

ROTEIRO DE ORAÇÃO

Na Vida Diária

Edição 206 | Abril / 2026



Isso nos teria bastado

(Dayenu - Da Páscoa judaica à Páscoa cristã)

Anchietanum
Jesuítas

MAGIS
BRASIL

#SER+
COM
DEMAIS

JESUÍTAS BRASIL

Caros jovens,

O Roteiro de Oração do mês de abril, tem como tema: Isso nos teria bastado (Dayenu - Da Páscoa judaica à Páscoa cristã). Dayenu é um termo hebraico que pode nos remeter a significados semelhantes a "teria sido suficiente", "teria bastado" ou "teria sido o bastante" e está presente em uma canção com mais de mil anos de tradição, usada, em especial, na celebração da Páscoa judaica. Em seu texto original está organizado em três sessões de cinco estrofes cada, uma sobre a libertação do povo da escravidão do Egito, outra sobre os milagres que Deus fez ao seu povo nos quarenta anos do deserto e a outra sobre a gratidão do povo pela presença do Senhor no caminho. Essa será a nossa inspiração nesse tempo pascal.

A nossa primeira semana terá início com o Domingo da Páscoa - Ressurreição do Senhor, festa na qual voltaremos a cantar o Aleluia para celebrar a vida que vence a morte. Essa semana introdutória será de fundamental importância para uma passagem da quaresma à na dinâmica pascal, porque o tempo de recolhimento espiritual e penitências agora dará espaço para a festa da vitória da vida sobre a morte.

Ao avançarmos para a segunda semana, que tem início no Domingo da Misericórdia, teremos a oportunidade de ver Jesus visitando os seus discípulos para mostrar a cada um as suas marcas, para que vejam e creiam em tudo o que aconteceu. Alguns serão chamados a crer no testemunho dado. Tomé, estando ausente na primeira visita de Jesus, não verá as feridas e por isso não acreditará, por sua vez, Jesus convidará a todos nós a que creiamos no testemunho de quem viu e anuncia "bem aventurados os que creiam sem terem visto" (Jo 20,29).

A terceira semana será marcada por um importante caminho no qual Jesus se junta aos discípulos que rumam até Emaús. De início os dois se apresentam tristes e abatidos por tudo o que aconteceu em Jerusalém, até que são surpreendidos por um forasteiro que os pergunta sobre o que estão falando, pergunta que gera um certo constrangimento, pois seria impossível alguém não ter ouvido sobre a morte de Jesus.

Na quarta e última semana, iniciada no Domingo do Bom pastor, veremos Jesus que se apresenta como o bom pastor e porta para as suas ovelhas. O pastor cuida e é reconhecido por sua voz, podendo orientar e mudar os caminhos do rebanho a fim de protegê-lo, a porta leva as ovelhas para onde tem água e alimento que saciam a sede e a fome. É assim que Jesus se coloca como aquele que veio trazer vida e vida em abundância (Jo 10,10).

Desejo que esse itinerário seja de grande valia para todos e todas que se dispuserem a vivenciar esse Tempo Pascal de mãos dadas com o Senhor ressuscitado. Que possamos encontrar Jesus no caminho e reconhecer a sua presença no partir do pão.

ORAÇÃO PREPARATÓRIA PARÁ TODOS OS DIAS:

"Senhor, que todas as minhas intenções, ações e operações sejam ordenadas puramente ao serviço e louvor de Vossa Divina Majestade. Amém." (EE 46).

PASSOS PARA ORAÇÃO E MEDITAÇÃO



Dispor-se

Escolho um texto bíblico. Defino a duração da oração. Busco um LUGAR tranquilo e agradável que ajude a me concentrar. Encontro uma boa POSIÇÃO corporal.

Preparar-se

Faço SILÊNCIO interior e exterior. RESPIRO lentamente, suavemente. Tomo CONSCIÊNCIA de que estou na PRESENÇA de DEUS. Faço com devoção o sinal da cruz.



Situar-se

PEÇO a DEUS Nosso Senhor para que todos os meus desejos, pensamentos e sentimentos estejam voltados unicamente para o seu louvor e serviço. Peço a GRAÇA que verdadeiramente DESEJO receber de DEUS.



