

III DOMINGO DA QUARESMA A
7 E 8 DE MARÇO DE 2026

ABRE OS TEUS OLHOS: OLHA E VÊ.



PARÓQUIAS | SENHORA DA HORA E SÃO MARTINHO DE GUIFÕES

RITOS INICIAIS

Procissão e cântico de entrada | Saudação inicial | Monição inicial

P. Celebramos o IV Domingo da Quaresma. Diante de nós, permanece o apelo fundamental da nossa caminhada: **“Abre-te. Da Quaresma à Páscoa, um caminho com sentido, um caminho com sentidos”**. Depois de afinarmos o sentido do ouvido e do paladar, somos desafiados, neste 4.^a semana da Quaresma, a abrir os olhos, a aclarar e ampliar o sentido da visão, para aprendermos a ver Jesus e a ver com os olhos de Jesus. O encontro de Jesus com o cego de nascença quer abrir os nossos olhos.



Diácono ou Monitor(a) ou Presidente: [um(a) catequizando(a) do 4.º ano coloca o 4.º selo na «Chave dos Sentidos»] Colocamos na Chave dos Sentidos o quarto selo, com o fundo cor-de-rosa, neste domingo da alegria, que evidencia o sentido da visão. Ele tem inscrito o apelo principal desta quarta semana da Quaresma: **“Abre o teu paladar. Ver**

menos. Reparar mais”.

Se houver oportunidade, pode entoar-se o Cântico: *Senhor, recebe os meus sentidos, os olhos, ouvidos e a voz. O tato, o gosto e o corpo sejam dom oferecido a Vós, sejam dom oferecido a Vós. Purificai o meu olhar, ensina-me a escutar. Convertei-me no caminho, para a Páscoa alcançar.* (Letra e música de **Pe. Bruno Ferreira, Diocese do Porto**). **Ou Cântico:** “Eis o tempo favorável”. Estrofe adaptada para o 4.º domingo: “Senhor, ilumina os nossos sentidos; cura nossa cegueira e purifica-nos o olhar; ensina-nos a ver o mundo como Tu vês” (**Daniel Sousa / Pedro Ferreira**).

Ato penitencial – forma B - cantado

NRMS 50-51

Ato penitencial
Fórmula B

Manuel Simões

T
B



Ten - de com - pai - xão de nós, Se - nhor.

S
A

Coro e Assembleia



Por-que so-mos pe-ca-do-res.

T
B



T
B



Ma-ni-fes-tai, Se-nhor, a vos-sa mi-se-ri-cór-di - a.

S
A

Coro e Assembleia



E dai - nos a vos-sa sal-va-ção.

T
B



Absolvição do sacerdote:

Presidente



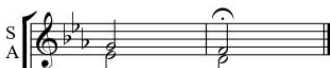
V. Deusto - do po - de - ro - so te - nha com-pai-xão de nós,



per-doe os nos-sos pe-ca-dos e nos con-du-za à vi-da e-ter-na.

S
A

Coro e Assembleia



A - men.

T
B



Segue-se: *Senhor, tende piedade de nós* ou *Senhor, misericórdia* ou *Kyrie, eleison.*

Oração coletiva

LITURGIA DA PALAVRA

	NSH 15h45	SMG 17h30	ISF 09h00	NSH 11h00	NSH 19h00
1.ª leitura <i>Leitores escalados</i>	Noémia Santos	Ana Freitas	Emília Vieira	Delminda Branco	Fátima Coelho
2.ª leitura <i>Leitores escalados</i>	Paula Branco	Matilde Freitas	Aurora Ferreira	Cândido Maia	Ana Luísa
Evangelho Narrador	Diacono	Diacono	Diacono	Diacono	Diacono
Evangelho Voz de Jesus	Presidente	Presidente	Presidente	Presidente	Presidente
Evangelho Leitor 1	Jerónima Sousa	Beatriz Carneiro	Ana Pinto	Aline Ribeiro	Paulo Santos
Evangelho Leitor 2 (cego) <i>Voz masculina</i>	Carlos Sousa	Humberto Gomes	Antonio Jorge	José António	André Rodrigues
Oração Fiéis	Diacono	Diacono	Diacono	Diacono	Diacono

Nota:

Para a proclamação do Evangelho a vozes, se não houver disponibilidade dos leitores não escalados, e aqui sugeridos (para leitor 1 e leitor 2), podemos socorrer-nos dos mesmos leitores escalados para a 1.ª e 2.ª leituras. Convém, todavia, que a voz do cego (leitor 2) seja masculina.

