

SEGUNDA-FEIRA I

Invitatório

V. Abri, Senhor.

Salmo invitatório.

No Advento, Natal, Quaresma e Tempo Pascal, toma-se a antífona do respectivo Tempo.

Nas memórias que não têm antífona própria, toma-se livremente a antífona do respectivo Comum ou da Féria.

Tempo Comum

Ant. Vamos à presença do Senhor
e dêmos glória ao seu nome.

Laudes

V. Deus, vinde. Glória ao Pai. (Aleluia).

Isto omite-se quando o Ofício de Laudes começa com o Invitatório.

HINO: No Advento, no Natal, na Quaresma e no Tempo Pascal o hino é Próprio.

Nas memórias que não têm hino próprio, diz-se o hino do respectivo Comum ou da Féria.

Tempo Comum

Eterno Criador do Universo,
Tu que reges a noite mais o dia
E que os tempos alternas com os tempos
A fim de não haver monotonia!

Já soa a voz do arauto matutino
Que da noite profunda é sentinela
E que, da noite a noite dividindo,
Vai dando ao caminhante luz na treva.

SEGUNDA-FEIRA I

A seu canto acordando, anjos da luz
Liberam todo o céu da escuridade,
E em coro até as almas mais escuras
Abandonam as vias do pecado.

A seu canto se anima o navegante,
Aplacam-se no mar as próprias vagas;
E lavam-se da culpa as almas crentes
Como Pedro nas lágrimas choradas.

Ergamo-nos portanto já sem medo;
O galo faz erguer quem está deitado:
Increpa brandamente os sonolentos
E rudemente acusa os renegados.

A seu canto reaviva-se a esperança,
A saúde aos enfermos já retorna;
Nova alegria a alma nos levanta
E a vida em cada peito se renova.

Senhor Jesus, protege os vacilantes,
Sustém-nos com a força dos teus olhos
E redime com a tua vigilância
A culpa que no pranto se dissolve.

Refulgente aos sentidos, és a luz
Que vens da mente o sono dissipar-nos.
Por Ti ressoa sempre a nossa voz,
Por Ti soltam-se enfim os nossos lábios.

Louvor e glória a Deus, Pai de bondade,
Por Jesus Cristo, o Filho Unigénito,
Com o Espírito Santo, aos dois igual,
Agora e pelos séculos dos séculos.

Outros hinos.

LAUDES

SALMODIA

Ant. 1 Eu Vos invoco, Senhor, pela manhã,
e ouvis a minha voz.

Tempo Pascal

Alegrem-se e exultem em Vós, Senhor,
os que amam o vosso nome. Aleluia.

Salmo 5, 2-10.12-13

Oração da manhã para pedir ajuda

*Aqueles que interiormente acolhem a Palavra de Cristo
n'Ele exultarão eternamente.*

- ² Senhor, ouvi as minhas palavras, reparai no meu lamento. *
- ³ Atendei a voz do meu clamor, ó meu Rei e meu Deus.
- ⁴ Eu Vos invoco, Senhor, pela manhã, e ouvis a minha voz; *
de manhã vou à vossa presença e espero confiado.
- ⁵ Vós não sois um Deus que se agrada do mal, *
o perverso não tem aceitação junto de Vós, †
- ⁶ nem os ímpios suportam o vosso olhar.
- ⁷ Vós detestais todos os malfeitores *
e exterminais os que dizem mentiras. †
O Senhor abomina os sanguinários e fraudulentos.
- ⁸ Mas, por vossa bondade, eu entrarei na vossa casa, *
com reverência me prostrarei no vosso templo santo.
- ⁹ Senhor, guiai-me na vossa justiça, †
por causa dos meus inimigos, *
aplanai diante de mim o vosso caminho.
- ¹⁰ Porque na boca deles não há sinceridade, *
no seu coração só se encontra malícia.
A sua garganta é um sepulcro aberto, *
a sua língua profere lisonjas.
- ¹² Alegrem-se e rejubilem para sempre
os que em Vós confiam: *
Vós protegeis e alegrais os que amam o vosso nome.
- ¹³ Porque Vós, Senhor, abençoais o justo *
e o envolveis num escudo de benevolência.