Meditar

LEIO o texto devagar, saboreando as palavras que mais me "tocam". REFLITO por que esta frase, palavra, ideia me chama a atenção. CONVERSO com Deus como um amigo: falo, escuto, peço, louvo, pergunto, silêncio, seguindo os sentimentos experimentados na oração.



Revisar

Recordo o meu ENCONTRO com DEUS. Anoto o que foi mais importante na oração: o texto mais significativo (palavras, frases e imagens); os pensamentos predominantes; os questionamentos; os sentimentos de consolação ou desolação; se houve apelos e como me senti diante deles.



PRIMEIRA SEMANA

Alegremo-nos e Nele exultemos!

Com a chegada da Páscoa, saímos do tempo quaresmal que nos convidou a uma revisão de vida, a um exame de consciência mais íntimo e profundo e passamos para esse tempo festivo, de celebrar a beleza da vida e perceber que a morte não tem a última palavra diante de Deus. O caminho dessa primeira semana começa com a visita de Maria Madalena, mulher forte na fé, ao túmulo de Jesus, que vem acompanhada de um grande susto por encontrar a pedra removida e a ausência do seu corpo.

Madalena avisa aos discípulos sobre o que viu e logo começou uma corrida para verificar a informação recebida. Simão Pedro e o discípulo amado chegaram rapidamente e viram com os próprios olhos o túmulo aberto e vazio. Segundo a narração de João, o primeiro discípulo “entrou no túmulo [...] e viu as faixas de linho deitadas no chão” (20, 6) enquanto o segundo, o discípulo amado “entrou [...] viu e acreditou” (20, 8). Aqui está o ponto central desta semana de oitava da Páscoa: ver e acreditar, por isso os textos serão um convite a essa experiência de fé.

Durante essa semana de oitava da Páscoa, haverá os primeiros encontros de Jesus ressuscitado com os seus seguidores e seguidoras. O encontro com Maria Madalena, que é a primeira a perceber o túmulo vazio, se dá em um momento de profunda tristeza, no qual ela, tomada de sentimentos, vê os dois anjos sentados na pedra onde Jesus havia sido colocado e é perguntada “Mulher, porque choras?” (Jo 20, 15) e ela diz que o corpo do seu Senhor foi levado e ela não sabia onde foi deixado, logo em seguida ela sai do túmulo, encontra Jesus e não se dá conta pois o confunde com o jardineiro, o reconhecimento se dará ao olhar para o seu rosto e escutar a sua voz que a chama pelo nome.

PEDIDO DE GRAÇA PARA TODOS OS DIAS DA SEMANA:

Senhor, que eu não seja surdo ao teu chamado, e possa reconhecer a tua voz que me chama a ver e acreditar no teu amor.

DOM
05 ABR

Domingo da Páscoa na ressurreição do Senhor

Jo 20,1-9

“Tiraram o Senhor do túmulo, e não sabemos onde o colocaram.”

SEG
06 ABR

Oitava da Páscoa

At 2,14.22-32

“Ele não foi abandonado na região dos mortos e sua carne não conheceu a corrupção.”

TER
07 ABR

Oitava da Páscoa

Jo 20,11-18

“Mulher, por que choras? A quem procuras?”

QUA
08 ABR

Oitava da Páscoa

Lc 24,13-35

“Fica conosco, pois já é tarde e a noite vem chegando!”

QUI
09 ABR

Oitava da Páscoa

At 3, 11-26

“O Deus de Abraão, de Isaac, de Jacó, o Deus de nossos antepassados glorificou o seu servo Jesus.”

SEX
10 ABR

Oitava da Páscoa

At 4,1-12

“Jesus é a pedra, que vós, os construtores, desprezastes, e que se tornou a pedra angular.”

SÁB
11 ABR

Oitava da Páscoa

At 4,13-21

“Quanto a nós, não nos podemos calar sobre o que vimos e ouvimos.”

SEGUNDA SEMANA

Feliz quem acredita sem ter visto

A passagem do Evangelho de João usada na introdução dessa segunda semana, diz que Jesus se apresentou aos discípulos ao anoitecer do primeiro dia da semana e entra no lugar mesmo com as portas fechadas, dizendo: “a paz esteja convosco” (Jo 20, 19). Essa saudação serve também para acalmar os corações dos discípulos que andavam com medo das perseguições que não haviam cessado com a morte de Jesus. Trazer a paz é dizer, fiquem tranquilos, eu estou aqui e sou a porta para um lugar protegido.