1.ª leitura – forma breve nas Missas com Catequese

Leitura do Primeiro Livro de Samuel

Naqueles dias, o Senhor disse a Samuel:

“Deus não vê como o homem;

o homem olha às aparências, o Senhor vê o coração».

Jessé fez passar os sete filhos diante de Samuel,

mas Samuel declarou-lhe:

«O Senhor não escolheu nenhum destes».

E perguntou a Jessé:

«Estão aqui todos os teus filhos?»

Jessé respondeu-lhe:

«Falta ainda o mais novo, que anda a guardar o rebanho».

Samuel ordenou:

«Manda-o chamar».

Então Jessé mandou-o chamar:

era loiro, de belos olhos e agradável presença.

O Senhor disse a Samuel:

«Levanta-te e **unge-o**, porque é este mesmo».

Samuel pegou na âmbula do óleo

e ungiu-o no meio dos irmãos.

Daquele dia em diante,

o Espírito do Senhor apoderou-Se de Davide.

Palavra do Senhor.

R. Graças a Deus.

Salmo Responsorial (Sl 22/23): O Senhor é meu Pastor, nada me faltará.

Nas missas com catequese, cantar apenas a 1.^a estrofe (alusão à água: «conduz-me às águas refrescantes) e a 3.^a estrofe (alusão à unção: «com óleo me perfumais a cabeça»).

2.^a leitura – forma breve

Leitura da Epístola do apóstolo São Paulo aos Efésios

Irmãos:

Outrora vós **éreis** trevas,
mas agora sois **luz** no Senhor.

Vivei como filhos da luz,

porque o fruto da luz é a bondade, a justiça e a verdade.

Procurai sempre o que mais agrada ao Senhor.

Todas as coisas que são condenadas
são postas a descoberto pela luz.

Desperta, tu que dormes;
levanta-te do meio dos mortos
e Cristo brilhará sobre ti.

Palavra do Senhor.

R. Graças a Deus.

Aclamação ao Evangelho

Refrão: *Glória a Vós, Jesus Cristo, Palavra do Pai.* **Repete-se**



EVANGELHO | O CEGO DE NASCENÇA

Forma longa: Jo 9, 1-41

Narrador (se for diácono): Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São João

Narrador: Naquele tempo, Jesus encontrou no seu caminho um cego de nascença. Os discípulos perguntaram-Lhe:

Leitor 1 (discípulos): «Mestre, quem é que pecou para ele nascer cego? Ele ou os seus pais?».

Narrador: Jesus respondeu-lhes:

Jesus: «Isso não tem nada que ver com os pecados dele ou dos pais; mas aconteceu assim para se manifestarem nele as obras de Deus. É preciso trabalhar, enquanto é dia, nas obras d'Aquele que Me enviou. Vai chegar a noite, em que ninguém pode trabalhar. Enquanto Eu estou no mundo, sou a luz do mundo».

Narrador: Dito isto, cuspiu em terra, fez com a saliva um pouco de lodo e ungiu os olhos do cego. Depois disse-lhe:

Jesus: «Vai lavar-te à piscina de Siloé»;

Narrador: Siloé quer dizer «Enviado». Ele foi, lavou-se e ficou a ver. Entretanto, perguntavam os vizinhos e os que antes o viam a mendigar:

Leitor 1 (vizinhos): «Não é este o que costumava estar sentado a pedir esmola?».

Narrador: Uns diziam: «É ele». Outros afirmavam:

Leitor 1 (vizinhos): «Não é. É parecido com ele».

Narrador: Mas ele próprio dizia:

Leitor 2 (cego): «Sou eu».

Narrador: Perguntaram-lhe então:

Leitor 1 (Vizinhos): «Como foi que se abriram os teus olhos?».

Narrador: Ele respondeu:

Leitor 2 (cego): «Esse homem, que se chama Jesus, fez um pouco de lodo, ungiu-me os olhos e disse-me: ‘Vai lavar-te à piscina de Siloé’. Eu fui, lavei-me e comecei a ver».

Narrador: Perguntaram-lhe ainda:

Leitor 1 (Vizinhos): «Onde está Ele?».

Narrador: O homem respondeu:

Leitor 2 (cego): «Não sei».

