

Cântico: Dá-nos um coração

Refrão: *Dá-nos um coração, grande para amar,
Dá-nos um coração, forte para lutar.*

- 1. Homens novos, criadores da história,
construtores da nova humanidade;
homens novos que vivem a existência
como risco dum longo caminhar.**
- 2. Homens novos lutando em esperança,
caminhantes, sedentos de verdade;
homens novos, sem freios nem cadeias,
homens livres que exigem liberdade.**

ORAÇÃO

**Senhor Jesus,
Eu creio que estais presente no pão da Eucaristia.**

Senhor, eu creio em Vós.

R/ Senhor, eu creio em Vós.

Senhor Jesus,

Eu vos adoro pois sois o Senhor Ressuscitado.

Senhor, eu Vos adoro.

R/ Senhor, eu creio em Vós.

Senhor Jesus,

**Eu espero em vós, pois ninguém nos ama tanto
e deseja tanto a nossa felicidade.**

Senhor, eu espero em Vós.

R/ Senhor, eu creio em Vós.

Senhor Jesus,

Eu amo-Vos com todo o meu coração

E com todas as minhas forças.

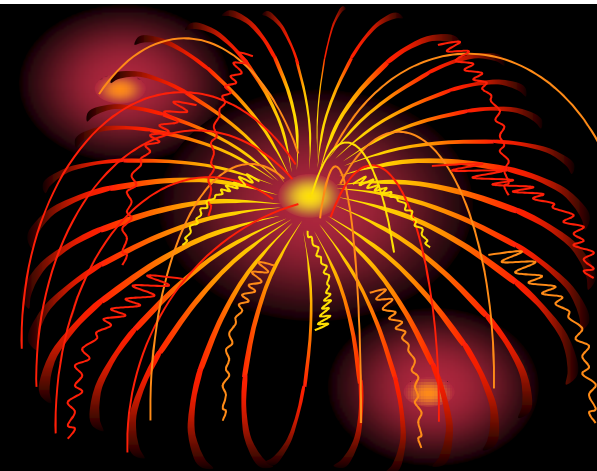
Senhor, eu amo-Vos.

R/ Senhor, eu creio em Vós.



Leitura

Evangelho segundo S. João (14, 7-10)



Naquele tempo, disse Jesus:

- Se ficastes a conhecer-me, conhecereis também o meu Pai. E já o conheceis, pois estais a vê-lo.

Disse-lhe Filipe:

- Senhor, mostra-nos o Pai e isso nos basta.

Jesus disse-lhe:

**- Há tanto tempo que estou convosco, e não me ficaste a conhecer, Filipe? Quem me vê, vê o Pai. Não crês que eu
estou no Pai e o Pai está em mim?**

Palavra da salvação

R/ Glória a Vós, Senhor.

Leitor

**Se Cristo é a Verdade,
Se a sua Palavra nos diz o que é o bem,
Por que iremos acreditar apenas no que nos
agrada?**

**Por que iremos fazer apenas o que nos
apetece?**

**Por que iremos viver conforme os nossos
gostos?**

**Se Cristo é a Verdade
e com o Pão da Eucaristia nos dá fortaleza,
por que iremos vacilar perante os desafios de
hoje?**

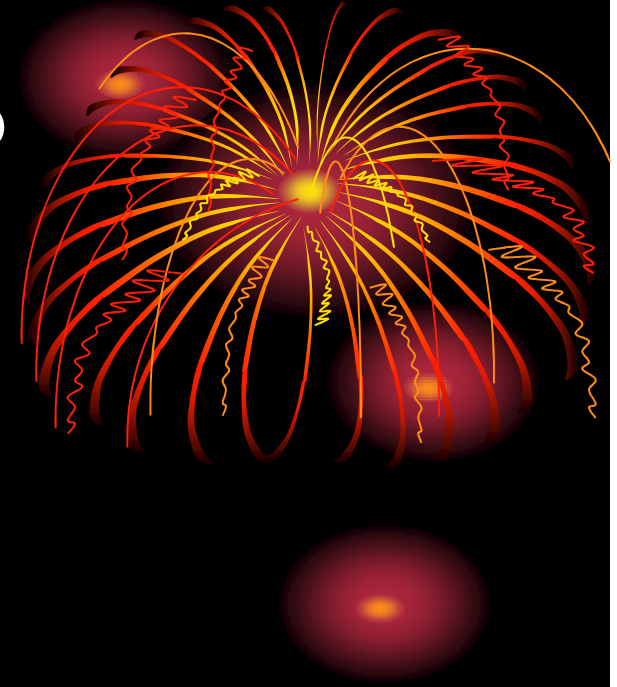
**Por que iremos ser fracos nos momentos
difíceis?**

**Por que não iremos denunciar a mentira e a
falsidade?**



Cântico: Pai, eu te adoro

- 1. Pai, eu te adoro,
Te ofereço a minha vida.
Como eu Te amo!**
- 2. Jesus Cristo, eu Te adoro,
Te ofereço a minha vida,
Como eu Te amo!**
- 3. Espírito Santo, eu Te adoro,
Te ofereço a minha vida,
Como eu Te amo!**
- 4. Trindade Santa, eu Te adoro,
Te ofereço a minha vida,
Como eu Te amo!**



Responsório

Jesus disse: «Quem crê em mim nunca mais terá sede»

R/ Eu sou o Pão da Vida.

