



QUARESMA VIVA



Preparação para a Páscoa

Para rezar com sua comunidade

Tempo de rever caminhos e escolher a vida

Índice

Apresentação	04
1º Encontro	08
2º Encontro	14
3º Encontro	20
4º Encontro	28
5º Encontro	34
6º Encontro	40
Apêndice	46



QUARESMA VIVA: FÉ QUE ABRE PORTAS

O Ano Santo reacendeu em nós a chama dos Peregrinos da Esperança. Nesta Quaresma, somos convidados a dar um passo além. O nosso destino é a manhã de Páscoa, a prova definitiva de que nenhuma porta precisa permanecer fechada para sempre, nem mesmo a do sepulcro.

Mas para chegar lá, não basta apenas atravessar portas em busca de graça; é preciso destrancá-las para que a vida passe. Existem partes de nós e da nossa comunidade que ainda estão trancadas pelo medo, pelo julgamento ou pela dor. Por isso, Cristo nos entrega a cada semana uma chave nova para converter obstáculos em passagens.

Queremos viver e cultivar uma fé que abre portas: que não se cansa de orar e construir caminhos para o diálogo, a justiça e o acolhimento. Vamos juntos, a cada semana da quaresma, enfrentar os desafios do caminho, para que a Ressurreição aconteça também em nossas comunidades.

Vamos viver uma Quaresma Viva. Eis o nosso itinerário:

1. A PORTA DA COERÊNCIA: Somos convidados a acalmar o nosso coração e silenciar a nossa mente para encontrar a nossa verdade. A chave da coerência nos aproxima de Jesus e nos conduz a abrir caminhos de diálogo com quem é diferente de nós em nossa comunidade.

2. A PORTA DA INTEGRIDADE: No deserto da indiferença e da violência, muitos irmãos não têm porta para abrir e fechar. A chave da integridade nos move a ser “teto e proteção”. Nossa fé se torna o abrigo seguro que acolhe a dignidade de quem vive na rua.

3. A PORTA DA CONFIANÇA: Diante do medo que paralisa o futuro, subimos o monte. A chave da confiança abre nossos olhos para ver a Criação como Templo sagrado. Cuidamos da terra e do clima não por medo do fim, mas por confiança no Deus da Vida.

4. A PORTA DA HOSPITALIDADE: Jesus atravessou fronteiras para dignificar a mulher samaritana. A chave da hospitalidade destranca os muros do preconceito com quem é de fora e garante que todos, especialmente as mulheres, tenham seu lugar na mesa da comunhão.

5. A PORTA DO DISCERNIMENTO: Para quem vive na escuridão do julgamento, a luz é urgente. A chave do discernimento abre a porta dos nossos olhos. Aprendemos a ver além dos rótulos e a reconhecer a dignidade divina em cada história, acolhendo a diversidade como obra do Criador.

6. A PORTA DA CORAGEM: Diante da pedra pesada da mentira e da morte, Jesus chora e age. A chave da coragem é a força final que nos faz rolar a pedra. É a fé que enfrenta as injustiças e grita para a democracia e para a verdade: “Vem para fora!”.



PREPARAÇÃO

É muito importante escolher, com antecedência, a pessoa animadora para conduzir o roteiro. Essa pessoa irá facilitar a conversa, cuidar do tempo e garantir que o encontro flua com leveza. Para que a experiência seja bem vivenciada, o espaço deve ser preparado com carinho antes de o grupo chegar.

O ambiente deve convidar à oração e ao recolhimento, com a Bíblia aberta no centro, cadeiras dispostas em círculo e os elementos que simbolizam o tema de cada semana.

A iluminação deve ser suave e uma música instrumental em volume baixo para criar o clima de interiorização.

PASSOS DA NOSSA CAMINHADA

Para que vivamos este momento com o coração presente e em sintonia, compartilhamos que nossa caminhada passará pelos seguintes passos:

PASSO 1. ACOLHIDA (10 min): Iniciamos com o sinal da cruz, acalmando o coração e acolhendo quem chega.

PASSO 2. A ESCUTA DA PALAVRA (15 min): Ouvimos o Evangelho e guardamos o silêncio necessário para a semente da Palavra germinar.

PASSO 3. O CAMINHO DE CONVERSÃO (20 min): Nossa partilha dirigida, onde conversamos sobre como a Palavra ilumina a nossa vida.

PASSO 4. O PASSO DA VIDA (10 min): Onde assumimos nosso compromisso prático para a semana e rezamos a oração que o Pai nos ensinou.

PASSO 5. ORAÇÃO FINAL (5 min): Nossa envio, com uma oração coletiva e uma música de despedida.

PRIMEIRO ENCONTRO A PORTA DA COERÊNCIA



Quarta-feira de Cinzas

PRIMEIRO ENCONTRO A PORTA DA COERÊNCIA

*“Se somos barro do mesmo chão,
nossa chamado é viver no mesmo amor.”*



PREPARAÇÃO DO AMBIENTE

Para preparar o espaço sagrado do nosso encontro, vamos organizar o ambiente de forma que convide à oração e ao recolhimento. No centro da roda, colocaremos uma Bíblia aberta e, ao lado, uma tigela de barro (ou vidro transparente) contendo terra seca ou cinzas, simbolizando nossa origem e humildade. Vamos manter a iluminação sóbria; se possível, utilizaremos luzes suaves ou velas para favorecer a interiorização. Para acolher nossos irmãos e irmãs e ajudar na concentração, é possível inserir uma música de fundo em volume baixo, preferindo [melodias](#) instrumentais suaves ou cânticos próprios do tempo quaresmal.

*Clique no
link ao lado*

PASSO 1. ACOLHIDA

O animador convida todos a se acomodarem. Após um breve silêncio, introduz o encontro com voz calma e acolhedora

Animador(a): Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. Amém!

Sejam todos muito bem-vindos e bem-vindas. Hoje, o mundo lá fora segue correndo em um ritmo cada vez mais veloz; o convite que recebemos hoje é para acalmar o nosso coração. Estamos aqui para iniciar um caminho diferente: a Quaresma. Não é um tempo de tristeza, mas



um tempo de verdade. Somos convidados a olhar para o centro da nossa roda. Olhamos a Palavra, o pó, quem se sentiu chamado a celebrar conosco neste dia. Muitas vezes, associamos as cinzas apenas à morte ou ao pecado. Mas o convite de hoje é olhar para isso como origem. Deus nos moldou do barro. As cinzas nos lembram que, antes de sermos médicos, professores, mães, filhos, somos pó... nós somos feitos desse pó porque, antes de tudo, Deus nos amou. Nesta Quarta-feira, nosso valor é a coerência. Se viemos todos do mesmo chão, precisamos construir caminhos de respeito e unidade.