SEGUNDA-FEIRA I

Ant. 1 Eu Vos invoco, Senhor, pela manhã,
e ouvis a minha voz.

Tempo Pascal

Alegrem-se e exultem em Vós, Senhor,
os que amam o vosso nome. Aleluia.

Ant. 2 Celebramos, Senhor,
a glória do vosso nome.

Tempo Pascal

A Vós, Senhor, a realeza e a glória:
Sois o Rei soberano de todo o universo.
Aleluia.

Cântico

1 Cron 29, 10-13

Só a Deus, honra e glória

Bendito seja Deus, Pai de Nosso Senhor Jesus Cristo (Ef 1, 3).

¹⁰ Bendito sejais, Senhor, para todo o sempre, *
Deus de nosso pai Israel.

¹¹ A Vós, Senhor, a grandeza e o poder, †
a honra, a majestade e a glória, *
porque tudo, no céu e na terra, Vos pertence.

A Vós, Senhor, a realeza, *
porque sois o Rei soberano de todas as coisas.

¹² De Vós nos vem a riqueza e a glória, *
sois Vós o Senhor de todo o universo.

Na vossa mão está a força e o poder, *
em vossas mãos tudo se afirma e cresce.

¹³ Nós Vos louvamos, Senhor nosso Deus, *
e celebramos o vosso nome glorioso.

LAUDES

Ant. 2 Celebramos, Senhor,
a glória do vosso nome.

Tempo Pascal

A Vós, Senhor, a realeza e a glória:
Sois o Rei soberano de todo o universo.
Aleluia.

Ant. 3 Adorai o Senhor no seu templo santo.

Tempo Pascal

O Senhor reina para sempre
no trono da sua glória. Aleluia.

Salmo 28 (29)

A força da voz de Deus

*Ouviu-se uma voz que vinha do céu:
«Este é o meu Filho muito amado» (Mt 3, 17).*

- ¹ Tributai ao Senhor, filhos de Deus, *
tributai ao Senhor glória e poder.
- ² Tributai ao Senhor a glória do seu nome, *
adorai o Senhor com ornamentos sagrados.
- ³ A voz do Senhor ressoa sobre as águas, *
a majestade de Deus faz ecoar o seu trovão, †
o Senhor está sobre a vastidão das águas.
- ⁴ A voz do Senhor é poderosa, *
a voz do Senhor é majestosa.
- ⁵ A voz do Senhor derruba os cedros, *
o Senhor derruba os cedros do Líbano.
- ⁶ Faz saltar o Líbano como um bezerro *
e o Sarião como um novilho.
- ⁷ A voz do Senhor faz saltar chamas de fogo, *
- ⁸ a voz do Senhor abala o deserto, †
o Senhor abala o deserto de Cades.
- ⁹ A voz do Senhor retorce os carvalhos, varre as florestas, *
e no seu templo todos clamam: Glória!

SEGUNDA-FEIRA I

- ¹⁰ Sobre as águas do dilúvio, senta-Se o Senhor, *
o Senhor senta-Se como rei eterno.
- ¹¹ O Senhor dá força ao seu povo, *
o Senhor abençoa o seu povo na paz.

Ant. 3 Adorai o Senhor no seu templo santo.

Tempo Pascal

O Senhor reina para sempre
no trono da sua glória. Aleluia.

No Advento, Natal, Quaresma e Tempo Pascal, o Ofício segue no Próprio do respectivo Tempo.

Nas memórias, segue no Próprio, se o tiver, ou no Comum ou na Féria.

Tempo Comum

LEITURA BREVE

2 Tes 3, 10b-13

Se alguém não quer trabalhar, também não coma. Ouvimos dizer que alguns de vós vivem na ociosidade, sem fazerem trabalho algum, mas ocupados em actividades inúteis. A esses ordenamos e recomendamos, em nome do Senhor Jesus Cristo, que trabalhem em paz, para comerem um pão que lhes pertença. Quanto a vós, irmãos, não vos canseis de fazer o bem.

