



caminhada 2

Celebração da Palavra das Comunidades Eclesiais
de Base da Arquidiocese de Vitória - ES

Nº 3057 – ANO A – ROXA

3º DOMINGO DO TEMPO DA QUARESMA – 08/03/2026



DEUS NOS REÚNE

1. ACOLHIDA

Anim.: Irmãos e irmãs, sejam bem-vindos! Apresentem as intenções que trazemos em nossos corações, em especial, por todas as mulheres... *(podem ser lidas ou ditas espontaneamente).*

2. INTRODUÇÃO

Anim.: “Senhor, dá-me dessa água” (Jo 4, 15) esse é o pedido que a mulher da Samaria faz a Jesus, também nós somos convidados a pedir a Cristo que sacie nossa sede de Deus, amor, paz e justiça. De maneira especial, rezamos por todas as mulheres, que fazem nossa vida melhor e cujo dia celebramos hoje. Alegres, cantemos!

3. CANTO DE ABERTURA: 124/119

ANTÍFONA DA ENTRADA: Tenho os olhos sempre fitos no Senhor, pois ele tira os meus pés das armadilhas. Voltai-vos para mim, tende piedade, porque sou pobre, estou sozinho e infeliz! (Cf. Sl 24, 15-16)

Dir.: Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

Todos: Amém!

Dir.: A graça e a paz de Deus, nosso Pai, e de Jesus Cristo, nosso Senhor, estejam convosco.

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

5. ASPERSÃO COM ÁGUA BENTA: 764/769

(O Diácono ou dirigente exorta o povo à oração, dizendo estas palavras ou outras semelhantes:)

Dir.: Invoquemos, irmãos caríssimos, a Deus nosso Pai, fonte e origem de toda a vida, para que (abençoe) esta água que vamos usar confiantes para implorar o perdão dos nossos pecados, que ela nos alcance também a proteção da graça do Senhor contra toda doença e cilada do inimigo.

(Breve silêncio. Em seguida reza-se:)

ORAÇÃO: Concedei, Senhor, que, por vossa misericórdia, jorrem sempre as águas vivas para a nossa salvação, a fim de que nos aproximemos de vós com o coração puro e sejamos livres de todos os perigos da alma e do corpo. Por Cristo, nosso Senhor.

Todos: Amém!

(O Diácono e os ministros aspergem a assembleia com a água benta enquanto se canta um cântico ou antífona apropriada. Em seguida, retornando ao seu lugar, o Diácono ou dirigente diz:)

Dir.: Deus todo-poderoso nos purifique do pecado e, pela participação no mistério pascal, nos torne dignos de participar na mesa do seu reino.

Todos: Amém!

(Seguem-se as invocações: Senhor, tende piedade de nós (ou: Kyrie eleison).)

6. ORAÇÃO (pausa): Ó Deus, autor de toda misericórdia e bondade, que indicastes o jejum, a oração e a esmola como remédio contra o pecado, acolhei benigno esta confissão da nossa humildade, para que, reconhecendo as nossas faltas, sejamos sempre regenerados pela vossa misericórdia. Por nosso Senhor Jesus Cristo, vosso Filho, que é Deus, e convosco vive e reina, na unidade do Espírito Santo, por todos os séculos dos séculos.

Todos: Amém!



DEUS NOS FALA

7. PRIMEIRA LEITURA: Ex 17,3-7

8. SALMO RESPONSORIAL: SI 94(95),1-2.6-7.8-9 (R. 8)

R. Hoje não fecheis o vosso coração, mas ouvi a voz do Senhor!

¹Vinde, exultemos de alegria no Senhor, aclamemos o Rochedo que nos salva!*

²Ao seu encontro caminhemos com louvores, e com cantos de alegria o celebremos! R.*

⁶Vinde adoremos e prostremo-nos por terra, e ajoelhemos ante o Deus que nos criou!*

⁷Porque ele é o nosso Deus, nosso Pastor, † e nós somos o seu povo e seu rebanho, as ovelhas que conduz com sua mão. R.*

⁸Oxalá ouvísseis hoje a sua voz: †

“Não fecheis os corações como em Meriba,

⁹como em Massa, no deserto, aquele dia, em que outrora vossos pais me provocaram, apesar de terem visto as minhas obras”. R.*

9. SEGUNDA LEITURA: Rm 5,1-2.5-8

10. CANTO DE ACLAMAÇÃO

Glória e louvor a vós, ó Cristo. (2x)

Na verdade, sois, Senhor, o Salvador do mundo. Senhor, dai-me água viva a fim de eu não ter sede!