Animador(a):

Vamos, em comunhão, rezar a oração de abertura:

Senhor Deus, que por meio de Jesus acolheis a todos de braços abertos, enviai o Vosso Espírito sobre nós. Neste período de preparação para a Páscoa, pedimos a graça da conversão, para que o nosso coração se abra a novos caminhos e deixe de lado o que nos afasta da fraternidade. Dai-nos atenção para ouvir a Vossa Palavra e coragem para construir a união entre nós. Que este encontro nos ajude a abrir as portas para uma vida nova e cheia de amor. Amém. (o(a) animador(a) pode entoar e solicitar que as demais repitam em coro)

PASSO 2. A ESCUTA DA PALAVRA

Animador(a): Para vivermos a coerência, precisamos ouvir como Jesus nos ensina a praticar a nossa fé. Ele nos alerta sobre o perigo de “parecer” em vez de “ser”. Ouçamos com atenção.

Leitura: Evangelho de Mateus 6, 1-6. 16-18

(Sugere-se que a leitura seja feita pausadamente por alguém da comunidade. Após a leitura, faça 1 minuto de silêncio)

Pistas para breve partilha:

Jesus nos convida a entrar no quarto e fechar a porta para rezar em segredo. Hoje, em um mundo onde tantas coisas são expostas, o que significa para mim reservar um tempo e um espaço

de silêncio para estar a sós com Deus?

(deixar um espaço de silêncio para que o grupo possa internalizar a pergunta)

Ao falar do jejum, Jesus diz que o Pai vê o que fazemos no escondido. Que pequenos gestos concretos posso assumir para viver minha fé de forma mais discreta e confiante, sem necessidade de mostrar aos outros?

Animador(a): Podemos deixar essas perguntas ecoarem no silêncio do nosso interior por um minuto. Se alguém se sentir confortável, pode partilhar com o grupo em voz alta e brevemente o que tocou o coração.

PASSO 3. O CAMINHO DE CONVERSÃO

(Este texto pode ser lido pelo animador ou dividido em parágrafos entre os participantes. O tom deve ser reflexivo, não de sermão)

Leitor 1: Hoje recebemos (ou receberemos) as cinzas. Ao impô-las, ouvimos as palavras: “Lembra-te de que és pó.” Essa frase pode parecer forte, mas ela nos ajuda a lembrar de algo importante: nossa vida é dom de Deus. Somos frágeis e dependemos d’Ele. Vemos da terra e a ela voltaremos. Reconhecer isso não nos desanima; ao contrário, nos coloca na verdade do nosso coração diante do Senhor. Ser humilde é caminhar com os pés no chão, reconhecendo nossos limites e confiando que Deus pode fazer nascer vida nova mesmo em nossa simplicidade.

Leitor 2: No Evangelho que ouvimos, Jesus chama atenção para o perigo da hipocrisia. A palavra “hipócrita” significa alguém que usa máscara. Jesus nos convida a retirar as máscaras e a nos apresentar diante de Deus como realmente somos. A Quaresma é um tempo favorável para descer do palco da aparência e entrar na verdade do coração. No dia a dia, às vezes tentamos parecer fortes o tempo todo, certos em tudo, sem precisar de ninguém. Mas as cinzas são colocadas em nossa testa, lembrando que Deus

nos encontra na nossa humanidade simples e real.

Leitor 3: O desafio que o Evangelho nos apresenta hoje é viver com coerência. Nem sempre é fácil unir a fé que professamos com as atitudes que temos no cotidiano, especialmente com quem pensa ou vive diferente de nós. As cinzas nos recordam que todos somos peregrinos, caminhando juntos. Nossa maior verdade não está em ter sempre razão, mas em aprender a amar como Jesus nos ensina.

Leitor 4: “Se as cinzas revelam que somos barro do mesmo chão, nosso destino é viver o mesmo amor”. Nesta Quaresma, somos convidados a converter o nosso olhar. Quando eu encontrar alguém difícil, alguém que me incomoda na rua ou na internet, o convite é lembrar: “Do pó viemos e ao pó retornaremos”.

O animador convida os presentes a olharem para a pessoa ao lado, em silêncio, por alguns segundos, e dizerem: “Do pó viemos e ao pó retornaremos: eu respeito a presença de Deus em você.”

Animador(a): Maria foi a primeira a nos ensinar sobre a coerência, pois soube unir o que acreditava em seu coração com o que vivia em suas atitudes. Olhando para o seu exemplo, rezemos por todas as pessoas que, em nossas comunidades, buscam viver a verdade e se esforçam para que cada irmão e irmã se sinta respeitado e acolhido. Ave-Maria...

PASSO 4. O PASSO DA VIDA

Animador(a): Não podemos sair daqui apenas com belas palavras. A Quaresma exige conversão. Coerência é prática.

Nesta semana, o exercício espiritual proposto será um “jejum de julgamentos”. Todos nós temos aquela pessoa (na família, no trabalho, na escola ou na vida pública) que costumamos criticar ou julgar imediatamente.

Compromisso: Durante estes dias, toda vez que surgir um pensamento de julgamento sobre alguém, faremos a oração silen-

ciosa da coerência: “Senhor, do pó viemos e ao pó retornaremos: dai-me olhos para ver a humanidade desta pessoa”. Além disso, procuremos ouvir alguém de quem discordamos, sem interromper para rebater, mas para abrir o nosso coração e reconhecer essa pessoa como irmã.

Animador(a): Para que o Pai nos ajude a sermos coerentes no amor, rezemos como Jesus nos ensinou: **Pai Nosso...**

PASSO 5. ORAÇÃO FINAL

Animador(a): Fortalecidos pela verdade de que somos irmãos na fragilidade e no amor, encerremos nosso encontro, rezando:

Todos (em coro): Deus de toda a Criação, ao sairmos deste encontro, levamos a marca do nosso compromisso. Que as cinzas não sejam apenas um rito de hoje, mas a memória constante de que precisamos uns dos outros. Dá-nos a coragem da coerência: que nossas mãos, feitas de barro, sirvam para levantar e não para ferir. Que nossa boca, soprada pelo Teu espírito, sirva para unir e não para dividir. Caminhemos juntos, do pó ao amor, rumo à Páscoa. Amém.

Animador(a): Que a bênção de Deus, que é Pai, Filho e Espírito Santo, desça sobre nós e nos dê a graça da coerência. Que a Porta da Coerência, que hoje atravessamos, não se feche ao sairmos daqui, mas permaneça aberta em cada decisão que tomarmos. Vamos em paz e que o Senhor nos acompanhe neste caminho de conversão.

Todos(as): Graças a Deus.

Canto final sugerido: [“Convertei-vos, voltai a mim”](#) ou outro canto quaresmal conhecido pela comunidade.

Clique no link ao lado



SEGUNDO ENCONTRO A PORTA DA INTEGRIDADE



1ª Semana da Quaresma

SEGUNDO ENCONTRO A PORTA DA INTEGRIDADE

“Irmãos e irmãs no mesmo chão: cuidando da vida como quem cuida do próprio lar.”