RESPONSÓRIO BREVE

- V. Bendito seja o Senhor, agora e para sempre.
R. Bendito seja o Senhor, agora e para sempre.
V. Só Ele faz grandes maravilhas.
R. Agora e para sempre.
V. Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo.
R. Bendito seja o Senhor, agora e para sempre.

CÂNTICO EVANGÉLICO (**Benedictus**)

Ant. Bendito seja o Senhor, nosso Deus.

HORA INTERMÉDIA

PRECES

Glorifiquemos a Cristo, em quem reside toda a plenitude da graça e do Espírito Santo, e imploremos com toda a confiança:

Dai-nos, Senhor, o vosso Espírito.

Concedei-nos um dia alegre, pacífico e sem mancha,

— para que, ao chegar a noite, possamos louvar-Vos na alegria e pureza de coração.

Iluminai-nos durante todo o dia

— e dirigi o trabalho das nossas mãos.

Mostrai-nos o vosso rosto de bondade, para vivermos este dia em paz

— e nos sentirmos protegidos pela vossa mão poderosa.

Fazei sentir a vossa benignidade àqueles que se recomendam às nossas orações

— e dai-lhes todos os bens da alma e do corpo.

Pai nosso

Oração

Senhor, que a vossa graça inspire as nossas obras e as sustente até ao fim, para que toda a nossa actividade por Vós comece e em Vós acabe. Por Nosso Senhor.

Conclusão: Ordinário.

Hora Intermédia

V. Deus, vinde. Glória ao Pai. (Aleluia).

HINO: No Advento, no Natal, na Quaresma e no Tempo Pascal o hino é Próprio.

SEGUNDA-FEIRA I

Tempo Comum

Jesus, nossa redenção,
Nosso amor, nossa esperança
Deus, criador do universo,
Feito homem verdadeiro.

Por tua grande bondade,	Tua clemência nos leve
Lavaste nossos pecados,	A superar nossos males,
Sofreste morte cruel	A abraçar a cruz da vida
Para nos livrar da morte.	À luz pura do teu rosto.

Tu és a nossa alegria,
Serás o prémio no Céu,
Na glória da tua glória,
Pelos séculos sem fim.

Outros hinos.

SALMODIA

Antifonas: No Advento, Natal, Quaresma e Tempo Pascal, toma-se a antífona do respectivo Tempo.

Ant. 1 A lei do Senhor alegra o coração
e ilumina os olhos.

Tempo Pascal

Aleluia, Aleluia, Aleluia.

Salmo 18 B (19 B)

Hino ao Deus Criador

Sede perfeitos, como o vosso Pai celeste é perfeito (Mt 5, 48).

- ⁸ A lei do Senhor é perfeita, reconforta a alma; *
as ordens do Senhor são firmes, dão sabedoria aos simples.
- ⁹ Os preceitos do Senhor são rectos, alegram o coração; *
os mandamentos do Senhor são claros, iluminam os olhos.

HORA INTERMÉDIA

- ¹⁰ O temor do Senhor é puro, permanece eternamente; *
os juízos do Senhor são verdadeiros, todos eles são rectos,
¹¹ mais preciosos que o ouro, o ouro mais fino, *
mais doces que o mel, o puro mel dos favos.
- ¹² Embora o vosso servo se deixe guiar por eles *
e os observe com cuidado,
¹³ quem pode, entretanto, reconhecer os seus erros? *
Purificai-me dos que me são ocultos.
- ¹⁴ Preservai também do orgulho o vosso servo, †
que ele não tenha sobre mim poder algum: *
então serei irrepreensível e imune de culpa grave.
- ¹⁵ Aceitai as palavras da minha boca †
e estejam na vossa presença
os pensamentos do meu coração. *
Vós, Senhor, sois meu amparo e redentor.

Ant. 1 A lei do Senhor alegra o coração
e ilumina os olhos.

Ant. 2 O Senhor Se levantará
para julgar os povos com justiça.

Salmo 7

Oração do justo caluniado

Eis que o Juiz está à porta (Tg 5, 9).