Além disso, Jesus lhes mostrou as marcas das feridas nas suas mãos e no seu lado, para que todos pudessem ver e sentir. Nessa primeira visita Tomé estava ausente, e ao ser avisado que Jesus esteve ali e mostrou as suas marcas ele disse que só acreditaria vendo, frase forte que se tornou ditado e usamos ainda hoje para dizer de algo inacreditável. Pois bem, uma semana depois Jesus retorna, os saúda com a paz novamente e vai diretamente a Tomé, pedindo para que ele não somente veja, mas que toque as feridas. Tomé, em um gesto de tristeza e vergonha faz a sua profissão de fé dizendo: “Meu Senhor e Meu Deus” (20, 28).

O convite dessa semana é sobre acreditar, ter fé, confiar. As leituras estarão alinhadas com este evangelho do Domingo da Divina Misericórdia e nos levarão a experiências como a que Jesus diz a Nicodemos: “se não acreditais quando vos falo das coisas da terra, como acreditareis se vos falar das coisas do céu?” (Jo 3, 12). Acreditar é uma experiência particular e se dá de forma diferente em cada pessoa, alguns terão algo tangível para ver e tocar, outros sentirão um ardor no coração, outros não verão, nem tocarão, nem sentirão nada, mas estarão com o coração aberto para o testemunho de quem viu, tocou e sentiu.

PEDIDO DE GRAÇA PARA TODOS OS DIAS DA SEMANA:

Senhor, ajuda-nos a crer sem ter visto e a professar a nossa fé com o fervor do teu Espírito.

DOM
12 ABR

2º Domingo da Páscoa

Jo 20,19-31

“Bem-aventurados os que creram sem terem visto!”

SEG
13 ABR

2ª Semana da Páscoa

Jo 3,1-8

“Em verdade, em verdade te digo, se alguém não nasce da água e do Espírito, não pode entrar no Reino de Deus.”

TER
14 ABR

2ª Semana da Páscoa

Jo 3,7-15

“Se não acreditais, quando vos falo das coisas da terra, como acreditareis se vos falar das coisas do céu?”

QUA
15 ABR

2ª Semana da Páscoa

Jo 3,16-21

“De fato, Deus não enviou o seu Filho ao mundo para condenar o mundo, mas para que o mundo seja salvo por ele.”

QUI
16 ABR

2ª Semana da Páscoa

At 5,27-33

“O Deus de nossos pais resuscitou Jesus, a quem vós matastes, pregando-o numa cruz.”

SEX
17 ABR

2ª Semana da Páscoa

Jo 6,1-15

“Este é verdadeiramente o Profeta, aquele que deve vir ao mundo.”

SÁB
18 ABR

2ª Semana da Páscoa

Sl 32(33)

“Ó justos, alegrai-vos no Senhor!”

TERCEIRA SEMANA

Ainda arde o teu coração?

Entrar na terceira semana implica estar verdadeiramente a caminho. Os dois discípulos que desciam de Jerusalém a Emaús sentiam a mesma falta de esperança de que os demais, era quase impossível de acreditar que Jesus, aquele que ensinou tantas coisas boas, esteve presente em momentos importantes e prometeu que era o enviado de Deus, agora estava morto e já não podia fazer nada. Sair de Jerusalém era uma fuga, era deixar um ambiente triste e buscar alento em outros lugares.

Jesus aparece no meio do caminho e entra na conversa com os dois discípulos, se apresenta como quem não sabe o que aconteceu e logo vê que os caminheiros, ao ter os olhos fechados pelo desânimo, não o reconhecem. O diálogo se desenvolve e vai dando espaço para que Jesus comece a falar das escrituras, a ensinar uma vez mais acerca do amor de Deus, desde os antigos profetas até chegar na sua experiência atual.

No meio do caminho, ao escurecer, os discípulos convidam Jesus a permanecer com eles: "Fica conosco, pois já é tarde e a noite vem chegando" (Lc 24, 29) e a permanência de Jesus faz que os discípulos o reconheçam ao partir do pão. Essa passagem se atualiza todos os dias na nossa mesa espiritual, quando temos os olhos abertos por Jesus que se dá no pão e nos alimenta.