PREPARAÇÃO DO AMBIENTE

Para iniciarmos este segundo encontro, estendemos o convite para que organizemos, em conjunto, o espaço que nos acolherá. No centro da nossa roda, mantenhamos a Bíblia aberta como luz para os nossos passos. Ao lado da tigela com terra ou cinzas, que nos recorda a nossa origem comum, colocaremos um par de chinelos ou um pedaço de papelão, trazendo para o meio de nós o símbolo do chão onde tanta gente habita em nossas cidades. Se for possível, também podemos inserir uma chave de casa no espaço como um gesto de oração pela segurança e pelo teto que desejamos para toda a gente. Busquemos criar um ambiente de paz com uma luz suave e deixemos que uma [música quaresmal](#), em volume baixo, nos ajude a silenciar o coração para a oração que começa.

Animador(a):

Vamos, em comunhão, rezar a oração de abertura:

Senhor Deus, que por meio de Jesus acolheis a todos de braços abertos, enviai o Vosso Espírito sobre nós. Neste período de preparação para a Páscoa, pedimos a graça da conversão, para que o nosso coração se abra a novos caminhos e deixe de lado

Clique no link ao lado



o que nos afasta da fraternidade. Dai-nos atenção para ouvir a Vossa Palavra e coragem para construir a união entre nós. Que este encontro nos ajude a abrir as portas para uma vida nova e cheia de amor. Amém.

PASSO 1. ACOLHIDA

(A pessoa que anima acolhe a gente com um sorriso e inicia o sinal da cruz)

Animador(a): Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. Amém! Nesta segunda semana, esta caminhada de peregrinação na Esperança conduz a gente ao deserto. Convido a fecharem os olhos por um minuto e pensar em como é este deserto, quais são suas características, quem o habita (um minuto de silêncio). A maioria dos desertos são de areia, mas ele também pode ser um deserto de asfalto, de indiferença e de insegurança que existe em nossas cidades. Hoje, neste primeiro domingo da Quaresma, recebemos o convite de abrir a Porta da Integridade. Ser íntegro significa ser inteiro. Não permitamos que o medo da violência urbana afete o nosso coração trazendo frieza e distanciamento. Enquanto tantos irmãos e irmãs não têm sequer uma porta para trancar nesta noite, a nossa fé nos convida a ser abrigo por meio do Evangelho.

Animador(as): vamos, em comunhão, rezar a oração de abertura: Senhor Jesus, que no deserto vencestes o egoísmo, olhai para as cidades e para os corações. Fica aqui o pedido pela chave da Integridade para que o medo não nos distancie enquanto irmãos e irmãs. Que a fé seja um teto para quem não tem onde morar, um abraço para quem sofre com a violência, e um porto seguro para a dignidade humana. Ajudai para que se abram portas onde o mundo insiste em levantar muros. Amém.

(o(a) animador(a) pode entoar e solicitar que as demais repitam em coro)

PASSO 2. A ESCUTA DA PALAVRA

Animador(a): Para vivermos a integridade, precisamos ouvir como Jesus nos ensina a praticar a nossa fé. Ele nos ensina a agir diante das tentações para que o medo não nos distancie do Pai. Ouçamos com atenção.

Leitura: Evangelho de Mateus 4, 1-11

(Sugere-se que a leitura seja feita pausadamente por alguém da comunidade. Após a leitura, faça 1 minuto de silêncio)

Pistas para breve partilha:

Diante das tentações do deserto, Jesus escolhe o caminho da fidelidade. No deserto do asfalto, onde a insegurança nos assusta, onde sentimos que o nosso coração está se fechando? O que nos ajudaria a acolher a história de quem não tem onde morar? *(deixar um espaço de silêncio para que o grupo possa internalizar a pergunta)*

Jesus responde às tentações com a Palavra de Deus. O que a fé diz quando se vê alguém dormindo na calçada diante de nossas casas?

Animador(a): Podemos deixar essas perguntas ecoarem no silêncio do nosso interior por um minuto. Se alguém se sentir confortável, pode partilhar com o grupo em voz alta e brevemente o que tocou o coração.

PASSO 3. O CAMINHO DE CONVERSÃO

(Dividir a leitura entre três pessoas do grupo)

Leitor 1: Jesus foi levado ao deserto para ser testado. Ali, Ele escolheu o caminho da fidelidade. Hoje, toda a Sua gente também passa por testes. A violência urbana e a falta de moradia testam a capacidade de permanecermos em caridade. Surge a tentação de acreditar que “não temos nada com isso” ou que “é perigoso demais ajudar”. Mas a integridade cristã nos lembra que o que acontece a um irmão, acontece também ao próprio Cristo.



Leitor 2: Abrirmos a Porta da Integridade para reconhecer que a cidade é o nosso chão compartilhado. Quando alguém dorme ao relento, toda a nossa dignidade é afetada. A violência não se vence apenas com trancas e câmeras, mas com presença e justiça. Jesus não usou Seus poderes para benefício próprio no deserto; Ele os usou para servir. Nossa integridade nos convida a encontrar maneiras de usar o que temos, seja a nossa voz, o nosso tempo, os nossos recursos para apoiarmos quem perdeu o direito ao teto.

Leitor 3: Ser “teto e proteção” para quem é irmão ou irmã não significa necessariamente trazer a pessoa para dentro de casa, mas trazer essa realidade para dentro do nosso coração. É apoiar ações políticas de moradia, tratar com respeito quem pede ajuda e lutar por uma paz que venha do cuidado. Onde a cidade é deserto, a comunidade cristã deve ser oásis.

Animador(a): Rezemos por todas as pessoas em situação de rua e por todas as vítimas da violência em nossa cidade. Ave-Maria...

PASSO 4. O PASSO DA VIDA

Animador(a): Jesus venceu o deserto com decisões concretas. Nossa integridade também precisa de gestos. Compromisso: Durante esta semana, o ato de “abrigar” será o acolhimento da história. Ao cruzar com alguém em situação de rua, em vez de apenas desviar o olhar, faça-se o exercício de rezar silenciosamente por aquela pessoa.

Animador(a): Para que o nosso coração se torne, de fato, um abrigo para quem sofre, rezemos a oração que derruba todos os muros e nos une como uma só família sob o mesmo teto do amor de Deus: Pai Nosso...

PASSO 5. ORAÇÃO FINAL

(Toda a comunidade em pé, se possível de mãos dadas em círculo)

Animador(a): Fortalecidos pela escuta e pela busca de um coração reto, peçamos que a Porta da Integridade permaneça aberta em nossa caminhada. Que a firmeza que encontramos hoje no deserto nos ajude a ser presença inteira e verdadeira no meio dos nossos irmãos.

Rezemos:

Todos (em coro): Senhor, ensinai que a paz verdadeira é fruto da justiça. Dai a coragem de ser integridade em tempos de divisão. Que o olhar não se acostume com o sofrimento alheio, nem o coração se feche por medo do deserto. Fazei de nossa comunidade um lugar de portas abertas, onde quem tem frio encontre calor e quem tem fome encontre pão. Pela força de Tua Palavra, transformai nossas ruas em caminhos de encontro. Amém.

