

Celebrando a Vida

FOLHA PARA O CULTO DOMINICAL - DIOCESE DE SÃO MATEUS (ES)

Nº 2.790 (Ano A/Roxo ou Róseo) 4º Domingo da Quaresma 15 de março de 2026

Campanha da Fraternidade 2026

Tema: "Fraternidade e Moradia" Lema: "Ele veio morar entre nós" (Jo 1,14)

"VIVEI COMO FILHOS DA LUZ"



- *Refrão para acender as velas do altar:* "Eu sou a luz do mundo. Quem me segue não andará nas trevas, nas trevas, mas a Luz da vida terá!" (<https://youtu.be/irL4N63hs3Y?si=azZnhJhVBogI7r9>) ou "Senhor, tu és minha Luz, meu Deus, clareia minhas trevas. Senhor, meu Deus, clareia minhas trevas". (bis) (<https://youtu.be/iIvahKWJuf8?si=QAXUcJiZxZIJ1nFx>)

01. ACOLHIDA

C. Irmãos e irmãs, este domingo nos lembra que o tempo da Quaresma é um forte convite à purificação, por meio da conversão e da nossa profissão de fé no Cristo vivo e ressuscitado. Cantemos com muita fé.

02. CANTO

<https://youtu.be/D8ujMtYaJE8?si=-5IXSNrhHWsf0MUeAlegre-te, Jerusalém, canta contente ao teu Senhor. Reúne os povos todos saltando de alegria em Deus, o Salvador!>

1. Eis que o dia se aproxima, é a nossa redenção./ O Senhor vitorioso nos livrará da escravidão.
2. Eis que à terra prometida o Senhor nos levará. / E o deserto será feito qual aguaceiro a jorrar.
3. Eis que o pranto em nossas faces o Senhor enxugará. / E com brados de alegria sim, ele nos levantará!

ou Alegres vamos... nº 204 ou Fiquei foi contente... nº 210.

03. SAUDAÇÃO

- D. Façamos em nós o sinal da nossa fé: ***Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amém.***
D. O Deus da esperança, que nos cumula de toda alegria e paz em nossa fé, pela ação do Espírito Santo, esteja convosco.

Todos: Bendito seja Deus, que nos reuniu no amor de Cristo.

04. MOTIVAÇÃO

C. O Quarto Domingo da Quaresma é conhecido como *Domingo Laetare*, ou Domingo da Alegria. A Liturgia de hoje nos oferece um oásis de esperança em nossa caminhada penitencial, recordando-nos que a Páscoa da Ressurreição está próxima. Jesus é a Luz do mundo, que veio para curar nossas cegueiras espirituais e nos fazer viver como filhos e filhas da luz. Nesta Liturgia transborda a misericórdia de Deus, que não veio para condenar, mas para salvar o mundo. A Quaresma é o tempo favorável para a conversão, para voltarmos à casa do Pai misericordioso.

05. DEUS NOS PERDOA

D. O jejum, a oração e a caridade são um modo de participar dos sofrimentos e do mistério de Cristo. De que nos adianta nos abster de alimentos se não nos purificamos do pecado? A observância exterior precisa corresponder a uma profunda renovação do espírito. Abertos a uma verdadeira conversão, supliquemos a misericórdia de Deus.

Letra: Missal Romano - <https://youtu.be/HVBJO20eTng?si=l4NDDhMViAdCKTZO>

- Senhor, que na água e no Espírito nos regenerastes à vossa imagem, tende piedade de nós. ***Senhor,***

tende piedade de nós. (bis)

- Cristo, que enviais o vosso Espírito para criar em nós um coração novo, tende piedade de nós. **Cristo, tende piedade de nós. (bis)**

- Senhor, que nos tornastes participantes do vosso Corpo e do vosso Sangue, tende piedade de nós. **Senhor, tende piedade de nós. (bis)**

D. Deus todo-poderoso, tenha compaixão de nós, perdoe os nossos pecados e nos conduza à vida eterna. Amém.

06. ORAÇÃO

- Momento de silêncio para oração pessoal

D. Ó Deus, que por vossa Palavra realizais de modo admirável a reconciliação do gênero humano, concedei ao povo cristão correr ao encontro das festas que se aproximam, cheio de fervor e exultando de fé. Por nosso Senhor Jesus Cristo, que é Deus, e convosco vive e reina, na unidade do Espírito Santo, por todos os séculos dos séculos. Amém.

07. DEUS NOS FALA

C. Acolhamos com o coração aberto a Palavra de Deus, que nos revela seu amor incondicional e sua infinita misericórdia.

PRIMEIRA LEITURA: 1Sm 16,1b.6-7.10-13a

L.1 Leitura do Primeiro Livro de Samuel.

