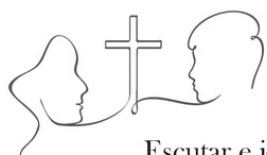


QUARTO
DOMINGO

Subsídio
QUARESMA
2026

15 de março



Escutar e jejuar

QUARESMA COMO TEMPO DE CONVERSÃO

PONTOS DE MEDITAÇÃO PARA A CELEBRAÇÃO DA SANTA MISSA

Introdução

Irmãos e irmãs, neste domingo Laetare (da Alegria), o caminho quaresmal oferece-nos um raio de luz. A palavra-chave é 'alegria'. Como o cego de nascença, somos convidados a deixar-nos tocar por Cristo para passar das trevas da incredulidade à luz da fé. Não estamos aqui para julgar quem pecou, mas para permitir que as obras de Deus se manifestem em nós através de uma escuta autêntica e de um jejum que nos liberta dos preconceitos.



Cânticos sugeridos

- Rejubilai-vos, Jerusalém!, Pe. Joseph Gelineau
- Salmo 22(23), Ir. Miria T. Kolling
- Sê bendito, Senhor, para sempre, Cadenassi - Ricarte
- O homem chamado Jesus, Pe. José Weber



Escutar e jejuar

QUARESMA COMO TEMPO DE CONVERSÃO

Oração dos Fiéis

1. **Pela Igreja:** Para que, guiada pelo Espírito, saiba olhar cada homem com os olhos de Deus, que não se detém nas aparências, mas lê o coração. Oremos.
2. **Pelos perseguidos e oprimidos:** Para que a luz de Cristo brilhe nas trevas da guerra e da injustiça e os governantes tenham a coragem de realizar obras de paz. Oremos.
3. **Pelos que vivem na "escuridão" existencial:** Pelos jovens que sofrem de solidão ou depressão, para que encontrem na nossa comunidade testemunhas credíveis e uma mão estendida que os levante; e para que possam voltar a ver a beleza da vida. Oremos.
4. **Por todos nós aqui reunidos:** Para que este tempo de graça nos ajude a jejuar do pessimismo e da insatisfação, e nos encha de esperança e de generosidade para com o próximo. Oremos.
5. **Pelos catecúmenos:** Para que, ao receberem a luz de Cristo, descubram a alegria de uma vida nova e se tornem testemunhas corajosas do Evangelho nas estradas do mundo. Oremos.

ORAÇÃO SOBRE O TEMA DO DIA

Senhor Jesus, luz do mundo, aproxima-te da nossa vida tal como ela é. Quando o cansaço pesa e tudo parece sem sentido, lembra-nos que não estamos sós e que a tua vida nova continua a germinar. Penetra na nossa cegueira e ensina-nos a olhar com esperança para além de cada muro.



Escutar e jejuar

QUARESMA COMO TEMPO DE CONVERSÃO

SUGESTÕES PARA A HOMILIA

Enfoque pastoral

O Evangelho de hoje coloca-nos perante um paradoxo: um homem que nunca viu começa a ver, ao passo que muitos que se consideram iluminados permanecem prisioneiros da sua própria cegueira.

Diante do cego de nascença, a primeira reação não é a compaixão, mas a pergunta: “Quem pecou?” É uma pergunta que conhecemos bem. Quando nos encontramos perante a dor, muitas vezes procuramos uma explicação, antes mesmo de oferecer uma presença. Jesus recusa esse modo de olhar. Não procura culpados, não analisa o passado, não pronuncia sentenças. Realiza um gesto simples, humilde, quase desconfortável: inclina-se, faz lama com terra e saliva e toca com ela os olhos do homem. É como se dissesse: o sofrimento não deve ser explicado, mas ser habitado. A pessoa não deve ser julgada, mas encontrada.

A Quaresma pede-nos precisamente esta mudança de olhar. Convida-nos a um jejum exigente: o jejum do julgamento, dos rótulos, das palavras que ferem. E educa-nos para um olhar que sabe esperar, acompanhar e respeitar o tempo do outro.

O cego não passa a ver tudo imediatamente. Faz um caminho. Responde com simplicidade, permanece fiel à sua experiência e cresce na verdade. Pelo contrário, quem está convencido de que vê, fecha-se cada vez mais.

A alegria cristã nasce aqui: quando deixamos de explicar a escuridão dos outros e permitimos que Deus a ilumine com a sua presença.

Peçamos hoje a graça de olhos novos, capazes de reconhecer a obra de Deus, mesmo onde tudo parece frágil. Porque ver verdadeiramente não significa ter todas as respostas, mas deixar-se transformar pela luz que vem de Cristo.