Animador(a): Que a bênção de Deus, que é Pai, Filho e Espírito Santo, desça sobre nós e nos dê um coração íntegro. Que o Senhor nos fortaleça para vencermos as divisões internas e as tentações que nos afastam. Vamos em paz e que o Senhor nos acompanhe no caminho da integridade.

Todos(as): Graças a Deus.

Canto final sugerido: [“Onde reina o amor”](#) ou outro canto sobre o amor conhecido pela comunidade.

Clique no link ao lado



TERCEIRO ENCONTRO A PORTA DA CONFIANÇA



2ª Semana da Quaresma

TERCEIRO ENCONTRO A PORTA DA CONFIANÇA

“Nossa confiança em Deus se torna cuidado com cada ser que é parte da natureza.”



PREPARAÇÃO DO AMBIENTE

Neste segundo domingo em preparação à Páscoa da Ressurreição, organizemos o ambiente com o símbolo da vida que espera: as sementes. No centro da roda, ao lado da Bíblia aberta, colocemos sementes de girassol em pequenos pratos ou espalhadas sobre um tecido junto de uma vasilha com terra fértil. A semente na terra nos recorda que, mesmo nos tempos difíceis, a vida se prepara para recomeçar. Pode-se deixar uma [música](#) instrumental ambiente. Busquemos um ambiente de serenidade e esperança.

Clique no link ao lado

PASSO 1. ACOLHIDA

Animador(a): Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. Amém!

Sejam todos muito bem-vindos. Hoje, o convite é para subirmos o monte. Diante das notícias sobre o clima e das lembranças de desastres que nos assustam, o medo pode querer paralisar os nossos passos. Mas, no alto do Tabor, Jesus se transfigura e mostra que a luz de Deus habita em todas as coisas. Abrir a Porta da Confiança é acreditar na força da semente. Hoje, fazemos uma memória de esperança: recordamos as mãos que se uniram nas

enchentes e em tantos outros momentos de dor. Olhamos para as sementes no nosso centro e lembramos que a fraternidade é a semente de Deus que brota no meio da lama para reconstruir o que foi levado pelas águas.

Animador(a): Vamos, em comunhão, rezar a oração de abertura: Senhor Deus, que por meio de Jesus acolheis a todos de braços abertos, enviai o Vosso Espírito sobre nós. Neste período de preparação para a Páscoa, pedimos a graça da conversão para que nosso coração se abra a novos caminhos e deixe de lado o que nos afasta da fraternidade. Dai-nos atenção para ouvir a Vossa Palavra e coragem para construir a união entre nós. Que este encontro nos ajude a abrir portas para uma vida nova e cheia de amor. Amém.

PASSO 2. A ESCUTA DA PALAVRA

Animador(a): Para vivermos a confiança, subimos hoje com Jesus ao alto do monte. Lá, Ele nos mostra que, mesmo quando o mundo parece desfigurado, a Sua luz continua a brilhar em toda a Criação. Ouçamos como Jesus nos ensina a olhar para a realidade com olhos de esperança, para que o medo do futuro não nos distancie do cuidado com o Planeta e com os nossos irmãos. Preparemos o coração para acolher esta Palavra, deixando que a luz do Tabor ilumine o nosso compromisso com a vida. Ouçamos com atenção.

Leitura: Evangelho de Lucas 9, 28-36

(Sugere-se que a leitura seja feita pausadamente por alguém da comunidade. Após a leitura, faça um minuto de silêncio)

Pistas para partilha:

No alto do monte, os discípulos viram a glória de Deus. Olhando para as sementes aqui no centro, como elas nos ajudam a confiar que Deus continua a renovar a face da terra diante da crise que vivemos com a mudança do clima?

(deixar um espaço de silêncio para que o grupo possa internalizar a pergunta)

Provocação para o grupo: Jesus se revela em plenitude, mas sabemos que, no dia a dia, nem todos os nossos irmãos recebem a mesma proteção. Ao lembrarmos das enchentes e desastres, quais são os bairros que a sociedade costuma deixar “invisíveis” ou sem proteção? Como nossa confiança em Deus nos move a olhar primeiro para quem o mundo insiste em esquecer?

Animador(a): Podemos deixar essas perguntas ecoarem no silêncio do nosso interior por um minuto. Se alguém se sentir confortável, pode partilhar com o grupo em voz alta e brevemente o que tocou o coração.

PASSO 3. O CAMINHO DE CONVERSÃO

(Dividir a leitura entre três pessoas do grupo)

Leitor 1: No Tabor, a criação revelou-se como um Templo Sagrado que o Senhor nos confiou. Mas a nossa confiança é testada quando percebemos que a proteção contra as mudanças no clima não chega para todos da mesma forma. Recordamos as famílias que enfrentaram as enchentes; ali vimos que, quando o equilíbrio da terra é rompido, os irmãos e irmãs que vivem em situações mais frágeis são os primeiros a sentir o impacto.

Leitor 2: A verdadeira confiança nos leva à solidariedade. Não é justo que as comunidades que têm menos recursos para se defender sejam as que mais sofrem com o calor extremo ou as tempestades. Lembramos da enchente de 2024, no Rio Grande do Sul: ainda que as perdas tenham sido imensas, também lembramos da grande mobilização que tomou conta do país. Cuidar do clima é garantir que essa atenção chegue a todos os territórios, especialmente aos mais vulneráveis.

Leitor 3: Cuidar da terra é um ato de fé. Ao protegermos um rio



[Clique no link ao lado](#)

ou cuidarmos da nossa vizinhança, estamos dizendo a Deus que valorizamos cada vida que Ele criou. Nossa missão é garantir que o cuidado com o planeta seja também uma atenção com a dignidade humana, combatendo as desigualdades que fazem com que o sofrimento ambiental tenha cor e endereço.

Animador(a): Maria foi a primeira a nos ensinar sobre coerência e confiança, pois acreditou na vida mesmo diante da cruz. Coloquemos em seu colo materno os rostos de todos os irmãos e irmãs que sofrem pela injustiça ambiental e peçamos que ela nos ajude a ser cuidadores deste Templo Sagrado. Ave Maria...

PASSO 4. O PASSO DA VIDA

Animador(a): Hoje, cada um de nós subiu o monte e viu a beleza da vida, mas agora é hora de descer e cuidar do jardim que Deus nos confiou.

(O animador convida cada pessoa a se aproximar do centro e pegar uma semente e semear na terra que está na vasilha)

Animador(a): Ao semear a semente, somos chamados ao compromisso. Durante esta semana, ela será o sinal da sua Confiança. O nosso gesto concreto será duplo:

Gesto 1. Nesta semana, nosso foco será a separação do lixo em nossas casas. Mas queremos ir além da separação dos resíduos que produzimos:

- Sabemos se existe coleta seletiva no nosso município?
- Alguém sabe para onde vai o lixo que o caminhão leva?

