



caminhada 5

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

Nº 3060 – ANO A – ROXA
5º DOMINGO DO TEMPO DA QUARESMA – 22/03/2026



DEUS NOS REÚNE

1. ACOLHIDA

Anim.: Irmãos e irmãs em Cristo, Deus nos reúne para celebrarmos o 5.º Domingo da Quaresma. Sejam bem-vindos e bem-vindas! Apresentemo-nos no altar do Senhor as intenções de nossa comunidade e aquelas que ficaram em nossos corações... *(podem ser lidas ou ditas espontaneamente)*.

2. INTRODUÇÃO

Anim.: A liturgia nos convida a professar nossa fé em Jesus, fazendo, como Lázaro, a experiência de sermos arrancados do túmulo, conduzidos à vida e desarmados de tudo o que nos impede de seguir o caminho. Celebremos a Páscoa de Jesus Cristo que acontece em todas as pessoas e grupos que promovem a vida e lutam pela moradia digna para todos. Na alegria de nosso encontro, entoemos o canto de abertura!

3. CANTO DE ABERTURA: 119/123

ANTÍFONA DA ENTRADA: Fazei justiça, ó Deus, e defendei-me contra a gente impiedosa; do homem perverso e mentiroso libertai-me, ó Senhor! Sois vós o meu Deus e meu refúgio (Cf. Sl 42,1-2).

4. SAUDAÇÃO INICIAL

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

Todos: Amém!

Dir.: O Deus da esperança, que nos cumula de toda alegria e paz em nossa fé, pela ação do Espírito Santo, esteja com todos vocês.

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

5. ATO PENITENCIAL: 163/191

Dir.: Deus é um Pai misericordioso que se comove com nosso sofrimento e nos liberta de todo o pecado que conduz à morte. Reconheçamo-nos necessitados da misericórdia do Pai, pelas vezes em que nós nos deixamos vencer pelas tentações da falta de sensibilidade para com os sem teto. *(Breve silêncio)*.

Dir.: Confessemos os nossos pecados.

Todos: Confesso a Deus todo-poderoso e a vós, irmãos e irmãs...

Dir.: Senhor, tende piedade de nós.

Todos: Senhor, tende piedade de nós.

Dir.: Cristo, tende piedade de nós.

Todos: Cristo, tende piedade de nós.

Dir.: Senhor, tende piedade de nós.

Todos: Senhor, tende piedade de nós.

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

Todos: Amém!

6. ORAÇÃO (pausa): Senhor nosso Deus, dai-nos por vossa graça caminhar com alegria na mesma caridade que levou o vosso Filho a entregar-se à morte no seu amor pelo mundo. 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

Purificai, Senhor, meus ouvidos, purificai, Senhor, meu coração, para ouvir e guardar vossa Palavra!

7. PRIMEIRA LEITURA: Ez 37,12-14

8. SALMO RESPONSORIAL: SI 129(130),1-2.3-4ab.5-6.7-8 (R. cf. 7)

R. No Senhor, toda graça e redenção!

¹Das profundezas eu clamo a vós, Senhor,*

²escutai a minha voz!

Vossos ouvidos estejam bem atentos*
ao clamor da minha prece! **R.**

³Se levardes em conta nossas faltas,*
quem haverá de subsistir?

⁴Mas em vós se encontra o perdão,*
eu vos temo e em vós espero. **R.**

⁵No Senhor ponho a minha esperança,*
espero em sua palavra.

⁶A minh'alma espera no Senhor*
mais que o vigia pela aurora. **R.**

⁷Espera Israel pelo Senhor,*
mais que o vigia pela aurora!

Pois no Senhor se encontra toda graça
e copiosa redenção.

