem maior. Muitas vezes eu me deixo influenciar pelo que parece normal aos olhos do mundo e deixo de ser coerente com a fé que digo professar. Peço perdão pelas vezes que escolhi agradar aos outros antes de ser fiel a Deus.

São Miguel Arcanjo, fortalecei-me para vencer toda indecisão, apego e medo que tentam afastar-me de Jesus. Muitas vezes eu procuro segurança nos bens, nos projetos e na aprovação das pessoas, esquecendo que somente Deus é a minha herança. Guardai-me no combate e ajudai-me a escolher o Senhor todos os dias.

Jesus, faz de mim alguém que primeiro se alimenta da Tua presença e depois se levanta para servir com amor. Amém.



Penitência para hoje

Vá até uma Igreja ou Capela e faça ao menos meia hora de adoração ao Santíssimo Sacramento.

Faça a oração da Quaresma de São Miguel Arcanjo que está no meu canal do YouTube ou no início deste Diário.



Leitura do Dia:

João 11, 17-27;38-45 (leia em sua Bíblia)

Casa 3:

A casa de Marta,
Maria e Lázaro

Para Meditar:

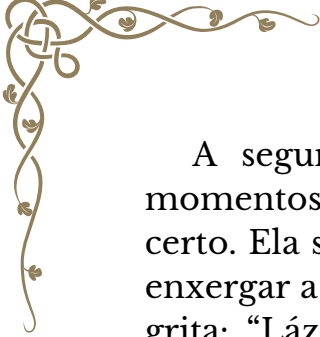
Tema: Curando a decepção com Jesus e a dor da morte

Jesus quer restaurar o coração da minha família.

Este é o nosso terceiro dia na casa de Marta, Maria e Lázaro, em Betânia, um lugar onde Jesus esteve diversas vezes. Não era apenas uma casa que Ele visitava; era uma família com a qual mantinha uma amizade profunda. O Evangelho de São João chega a dizer que, quando Lázaro adoeceu, Marta mandou avisar Jesus: “Senhor, aquele que tu amas está doente.” Que expressão bonita! Lázaro não é identificado por seus méritos, mas pelo amor que Jesus tinha por ele. Entretanto, Jesus toma uma atitude curiosa para quem ama. Ele não corre imediatamente para curar o amigo. Ao contrário, permanece onde está e declara: “Esta enfermidade não é para a morte, mas para a glória de Deus.” Aos olhos humanos, parece atraso; aos olhos da fé, era preparação para um milagre ainda maior.

Quando finalmente chega a Betânia, Jesus encontra Marta e Maria profundamente feridas. As duas lhe dirigem praticamente a mesma frase: “Senhor, se estivesses aqui, meu irmão não teria morrido.” É a voz da dor, da frustração e da decepção. Quantas vezes também nós já rezamos assim! Quantas vezes pensamos: “Senhor, por que não fizeste? Por que demoraste? Por que não respondeste a minha oração?” Antes de ressuscitar Lázaro, porém, Jesus faz uma pergunta decisiva a Marta: “Crês que eu sou a ressurreição e a vida?” E Marta, justamente no pior momento de sua existência, decepcionada, machucada e sem entender os planos de Deus, responde uma das mais belas profissões de fé de todo o Evangelho: “Sim, Senhor, eu creio firmemente que tu és o Cristo, o Filho de Deus.”

Talvez esta seja a primeira cura que precisamos pedir hoje: a cura da nossa decepção com Deus. Existem pessoas que continuam rezando, mas com o coração ferido. Não deixaram a Igreja, mas perderam a confiança. Não conseguem entender um “não” de Deus, uma cura que não veio, uma porta que se fechou, uma perda que nunca foi explicada. Como Marta e Maria, carregam uma dor silenciosa em relação ao próprio Jesus. Peçamos hoje que Ele cure essa fé machucada e nos ensine a confiar, mesmo quando não compreendemos seus caminhos.



A segunda cura é aprender com Marta a continuar acreditando nos momentos mais difíceis. A verdadeira fé não aparece apenas quando tudo dá certo. Ela se manifesta quando continuamos dizendo: “Eu creio”, mesmo sem enxergar a resposta. Então acontece o grande milagre. Jesus chega ao túmulo e grita: “Lázaro, vem para fora!” É impressionante perceber que Lázaro não pronuncia uma única palavra em todo o Evangelho. Ele apenas escuta a voz de Jesus e sai do sepulcro.

Quantos de nós precisamos ouvir hoje esse mesmo grito de Cristo! “Vem para fora!” Sai da tristeza, sai do pecado, sai da culpa, sai da acomodação, sai da falta de esperança. Depois Jesus acrescenta: “Desamarrai-o e deixai-o ir.” Lázaro é libertado. Mas essa liberdade nos faz uma pergunta: para onde ele irá agora? Essa também é uma pergunta para nós. Quando terminar esta Quaresma de São Miguel, para onde iremos? Se Deus conceder as graças que tanto pedimos pela intercessão de São Miguel Arcanjo, quem nos tornaremos? Voltaremos à antiga vida ou viveremos como homens e mulheres transformados?