O desafio é buscar saber como funciona a coleta na nossa cidade e, se possível, entrar em contato com a Secretaria de Meio Ambiente ou pesquisar no site da prefeitura.

Gesto 2. Tire um momento do seu dia para rezar especificamente pelas famílias que ainda vivem as consequências das enchentes

e desastres. Lembre-se que, para Deus, nenhum endereço é esquecido e nenhum corpo é invisível. Como guia, somos convidados a ler o primeiro capítulo da Carta Encíclica [Laudato Si'](#); do Santo Padre Francisco (“O que está acontecendo com a nossa casa”), para entendermos a urgência de mudarmos nossa cultura do descarte.

Que o Pai nos ensine a ser cuidadores uns dos outros. Rezemos juntos, **Pai Nossa...**

Sugestão para o animador(a): Se o grupo for engajado, você pode sugerir que tragam o que descobriram sobre a coleta seletiva para partilhar brevemente no início do próximo encontro. Isso pode criar uma continuidade e mostrar que a Quaresma está gerando frutos na comunidade.

PASSO 5. ORAÇÃO FINAL

(O animador(a) convida todos a se levantarem e, com suas sementes de girassol em mãos, seguirem para um espaço externo que pode ser um jardim, um canteiro da paróquia ou até um vaso grande já preparado)

Animador(a): No Tabor, os discípulos queriam armar tendas e ficar parados na beleza do momento. Mas Jesus os chamou para descer o monte e caminhar. Por isso, saímos agora do nosso lugar de conforto e vamos ao encontro da terra.

Enquanto o grupo se desloca, pode-se inserir um [fundo musical instrumental](#).

Enquanto o grupo planta as sementes de girassol, o animador(a) pode dizer: Assim como

[Clique no link ao lado](#)



o girassol busca sempre a luz do sol, que nossa vida busque sempre a luz da justiça e da confiança em Deus. Ao terminarmos este encontro onde lançamos sementes de esperança, peçamos que a Porta da Confiança permaneça aberta em nossa caminhada. Que o medo não paralise nossas mãos, mas que a certeza do amor de Deus nos dê coragem para cuidar da vida que hoje confiamos à terra.

Oração final (*pode ser rezada por todos, em pé, ao redor do local do plantio*): Senhor da Vida, que transfigurastes a dor em luz, dai-nos confiança para cuidar desta Terra, Teu templo sagrado. Abençoai as sementes de esperança plantadas no coração de quem recomeça após a dor do desastre. Dai-nos coragem para sermos guardiões de uma justiça que também promove um clima agradável, equilibrado e sustentável, para que ninguém sofra o abandono e cada pessoa tenha um chão seguro para viver. Que a luz do Tabor nos guie no cuidado com cada irmão e irmã. Amém.

(o(a) animador(a) pode entoar e solicitar que as demais repitam em coro)

Animador(a): Que a bênção de Deus, que é Pai, Filho e Espírito Santo, desça sobre nós e sobre esta terra que hoje cultivamos. Vamos em paz e que o Senhor nos acompanhe.

Todos: Graças a Deus.

Canto final sugerido: Enquanto o grupo se despede, pode-se cantar [“Segura na mão de Deus”](#).



QUARTO ENCONTRO: A PORTA DA HOSPITALIDADE

3ª Semana da Quaresma

QUARTO ENCONTRO: A PORTA DA HOSPITALIDADE

“Se reconhecemos que somos todos imagem de Deus, só seremos inteiros se honrarmos a vida e a dignidade de cada mulher.”

PREPARAÇÃO DO AMBIENTE

Nesta semana, preparamos o ambiente com símbolos que falem de encontro e cuidado. No centro da nossa roda, ao lado da Bíblia, coloquemos uma jarra com água, lembrando o poço da Samaritana. Podemos colocar também um tecido azul, simbolizando o manto de Maria e a presença feminina em nossas comunidades. Busquemos criar um ambiente de paz com uma luz suave e deixemos que uma [música quaresmal](#), em volume baixo, nos ajude a silenciar o coração para a oração que começa.

PASSO 1. ACOLHIDA

Animador(a): Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. Amém!

Sejam todos muito bem-vindos. Hoje, o convite é para pararmos à beira do poço. Jesus, em Sua caminhada, não teve medo de atravessar fronteiras e quebrar preconceitos para conversar com uma mulher que a sociedade da época ignorava. Abrir a Porta da Hospitalidade não é apenas receber alguém em casa, mas é “destrancar” os muros do preconceito que ainda ferem a dignidade das mulheres. Neste dia da mulher, 3º domingo de preparação à Páscoa, queremos celebrar quem sustenta nossas famílias e comunidades, e pedir



[Clique no link ao lado](#)

perdão pelas vezes em que o silêncio e a violência tentaram apagar o brilho de nossas queridas irmãs.

Animador(a): Vamos, em comunhão, rezar a oração de abertura:

Senhor Deus, que por meio de Jesus acolheis a todos de braços abertos, enviai o Vosso Espírito sobre nós. Neste período de preparação para a Páscoa, pedimos a graça da conversão, para que o nosso coração se abra a novos caminhos e deixe de lado o que nos afasta da fraternidade. Dai-nos atenção para ouvir a Vossa Palavra e coragem para construir a união entre nós. Que este encontro nos ajude a abrir as portas para uma vida nova e cheia de amor. Amém.
(o(a) animador(a) pode entoar e solicitar que as demais repitam em coro)

PASSO 2. A ESCUTA DA PALAVRA

Animador(a): Para vivermos a hospitalidade, precisamos olhar para os gestos de Jesus. Ele não viu na Samaritana um “problema”, mas uma pessoa sedenta de vida e dignidade. Ele a tornou a primeira missionária de sua cidade. Ouçamos como o encontro com o Senhor transforma a exclusão em comunhão. Ouçamos com atenção.

Leitura: Evangelho de João 4, 5-42

(Sugere-se que a leitura seja feita pausadamente por alguém da comunidade. Após a leitura, faça 1 minuto de silêncio)

Pistas para partilha:

Jesus pediu água, mas acabou dando a “Água Viva” da dignidade àquela mulher. Em nossa comunidade, como podemos ser essa “fonte de água” que acolhe e valoriza as mulheres?

(deixar um espaço de silêncio para que o grupo possa internalizar a pergunta)

Quem são as mulheres que hoje, com sua força e fé, “anunciam a vida” em nossa vizinhança e Igreja, mesmo enfrentando tantas dificuldades?

(deixar um espaço de silêncio para que o grupo possa internalizar a pergunta)

Provocação para o grupo: Ao olharmos para o encontro de Jesus com a Samaritana, percebemos que Ele não ofereceu uma acolhida superficial. Ele foi à raiz da vida daquela mulher. Infelizmente, no caminho da nossa Quaresma, ainda nos deparamos com marcas de violência e desrespeito contra as mulheres em nossa sociedade e até em nossas famílias. Precisamos compreender que essas feridas precisam ser curadas e superadas se realmente quisermos caminhar com Jesus rumo à alegria da Ressurreição.