Narrador: Levaram aos fariseus o que tinha sido cego. Era sábado esse dia em que Jesus fizera lodo e lhe tinha aberto os olhos. Por isso, os fariseus perguntaram ao homem como tinha recuperado a vista. Ele declarou-lhes:

Leitor 2 (cego): «Jesus pôs-me lodo nos olhos; depois fui lavar-me e agora vejo».

Narrador: Diziam alguns dos fariseus:

Leitor 1 (fariseus): «Esse homem não vem de Deus, porque não guarda o sábado».

Narrador: Outros observavam:

Leitor 1 (fariseus): «Como pode um pecador fazer tais milagres?»

Narrador: E havia desacordo entre eles. Perguntaram então novamente ao cego:

Leitor 1 (fariseus): «Tu que dizes d’Aquele que te deu a vista?».

Narrador: O homem respondeu:

Leitor 2 (cego): «É um profeta».

Narrador: Os judeus não quiseram acreditar que ele tinha sido cego e começara a ver. Chamaram então os pais dele e perguntaram-lhes:

Leitor 1 (fariseus): «É este o vosso filho? É verdade que nasceu cego? Como é que ele agora vê?».

Narrador: Os pais responderam:

Leitor 1 (pais): «Sabemos que este é o nosso filho e que nasceu cego; mas não sabemos como é que ele agora vê, nem sabemos quem lhe abriu os olhos. Ele já tem idade para responder; perguntai-lho vós».

Narrador: Foi por medo que eles deram esta resposta, porque os judeus tinham decidido expulsar da sinagoga quem reconhecesse que Jesus era o Messias. Por isso é que disseram:

Leitor 1 (pais): «Ele já tem idade para responder; perguntai-lho vós».

Narrador: Os judeus chamaram outra vez o que tinha sido cego e disseram-lhe:

Leitor 1 (judeus): «Dá glória a Deus. Nós sabemos que esse homem é pecador».

Narrador: Ele respondeu:

Leitor 2 (cego): «Se é pecador, não sei. O que sei é que eu era cego e agora vejo».

Narrador: Perguntaram-lhe então:

Leitor 1 (judeus): «Que te fez Ele? Como te abriu os olhos?»

Narrador: O homem replicou:

Leitor 2 (cego): «Já vos disse e não destes ouvidos. Porque desejais ouvi-lo novamente? Também quereis fazer-vos seus discípulos?».

Narrador: Então insultaram-no e disseram-lhe:

Leitor 1 (judeus): «Tu é que és seu discípulo; nós somos discípulos de Moisés. Nós sabemos que Deus falou a Moisés; mas este, nem sabemos de onde é».

Narrador: O homem respondeu-lhes:

Leitor 2 (cego): «Isto é realmente estranho: não sabeis de onde Ele é, mas a verdade é que Ele me deu a vista. Ora, nós sabemos que Deus não escuta os pecadores, mas escuta aqueles que O adoram e fazem a sua vontade. Nunca se ouviu dizer que alguém tenha aberto os olhos a um cego de nascença. Se Ele não viesse de Deus, nada podia fazer».

Narrador: Replicaram-lhe então eles:

Leitor 1 (judeus): «Tu nasceste inteiramente em pecado e pretendes ensinar-nos?»

Narrador: E expulsaram-no. Jesus soube que o tinham expulsado e, encontrando-o, disse-lhe:

Jesus: «Tu acreditas no Filho do homem?»

Narrador: Ele respondeu-Lhe:

Leitor 2 (cego): «Quem é, Senhor, para que eu acredite n'Ele?».

Narrador: Disse-lhe Jesus:

Jesus: «Já O viste: é quem está a falar contigo».

Narrador: O homem prostrou-se diante de Jesus e exclamou:

Leitor 2 (cego): «Eu creio, Senhor».

Narrador: Então Jesus disse:

Jesus: «Eu vim a este mundo para exercer um juízo: os que não veem ficarão a ver; os que veem ficarão cegos».

Narrador: Alguns fariseus que estavam com Ele, ouvindo isto, perguntaram-Lhe:

Leitor 1 (fariseus): «Nós também somos cegos?».

Narrador: Respondeu-lhes Jesus:

Jesus: «Se fôsseis cegos, não teríeis pecado. Mas como agora dizeis: 'Nós vemos', o vosso pecado permanece»

Narrador (se for diácono): Palavra da salvação.

HOMILIA NO IV DOMINGO DA QUARESMA A 2026

A Palavra de Deus oferece-nos um verdadeiro “*Ensaio sobre a cegueira*”.