I

- ² Senhor meu Deus, em Vós me refugio, *
livrai-me de quantos me perseguem e salvai-me.
- ³ Não me arrebatem como o leão *
e me dilacerem sem ter quem me salve.

SEGUNDA-FEIRA I

- 4 Senhor meu Deus, se cometi algum crime, *
se nas minhas mãos há iniquidade;
5 se fiz mal a quem me fez bem *
e despojei sem motivo o meu adversário,
6 que o inimigo me persiga e apanhe, *
esmague-me contra o solo †
e deite por terra a minha honra.
- 7 Levantai-Vos, Senhor, em vossa ira, †
erguei-Vos contra a fúria dos adversários *
e defendei-me no juízo que decretastes.
- 8 Em redor de Vós se disponha a assembleia dos povos, †
vinde presidir a ela das alturas. *
- 9 O Senhor é juiz dos povos.
- Julgai-me, Senhor, segundo a minha justiça, *
segundo a minha inocência.
- 10 Acabe a malícia dos ímpios; e confortai o justo, *
Vós, ó Deus de justiça,
que sondais o íntimo dos corações.

Ant. 2 O Senhor Se levantará
para julgar os povos com justiça.

Ant. 3 Deus é justo juiz,
que salva os homens rectos de coração.

II

- 11 A minha protecção está em Deus, *
que salva os homens rectos de coração.
- 12 Deus é o juiz justo, *
um Deus que todos os dias pode castigar.
- 13 Pode o ímpio afiar de novo a espada, *
retesar o arco e apontar a seta:
- 14 contra si prepara armas de morte *
e torna ardentes as suas flechas.

HORA INTERMÉDIA

- 15 Pode gerar a iniquidade, *
conceber a maldade e dar à luz a mentira:
16 abre um fosso profundo *
e cai no abismo que ele mesmo cavou.
- 17 A sua maldade lhe recairá sobre a cabeça *
e a violência lhe esmagará o crânio.
- 18 Louvarei o Senhor pela sua justiça *
e cantarei o nome do Senhor Altíssimo.

Ant. 3 Deus é justo juiz,
que salva os homens rectos de coração.

Tempo Pascal

Aleluia, Aleluia, Aleluia.

Para as outras Horas a Salmódia Complementar.

No Advento, Natal, Quaresma e Tempo Pascal, o Ofício segue no Próprio do respectivo Tempo.

Nas festas, segue no respectivo Próprio, se o tiver, ou no Comum.

Tempo Comum

Tércia

LEITURA BREVE

Rom 13, 8.10

Não tenhais qualquer dívida a ninguém, senão a de vos amar uns aos outros, pois quem ama o próximo cumpre a lei. A caridade não faz mal ao próximo. A caridade é o pleno cumprimento da lei.

V. Sois o meu refúgio: não me rejeiteis,

R. Nem me abandoneis, ó Deus, meu Salvador.

SEGUNDA-FEIRA I

Oração

Deus, nosso Pai, que confiastes aos homens o dever do trabalho, para que, colaborando uns com os outros, conseguissem sucessos cada vez maiores, ajudai-nos a viver de tal modo no meio das nossas actividades, que nos sintamos sempre filhos vossos e irmãos de todos os homens. Por Nosso Senhor.

Sexta

LEITURA BREVE

Tg 1, 19-20.26

Cada qual seja pronto para ouvir, lento para falar e lento para se irar, que a ira do homem não realiza a justiça de Deus. Se alguém se considera religioso e não refreia a própria língua, engana-se a si mesmo e a sua religião é vã.

V. A toda a hora bendirei o Senhor,

R. O seu louvor estará sempre na minha boca.

Oração

Senhor da vinha e da messe, que repartis as tarefas e dais o verdadeiro salário, ajudai-nos a levar o peso do dia e do calor, sem nunca nos queixarmos da vossa vontade. Por Nosso Senhor.