Nessa semana, nós seremos chamados a reconhecer Jesus como "pão da vida" (Jo 6,35), porque quem dele como nunca mais terá sede e como "pão que desce do céu" (Jo 6,50), porque quem dele como não morrerá. Provar Jesus no pão é sentir o coração arder, é olhar para dentro reconhecer que o amor aquece e mexe com o nosso corpo e com o nosso espírito. Por isso desejamos que as orações dessa semana sejam como chama que aquece sem consumir, que arde sem doer.

PEDIDO DE GRAÇA PARA TODOS OS DIAS DA SEMANA:

Senhor, dá-nos um coração grande para amar e forte para lutar. Que possamos sentir a chama do teu amor e ser como fonte do teu espírito.

DOM
19 ABR

3º Domingo da Páscoa

Lc 24,13-35

"Não estava ardendo o nosso coração quando ele nos falava pelo caminho, e nos explicava as Escrituras?"

SEG
20 ABR

3ª Semana da Páscoa

Jo 6,22-29

"A obra de Deus é que acrediteis naquele que ele enviou"

TER
21 ABR

3ª Semana da Páscoa

Jo 6,30-35

"Eu sou o pão da vida. Quem vem a mim não terá mais fome e quem crê em mim nunca mais terá sede"

QUA
22 ABR

3ª Semana da Páscoa

Sl 65(66)

"Vinde ver todas as obras do Senhor: seus prodígios estupendos entre os homens!"

QUI
23 ABR

3ª Semana da Páscoa

Jo 6,44-51

"Eis aqui o pão que desce do céu: quem dele comer, nunca morrerá."

SEX
24 ABR

3ª Semana da Páscoa

Sl 116(117)

"Cantai louvores ao Senhor, todas as gentes, povos todos, festejai-o!"

SÁB
25 ABR

3ª Semana da Páscoa

São Marcos Evangelista

Mc 16,15-20

"Ide pelo mundo inteiro e anunciai o Evangelho a toda criatura!"

QUARTA SEMANA

Quero escutar a tua voz.

Essa quarta e última semana do Roteiro de Oração não encerra o Tempo Pascal, mas serve como caminho que terá continuidade no roteiro seguinte. Iniciar essa semana com o Domingo do bom Pastor é colocar-se como ovelha que quer ser cuidada e guiada por quem pode nos oferecer abrigo seguro e comida. O Bom Pastor pode dar a vida por suas ovelhas, não abandona ninguém pelo caminho e conhece todos pelo nome.

No final da passagem do evangelho desse domingo, Jesus afirma que o ladrão para matar, roubar e destruir, mas ele “vem para que todos tenham vida e a tenham em abundância” (Jo 10,10). Isso significa que ele quer que nós tenhamos uma vida cheia do seu espírito, plena de amor e de misericórdia, com os olhos abertos para as necessidades do mundo e com o coração generoso e agradecido, que impulsiona o serviço humilde aos nossos irmão e irmãs que precisam de nós. É por isso que ele nos coloca como “luz das nações” (At 13,47) para que levemos o nosso testemunho até os confins da terra.

Ao concluir este ciclo, a pergunta fundamental que fica é: Eu reconheço a voz do pastor que me chama? Se escutamos devemos acreditar e ser gratos assim como o povo de Deus que ficou quarenta anos no deserto, sofrendo e vivendo momentos de desesperança, porém, com o coração aberto para recomeçar a cada dia e seguir caminhando rumo à Terra prometida. Desejo que possam vivenciar uma bela semana de oração e ao final desse tempo reconhecer que acreditou sem ter visto, que permanece com o coração ardente escuta a voz do Senhor. E assim poder olhar para o céu e dizer como os nossos antepassados, Dayenu, Dayenu, Dayenu.

PEDIDO DE GRAÇA PARA TODOS OS DIAS DA SEMANA:

Senhor, dá-me a graça de escutar a tua voz e seguir o teu chamado todos os dias da minha vida.

DOM
26 ABR

4º Domingo da Páscoa

Jo 10,1-10
“Eu sou a porta. Quem entrar por mim, será salvo”

SEG
27 ABR

4ª Semana da Páscoa

Jo 10,11-18
“Eu sou o bom pastor. O bom pastor dá a vida por suas ovelhas.”

TER
28 ABR

4ª Semana da Páscoa

Jo 10,22-30
“Eu e o Pai somos um.”