⁸Ele vem libertar a Israel*
de toda a sua culpa. **R.**

9. SEGUNDA LEITURA: Rm 8,8-11

10. CANTO DE ACLAMAÇÃO

Gloria a vós, ó Cristo, verbo de Deus. (2x)

Eu sou a ressurreição, eu sou a vida.
Quem crê em mim não morrerá eternamente.
(Jo 11,25a.26)

11. EVANGELHO: Jo 11,1-45

12. PARTILHA DA PALAVRA

13. PROFISSÃO DE FÉ

14. RITO DO FORTALECIMENTO DOS CATECÚMENOS: *(Se houver Batismo na Vigília Pascal - Ritual de Iniciação Cristã de Adultos (RICA), p. 64-68)*

15. PRECES DA COMUNIDADE

Dir.: Em resposta à Palavra de Deus ouvida e meditada, confiantes elevemos ao Pai nossos pedidos:

R. Senhor, dai-nos a vida!

– Senhor, iluminaí a vossa Igreja, o Papa Leão, nossos bispos Dom Ângelo e Dom Andherson, os presbíteros, os diáconos, religiosos e religiosas e todo o povo que conquistastes, para que creiam e professem uma vida plena para além da morte. Nós vos pedimos.

– Senhor, orientai os nossos governantes, para que ouvindo a Palavra e motivados pela Campanha da Fraternidade, promovam ações que favoreçam vida digna àqueles e àqueles que não tem moradia. Nós vos pedimos.

– Senhor, guiai os que assumem o batismo, para que sejam no mundo sinal de vida plena em Cristo Jesus. Nós vos pedimos.

– Senhor, abençoai os cientistas que se dedicam a pesquisas técnicas e medicamentos para melhorar a qualidade de vida, sempre preocupados com a integridade da pessoa humana. Nós vos pedimos.

(Outras intenções da comunidade)

Dir.: Acolhei, Pai de amor, os pedidos da vossa Igreja aqui reunida. Por Cristo, nosso Senhor.

Todos: Amém!



DEUS FAZ COMUNHÃO

16. PARTILHA DOS DONS: 429/431

Dir.: Apresentemos com simplicidade nossa colaboração para atender às necessidades da comunidade, em sinal de nossa solidariedade fraterna. Cantemos!

RITO DA COMUNHÃO

17. PAI-NOSSO

Dir.: Guiados pelo Espírito Santo, que ora em nós e por nós, elevemos as mãos ao Pai e rezemos juntos a oração que o próprio Jesus nos ensinou. Pai nosso...

18. SAUDAÇÃO DA PAZ: 779/790

Dir.: Para sermos verdadeiros anunciadores do Reino de Deus, precisamos cultivar a paz. Jesus Cristo sonhava com um mundo de paz. Saudemo-nos uns aos outros com um abraço fraterno 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.)

19. COMUNHÃO: 588/594

ANTÍFONA DA COMUNHÃO: Todo aquele que vive e crê em mim não morrerá jamais, diz o Senhor (Jo 11,26).

20. RITO DE LOUVOR: 831/844

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

21. ORAÇÃO (pausa): Concedei, ó Deus todo-poderoso, que sejamos sempre contados entre os membros de Cristo, cujo Corpo e Sangue comungamos. Por Cristo, nosso Senhor.

Todos: Amém!



DEUS NOS ENVIA

22. NOTÍCIAS E AVISOS

– No próximo domingo, 29/03, **Domingo de Ramos da Paixão do Senhor**, ocorrerá a **coleta solidária para a CF 2026**. Sejam generosos!

23. BÊNÇÃO E DESPEDIDA

Dir.: Abençoi, Senhor, o vosso povo que espera o dom da vossa bondade e realizai os desejos que foram inspirados pela vossa generosidade. Por Cristo, nosso Senhor.

Todos: Amém!

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

Todos: Amém!

Dir.: “Lázaro, vem para fora!” Vamos em paz, e que o Senhor Ressuscitado nos acompanhe.

Todos: Graças a Deus!

24. CANTO DE ENVIO: HINO DA CF 2026

25. LEITURAS DA SEMANA

2.ª-feira: Dn 13,1-9.15-17.19-30.33-62 ou mais breve 13,41c-62; Sl 22(23),1-3a.3b-4.5.6 (R. 4a); Jo 8,1-11.