Noa

LEITURA BREVE

1 Pedro 1, 17-19

Vivei com temor, durante o tempo de exílio neste mundo. Lembrai-vos que não foi por coisas corruptíveis, como prata e ouro, que fostes resgatados da vã maneira de proceder, herdada de vossos pais, mas pelo Sangue precioso de Cristo, Cordeiro sem defeito e sem mancha.

V. Salvai-me, Senhor, e tende piedade de mim:

R. Nas assembleias bendirei o Senhor.

VÉSPERAS

Oração

Senhor, que nos reunistes na vossa presença à mesma hora em que os Apóstolos subiam ao templo para orar, ouvi as súplicas que Vos dirigimos em nome de Cristo e concedei a salvação a quantos O invocam. Por Nosso Senhor.

Conclusão: Ordinário.

Vésperas

V. Deus, vinde. Glória ao Pai. (Aleluia).

HINO: No Advento, no Natal, na Quaresma e no Tempo Pascal o HINO é Próprio.

Nas memórias que não têm hino próprio, diz-se o hino do respectivo Comum ou da Féria.

Tempo Comum

Fonte de luz, ó Deus, sumo esplendor,
Ouvi benignamente as nossas preces.
Vós que venceis as trevas do pecado,
Iluminai-nos.

Chegámos ao final de mais um dia,
Em que nos assistiu a vossa bênção.
Por isso nós, Senhor, Vos damos graças
A toda a hora.

A penumbra da tarde desce lenta,
Caem sombras da noite sobre a terra.
Vós, Senhor, sois o sol da vida eterna,
Luz sem ocaso.

SEGUNDA-FEIRA I

Reconhecemos, como pecadores,
Que é preciso emendar as nossas faltas.
Em Vós confia o nosso coração
E a Vós se entrega.

Honra e louvor a Vós, Senhor da glória,
E ao vosso amado Filho, o Salvador,
Honra e glória ao Espírito divino,
Por todo o sempre.

Outros hinos.

SALMODIA

Ant. 1 Os olhos do Senhor
estão voltados para o pobre

Tempo Pascal

Não temais: Eu venci o mundo. Aleluia.

Salmo 10 (11)

O justo confia em Deus

*Bem-aventurados os que têm fome e sede de justiça,
porque serão saciados (Mt 5, 6).*

- ¹ No Senhor me refugio, como ousais dizer-me: *
«Foge para os montes como um pássaro».
- ² Olha como os ímpios retesam o arco †
e ajustam as setas na corda, *
para disparar, às ocultas, contra os homens rectos.
- ³ Quando se abalam os fundamentos, *
que pode fazer ainda o justo?
- ⁴ O Senhor habita no seu templo santo, *
o Senhor tem nos céus o seu trono.
Os seus olhos estão atentos ao pobre, *
as suas pupilas observam os homens.
- ⁵ O Senhor observa o justo e o ímpio, *
mas odeia o que ama a iniquidade.
- ⁶ Fará chover sobre os ímpios fogo e enxofre *
e um vento abrasador será a porção que hão-de beber.

VÉSPERAS

O Senhor é justo e ama a justiça, *
os homens rectos contemplarão a sua face.

Ant. 1 Os olhos do Senhor
estão voltados para o pobre

Tempo Pascal

Não temais: Eu venci o mundo. Aleluia.

Ant. 2 Felizes os puros de coração,
porque verão a Deus.

Tempo Pascal

Habitará no vosso santuário,
descansará na vossa montanha sagrada.
Aleluia.

Salmo 14 (15)

Na intimidade de Deus

*Aproximastes-vos do monte Sião,
da cidade de Deus vivo (Hebr 12, 22).*

- ¹ Quem habitará, Senhor, no vosso santuário, *
quem descansará na vossa montanha sagrada?
- ² O que vive sem mancha e pratica a justiça *
e diz a verdade que tem no seu coração;
- ³ o que não usa a língua para levantar calúnias, *
e não faz o mal ao seu próximo †
nem ultraja o seu semelhante;
- ⁴ o que tem por desprezível o ímpio, *
mas estima os que temem o Senhor;
que não falta ao juramento, mesmo em seu prejuízo, *
- ⁵ e não empresta dinheiro com usura, †
nem aceita presentes para condenar o inocente.

