

opusdei.org

# Quatro meditações para curar o coração (áudio)

A Semana Santa recorda-nos os momentos mais difíceis da vida de Jesus... mas tem um final feliz: a Ressurreição. Estes meses podem ter sido muito difíceis, mas também podem ser transformados em algo bom.

31/03/2021

A informação sobre a pandemia da Covid-19 invadiu a nossa vida:

confinamentos, mudanças de planos, reduzir ou cancelar o contacto físico com a família ou amigos, dúvidas sobre se seremos infectados...

Podemos ter sido afectados de uma forma ou de outra nos nossos corações. E precisamos de encontrar respostas e encorajamento no Evangelho, na vida de Jesus. Para lhe pedir ajuda, para prestar atenção aos outros. A Semana Santa é um bom momento para fixar o nosso olhar em Jesus Cristo, para aprender com a sua oração ao Pai no Jardim das Oliveiras, para seguir os seus passos ao longo da Via Sacra, etc., para que as experiências destes meses nos levem a crescer para dentro.

Talvez estas quatro meditações o ajudem a tomar o impulso de que necessita.

**1. Semana Santa:** a morte não tem a última palavra

**2. Santa Missa:** Ele ficou na Eucaristia para ensinar-nos a amar

**3. Quem és?** Senhor, que eu não seja Judas (ver em [vídeo](#))

**4. Sábado Santo:** alegria e esperança (ver em [vídeo](#))

---

**Ver também:** [Rezar a Via Sacra de S. Josemaria](#)

**Extra:** [Instruções para utilizar o crucifixo \(PDF\)](#)

---

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de <https://opusdei.org/pt-pt/article/meditacoes-curar-coracao-semana-santa/>  
(05/06/2025)