1. Desde logo, a primeira leitura, põe de relevo que o essencial é invisível aos olhos: «*Deus não vê como o homem; o homem vê as aparências, Deus vê o coração*» (1 Sm 16,7). A afirmação, tão clara quanto luminosa, é um convite a lutarmos contra a *ditadura da imagem*, contra a obsessão pela cosmética artificial do corpo, sem a beleza ética ou interior da alma. Podemos ler aqui um apelo a abandonarmos o excesso de luzes, a exposição mediática, o culto da imagem, o narcisismo e o exibicionismo, tão patentes, por exemplo, nas concorridas *selfies*. Larguemos o espelho e a *selfie*, para olharmos, pela janela, para além de nós mesmos, para olharmos e vermos o mundo com os olhos de Deus!

2. O Evangelho usa de uma fina ironia, para nos mostrar, em torno do cego, todo um mundo de cegos e de cegueiras de várias categorias. Desde logo, **a cegueira popular** dos vizinhos e dos pais do cego, alimentada pela ignorância e pela má informação: é a cegueira de quem só vê o que quer ver. Depois, em contraluz, **a cegueira intelectual** dos fariseus, que não querem ver o que é visível à vista desarmada. Estão cegos pelas suas ideias feitas, pelas suas tradições, incapazes de ver a realidade e olhar a novidade. É também uma **cegueira moral**, porque estão cegos pelo preconceito e pelos juízos de valor. Estes fariseus confirmam o provérbio de que “*pior cego é o que não quer ver*”. Como enfrentam e afrontam a Luz, que é Cristo, permanecem cegos! Se se deixassem iluminar, poderiam ser curados da cegueira. À luz do dia, temos a cura do cego de nascença. Ele é curado, não apenas da sua **cegueira física**, mas também da cegueira espiritual. Os olhos da fé abrem-se-lhe pouco a pouco: primeiro, Jesus não passava para ele de um *homem desconhecido*; depois vê e reconhece que Aquele que o curou só pode vir de Deus; chega mesmo a dizer que é um Profeta, até professar

a fé plena, no frente a frente com Jesus: “*Eu creio, Senhor*”. A fé aparece aqui como uma visão, como “*um caminho do olhar, em que os olhos se habituam a ver em profundidade*” (LF 30). A fé é, pois, uma forma de ver e aprender a ver. Somos desafiados pela visão da fé, não só a ver Jesus, mas a ver os outros com os olhos de Jesus, isto é, a participar da Sua própria visão (cf. LF 21). “*Só quando somos configurados com Jesus é que recebemos o olhar adequado para O ver*” (LF 31).

3. Irmãos e irmãs: O sentido a ativar nesta quarta semana da Quaresma é o da visão: **Abre os teus olhos: olha e vê.** Precisamos todos, que Jesus nos cure de toda a espécie de cegueiras: o *olhar distraído, o olhar superficial, o olhar dominador, o olhar inquisidor*. Limpemos dos nossos olhos as cataratas do preconceito, dos juízos, da vista apressada e cansada, para alcançarmos aquele olhar atento ao pormenor, olhar contemplativo, olhar que vê a realidade com espanto, surpresa e admiração, que vê tudo com os olhos de Deus: vê as feridas do mundo, vê os pobres, vê os excluídos, mas vê também os sinais de esperança, vê com o coração, com misericórdia.

4. Mas sobretudo deixo-vos um desafio, ainda mais concreto: **Abre os teus olhos: ver menos. Reparar mais.** No Prefácio do seu livro “*Ensaio sobre a cegueira*”, escreve José Saramago: “**Se podes olhar, vê. Se podes ver, repara**”. Este é um bom colírio (Ap 3,18) para a cura da nossa cegueira: **Ver é reparar**. E reparar é parar para ver. Reparar é voltar a ver. Reparar é construir a atenção. Reparar é reconstruir uma imagem. Só quando reparamos, é que começamos a ver! A experiência espiritual do olhar começa precisamente quando aprendemos a ver demoradamente, quando o nosso olhar deixa de ser apressado e se torna contemplativo! Nesta 4.^a semana, façamos jejum de écrans, de imagens, de fotos, de holofotes, que nos cegam. Fechemos os olhos a tudo isso, para vermos melhor, para vermos o coração, para vermos com o coração. Levemos a peito o desafio que gravamos no selo para esta semana: «**Abre os teus olhos: Ver menos. Reparar mais**». E há tanto a reparar!