Animador(a): Podemos deixar essas perguntas ecoarem no silêncio do nosso interior por um minuto. Se alguém se sentir confortável, pode partilhar com o grupo em voz alta e brevemente o que tocou o coração.

PASSO 3. O CAMINHO DE CONVERSÃO

(Dividir a leitura entre três pessoas do grupo)

Leitor 1: No encontro do poço, Jesus nos ensina que não existe lugar para o preconceito na mesa da comunhão. A hospitalidade cristã começa pelo reconhecimento de que homens e mulheres foram criados com a mesma dignidade. No entanto, ainda hoje, muitas “Samaritanas” sofrem com a violência, o desrespeito e a falta de oportunidades.

Leitor 2: Uma sociedade hospitaleira é aquela que garante proteção. Não podemos fechar os olhos para a realidade de dor que muitas mulheres vivem dentro de seus próprios lares. A hospitalidade exige que sejamos abrigo seguro para quem sofre. Honrar quem gera e sustenta a vida é um dever de todo cristão que deseja seguir o exemplo de Cristo.

Leitor 3: Ser hospitaleiro é também abrir espaço para a liderança e o talento feminino. As mulheres são a força pulsante



das nossas paróquias e famílias. Reconhecer essa força não é apenas um gesto de gentileza, mas de justiça. Quando uma mulher é valorizada, toda a comunidade cresce em humanidade.

Animador(a): Sob a proteção deste manto azul, que simboliza a presença de Maria em nosso meio, entregamos a Deus a vida de todas as mulheres. Que a força da Mãe de Jesus, que permaneceu de pé diante da dor, seja o amparo das mulheres que sofrem e a luz que guia nossa comunidade no respeito e na hospitalidade. Rezemos: Salve Rainha, mãe de misericórdia...

PASSO 4. O PASSO DA VIDA

Animador(a): A hospitalidade se prova na prática. Nesta semana, nosso compromisso será o de promover a valorização por meio de três ações: Busquemos identificar uma mulher na comunidade, trabalho ou família cujo esforço ou dedicação muitas vezes passa despercebido. Faça um gesto concreto de reconhecimento (um agradecimento sincero, um elogio ou um apoio em suas tarefas). Vamos nos comprometer a ser “ouvidos atentos”. Se soubermos de alguma situação de desrespeito ou violência, não seremos indiferentes. Vamos buscar formas de apoiar e orientar, lembrando que a proteção da vida é nossa missão comum. Como gesto de nosso compromisso com a vida e amor ao próximo, procuremos nos informar sobre os mecanismos que existem em nossa sociedade para proteger as mulheres, como a [Lei Maria da Penha](#). Conhecer essas orientações nos ajuda a ser uma comunidade mais preparada para acolher, orientar e proteger a vida de nossas irmãs quando ela estiver em risco.

Clique no link ao lado

Animador(a): Porque acreditamos que somos todos criados com a mesma dignidade e que somos filhos e filhas do mesmo Criador, queremos derrubar os muros da indiferença e do preconceito. Unidos como irmãos e irmãs que dividem o pão e a esperança na mesma mesa, rezemos com confiança a oração que Jesus nos ensinou: **Pai Nosso...**

PASSO 5. ORAÇÃO FINAL

(O animador(a) convida todos a se aproximarem da jarra com água no centro)

Animador(a): Que esta água nos recorde o poço do encontro e a dignidade que Jesus nos devolve a cada dia. Ao sairmos daqui, que possamos manter aberta a porta da hospitalidade, sendo fontes de acolhida e respeito em todos os lugares por onde passarmos. Todos (em coro): Senhor da Vida, que no poço de Jacó devolveste a dignidade à Samaritana, dai-nos um coração hospitalero para acolher e honrar cada mulher. Dai-nos coragem para enfrentar toda forma de desrespeito e violência, para que a paz habite em nossos lares e em nossas comunidades. Que a força da fé feminina continue a iluminar nossa Igreja, e que aprendamos a caminhar juntos, na mesma dignidade de filhos e filhas Teus. Amém.

Animador(a): Que a bênção de Deus, que é Pai, Filho e Espírito Santo, desça sobre nós e nos torne construtores de um mundo mais justo e acolhedor. Vamos em paz e que o Senhor nos acompanhe.

Todos: Graças a Deus.

Canto final sugerido: [“Maria de Nazaré”](#)

Clique no link ao lado



QUINTO ENCONTRO: A PORTA DO DISCERNIMENTO



4ª Semana da Quaresma

QUINTO ENCONTRO: A PORTA DO DISCERNIMENTO

“Se acolhida é o amor posto em prática, respeito é reconhecer o sagrado que habita em cada pessoa.”



PREPARAÇÃO DO AMBIENTE

Neste Domingo da Alegria, vamos preparar o ambiente para que ele transmita paz. No centro, ao lado da Bíblia, coloquemos uma vela acesa. Podemos usar fitas de diversas cores saindo debaixo da Bíblia e se estendendo pela mesa ou chão, simbolizando que o Amor de Deus se manifesta na diversidade da vida. Busquemos um clima que convide ao silêncio respeitoso e à escuta amorosa e que uma [música quaresmal](#), em volume baixo, nos ajude a silenciar o coração para a oração que começa.

PASSO 1. ACOLHIDA

Animador(a): Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. Amém!

Hoje abrimos a Porta do Discernimento. Muitas vezes, a nossa visão fica nublada por julgamentos que nos impedem de ver o próximo como ele realmente é: um filho amado de Deus, uma filha amada de Deus. Abrir esta porta significa pedir ao Senhor que converta o nosso olhar. Queremos aprender que o discernimento não serve para excluir ou separar, mas para reconhecer que onde existe uma história de vida, existe a presença do

Clique no link ao lado



Criador. Que a luz deste encontro nos ajude a derrubar os muros que nos afastam uns dos outros e a reconhecer o sagrado que habita em cada pessoa.

Animador(a): Vamos, em comunhão, rezar a oração de abertura:

Senhor Deus, que por meio de Jesus acolheis a todos de braços abertos, enviai o Vosso Espírito sobre nós. Neste período de preparação para a Páscoa, pedimos a graça da conversão, para que o nosso coração se abra a novos caminhos e deixe de lado o que nos afasta da fraternidade. Dai-nos atenção para ouvir a Vossa Palavra e coragem para construir a união entre nós. Que este encontro nos ajude a abrir as portas para uma vida nova e cheia de amor. Amém.

(o/a animador(a) pode entoar e solicitar que as demais repitam em coro)

PASSO 2. A ESCUTA DA PALAVRA

Animador(a): No Evangelho, Jesus não se deixa prender por rótulos ou tradições que excluem. Enquanto os outros discutiam regras, Jesus via uma pessoa precisando de luz e dignidade. Ouçamos com o coração.