O Evangelho termina dizendo que muitos judeus que tinham ido à casa de Marta e Maria, vendo o que Jesus realizou, creram nele. Lázaro não precisou fazer um discurso. Não precisou convencer ninguém com palavras. Sua própria vida tornou-se testemunho. Aquele homem ressuscitado transformou-se num verdadeiro anúncio vivo do poder de Cristo. Este é também o nosso chamado.

Hoje, peçamos ao Senhor três graças: a cura da nossa decepção com Deus; a firmeza da fé, mesmo nas horas mais escuras; e a graça de que nossa vida, mais do que nossas palavras, leve outras pessoas a acreditar em Jesus Cristo.

Ponto de Meditação:

“Nem sempre Jesus chega na hora que esperamos, mas sempre chega na hora em que sua glória pode transformar nossa história.”

Catecismo da Igreja Católica

“Agora, porém, ‘caminhamos pela fé e não pela visão’ (2Cor 5,7), e conhecemos Deus ‘como num espelho e de maneira confusa..., de modo parcial’ (1Cor 13,12). Mesmo envolta na obscuridade, a fé é muitas vezes vivida na prova.” (CIC 164)



Para Refletir:

1 - Existe alguma dor, perda, cura não recebida ou oração aparentemente sem resposta que deixou o meu coração decepcionado com Deus? Mesmo continuando a rezar, tenho guardado mágoa, desconfiança ou perguntas que ainda não consegui entregar a Jesus?

2 - Consigo repetir com Marta: “Sim, Senhor, eu creio”, mesmo quando não compreendo os caminhos de Deus? Em quais situações difíceis preciso pedir a graça de confiar não apenas quando tudo está bem, mas também quando a resposta parece demorar?

3 - De que sepulcro Jesus está me chamando a sair hoje: tristeza, culpa, pecado, acomodação, medo ou falta de esperança? Se Ele me libertar das amarras que me prendem, que pessoa desejo me tornar e como a minha vida poderá levar outros a crer em Cristo?



Um passo como resposta de amor

Após meditar o Evangelho, pergunte a si mesmo: qual resposta concreta de amor eu posso dar hoje ao que Deus me falou? Essa resposta geralmente envolve Deus, você mesmo e o próximo.

O que eu devo renunciar hoje?

O que eu devo iniciar?

O que eu devo melhorar?



Plano de Vida com São Miguel

Depois deste momento de oração, vamos transformar tudo em atitudes concretas? Aqui você escreve o seu plano de vida. Mesmo que ele se repita em outros dias, essas simples perguntas e este exercício vão ajudar você a enxergar com mais clareza o caminho que precisa trilhar.

Como estou hoje?

Deveria estar como?

Passos que darei para isso:

Apoio e meios que usarei:

Consegui realizar essas tarefas?



Oremos

Pai amado e misericordioso, recebe a dor que muitas vezes guardo em silêncio diante de Ti. Muitas vezes eu não entendo os Teus caminhos, sinto que a resposta demorou e me pergunto por que certas perdas ou sofrimentos aconteceram em minha vida. Peço perdão pelas vezes que deixei a decepção ferir a minha confiança no Teu amor.

Jesus, ressurreição e vida, vem ao encontro do meu coração machucado. Muitas vezes eu continuo rezando, mas por dentro estou cansado, frustrado e sem esperança de que algo possa mudar. Peço perdão pelas vezes que duvidei da Tua presença e não consegui repetir com fé: “Sim, Senhor, eu creio.”

Espírito Santo, sustenta-me nas horas escuras e fortalece a minha fé quando não consigo enxergar a resposta. Muitas vezes eu só quero acreditar quando tudo dá certo e esqueço que Tu permaneces comigo também nos dias de lágrimas e de espera. Peço perdão pelas vezes que permiti que o medo e a tristeza apagassem a luz da fé em mim.

São Miguel Arcanjo, defendei-me de tudo aquilo que tenta manter-me preso no sepulcro da culpa, do pecado, da acomodação e da falta de esperança. Muitas vezes eu me acostumo com as amarras e deixo de ouvir a voz de Jesus me chamando para fora. Guardai-me no combate e ajudai-me a caminhar na liberdade dos filhos de Deus.

Jesus, chama-me para fora e faz da minha vida um testemunho vivo do Teu poder, para que outros também creiam em Ti. Amém.



Penitência para hoje

Tirar uma refeição.

Faça a oração da Quaresma de São Miguel Arcanjo que está no meu canal do YouTube ou no início deste Diário.