Credo

P. Tal como o cego, também nós somos chamados a crescer gradualmente na luz da fé e a dar testemunho dela diante dos outros.

P. Credes em Deus Pai, Luz terna e eterna, que a todos vos cria e recria, como verdadeiros filhos da Luz?

R. Sim, creio!

P. Credes em Jesus Cristo, a Luz de Deus, que veio para dar a vida ao mundo?

R. Sim, creio!

P. Credes no Espírito Santo, que vos ilumina com o dom da fé, para contemplardes as coisas divinas?

R. Sim, creio!

P. Credes na Igreja, chamada a refletir, como a Lua, a luz recebida do Sol nascente, que é Cristo, cujos raios nos dão a vida?

R. Sim, creio!

P. Credes na ressurreição, para poderdes contemplar, na visão clara do Céu, os esplendores da luz eterna?

R. Sim, creio!

Oração dos Fiéis

P. A Deus, que é luz, confiamos as nossas preces, para que brilhe sobre nós a Luz de Cristo, seu Filho. E digamos E digamos:

R. Senhor, abri os nossos olhos!

1. Pela Santa Igreja: para que não queira ter luz própria, mas possa refletir com humildade a Luz que recebe de Cristo. Oremos.
2. Pela nossa Diocese, a caminho do Sínodo, para que, dócil à vontade de Deus, se renove em missão. Oremos.
3. Pelos eleitos para os Sacramentos da Iniciação Cristã: para que se deixem purificar e iluminar pela Luz de Cristo. Oremos.
4. Pelos que governam: para que abandonem as obras das trevas, da corrupção, da mentira, da indiferença, para produzirem frutos de bondade, justiça e verdade. Oremos.
5. Por todos nós: para que, ao longo desta semana, nos deixemos iluminar pela luz da Cristo, para alcançarmos uma visão do coração, que nos dê um olhar atento e agradecido, capaz de ver Jesus e de ver tudo com os olhos de Jesus. Oremos.

P. Deus, Luz da Luz, abri os olhos do nosso coração para a Luz do Vosso Filho, que surge como Astro nascente, Esplendor da luz eterna e Sol de justiça, para que venha e ilumine todos os que jazem nas trevas e na sombra da morte, e assim nos faça encontrar a Luz da Vida. Ele que é Deus e convosco vive e reina, na unidade do Espírito Santo, pelos séculos dos séculos. **R. Ámen.**

Ou

P. Senhor Jesus,

Tu abriste os olhos do cego de nascença

e revelaste-Te como Salvador;

nós, como cegos que somos,

estendemos, para Ti,

as nossas mãos e suplicamos:

Vê as sombras

que cobrem a nossa mente

e ilumina-nos.

Vê como cai a noite sobre nós

e salva-nos.

Envia-nos o teu Espírito Santo

para que nos abra os olhos do coração

e Te reconheçamos como Salvador.

Permite que cheguemos ao amanhecer

do dia eterno,

no qual contemplaremos claramente

o amor que o teu Pai nos consagra.

Tu que és Deus e vives

e reinas com o Pai,

na unidade do Espírito Santo,

pelos séculos dos séculos.

R. Ámen.

LUCIEN DEISS, in CASIANO FLORISTÁN,

Celebraciones de la comunidad, 90.

LITURGIA EUCARÍSTICA

Prefácio próprio do IV Domingo da Quaresma A - *O cego de nascença* | **Santo** (cantado) | **Oração Eucarística II** | **Aclamação** (cantada): *Mistério da fé para a salvação do mundo...* | Ritos da Comunhão

Oração pós-Comunhão ¹

Nós Te damos graças, Senhor, Pai Santo,
porque a Tua luz revela, ilumina e salva.
A Tua luz faz-nos ver a luz.

Tu dissipas e queres que afastemos as trevas,
que são cegueira de rancores, ódios e egoísmos.
Jesus Cristo, Teu Filho, é o Sol Nascente,
a Luz do mundo que encarnou
nas obscuridades de uma noite
e ressuscitou na madrugada do primeiro dia.

É a Luz dos que creem n'Ele,
que encarnou para guiar o género humano,
peregrino nas trevas, até ao esplendor da fé.

Envoltos nas espessas nuvens do pecado,
Tu chamaste-nos a viver à luz do dia,
para alcançar os frutos do Espírito,
que fazem de nós filhos da Luz.