Leitura: Evangelho de João 9, 1-41

(Sugere-se que a leitura seja feita pausadamente por alguém da comunidade. Após a leitura, faça 1 minuto de silêncio)

Pistas para partilha:

Jesus curou o cego e o acolheu quando ele foi expulso pelos outros. Como podemos, em nossa comunidade, ser esse lugar de acolhida para as pessoas que muitas vezes se sentem “expulsas” ou não aceitas?

(deixar um espaço de silêncio para que o grupo possa internalizar a pergunta)

Jesus nos ensina que o julgamento nos cega para o amor. Ao abandonarmos os rótulos que classificam as pessoas, como podemos abrir espaço para uma acolhida verdadeira e respeitosa aos membros de nossa comunidade cujas trajetórias de vida nos desafiam a amar além dos nossos preconceitos?

Animador(a): Podemos deixar essas perguntas ecoarem no silêncio do nosso interior por um minuto. Se alguém se sentir confortável, pode partilhar com o grupo em voz alta e brevemente o que tocou o coração.

PASSO 3. O CAMINHO DE CONVERSÃO

(Dividir a leitura entre três pessoas do grupo)

Animador(a): Para quem ainda enxerga a vida através das frestas do julgamento, o convite hoje é para abrir a porta e contemplar a vastidão do amor de Deus. O discernimento cristão nos ensina que o amor é a nossa primeira e maior vocação. Não existe cristianismo sem respeito pela trajetória de cada irmão e irmã. Ouçamos o chamado à conversão:

Leitor 1: A acolhida não é apenas um gesto de educação, mas um ato sagrado. Quando acolhemos a diversidade das existências, não estamos abandonando nossa fé; pelo contrário, estamos testemunhando a beleza de um Deus que é o artista de todas as formas de vida.

Leitor 2: A força de nossa Igreja não está na altura de seus muros, mas na largura de seus braços enquanto comunidade que se oferece como horizonte seguro, onde quem caminha sob o peso da invisibilidade possa finalmente ser visto, nomeado e reconhecido como parte essencial do corpo de Cristo.

Leitor 3: Ser reflexo da luz de Cristo exige de nós a coragem de atentar para o nosso olhar. Se queremos ser verdadeiros discí-



pulos, nosso olhar deve ser sempre de misericórdia e nunca de condenação, pois só o amor tem o poder de restaurar a vida e revelar o sagrado que habita em cada pessoa.

Animador(a): Silenciemos um instante para deixar que essa luz de discernimento ilumine todos os cantos do nosso coração.
(Um breve momento de silêncio)

Animador(a): Para que esse olhar não seja apenas um desejo, mas uma prática em nossas vidas, precisamos da força que vem do alto. Só o Espírito Santo pode dobrar o que é rígido em nós e iluminar o que ainda não está aberto ao amor. Para nos preparamos para dar o nosso passo concreto de vida e acolhida, invoquemos Aquele que renova todas as coisas. **Rezemos:** Vinde, Espírito Santo, enchei os corações dos Vossos fiéis...

PASSO 4. O PASSO DA VIDA

Animador(a): O Evangelho de hoje nos ensina que a cura da cegueira começa com um gesto de Jesus, mas se completa na caminhada do homem que passou a enxergar. Para que nossa visão seja realmente curada nesta semana, somos convidados a viver o discernimento na prática:

Leitor 1: Muitas vezes, nossa visão é nublada pelo que ouvimos ou replicamos. Nesta semana, nosso compromisso é não participar de conversas, grupos de mensagens ou reuniões que rotulem ou diminuam a dignidade de qualquer irmão ou irmã. Se surgir um comentário que desrespeite alguém, nossa atitude de discernimento será dizer: “Prefiro olhar para a história de vida dessa pessoa com respeito”.

Leitor 2: Nos lugares públicos vamos treinar o nosso coração para ver além das aparências. Ao cruzarmos com alguém muito diferente de nós, faremos uma oração silenciosa: “Senhor, ajuda-me a enxergar o sagrado que habita nesta vida”. É reconhecer

a potência de Deus em todas as formas de existência, antes de qualquer julgamento.

Animador(a): Que esses gestos nos ajudem a manter a Porta do Discernimento aberta em nosso cotidiano. Porque somos todos parte da mesma família humana, criados e amados pelo mesmo Pai, rezemos a oração que nos une na fraternidade: Pai Nosso...

PASSO 5. ORAÇÃO FINAL

Animador(a): Que a bênção de Deus, que é Pai, Filho e Espírito Santo, desça sobre nós e cure toda a cegueira do preconceito. Que ao sairmos daqui, sejamos promotores de uma Igreja onde todos se sintam em casa. Vamos em paz e que o Senhor nos acompanhe.

Todos: Graças a Deus.

Canto final sugerido: [**“Amar como Jesus amou”**](#)

Clique no link ao lado



5ª Semana da Quaresma

SEXTO ENCONTRO: A PORTA DA CORAGEM

“Se cremos na verdade, temos o dever de enfrentar a mentira e a desinformação para que a fraternidade prevaleça.”

SEXTO ENCONTRO: A PORTA DA CORAGEM

PREPARAÇÃO DO AMBIENTE

Neste encontro, a ambientação deve representar a vitória da vida sobre o que nos imobiliza. No centro, coloquemos a Bíblia aberta e, ao seu lado, uma pedra de tamanho médio. Sobre a pedra, estendamos um tecido branco e, por cima, uma cruz. Pode-se deixar uma [música instrumental ambiente](#). O objetivo é simbolizar que o compromisso com a verdade tem o poder de remover os obstáculos que impedem a fraternidade plena.

Clique no link ao lado

PASSO 1. ACOLHIDA

Animador(a): Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. Amém!

Sejam bem-vindos! Estamos nos aproximando da Semana Santa. Hoje abrimos a Porta da Coragem. Diante do túmulo de seu amigo Lázaro, Jesus chorou, mas não parou na dor. Ele agiu e ordenou: “Tirai a pedra!”. Hoje, as pedras que tentam enterrar a nossa esperança têm nome: a mentira, a desinformação e as notícias falsas e manipuladas que ferem a nossa convivência. Ter uma coragem cristã significa ter o compromisso de não deixar que a mentira dite os rumos da nossa sociedade. Vamos pedir ao Senhor a chave da coragem para que possamos defender a integridade das infor-

mações e a verdade que constrói a paz.

Animador(a): Vamos, em comunhão, rezar a oração de abertura:

Senhor Deus, que por meio de Jesus acolheis a todos de braços abertos, enviai o Vosso Espírito sobre nós. Neste período de preparação para a Páscoa, pedimos a graça da conversão, para que o nosso coração se abra a novos caminhos e deixe de lado o que nos afasta da fraternidade. Dai-nos atenção para ouvir a Vossa Palavra e coragem para construir a união entre nós. Que este encontro nos ajude a abrir as portas para uma vida nova e cheia de amor. Amém.