**Eu sou o Pão vivo que desceu do Céu;
Se alguém comer deste Pão, viverá eternamente.**

R/ Eu sou o Pão da Vida.

**Quem vem a Mim nunca mais terá fome;
Quem crê em Mim nunca mais terá sede.**

R/ Eu sou o Pão da Vida.

**O Pão que eu hei-de dar é a minha Carne,
Que Eu darei pela vida do mundo.**

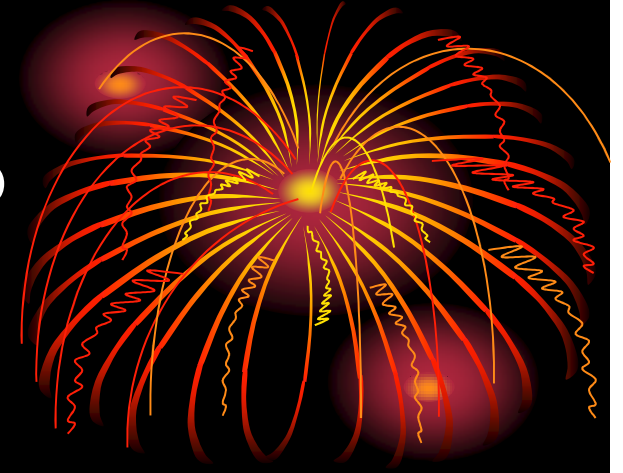
R/ Eu sou o Pão da Vida.

**Quem come a minha Carne e bebe o meu Sangue
Permanece em Mim e Eu nele.**

R/ Eu sou o Pão da Vida.



Cântico: Pai, eu te adoro



**Pai, eu te adoro,
Te ofereço a minha vida.
Como eu Te amo! (bis)**

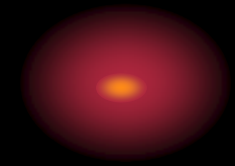
Salmo 22

**O Senhor é meu pastor, nada me falta.
Leva-me a descansar em verdes prados,
conduz-me às águas refrescantes
e reconforta a minha alma.**

**Ele me guia por sendas direitas
Por amor do seu nome.
Ainda que tenha de andar por vales tenebrosos,
Não temerei nenhum mal, porque Vós estais comigo:
O vosso cajado e o vosso báculo me encham de confiança.**

**Para mim preparais a mesa,
à vista dos meus adversários;
Com óleo me perfumais a cabeça
E meu cálice transborda.**

**A bondade e a graça hão-de acompanhar-me
todos os dias da minha vida,
e habitarei na casa do Senhor
para todo o sempre.**



Leitura

Evangelho segundo S. João (20, 26-29)

Oito dias depois, estavam os discípulos outra vez dentro de casa e Tomé com eles. Estando as portas fechadas, Jesus veio, pôs-se no meio deles e disse:

- A paz esteja convosco!

Depois disse a Tomé:

- Olha as minhas mãos: chega cá o teu dedo! Estende a tua mão e põe-na no meu peito. E não sejas incrédulo, mas fiel.

Tomé respondeu-lhe:

- Meu senhor e meu Deus!

Disse-lhe Jesus:

Porque me viste, acreditas-te. Felizes os que crêem sem terem visto!

Palavra da salvação.

R/ Glória a Vós, Senhor.



O gesto da paz

De todos os frutos do Espírito, o maior é o amor.

Estamos aqui a adorar a Cristo que deu a maior prova de amor: deu a Sua vida por nós.

Porque queremos levar deste encontro de Oração e vigília o compromisso de nos amarmos

mais, vamos fazer um gesto de fraternidade.

Unidos como irmãos, saudemo-nos uns aos outros.

(Todos se saúdam fraternalmente)



Cântico: Dá-nos um coração

**Refrão: *Dá-nos um coração, grande para amar,
Dá-nos um coração, forte para lutar.***

- 1. Homens novos, criadores da história,
construtores da nova humanidade;
homens novos que vivem a existência
como risco dum longo caminhar.**
- 2. Homens novos lutando em esperança,
caminhantes, sedentos de verdade;
homens novos, sem freios nem cadeias,
homens livres que exigem liberdade.**

Adoração ao Santíssimo (de joelhos)

Senhor, eu creio que estais vivo no Pão da Eucaristia.

Aumentai a minha fé.

R/ Senhor, aumentai a minha fé.

Senhor, toda a minha esperança está em vós. Aumentai a minha Esperança.

R/ Senhor, aumentai a minha esperança.

Senhor, eu amo-vos mas desejo amar-vos sempre mais.

Aumentai o meu amor.

R/ Senhor, aumentai o meu amor.

Graças e louvores se dêem a todo o momento.

R/ Ao Santíssimo e Diviníssimo Sacramento.

Meu Deus eu creio, adoro, espero e amo-Vos.

R/ Peço-Vos perdão para os que não crêem, não adoram, não esperam e não Vos amam.



Cântico final: Quero ouvir o teu apelo

**1. Quero ouvir o Teu apelo, Senhor,
Ao teu convite de amor responder.
Na alegria Te quero servir,
E anunciar o teu reino de amor.**

***E pelo mundo eu vou
Cantando o teu amor,
Pois disponível estou
Para servir-Te, Senhor***

**2. Dia a dia, tua graça me dás,
Nela se apoia o meu caminhar.
Se estás a meu lado, Senhor,
O que, então, poderei eu temer?**