SALMO RESPONSORIAL: Sl 22 (23)

Refrão: O Senhor é o pastor que me conduz, não me falta coisa alguma.

SEGUNDA LEITURA: Ef 5,8-14

L.2 Leitura da Carta de São Paulo aos Efésios.

CANTO DE ACLAMAÇÃO

Louvor e glória a ti, Senhor,... nº 372

V. Pois eu sou a luz do mundo, quem nos diz é o Senhor; e vai ter a luz da Vida quem se faz meu seguidor!

EVANGELHO: Jo 9,1-41

Evangelho de Jesus Cristo segundo João.

08. PARTILHANDO A PALAVRA

- O quarto Domingo da Quaresma, também chamado Domingo da alegria (*Laetare*), apresenta de for-

ma mais evidente os sinais da Páscoa que se aproxima. É como um oásis encontrado no deserto, ou uma luz no fim do túnel. A luz é, portanto, o tema central deste Domingo, que prossegue com uma catequese batismal e nos apresenta mais um símbolo essencial para a preparação daqueles que receberão o Batismo na Vigília Pascal, bem como para todos nós, batizados, que nos preparamos para a Páscoa. É a luz que ilumina nossa inteligência para enxergarmos a realidade com os olhos de Deus e a não fazer julgamentos precipitados. É a luz pela qual renascemos no Batismo, que nos faz agir com bondade, justiça e verdade. É a luz trazida por Jesus, que dissipá as trevas das nossas cegueiras.

- A primeira leitura, de Samuel, nos mostra, no processo de escolha e unção do rei Davi, um apelo para que saibamos olhar as pessoas sem julgá-las pela aparência, como costumamos fazer. Samuel, quando chega à casa de Jessé para ungir um de seus filhos, logo imagina que o mais belo de todos, Eliab, seria o escolhido por Deus, mas o Senhor lhe diz: "Não olhes para a sua aparência nem para a sua grande estatura, porque eu o rejeitei". Samuel julga pelos critérios humanos, mas Deus não. O escolhido nem estava presente. Era o menor de todos, Davi, desclassificado pelos critérios humanos, mas escolhido por Deus, que vê o coração e não a aparência dos seus filhos. Assim, Deus nos ensina a ver as pessoas com o seu olhar. Não são poucas as vezes em que nos precipitamos, julgando pela aparência para depois sermos surpreendidos quando elas se revelam de outra maneira.

- Na segunda leitura, Paulo nos orienta a viver como filhos da luz. Os filhos da luz revelam quem são de fato por seus frutos, por suas ações. Elas consistem em atos de bondade, justiça e verdade. O filho da luz sabe discernir o que agrada a Deus, procura fazer a sua vontade e não compactua com as obras das trevas. Ao contrário, tem atitude profética e as desmascara. O filho da luz anda de cabeça erguida, não por orgulho, mas porque tem a consciência tranquila. Seus atos não precisam ser escondidos porque são bons, justos e verdadeiros. Ele enxerga a realidade conforme Deus a quer e age de maneira condizente com a vontade divina.

- O Evangelho de hoje, da cura do cego de nascença, é destinado à catequese daqueles que serão batizados. Ela mostra que Deus nos resgata da lama dos nossos pecados e nos propõe vida nova, transformando nossa história para sermos libertos da escuridão do pecado, da cegueira que nos impede de vermos a realidade com o olhar de Deus. Para além do Batismo, é preciso ser discípulo, seguir Jesus, como fez o cego do Evangelho.

- Jesus, ao curar o cego de nascença, suscita uma

polêmica na comunidade. Primeiro, porque fez isso em dia de sábado. Os judeus o acusavam de desrespeitar a lei de Deus e, por essa razão, Ele não podia ser alguém vindo da parte de Deus. Por outro lado, é acolhido pelo que foi curado e pelos que presenciaram a cura. Como pode alguém que não vem de Deus fazer coisas tão boas para o seu próximo? Questionava aquele que foi curado, ao afirmar: "Sabemos que Deus não escuta os pecadores, mas escuta aquele que é piedoso e que faz a sua vontade". Se Jesus fosse, de fato "um pecador", como afirmavam alguns, Ele não teria feito tal obra.

- Não obstante a cura e a polêmica por ela suscitada, Jesus quer mostrar quanto ainda somos cegos. Enquanto nosso olhar estiver condicionado àquilo que as estruturas opressoras propõem, não estamos ainda prontos para as obras da luz. É preciso libertar nosso olhar, nossa consciência, para enxergarmos a realidade de outra maneira. Somente assim estaremos prontos para segui-lo.