(o(a) animador(a) pode entoar e solicitar que as demais repitam em coro)

PASSO 2. A ESCUTA DA PALAVRA

Animador(a): Jesus chama Lázaro de volta para a vida comunitária. Ele exige que as amarras sejam desatadas para que ele possa caminhar. A mentira é uma amarra; a verdade é o que nos põe de pé. Ouçamos com atenção.

Leitura: Evangelho de João 11, 1-45

(Sugere-se que a leitura seja feita pausadamente por alguém da comunidade. Após a leitura, faça 1 minuto de silêncio)

Pistas para partilha:

Jesus mandou as pessoas tirarem a pedra. Quais são as “pedras” da mentira e da desinformação que percebemos em nossos grupos e redes sociais hoje?

(deixar um espaço de silêncio para que o grupo possa internalizar a pergunta)

Como o nosso silêncio diante de uma mentira pode estar ajudando a manter a vida democrática e a fraternidade “presas no túmulo”?

Animador(a): Podemos deixar essas perguntas ecoarem no silêncio do nosso interior por um minuto. Se alguém se sentir confortável, pode partilhar com o grupo em voz alta e brevemente o que tocou o coração.

PASSO 3. O CAMINHO DE CONVERSÃO

Animador(a): Diante da pedra pesada da mentira, Jesus age. O discernimento político e social do cristão exige a coragem de ser guardião da verdade.

(Dividir a leitura entre três pessoas do grupo)

Leitor 1: O Papa Leão XIV, em sua mensagem para o 60º Dia Mundial das Comunicações Sociais, nos alertou que, nesta era de tecnologias avançadas e inteligência artificial, precisamos mais do que nunca de um “coração que escuta e uma mente que discerne”. Ele nos lembra que a informação deve estar ao serviço da fraternidade, e não da manipulação.

Leitor 2: A democracia é o solo onde a liberdade floresce, mas ela se enfraquece quando a mentira é usada para espalhar o medo. Enfrentar a pedra da desinformação é um compromisso de caridade e justiça. Não podemos ser cúmplices de tecnologias que semeiam discórdia; nossa missão cristã é proteger a verdade e promover caminhos de diálogo que levem ao entendimento entre as pessoas.

Leitor 3: Ter coragem hoje é não aceitar a passividade diante do que tenta nos enganar. É escolher a integridade da informação em vez do compartilhamento impulsivo que alimenta o ódio. Ter coragem é preferir a verdade que constrói a paz, mesmo quando ela nos desafia, recusando a mentira que pode agradar aos olhos, mas que destrói os laços de fraternidade entre nós.

Animador(a): A nossa fé nos compromete com a realidade e com o respeito ao próximo. Acreditar no Deus da Vida é rejeitar



a mentira que divide e destrói. Para confirmar nossa decisão de construir uma sociedade pautada pela honestidade e pela justiça, professemos a nossa fé. **Rezemos:** Creio em Deus Pai Todo-Poderoso...

PASSO 4. O PASSO DA VIDA

Animador(a): Jesus ordenou que Lázaro fosse desatado para que ele pudesse retomar o seu caminho na comunidade. Hoje, as amarras que nos paralisam são as notícias falsas, manipuladas, e o uso irresponsável da Inteligência Artificial que gera desconfiança e fere o avanço da nossa sociedade. Vamos assumir o compromisso prático de zelar pela honestidade e proteger a nossa convivência. Só assim seguiremos como uma sociedade verdadeiramente democrática, pautada na verdade e capaz de construir a paz.

Leitor 1: Antes de compartilhar qualquer notícia que gere revolta, ódio ou que pareça estranha (mesmo que ela favoreça o meu ponto de vista), eu vou parar e verificar a fonte. Como dica prática, podemos usar um site desenvolvido por pesquisadores, que utiliza inteligência artificial para nos ajudar a identificar se uma notícia tem características de ser falsa.

(O site pode ser compartilhado no grupo do WhatsApp da comunidade e o apêndice 1 pode ser impresso e inserido no centro, ao lado da Bíblia)

Leitor 2: Se eu perceber uma mentira circulando em meus grupos de família ou amigos, não vou me omitir. Terei a coragem educada de dizer: “Esta informação não parece verdadeira; vamos zelar pela nossa fraternidade e buscar a verdade juntos?”. O silêncio diante do erro também nos torna cúmplices da desinformação.

Animador(a): A verdade exige humildade para reconhecer que podemos ser enganados e coragem para interromper o ciclo do

erro. Sozinhos não conseguimos discernir tudo, por isso, invoquemos o Espírito da Verdade para que Ele nos dê o dom do conselho e da fortaleza em nossas decisões. Rezemos: Vinde, Espírito Santo, enchei os corações dos Vossos fiéis...

PASSO 5. ORAÇÃO FINAL

Animador(a): Fortalecidos pela força de Jesus, que venceu a morte, peçamos que a Porta da Coragem permaneça aberta. Que ao sairmos daqui, não tenhamos medo de rolar as pedras da mentira para que a vida democrática em nosso país seja plena e verdadeira.

Animador(a): Que a bênção de Deus, que é Pai, Filho e Espírito Santo, nos dê a integridade do coração e a coragem da voz. Vamos em paz e que o Senhor nos acompanhe.

Todos: Graças a Deus.

Canto final sugerido: [“Oração pela paz”](#)

Clique no link ao lado



Apêndice 1 - Guia prático de integridade da informação

Zelar pela verdade é um ato de caridade cristã. Quando você receber uma notícia, vídeo ou áudio que gere dúvida ou indignação, siga estes passos antes de compartilhar:

Passo 1.

A regra do “parar e olhar”

Desconfie do sensacionalismo: Notícias com letras maiúsculas, muitos pontos de exclamação e tom alarmista são sinais de alerta.

Verifique a data: Muitas vezes, notícias antigas são compartilhadas como se fossem atuais para gerar confusão.

Olhe além do título: Muitas vezes o texto diz algo diferente da manchete chamativa.

Passo 2.

Como usar a ferramenta do detector de notícias falsas

Para notícias escritas, você pode contar com o apoio da ciência brasileira. O site nilc-fakenews.herokuapp.com (aponte a câmera do seu celular no QR Code abaixo), desenvolvido por pesquisadores, analisa o modo como o texto foi escrito para identificar se ele possui as características comuns de uma notícia falsa.

Como fazer:

Copie o texto completo da notícia que você recebeu. Acesse nilc-fakenews.herokuapp.com no seu celular ou computador.

Cole o texto na caixa indicada e clique em “Verificar”. O sistema dará um diagnóstico: se o texto tem características de “Verdadeiro” ou “Falso”

Passo 3.

Onde buscar fontes confiáveis

Sempre que possível, busque a mesma informação em veículos de imprensa conhecidos ou em sites oficiais de instituições (como a CNBB, agências de notícias reconhecidas ou portais do governo). A verdade é o alicerce da nossa paz. Ao checar uma informação, você está protegendo a sua família e a sua comunidade.



QUARESMA VIVA



Comunhão | Participação | Missão

 [@com.emaus/](https://www.instagram.com/com.emaus/)