Escutar e jejuar

QUARESMA COMO TEMPO DE CONVERSÃO



Enfoque bíblico

O relato do cego de nascença não é apenas um milagre, mas um verdadeiro itinerário de fé. É a passagem da cegueira para a luz, da marginalidade para a comunhão, do medo para a confissão de fé.

No início, o cego não conhece Jesus. Recebe d'Ele um gesto e uma palavra: “Vai lavar-te”. Obedece sem compreender tudo. E é precisamente na obediência que começa a cura.

No Evangelho, a luz, nunca chega toda de uma vez. Aumenta passo a passo, juntamente com a confiança.

No entanto, em torno deste homem curado, observa-se uma reação de resistência. Os fariseus veem o sinal, mas não aceitam que Deus atue fora dos seus esquemas. A sua segurança torna-se cegueira.

O símbolo da lama é decisivo: Deus escolhe aquilo que é pobre e frágil. A luz nasce do encontro entre a graça e a nossa humanidade.

Quando Jesus reencontra o homem curado e lhe pergunta: “Crês no Filho do Homem?”, não o interroga para o pôr à prova, mas para o conduzir à plenitude da fé.

A verdadeira cegueira não é não ver, mas recusar confiar. A verdadeira luz não é compreender tudo, mas reconhecer Aquele que nos abriu os olhos.

Nesta Quaresma, a Igreja convida-nos a caminhar para a Páscoa como filhos da luz, aceitando que Deus ilumine a nossa vida também através daquilo que é frágil e imperfeito.

Porque a fé não é posse, mas relação. E a luz que salva é sempre um dom a acolher.



Escutar e jejuar

QUARESMA COMO TEMPO DE CONVERSÃO

MATERIAL PARA AS CRIANÇAS

Reflexão

Jesus faz um gesto estranho: coloca um pouco de lama nos olhos de um cego e ele volta a ver! A lama é como a nossa tristeza ou os nossos caprichos que nos impedem de ver o bem. Jesus, com o seu amor, limpa os nossos olhos para que possamos ver a beleza do mundo e o amor dos outros por nós.

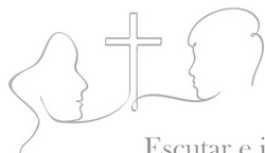
Atividade:

- **O sinal da vela:** Acender uma vela no cantinho da oração para lembrar que Jesus é a nossa luz.
- **Desenho "olhos novos":** Desenhar um par de óculos coloridos e, dentro das lentes, escrever ou desenhar algo bonito que tenhamos “visto” ou descoberto num amigo durante a semana..

MATERIAL PARA OS JOVENS

Reflexão

Vivemos bombardeados por imagens “perfeitas” nas redes sociais, mas muitas vezes estamos cegos diante da realidade. Recebemos muitas informações, mas nem sempre conseguimos parar para as compreender. A Quaresma desafia-nos a abrir os nossos olhos para, depois, levar a luz onde há escuridão. Estás disposto a deixar-te “sujar” pela lama de Jesus para veres realmente quem és e para veres melhor a realidade que te rodeia?



Escutar e jejuar

QUARESMA COMO TEMPO DE CONVERSÃO

Atividade

- **Detox digital para a luz:** Dedicar 15 minutos de silêncio sem smartphone para “escavar” sob a crosta da superfície e encontrar a verdade de Deus que está em nós.
- **Teste:** Refletir em grupo sobre o uso das redes sociais que cada um faz: o que revelamos de nós mesmos, como reagimos ao que os outros publicam.



MATERIAL PARA OS ADULTOS

Reflexão

O risco dos “videntes” é acreditar que não precisam de nada nem de ninguém. Às vezes, também nos acomodamos a uma vida medíocre e sem sentido profundo. Somos chamados a deixar que a dor dos outros nos toque e transforme a nossa indiferença em ações luminosas.

Atividade

- **O Encontro dos rostos:** Durante esta semana, tentar “parar” diante de uma pessoa que normalmente cruzamos com indiferença (um vizinho, o caixa do supermercado, um colega silencioso). Procurar olhá-la nos olhos e, se possível, dirigir-lhe uma palavra que não seja apenas formal. O objetivo é passar de “ver” as pessoas pelo trabalho que fazem ou pelo serviço que oferecem para “reconhecer” nelas o rosto de Cristo, transformando a cegueira do hábito em luz de acolhimento.
- **Revisão de vida:** Colocando-se no lugar do cego, perguntar a um parceiro ou em grupo: Quais são as situações “fechadas” ou sem saída que hoje devo entregar a Jesus para que se tornem luz? Quais são as realidades (da minha vida ou do mundo) nas quais “perdi a esperança”?



Escutar e jejuar

QUARESMA COMO TEMPO DE CONVERSÃO

Esses subsídios foram realizados com o apoio da
Fundação Hilton, no âmbito do *Sister's Project*