3.ª-feira: Nm 21,4-9; Sl 101(102),2-3.16-18.19-21 (R. 2); Jo 8,21-30.

4.ª-feira: Anunciação do Senhor, Solenidade. Is 7,10-14;8,10; Sl 39(40),7-8a.8b-9.10,11 (R. 8a.9a); Hb 10,4-10; Lc 1,26-38.

5.ª-feira: Gn 17,3-9; Sl 104(105),4-5.6-7.8-9 (R. 8a); Jo 8,51-59.

6.ª-feira: Jr 20,10-13; Sl 17(18),2-3a.3bc-4.5-6.7 (R. cf. 7); Jo 10,31-42.

Sábado: Ez 37,21-28; Jr 31,10.11-12ab.13 (R. cf. 10d); Jo 11,45-56.

ORIENTAÇÕES

- ▶ Na acolhida lembrar dos ausentes, dos doentes, dos aniversariantes, dos visitantes.
- ▶ Pode-se rezar a Oração da CF-2026, na conclusão das preces ou ao final da celebração.
- ▶ Um dos elementos importantes da Celebração Dominical da Palavra de Deus é o “**rito de louvor e ação de graças**”, com o qual se bendiz a Deus pela sua imensa glória. A comunidade reconhece a ação salvadora de Deus, realizada por Jesus Cristo e carita seus louvores. “Bendito seja o Deus e Pai de nosso Senhor Jesus Cristo, que nos abençoou com toda sorte de bênçãos” (Doc. 52, n.83). Por isso, convém cantar um salmo ou canto apropriado, conforme as indicações.
- ▶ 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**.
- ▶ Valorizar os avisos e as notícias que dizem respeito à vida da comunidade, da paróquia, da área pastoral e da Arquidiocese.

PADRES ANIVERSARIANTES DA SEMANA

- ▶ **23/03:** Aniversário Natalício do Pe. Adenilson Antônio Schmidt.
- ▶ **23/03:** Aniversário Natalício do Pe. Valmir dos Santos, PF.
- ▶ **24/03:** Aniversário Natalício do Pe. Pedro Camilo.
- ▶ **25/03:** Aniversário de Ordenação Presbiteral de Dom Andherson Franklin Lustoza de Souza.
- ▶ **25/03:** Aniversário de Ordenação do Pe. Jorge Campos Ramos.
- ▶ **25/03:** Aniversário de Ordenação do Pe. Robson Prati Neves de Oliveira.

Papa Francisco

Ângelus

Domingo, 26 de março de 2023

Estimados irmãos e irmãs, bom dia!

Hoje, V Domingo da Quaresma, o Evangelho apresenta-nos a ressurreição de Lázaro (Jo 11,1-45). É o último dos milagres de Jesus narrados antes da Páscoa: a ressurreição do seu amigo Lázaro. Lázaro é um querido amigo de Jesus, o qual sabe que está prestes a morrer; Ele põe-se a caminho, mas chega a sua casa quatro dias após a sepultura, quando toda a esperança está perdida. A sua presença, contudo, reacende um pouco de confiança no coração das irmãs Marta e Maria (vv. 22.27). Elas, mesmo na tristeza, agarram-se a esta luz, a esta pequena esperança. E Jesus convida-as a ter fé e pede-lhes que abram o túmulo. Depois reza ao Pai e grita a Lázaro: «Vem para fora!» (v. 43). E ele volta à vida e sai. Este é o milagre, assim, simples.