- Ao ter seus olhos abertos, aquele que era cego faz a sua profissão de fé e se propõe a seguir Jesus. Ele nos chama a atenção para olharmos para dentro de nós e avaliar como anda a nossa profissão de fé, a nossa prática religiosa, o nosso processo de conversão, enfim, o nosso seguimento. A Quaresma é esse convite de Cristo a fazermos a revisão da nossa caminhada e ver se estamos enxergando bem os caminhos que promovem e defendem a vida como Deus quer.

09. PROFISSÃO DE FÉ

D. Professemos a nossa fé: *Creio em Deus...*

10. PRECES DA COMUNIDADE

D. Irmãs e irmãos em Cristo, nós sabemos que a luz do mundo é Jesus Cristo, que deu vista ao cego de nascença e quer iluminar todos os homens. Peçamos a sua luz para a Igreja, para o mundo e para cada um de nós, dizendo: *Iluminai, Senhor, o nosso coração.*

L.1 Para que o Senhor dê a luz do seu Espírito ao Papa, ao nosso Bispo e aos presbíteros, e os ensine a ver mais além das aparências, oremos.

L.2 Para que o Senhor dê a luz do seu Espírito a todos os governantes deste mundo e para que eles descubram os caminhos da paz e da concórdia, oremos.

L.1 Para que o Senhor dê a luz do seu Espírito a todos os catecúmenos, a fim de que ponham a sua confiança na luz e na verdade de Cristo e alcancem a liberdade de espírito e de coração, oremos.

L.2 Para que o Senhor dê a luz do seu Espírito aos

fiéis das paróquias de Alto Rio Novo e Águia Branca que celebram no dia 19 o seu padroeiro, São José, e os conservem na fé, oremos.

L.1 Para que o Senhor dê a luz do seu Espírito a toda a humanidade, e as ensine a viver o respeito e a harmonia entre todas as raças e povos, sem discriminação, oremos.

L.2 Para que o Senhor dê a luz do seu Espírito a todos nós, para que cuidemos da criação de Deus: da água que é fonte de vida, do ser humano e de todos os bens confiados a nós, oremos.

D. Senhor, nosso Deus, dai-nos a graça de reconhecer no vosso Filho aquele que é a verdadeira luz do mundo e iluminai os corações dos que não creem nas palavras e nos sinais do Evangelho. Por Cristo, nosso Senhor. Amém.

11. APRESENTAÇÃO DOS DONS

C. Apresentemos diante do altar do Senhor a nossa vida e a nossa vocação de servir à Igreja. Ofertemos também a nossa disposição de ter os olhos abertos e direcionados à vossa luz. Com o nosso dízimo e ofertas, expressemos toda a nossa gratidão a Deus.

O vosso coração de pedra... nº 496

12. LOUVOR E AÇÃO DE GRAÇAS

D. O Senhor esteja convosco.

T. *Ele está no meio de nós.*

D. Demos graças ao Senhor, nosso Deus.

T. *É nosso dever e nossa salvação.*

D. É um prazer para nós, Pai de bondade, vos louvar e adorar. Vós nos concedeis a cada ano a graça de esperar com alegria a santa Páscoa. De coração purificado, entregues à oração e à prática do amor fraternal, preparamo-nos para celebrar os mistérios pascais, que nos deram vida nova e nos tornaram vossos filhos e filhas.

Eu confio em nosso Senhor... nº 1.206

D. Ó Deus, criador do céu e da terra, os nossos louvores cheguem a vós. Que possamos sempre vos louvar, amar, bendizer por seu eterno amor por nós. Por Cristo, nosso Senhor. Amém.

RITO DA COMUNHÃO

- Onde acontece a distribuição da Eucaristia faz-se como segue. Se não tiver, faz-se o Pai Nossa, o abraço da Paz, um momento de silêncio e a Oração final. Em silêncio, ou apenas com um refrão, o corporal é estendido sobre o altar e um Ministro da Eucaristia, pelo caminho mais curto, traz a âmbula com o Pão Consagrado. Este é colocado sobre o altar. O Ministro faz uma genuflexão. Não se convida para ficar de joelhos ou adoração.