(cf. Jo 4,42.15)

11. EVANGELHO: Jo 4,5-42

12. PARTILHA DA PALAVRA

13. PROFISSÃO DE FÉ

14. PRECES DA COMUNIDADE

Dir.: Ao Senhor que sacia nossa sede, elevemos nossas preces humildemente, suplicando:

R. Saciai-nos, Senhor, com vosso amor!

– Vós, que sois a fonte de água viva, derramai continuamente essa água em vossa Igreja, para que se mantenha sempre fiel à missão que lhe confiastes, nós vos pedimos.

– Vós, pastor que vos doastes por amor, despertai nos que exercem funções públicas um coração misericordioso para com os pobres, os doentes e os pequeninos, nós vos pedimos.

– Vós, que nos destes vosso Espírito por meio da água batismal, iluminai os que se preparam para receber, na Páscoa, os sacramentos da iniciação cristã, nós vos pedimos.

– Vós que nos amais e nos enviastes vosso Filho para remir nossos pecados ao morrer na cruz, concedei-nos a alegria de doar a vida aos nossos irmãos e irmãs, nós vos pedimos. (Outras intenções da comunidade)

Dir.: Senhor, que ouvís o clamor do vosso povo, acolhei as preces que fizemos e as que trazemos no coração, saciai-nos e concedei-nos vossa água que sacia nossa sede. Por Cristo, nosso Senhor.

Todos: Amém!



DEUS FAZ COMUNHÃO

15. PARTILHA DOS DONS: 428

Dir.: Apresentemos ao Senhor, que sacia a nossa sede, nossos dons, nossa vida e nosso coração, como também nossa oferta material. Cantemos!

RITO DA COMUNHÃO

16. PAI-NOSSO

Dir.: Obedientes à palavra do Salvador e formados por seu divino ensinamento, ousamos dizer: Pai nosso...

17. SAUDAÇÃO DA PAZ: 789

Dir.: A paz do Senhor esteja convosco.

Todos: O amor de Cristo nos uniu!

Dir.: Irmãos e irmãs, saudai-vos em Cristo Jesus.

(Após o abraço da paz, estando todos em silêncio orante, sem canto, o Ministro Extraordinário da Sagrada Comunhão busca a Reserva Eucarística que

está no sacrário e traz até o altar sem nada dizer. A assembleia permanece de pé. Ao colocar a âmbula no altar, o ministro faz uma genuflexão, toma nas mãos a hóstia e, mostrando-a aos fiéis, diz: “Felizes os convidados para a ceia do Senhor. Eis o Cordeiro...”. Depois de distribuir a Comunhão aos fiéis, repõe a âmbula com a Reserva Eucarística no sacrário sem nada dizer.)

18. COMUNHÃO: 586

ANTÍFONA DA COMUNHÃO: Daquele que beber da água que eu darei, diz o Senhor, brotará uma fonte que jorra para a vida eterna. (Cf. Jo 4,14)

19. RITO DE LOUVOR: 1004

(O dirigente motiva a comunidade a expressar os seus louvores e, depois, canta-se um salmo ou canto bíblico.)

20. ORAÇÃO (pausa): Senhor, tendo recebido o penhor do mistério celeste, e já saciados na terra com o pão do céu, nós vos pedimos humildemente que se manifeste em nossa vida o que o sacramento realizou em nós. Por Cristo, nosso Senhor.

Todos: Amém!



DEUS NOS ENVIA

21. NOTÍCIAS E AVISOS

22. BÊNÇÃO E DESPEDIDA

Dir.: O Senhor esteja convosco!

Todos: Ele está no meio de nós!

Dir.: Dirigi, Senhor, nós vos pedimos, os corações dos vossos fiéis, e concedei benigno a vossos servos a graça de, permanecendo no amor a vós e ao próximo, cumprir plenamente os vossos mandamentos. Por Cristo, nosso Senhor.