Quem assim proceder *
jamais será abalado.

Ant. 2 Felizes os puros de coração,
porque verão a Deus.

Tempo Pascal

Habitará no vosso santuário,
descansará na vossa montanha sagrada.
Aleluia.

Ant. 3 Deus escolheu-nos em Cristo,
para sermos seus filhos adotivos.

Tempo Pascal

Quando Eu for levantado da terra,
atrairei tudo a Mim. Aleluia.

Cântico

Ef 1, 3-10

O plano divino da salvação

- ³ Bendito seja Deus, *
Pai de Nosso Senhor Jesus Cristo,
que do alto do Céu nos abençoou, *
com todas as bênçãos espirituais em Cristo.
- ⁴ Ele nos escolheu, antes da criação do mundo, *
para sermos santos e irrepreensíveis, †
em caridade, na sua presença.
- ⁵ Ele nos destinou, de sua livre vontade, *
para sermos seus filhos adotivos, por Jesus Cristo,
- ⁶ para que fosse enaltecida a glória da sua graça, *
com a qual nos favoreceu em seu amado Filho;
- ⁷ n'Ele temos a redenção, pelo seu Sangue, *
a remissão dos nossos pecados;
- segundo a riqueza da sua graça, *
⁸ que Ele nos concedeu em abundância,
com plena sabedoria e inteligência, *
⁹ deu-nos a conhecer o mistério da sua vontade:

VÉSPERAS

segundo o beneplácito que n'Ele de antemão estabelecera, *
¹⁰ para se realizar na plenitude dos tempos:
instaurar todas as coisas em Cristo, *
tudo o que há nos céus e na terra.

Ant. 3 Deus escolheu-nos em Cristo,
para sermos seus filhos adotivos.

Tempo Pascal

Quando Eu for levantado da terra,
atrairei tudo a Mim. Aleluia.

No Advento, Natal, Quaresma e Tempo Pascal, o Ofício segue no
Próprio do respectivo Tempo.

Nas memórias, segue no Próprio, se o tiver, ou no Comum ou na
Féria.

Tempo Comum

LEITURA BREVE

Col 1, 9b-11

Procurai conhecer plenamente a vontade de Deus, com toda a sabedoria e inteligência espiritual, para viverdes de maneira digna do Senhor e agradar-Lhe inteiramente, realizando toda a espécie de boas obras e progredindo no conhecimento de Deus.

Sereis fortalecidos pelo seu poder glorioso, para que se confirme a vossa constância, longanimidade e alegria a toda a prova.

RESPONSÓRIO BREVE

- V. Salvai-me, Senhor, porque sou pecador.
- R. Salvai-me, Senhor, porque sou pecador.
- V. Tende piedade de mim, Senhor.
- R. Porque sou pecador.
- V. Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo.
- R. Salvai-me, Senhor, porque sou pecador.

CÂNTICO EVANGÉLICO (Magnificat)

Ant. A minha alma enaltece o Senhor,
porque olhou para a sua humilde serva.

PRECES

Dêmos graças a Deus, nosso Pai, que, recordando a sua santa aliança, não cessa de nos fazer bem. E façamos subir à sua presença a nossa oração confiante, dizendo:

Senhor, vinde em nosso auxílio.

Salvai, Senhor, o vosso povo
— e abençoai a vossa herança.

Congregai na unidade os que têm o nome de cristãos,
— para que o mundo acredite em Cristo, o Salvador que nos enviastes.

Concedei a vossa graça a todos os nossos amigos e conhecidos,
— para que levem a toda a parte o testemunho de Cristo.

Manifestai o vosso amor aos agonizantes
— e concedei-lhes a vossa salvação.

Usai de misericórdia para com os defuntos
— e abri-lhes as portas do paraíso.

Pai nosso

Oração

Fazei, Senhor, que esta nossa oração da tarde Vos glorifique; e assim como, para nossa salvação, Vos dignastes olhar para a humildade da Virgem Maria, dai-nos também a nós a plenitude da redenção. Por Nosso Senhor.

Conclusão: Ordinário.