

# 10 dias para preparar a festa do Espírito Santo

Propomos um decenário para ajudar os jovens a preparar a festa do Espírito Santo: rezar uma oração, ler um texto de S. Josemaria e fazer um propósito.

22/05/2020

## Índice

Oração ao Espírito Santo composta por S. Josemaria em abril de 1934

Dia 1 (21/05/2020)

Dia 2 (22/05/2020)

Dia 3 (23/05/2020)

Dia 4 (24/05/2020)

Dia 5 (25/05/2020)

Dia 6 (26/05/2020)

Dia 7 (27/05/2020)

Dia 8 (28/05/2020)

Dia 9 (29/05/2020)

Dia 10 (30/05/2020)

.....

Graças ao Espírito Santo os apóstolos tiveram ânimo e audácia para sair e pregar o Evangelho de Jesus. O decenário consiste numa oração ao Espírito Santo, em ler um texto do

Fundador do Opus Dei, e em concretizar um pequeno propósito. “É Ele quem realiza a mudança – explica o Papa Francisco - , a transformação (...). “O Espírito Santo é capaz de fazer maravilhas, coisas que nem sequer podemos imaginar”.

---

### **Oração ao Espírito Santo composta por S. Josemaria em abril de 1934**

Vinde, ó Espírito Santo! Iluminai o meu entendimento para que conheça os vossos preceitos; fortalecei o meu coração contra as insídias do inimigo, inflamai a minha vontade... Ouvi a vossa voz e não quero endurecer-me e resistir, dizendo: depois..., amanhã. *Nunc cœpi!* Agora!, não suceda que o amanhã me venha a faltar.

Ó Espírito de verdade e de sabedoria, Espírito de entendimento e de

conselho, Espírito de gozo e de paz!  
Quero o que quiserdes, quero porque  
o quereis, quero como quiserdes,  
quero quando quiserdes...

---

## **Dia 1 para preparar a festa do Espírito Santo**

### Oração ao Espírito Santo

Texto: Forja, 485

*“Em certa altura, alguém me disse: -  
Padre, mas se eu me encontro  
cansado e frio; se, quando rezo ou  
cumpro outra norma de piedade, me  
parece que estou a fazer teatro...”*

A esse amigo e a ti, se te encontrares  
na mesma situação, respondo: -  
Teatro? Grande coisa, meu filho! Faz  
teatro! O Senhor é o teu espectador!:  
o Pai, o Filho, o Espírito Santo; a  
Santíssima Trindade estará a

contemplar-nos, naqueles momentos em que "fazemos teatro".

Actuar assim diante de Deus, por amor, para lhe agradar, quando se vive a contragosto, que bonito! Ser jogral de Deus! Que maravilhoso é esse recital realizado por Amor, com sacrifício, sem nenhuma satisfação pessoal, para dar gosto a Nosso Senhor!

Isso sim que é viver de Amor.”

*Propósito/Meta*

Que me decida amar a Deus de todo o coração, apenas por quem Ele é, não pelo que me dá ou pelo que me prometeu.

---

**Dia 2 para preparar a festa do Espírito Santo**

## Oração ao Espírito Santo

Texto: Cristo que Passa, 137

*Só quando o homem, sendo fiel à graça, se decide a colocar no centro da sua alma a Cruz, negando-se a si mesmo por amor de Deus, estando realmente desapegado do egoísmo e de toda a falsa segurança humana, quer dizer, só quando vive verdadeiramente de Fé, é que recebe com plenitude o grande fogo, a grande luz, a grande consolação do Espírito Santo.*

É então que vêm à alma essa paz e essa liberdade que Cristo ganhou para nós e que se nos comunicam com a graça do Espírito Santo

*Propósito/Meta*

Pedir e procurar a paz na minha alma, uma disposição necessária para que o Espírito Santo possa sempre habitar em mim. Perceber o

que é que me tira a paz e colocá-lo nas mãos de Deus.

---

## **Dia 3 para preparar a festa do Espírito Santo**

### Oração ao Espírito Santo

Texto: Sulco, 283

*“Caminho certo de humildade é meditar como, mesmo carecendo de talento, de renome e de fortuna, podemos ser instrumentos eficazes, se recorreremos ao Espírito Santo para que nos conceda os Seus dons.*

Os Apóstolos, apesar de terem sido instruídos por Jesus durante três anos, fugiram espavoridos diante dos inimigos de Cristo. Todavia, depois do Pentecostes, deixaram-se vergastar e encarcerar, e acabaram

dando a vida em testemunho da sua fé.”

## Propósito/Meta

Levar a sério os tempos que dedico à oração. Assim posso entrar na Tua vida e juntos dar testemunho da minha fé.

.....

## **Dia 4 para preparar a festa do Espírito Santo**

### Oração ao Espírito Santo

Texto:

Forja, 759 “*Propus-me recorrer com mais frequência ao Paráclito e pedir-lhe a sua luz - disseste-me. - Bem: mas lembra-te, filho, que o Espírito Santo é fruto da Cruz*”.