¹ Adaptado de C. FLORISTÁN, *Celebraciones de la comunidad*, 89.

Nós Te pedimos, ó Pai,
que lavados pelo banho batismal
e iluminados pela Tua chamada a uma vida nova,
participemos da luz inacessível do Teu rosto.
Por Jesus Cristo, nosso Senhor.

R. Ámen.

RITOS FINAIS

Agenda pastoral | Guifões

1. Confissões na Vigararia, às 16h00 e às 21h30: Terça-feira, dia 17, em Lavra e Perafita; quarta-feira, dia 18, em Matosinhos; sexta-feira, em Araújo e Custóias.
2. Confissões na nossa Paróquia de Guifões, com vários confessores: quinta-feira, dia 19, das 16h00 às 17h00 na Igreja Matriz e na Igreja da Sagrada Família. Pároco e Pe. João, na Igreja Matriz, disponíveis das 17h00 às 19h00. Este período adicional inclui a confissão dos catequizandos do 8.º ano e daqueles que não vieram no dia marcado (do 4.º ao 7.º anos).
3. Sábado, dia 21, às 18h30, Missa Vespertina adicional, com Entrega do Pai-Nosso.
4. Domingo, às 09h00, na Igreja da Sagrada Família, Missa Dominical inclui Entrega do Pai-Nosso (2.º ano de catequese).
5. Domingo, às 15h00, na Igreja da Senhora da Hora, Celebração do Dia Interparoquial do Doente. Os doentes e idosos que pretendem receber a Unção dos Enfermos devem fazer a sua inscrição, na secretaria paroquial, pessoalmente ou por meio de um MEC ou familiar.

Agenda pastoral | Senhora da Hora

1. Confissões na Vigararia, às 16h00 e às 21h30: Terça-feira, dia 17, em Lavra e Perafita; quarta-feira, dia 18, em Matosinhos; sexta-feira, em Araújo e Custóias.
2. Confissões em Guifões, com vários confessores: quinta-feira, dia 19, das 16h00 às 17h00 na Igreja Matriz e na Igreja da Sagrada Família. Pároco e Pe. João, na Igreja Matriz, disponíveis das 17h00 às 19h00.
3. Confissões para os catequizandos: 8.º ano, sexta-feira, às 18h30; 5.º A: sábado, dia 21, às 10h00; 7.º ano: sábado, dia 21, 14h30; sábado, dia 21, às 17h00: 10.º ano.
4. Sexta-feira, dia 20, às 21h00, na Sala Nobre, 2.º encontro do Percorso Catecumenal de Adultos,
5. Sexta-feira, dia 20, às 21h00, Assembleia de Associados da Associação Festas da Senhora da Hora e de colaboradores pastorais, sobre a reorganização das Festas da Senhora da Hora.
6. Sábado, dia 21, às 18h30, Missa Vespertina adicional, com Entrega do Pai-Nosso.
7. Domingo, às 15h00, na Igreja da Senhora da Hora, Celebração do Dia Interparoquial do Doente. Os doentes e idosos que pretendem receber a Unção dos Enfermos devem fazer a sua inscrição, na secretaria paroquial, pessoalmente ou por meio de um MEC ou familiar.

Bênção | Despedida

Diácono: Abri os vossos olhos:

Vede menos. Reparai mais. Ide em paz e o Senhor vos acompanhe.

R. Graças a Deus.

Propostas pessoais e comunitárias

- Exercitar o olhar agradecido (exercício diário de gratidão).
- Passar um dia sem ligar a televisão, ao tablet!
- Dominar a obsessão pela cosmética artificial sem beleza interior
- Dominar o excesso de exposição mediática, o culto da imagem, o narcisismo e o exibicionismo.
- Discernir cegueiras pessoais e comunitárias.
- Fazer um Exame de consciência mais profundo
- Preparar e celebrar o Sacramento da Reconciliação.

Perguntas para reflexão e exame de consciência:

O que escolho ver? Que cegueira preciso de deixar curar para ver como Deus vê?

Oração da bênção da mesa

IV Domingo da Quaresma A

15.03.2023

Senhor,

aproxima-se a Tua Páscoa.

Acende-se já em nós

uma luz de esperança,

que nos enche de tanta alegria.

Dá-nos um coração que vê,

um olhar atento ao pormenor.

um olhar contemplativo,

bondoso e agradecido.

Abençoa a nossa mesa,

com os frutos da luz:

a bondade, a justiça

e a verdade.

Ámen.