Todos: Amém!

Dir.: Abençoe-vos Deus todo-poderoso, Pai e Filho e Espírito Santo.

Todos: Amém!

Dir.: A alegria do Senhor seja a vossa força. Ide em paz e o Senhor vos acompanhe.

Todos: Graças a Deus!

23. CANTO DE ENVIO: 658/HINO DA CF 2026

24. LEITURAS DA SEMANA

- 2.ª-feira:** 2Rs 5,1-15a; Sl 41(42),2,3;Sl 42(43),3,4 (R. 41[42],3); Lc 4,24-30.
- 3.ª-feira:** Dn 3,25,34-43; Sl 24(25),4bc-5ab.6-7bc.8-9 (R. 6a); Mt 18,21-35.
- 4.ª-feira:** Dt 4,1,5-9; Sl 147(147B),12-13.15-16.19-20 (R. 12a); Mt 5,17-19.
- 5.ª-feira:** Jr 7,23-28; Sl 94(95),1-2.6-7.8-9 (R. 8); Lc 11,14-23.
- 6.ª-feira:** Os 14,2-10; Sl 80(81),6c-8a.8bc-9.10-11ab.14 e 17 (R. cf. 11.9a); Mc 12,28b-34.
- Sábado:** Os 6,1-6Sl 50(51),3-4.18-19.20-21ab (R. cf. Os 6,6); Lc 18,9-14.

ORIENTAÇÕES

- ▶ Entre a proclamação das leituras pode observar-se, se oportuno, um breve espaço de silêncio para que todos meditem brevemente o que ouviram.
- ▶ As antífonas auxiliam na escolha dos cantos apropriados para a liturgia de determinado domingo, Festa ou Solenidade, por isso, a equipe de canto deve escolhê-los cuidadosamente e ensaiá-los com a assembleia, antes da celebração.
- ▶ O uso de instrumentos musicais na Quaresma só é permitido para sustentar o canto. Exceções: 4º Domingo da Quaresma; solenidades e festas.
- ▶ No tempo da Quaresma **não há o Hino do Glória** (*exceto nas festas e solenidades em que é prescrito*), **nunca, porém, o Aleluia.**
- ▶ É importante valorizar o momento do Rito de Louvor após a comunhão, é oracional e de ação de graças, por isso, convém cantar um salmo ou canto apropriado, conforme as indicações.

PADRES ANIVERSARIANTES DA SEMANA

- ▶ **09/03:** Aniversário de Ordenação do Pe. Diego Pereira Azevedo
- ▶ **11/03:** Aniversário Natalício do Pe. José Gilvan Nascimento Silva

Papa Francisco

Ângelus

Domingo, 12 de março de 2023

Estimados irmãos e irmãs, bom dia, bom domingo!

O Evangelho deste domingo apresenta-nos um dos encontros mais bonitos e fascinantes de Jesus, aquele com a samaritana (Jo 4,5-42). Jesus e os discípulos param perto de um poço em Samaria. Chega uma mulher e Jesus diz-lhe: «Dá-me de beber» (v. 8). Gostaria de refletir precisamente sobre esta expressão: *dá-me de beber*.

A cena mostra-nos Jesus sedento e cansado, que se faz encontrar no poço pela samaritana na hora mais quente, ao meio-dia, e, como um mendigo, pede refrigério. É uma imagem do abaixamento de Deus: Deus abaixa-se em Jesus Cristo para a redenção, vem até nós. Em Jesus, Deus fez-se um de nós, humilhou-se; sedento como nós, sofre o mesmo calor que nós. Contemplando esta cena, cada um de nós pode dizer: o Senhor, o Mestre, «pede-me de beber. Por conseguinte, tem sede como eu. Ele tem a minha sede. Deveras, estás próximo de mim, Senhor! Estás ligado à minha pobreza - não posso acreditar! - elevaste-me de baixo, do mais baixo de mim, onde ninguém chega» (P. Mazzolari, La Samaritana, Bolonha, 2022, 55-56). E veste até mim, de baixo, aproximaste-te de mim, porque tinhas, e tens, sede de mim. De fato, a sede de Jesus não é apenas física, exprime o calor mais profundo da nossa vida: é sobretudo sede do nosso amor. Ele é mais do que um mendigo, ele tem sede do nosso amor. E emergirá no momento culminante da Paixão, na cruz: ali, antes de morrer, Jesus dirá: «Tenho sede» (Jo 19,28). Aquela sede de amor que o levou a descer, a abaixar-se, a ser um de nós.

