



MEJ

MOVIMENTO EUCARÍSTICO JOVEM

Brasil



Roteiros
Mensais para Grupos

MARÇO 2026

O DESARMAMENTO E A CONSTRUÇÃO DA PAZ

Roteiro 1 – MARÇO 2026

PREPARAR O ENCONTRO

Tema: O DESARMAMENTO E A CONSTRUÇÃO DA PAZ

Intenção do Papa: Rezemos para que as nações avancem em direção a um desarmamento efetivo, especialmente o desarmamento nuclear, e para que os líderes mundiais escolham o caminho do diálogo e da diplomacia em vez da violência.

Objetivo: Refletir sobre a Intenção de Oração do Papa para este mês, compreendendo que somos construtores da Paz.

Ambientação:

Cadeiras em círculo. No centro, uma mesa com uma imagem do Coração de Jesus, nomes de países que sofrem com guerras, violências e armamentos, uma vela e um tecido branco para sinalizar a paz.

Material para Dinâmica:

Dinâmica 1: Papel, caneta e uma caixa pequena

Dinâmica 2: Papel e Caneta

Canto: Paz pela Paz

Refletir sobre essa canção.

O desarmamento efetivo é um desafio real e urgente para o mundo.

Rezemos juntos para o desarmamento e paz no mundo.

Oração inicial: Sinal da Cruz, Oferecimento Diário e Vinde Espírito Santo.

Dinâmica 1: “Batalhas Invisíveis”

1. Entregue aos jovens pequenos pedaços de papel. Peça que escrevam, de forma anônima, algo que hoje lhes desperta conflito interior. Pode ser um sentimento, uma dificuldade ou uma situação vivida.

Exemplos:

- A. Discussões nas redes sociais; preconceito; raiva acumulada; falta de escuta; julgamentos; intolerância; brigas familiares; competição exagerada, dentre outros.
2. Recolha todos os papéis em uma caixa e misture;
 3. Cada jovem retira um papel que não seja o seu;
 4. Peça que leiam em silêncio e reflitam por alguns instantes.

Finalize dizendo:

Muitas vezes carregamos batalhas que ninguém vê. Hoje aprendemos que não estamos sozinhos e que precisamos olhar para o outro com mais cuidado.

(Após a dinâmica cada jovem guarda o papel para o momento final do encontro.)

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA E ANÁLISE DA EXPERIÊNCIA

DINÂMICA 2: “Desarmar o Coração”

Objetivo: Perceber que o desarmamento do mundo começa dentro de nós.

Como fazer:

1. Entregue um papel para cada jovem;
2. Peça que escrevam uma “arma” que às vezes usam no dia a dia.
Pode ser: gritar, responder com grosseria, guardar mágoa, ironizar, julgar, fofoca, discutir para vencer, entre outros;
3. Recolha os papéis e coloque todos no centro da roda.

Explique:

O MUNDO PEDE DESARMAMENTO NUCLEAR, MAS DEUS TAMBÉM PEDE DESARMAMENTO INTERIOR.

4. Entregue outro papel.

Peça que escrevam uma atitude concreta de **PAZ** que possam assumir durante essa semana:

Exemplos: Escutar mais; evitar discussão; pedir perdão; ter paciência; dialogar entre outras.

Cada jovem vai até o centro da roda e coloca esse papel por cima dos papéis das “armas”, como sinal de que atitudes de paz precisam vencer aquilo que nos desarma interiormente.

Perguntas para partilha:

- É mais fácil falar de guerra entre nações ou das minhas próprias atitudes?
- Em que situações eu ajo como se estivesse em batalha?
- Tenho escolhido diálogo ou confronto?
- Se cada um aqui se desarmasse, o que mudaria no nosso grupo?
- Como posso viver a intenção de oração do Papa no meu dia a dia?

Vocês perceberam que, quando agimos por impulso, a paz também é ferida? A violência não escolhe alvo. Ela espalha danos.

Essa realidade não acontece apenas nas grandes guerras. Ela começa nas pequenas atitudes. Vivemos em um tempo marcado por tensões e polarizações. Em muitas grandes cidades do Brasil e do mundo, a violência faz parte do cotidiano. Mas nem toda violência é visível. Além das armas físicas, existem armas interiores: palavras que ferem, julgamentos precipitados, intolerância, orgulho, indiferença e falta de escuta.