13. PAI NOSSO

D. Rezemos com amor e confiança a oração do Senhor: *Pai nosso...*

14. ABRAÇO DA PAZ

D. Como filhos e filhas do Deus da paz, saudemos uns aos outros em Cristo Jesus.

- *A equipe prepara um fundo musical ou um orante refrão.*

15. CONVITE À COMUNHÃO

- *O Ministro da Eucaristia aproxima-se da âmbula sobre o altar. Apresenta o Pão Eucarístico e diz:*

ME. O Senhor ungiu os meus olhos. Eu fui, lavei-me, comecei a ver e acreditei em Deus (Cf Jo 9,11.38). Eis o Cordeiro de Deus, que tira o pecado do mundo.

Todos: *Senhor eu não sou digno(a) de que entreis em minha morada, mas dizei uma palavra e serei salvo(a).*

- *O Ministro comunga e distribui o Pão Eucarístico. Ao final, recolhe a reserva eucarística e leva para o sacrário. Guardar um instante de silêncio.*

- *O HOMEM CHAMADO JESUS (Pe. Jose Weber) - https://youtu.be/Dv3vfOLD9uM?si=lqz7DOtuyNr_TFoP*

Refrão: *O homem chamado Jesus fez barro e ungiu os meus olhos. // Eu fui, me lavei e estou vendo! //*

1. O Senhor é minha luz e salvação; de quem eu terei medo? O Senhor é a proteção da minha vida; Perante quem eu tremerei?

2. Quando avançam os malvados contra mim, querendo devorar-me, são eles, inimigos e opressores, que tropeçam e sucumbem.

3. Se os inimigos acamparem contra mim, não temerá meu coração; se contra mim uma batalha estourar, mesmo assim confiarei.

4. Ao Senhor eu peço apenas uma coisa e é isto que eu desejo: habitar no santuário do Senhor por toda a minha vida.

5. Pois um abrigo me dará sob o seu teto nos dias da desgraça; no interior de sua tenda há de esconder-me e proteger-me sobre a rocha.

16. ORAÇÃO

D. Ó Deus, luz de todo ser humano que vem a este mundo, iluminai nossos corações com o

esplendor da vossa graça, para pensarmos sempre o que vos agrada e amar-vos de todo o coração. Por Cristo, nosso Senhor. Amém.

17. AVISOS

- *Obs.: Após os avisos, podem-se apresentar as ações que a Comunidade está organizando motivada pela Campanha da Fraternidade 2026 e terminar a fala com a oração da CF-2026.*

18. BÊNÇÃO E DESPEDIDA

D. O Senhor esteja convosco!

T. *Ele está no meio de nós!*

D. Abençoe-nos e guarde-nos o Senhor todo-poderoso e cheio de misericórdia: *Pai e Filho e Espírito Santo. T. Amém.*

D. Vivendo como filhos e filhas da luz, ide em paz, e o Senhor vos acompanhe. *T. Graças a Deus.*

- *Obs.: Na sacristia, o dirigente diz, voltado para o crucifixo, com toda a equipe reunida.*

D. Bendigamos ao Senhor.

T. *Demos graças a Deus.*

19. CANTO

Canto da CF 2026 ou outro do Tempo da Quaresma

ATENÇÃO! *Pode-se conservar o costume de cobrir as cruzes e imagens da igreja a partir do sábado que antecede o V Domingo da Quaresma. As cruzes permanecerão veladas até o fim da celebração da Paixão do Senhor, na Sexta-feira Santa. As imagens, até o início da Vigília Pascal. Cobrir as imagens com um pano roxo.*

Leituras para a Semana

2^a Is 65,17-21 / Sl 29(30) / Jo 4,43-54

3^a Ez 47,1-9.12 / Sl 45(46) / Jo 5,1-16

4^a Is 49,8-15 / Sl 144(145) / Jo 5,17-30

5^a 2Sm 7,4-5a.12-14a.16 / Sl 88(89) / Rm 4,13.16-18.22 / Mt 1,16.18-21.24a ou Lc 2,41-51a (*São José*)

6^a Sb 2,1a.12-22 / Sl 33(34) / Jo 7,1-2.10.25-30

Sáb.: Jr 11,18-20 / Sl 7 / Jo 7,40-53

SECRETARIADO DIOCESANO DE PASTORAL



Av. João XXIII, 410-Centro 29930-420

S. Mateus/ES - Tel: (27) 3763.1177

E-mail: dsm.secretariado@gmail.com

Site: www.diocesedesamateus.org.br

Rádio Católica da nossa região é a Kairós FM 94,7. www.radiokairos.com.br

Oração Coleta e outras citações do Missal Romano.

©Amministrazione del Patrimonio della Santa Sede Apostolica e ©Dicastero per la Comunicazione – Libreria Editrice Vaticana, 2023.

Tradução pertencente à © Conferência Nacional dos Bispos do Brasil.