Mas o Senhor, que pede de beber, é Aquele que dá de beber: encontrando a samaritana, fala-lhe da água viva do Espírito Santo; na cruz, do seu lado transpassado, brota sangue e água (Jo 19,34). Jesus, sedento de amor, sacia a nossa sede de amor. E faz conosco como fez com a samaritana: vem ter conosco na nossa vida diária, partilha a nossa sede, promete-nos a água viva que faz jorrar a vida eterna dentro de

nós (Jo 4,14).

Dá-me de beber. Há um segundo aspecto. Estas palavras não são apenas o pedido de Jesus à samaritana, mas um apelo - por vezes silencioso - que se levanta todos os dias e nos pede para *cuidarmos da sede dos outros*. *Dá-me de beber* pedem-nos quantos - na família, no local de trabalho, nos outros lugares que frequentamos - têm sede de proximidade, de atenção, de escuta; pedem-nos aqueles que têm sede da Palavra de Deus e precisam de encontrar na Igreja um oásis onde beber. *Dá-me de beber* é o apelo da nossa sociedade, onde a pressa, a corrida ao consumo e sobretudo a indiferença, aquela cultura da indiferença geram aridez e vazio interior. E - não nos esqueçamos - *dá-me de beber* é o grito de tantos irmãos e irmãs que não têm água para viver, enquanto se continua a poluir e deturpar a nossa casa comum; e também ela, exausta e seca, "tem sede".

Diante desses desafios, o Evangelho de hoje oferece a cada um a água viva que pode fazer de nós uma fonte de refrigério para os outros. E assim, como a samaritana, que deixou a sua ânfora no poço e foi chamar as pessoas da aldeia (v. 28), também nós já não pensaremos apenas em saciar a própria sede, a nossa sede material, intelectual ou cultural, mas, com a alegria de ter encontrado o Senhor, poderemos saciar a sede dos outros: dar sentido à vida dos outros, não como donos, mas como servos desta Palavra de Deus que nos fez ter sede, que nos faz ter sede continuamente; seremos capazes de compreender a sua sede e partilhar o amor que Ele nos doou. Pergunto a mim mesmo e a vós: seremos capazes de compreender a sede dos outros? A sede das pessoas, a sede de tantos na minha família, no meu bairro? Hoje podemos perguntar-nos: será que tenho sede de Deus, será que percebo que preciso do seu amor como da água para viver? E depois, eu que tenho sede: preocupo-me com a sede dos outros, com a sede espiritual, com a sede material?

Que Nossa Senhora interceda por nós e nos ampare no caminho.

Oração da Campanha da Fraternidade 2026

Deus, nosso Pai, em Jesus, vosso Filho, viestes morar entre nós e nos ensinastes o valor da dignidade humana.

Nós vos agradecemos por todas as pessoas e grupos que, sob o impulso do Espírito Santo, se empenham em prol da moradia digna para todos.

Nós vos suplicamos: dai-nos a graça da conversão, para ajudarmos a construir uma sociedade mais justa e fraterna, com terra, teto e trabalho para todas as pessoas, a fim de, um dia, habitarmos, convosco, a casa do céu. Amém.

EDITORA: Departamento Pastoral da Arquidiocese de Vitória

Rua Abílio dos Santos, 47 - Cx. Postal 107 - Tel.: (27) 3223-6711 / 3025-6288 - Cep. 29015-620 - Vitória - ES

E-mail: dms.folhetocaminhada@aves.org.br - www.aves.org.br - whatsapp (27) 99727-2637

Projeto gráfico e editoração: **Comunicação Impressa** - Celular: (27) 98114-3941

Impressão: **ABBA Gráfica e Editora** - Tel.: (27) 3208-9201 / 99983-9128 - Vila Velha - ES