QUA
29 ABR

4ª Semana da Páscoa

Jo 12,44-50
“Quem crê em mim, não é em mim que crê, mas naquele que me enviou.”

QUI
30 ABR

4ª Semana da Páscoa

At 13,13-25
“Eu não sou aquele que pensais que eu seja! Mas vede: depois de mim vem aquele, do qual nem mereço desamarrar as sandálias.”

SEX
01 MAI

4ª Semana da Páscoa

Jo 14,1-6
“Eu sou o Caminho, a Verdade e a Vida. Ninguém vai ao Pai senão por mim.”

SÁB
02 MAI

4ª Semana da Páscoa

At 13,44-52
“Eu te coloquei como luz para as nações, para que leves a salvação até os confins da terra.”

Oração conclusiva

S. De quantos bens cumulou-nos o Senhor
A. DE QUANTOS BENS CUMULOU-NOS O SENHOR.
S. De quantos bens cumulou-nos o Senhor
A. DE QUANTOS BENS CUMULOU-NOS O SENHOR.

S. Se Cristo nos tivesse feito sair do Egito e não tivesse feito justiça com o Faraó:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, NOS TERIA BASTADO DAYENU, DAYENU, DAYENU.

S. Se tivesse feito justiça com o Faraó e não nos tivesse libertado de todos os ídolos:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se nos tivesse libertado de todos os ídolos e não nos tivesse dado as suas riquezas:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se nos tivesse dado as riquezas deles e não tivesse aberto o mar para nós:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se tivesse aberto o mar para nós e não tivesse afundado os nossos opressores:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se tivesse afundado os nossos opressores e não nos tivesse aberto um caminho no deserto:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se nos tivesse aberto um caminho no deserto e não nos tivesse nutrido com o pão da vida
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se nos tivesse nutrido com o pão da vida e não nos tivesse dado o dia do Senhor:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se nos tivesse dado o dia do Senhor e não tivesse feito conosco a nova Aliança:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se tivesse feito conosco a nova Aliança e não nos tivesse feito entrar na igreja:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se nos tivesse feito entrar na igreja e não tivesse construído em nós o seu templo:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Se tivesse construído em nós o seu templo e não nos tivesse enviado o seu Santo Espírito:
A. ISTO NOS TERIA BASTADO, ...

S. Tanto mais nós temos que dar graças ao Senhor
A. TANTO MAIS NOS TEMOS QUE DAR GRAÇAS AO SENHOR.

S. Tanto mais nós temos que dar graças ao Senhor
A. TANTO MAIS NOS TEMOS QUE DAR GRAÇAS AO SENHOR.

S. Que nos fez sair do Egito, (bis)
Que fez justiça com o Faraó, (bis)
Que nos libertou de todos os inimigos. (bis)

S. Que nos deu as suas riquezas, (bis)
Que abriu o mar, o mar para nós, (bis)
Que nele afundou os nossos opressores. (bis)

S. Que nos deu um caminho no deserto, (bis)
Que nos nutriu com o pão da vida, (bis)
Que nos deu o dia do Senhor. (bis)

S. Que nos deu a nova Aliança, (bis)
Que nos fez entrar na igreja, (bis)
Que construiu em nós o seu templo. (bis)

S. Que nos enviou o seu Espírito Santo, para o perdão dos pecados.

S. Cristo, nossa Páscoa, para nós ressuscitou.
A. CRISTO, NOSSA PASCOA, PARA NÓS RESSUSCITOU.
S. Cristo, nossa Páscoa, para nós ressuscitou.
A. CRISTO, NOSSA PÁSCOA, PARA NÓS RESSUSCITOU.

S. Aleluia, aleluia,
A. ALELUIA, ALELUIA,
S. Aleluia, aleluia, aleluia.
A. ALELUIA, ALELUIA, ALELUIA.
S. Aleluia, aleluia, aleluia.
A. ALELUIA, ALELUIA, ALELUIA.

Autoria: Pe. Jobson Ramos Teixeira, SJ
Coordenação Pastoral e Revisão: Kennedy Amorim e Vinícius Alencar.
Coordenação Nacional de Comunicação: Guilherme de Freitas
Direção Geral: Pe. Edson Tomé Pacheco Silva, SJ

Diagramação:



Imagem de Capa:

Bom Pastor, Arte Sacra de Lúcio Américo.