A mensagem é clara: *Jesus dá a vida* inclusive quando parece não haver mais esperança. Acontece, por vezes, que nos sentimos sem esperança - aconteceu a todos - ou que encontramos pessoas que perderam a esperança, amarguradas por terem experimentado situações negativas: o coração ferido não pode ter esperança. Por causa de uma perda dolorosa, de uma doença, de uma amarga desilusão, por causa de uma injustiça ou traição sofridos, por causa de um erro grave cometido... deixaram de ter esperança. Por vezes ouvimos alguém dizer: "Não há mais nada a fazer!", e fechar a porta a toda a esperança. São momentos em que a vida parece um sepulcro fechado: tudo é escuro, em volta só se vê tristeza e desespero. O milagre de hoje, diz-nos que não é assim, o fim não é este, que nestes momentos não estamos sozinhos, aliás, que é precisamente nestes momentos que *Ele se aproxima mais do que nunca para nos restituir a vida*. Jesus chora: o Evangelho diz que Jesus, diante do túmulo de Lázaro chorou, e hoje Jesus chora conosco, tal como pôde chorar por Lázaro: o Evangelho repete duas vezes que se moveu (vv. 33.38) e sublinha que irrompeu em lágrimas (v. 35). Ao mesmo tempo, Jesus convida-nos a não deixar de acreditar e de esperar, a não nos deixarmos esmagar por sentimentos negativos, que nos tiram as lágrimas. Ele aproxima-se dos nossos túmulos e diz-nos, como fez então: «Tirai a pedra» (v. 39). Nestes momentos temos como que uma pedra dentro de nós e o único capaz de removê-la é Jesus, com a sua palavra: "Tirai a pedra".

Isto é o que Jesus diz também a nós. *Tirai a pedra*: a dor, os erros, também os fracassos, não os escondais dentro de vós, num quarto escuro, solitário e fechado. *Tirai a pedra*:

tirai para fora tudo o que está dentro. "Ah, envergonho-me". "Lançai-o em mim com confiança - diz o Senhor -, não me escandaliza; lançai-o em mim sem temor, pois estou convosco, amo-vos, e desejo que volteis a viver". E, como a Lázaro, repete a cada um de nós: *Vem para fora!* Levanta-te, retoma o caminho, recupera a confiança! Quantas vezes na vida nos vimos assim, nesta situação de não termos forças para nos levantarmos de novo. E Jesus: "Vai, continua! Estou contigo". "Levo-te pela mão - diz Jesus -, como quando de criança aprendias a dar os primeiros passos". Querido irmão, querida irmã, tira as ligaduras que te prendem (v. 45); por favor, não cedas ao pessimismo que deprime, não cedas ao temor que isola, não cedas ao desânimo por causa da memória das más experiências, não cedas ao medo que paralisa. Jesus diz-nos: "Quero-te livre, quero-te vivo, não te abandonarei, estou contigo! Tudo é escuro, mas eu estou contigo! Não deixes que a dor te aprisione, não deixes que a esperança morra. Irmão, irmã, regressa à vida!" - "E como faço?" - "Pega a minha mão", e Ele toma-nos pela mão. Deixa-te puxar: Ele é capaz de o fazer. Nos momentos negativos que acontecem a todos nós.

Estimados irmãos e irmãs, este trecho do capítulo 11 do *Evangelho de João*, que faz tão bem ler, é um hino à vida, e é proclamado quando a Páscoa está próxima. Talvez também nós, neste momento, carreguemos no coração algum fardo ou sofrimento, que parece esmagar-nos; alguma coisa má, algum pecado antigo que não conseguimos fazer sair, algum erro da juventude, nunca se sabe. Estas coisas más devem sair. E Jesus diz: "Vem para fora". Então é o momento de remover a pedra e sair para encontrar Jesus, que está próximo. Podemos abrir-lhe o coração e confiar-lhe as nossas preocupações? Será que podemos? Conseguimos abrir o túmulo dos problemas, somos capazes, e olhar para além do limiar, na direção da sua luz, ou temos medo disto? E, por nossa vez, como pequenos espelhos do amor de Deus, somos capazes de iluminar os ambientes em que vivemos com palavras e gestos de vida? Damos testemunho da esperança e da alegria de Jesus? Nós, pecadores, todos? E também, gostaria de dizer uma palavra aos confessores: caros irmãos, não vos esqueçais que também vós sois pecadores, e que estais no confessional não para torturar, mas para perdoar, e perdoar *tudo*, como o Senhor perdoa *tudo*. Que Maria, Mãe da esperança, renove em nós a alegria de não nos sentirmos sós e a chamada a levar luz às trevas que nos rodeiam.

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: mitra.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