Sulco, 978



*“Jesus, Nosso Senhor, o quer: é preciso segui-Lo de perto. Não há outro caminho. Essa é a obra do Espírito Santo em cada alma: na tua. Sê dócil, não levantes obstáculos a Deus, até fazer da tua pobre carne um Crucifixo”.*

### *Propósito/Meta*

Mortificação. Oferecer-lhe o que me custa, as minhas dificuldades. Ajudá-lo a carregar a cruz com um sorriso.

.....

## **Dia 5 para preparar a festa do Espírito Santo**

### Oração ao Espírito Santo

Texto: Cristo que Passa, 135

*“Em primeiro lugar, docilidade - porque é o Espírito Santo que, com as suas inspirações, vai dando tom*

sobrenatural aos nossos pensamentos, desejos e obras. É Ele que nos impele a aderir à doutrina de Cristo e a assimilá-la em profundidade; que nos dá luz para tomar consciência da nossa vocação pessoal e força para realizar tudo o que Deus espera de nós. Se formos dóceis ao Espírito Santo, a imagem de Cristo ir-se-á formando, cada vez mais nítida, em nós e assim nos iremos aproximando cada vez mais de Deus Pai. Os que são conduzidos pelo Espírito de Deus, esses são filhos de Deus”.

### *Propósito/Meta*

Esforça-te em ser mais dócil. Pede luz para ver e força para querer o que Deus quer para ti hoje.

.....

**Dia 6 para preparar a festa do Espírito Santo**

## Oração ao Espírito Santo

Texto: Cristo que Passa, 127

*“Sabiam que só em Jesus podiam encontrar palavras de vida eterna e estavam dispostos a segui-Lo e a dar a vida por Ele; mas eram fracos e, quando chegou a hora da provação, fugiram, deixaram-nO só. No dia de Pentecostes tudo isso passou: o Espírito Santo, que é espírito de fortaleza, tornou-os firmes, seguros, audazes. A palavra dos Apóstolos ressoa então, forte e vibrante, pelas ruas e praças de Jerusalém”.*

### *Propósito/Meta*

Pedir o dom da fortaleza para superar as dificuldades que encontro no meu caminho de fidelidade a Deus.

---

# **Dia 7 para preparar a festa do Espírito Santo**

## Oração ao Espírito Santo

Texto: Cristo que Passa, 131

*“Acima das deficiências e limitações humanas, repito, a Igreja é isto: sinal e, de certo modo - não no sentido estrito em que dogmaticamente se definiu a essência dos sete sacramentos da Nova Aliança - o sacramento universal da presença de Deus no Mundo. Ser cristão é ter sido regenerado por Deus e enviado aos homens para lhes anunciar a salvação. Se tivéssemos fé firme e viva e déssemos a conhecer Cristo com audácia, veríamos que ante os nossos olhos se realizariam milagres como os da era apostólica”.*

*Propósito/Meta*

Sonhar com os milagres que verei se sou fiel e vivo a minha vida cristã com fé e audácia.

---

## **Dia 8 para preparar a festa do Espírito Santo**

### Oração ao Espírito Santo

Texto:

Caminho, 762

*“Acto de identificação com a vontade de Deus: - Tu o queres, Senhor?... Eu também o quero!*

Sulco, 793

*“Três pontos importantíssimos para arrastar as almas para o Senhor: que te esqueças de ti, e penses só na glória do teu Pai, Deus; que submetas fielmente a tua vontade à Vontade do Céu, como te ensinou Jesus Cristo; que*

*secundes docilmente as luzes do Espírito Santo”.*

### *Propósito/Meta*

Crescer na confiança em Deus.  
Perguntar-lhe sem medo qual é o plano que pensou para me fazer feliz. Que confie em ti, Senhor.

---

## **Dia 9 para preparar a festa do Espírito Santo**

### Oração ao Espírito Santo

Texto: Forja, 671

*“Diz Jesus: “Quem a vós ouve a Mim ouve”.*

- Julgas ainda que são as tuas palavras que convencem os homens?... Além disso, não esqueças que o Espírito Santo pode servir-se

do instrumento mais inepto para  
levar a cabo os seus planos.”

Caminho, 904

*«"Ide, pregai o Evangelho... Eu estarei convosco...". - Isto disse Jesus... e disse-to a ti».*

*Propósito/Meta*

Peça o dom do conselho para ajudar os outros e para que se aproximem de Deus.

.....

**Dia 10 para preparar a festa do Espírito Santo**

Oração ao Espírito Santo

Texto: Cristo que Passa, 134

*“Viver segundo o Espírito Santo é viver de Fé, de Esperança, de Caridade; é deixar que Deus tome*

*posse de nós e mude os nossos corações desde a raiz, para os fazer à sua medida. Uma vida cristã madura, profunda e firme não é coisa que se improvise, porque é fruto do crescimento em nós da graça de Deus. Nos Actos dos Apóstolos, descreve-se a situação da primitiva comunidade cristã numa frase breve, mas cheia de sentido: perseveravam todos na doutrina dos Apóstolos e na comum fracção do pão e nas orações”.*

### *Propósito/Meta*

Voltar ao fundamento da minha vida e procurar viver de acordo com as três virtudes teologais: Fé, Esperança e Caridade.



preparar-a-festa-do-espirito-santo/  
(25/01/2026)