O Papa Francisco nos lembra que “a paz é um trabalho artesanal que se constrói todos os dias”. Ela não surge automaticamente. Ela exige decisão.

Bento XVI afirmava que “a paz não é apenas ausência de guerra, mas compromisso permanente de construir relações baseadas na verdade, na justiça e no amor”. Paz não é passividade. É responsabilidade.

Santa Teresa de Calcutá dizia: “Se queremos que haja paz no mundo, comecemos pela nossa própria casa”. Antes de pensar nos grandes conflitos globais, somos chamados a olhar para nossas relações mais próximas.

Mas o cenário mundial também nos interpela. Ainda existem nações investindo em armamentos cada vez mais destrutivos, inclusive armas nucleares, capazes de ameaçar o futuro da humanidade. O desarmamento precisa ser efetivo. Não apenas discurso, mas decisão concreta em favor da vida.

Para que isso aconteça, é necessário que líderes mundiais escolham o caminho do diálogo e da diplomacia em vez da violência. A história mostra que guerras começam quando o diálogo termina.

E aqui está a ligação direta conosco: não podemos pedir diálogo entre as nações se não somos capazes de dialogar em casa. Não podemos desejar o desarmamento global se alimentamos conflitos nas redes sociais, nas amizades ou na família.

A Eucaristia nos ensina outro caminho. Jesus não vence pela força. Ele vence pela entrega. Ele rompe o ciclo da violência com o perdão.

Diante de tudo isso, somos convidados a nos perguntar:

Tenho usado minhas palavras para construir ou para destruir?

Tenho contribuído para a reconciliação ou para a divisão?

Sou sinal de diálogo ou de confronto?

Tenho buscado compreender antes de reagir?

O verdadeiro desarmamento começa quando escolhemos guardar as armas do orgulho, da agressividade e do ressentimento. Começa quando reconhecemos que todos carregam batalhas internas e que ninguém é apenas erro ou conflito.

A verdadeira construção da paz nasce quando decidimos viver atitudes boas, mesmo quando isso exige esforço, renúncia e perdão. Nasce quando acolhemos a fragilidade do outro, como fizemos na oração inicial, e escolhemos compreender antes de julgar.

O desarmamento começa dentro de nós. Não é algo distante. É uma escolha concreta. E a construção da paz não é um acontecimento ocasional. É uma decisão diária.

A cultura da paz nasce no coração e com a nossa oração ela pode transformar o mundo.

DISCERNIMENTO CRISTÃO

Passagem: Mateus 26, 51-52

“E eis que um dos que estavam com Jesus estendeu a mão, puxou da espada e, ferindo o servo do sumo sacerdote, cortou-lhe a orelha. Então Jesus lhe disse: ‘Guarda a tua espada, pois todos os que usam a espada, pela espada morrerão’.”

Reflexão:

Pedro acreditava estar defendendo Jesus. Sua reação foi impulsiva e parecia justificável. Aos olhos humanos, parecia coragem. No entanto, Jesus interrompe a violência. Cristo nos ensina que o discípulo não responde ao mal reproduzindo o mal. Ele rompe o ciclo. Guardar a espada não significa omissão. Significa maturidade espiritual. Significa confiar que a força de Deus não depende da agressividade humana.

Hoje nossas espadas podem ser: - Palavras agressivas - Comentários ofensivos - Julgamentos precipitados - Ironias - Exclusões - Indiferença.

Jesus nos convida a guardar essas espadas.

Na Eucaristia, Ele vence pela entrega. Ele se oferece. Ele não impõe. Ele se transforma no amor.

Vamos rezar juntos pedindo ao Coração de Jesus que nos dê um coração semelhante ao Dele, que possamos ser sempre construtores da paz. Que saia de nós o coração cheio de angústias, impulsos, conflitos, para termos em nosso coração os mesmos sentimentos do Coração de Jesus e que o MEJ seja, em todo o Brasil e mundo, um sinal concreto de juventude que escolhe proteger a paz, construir pontes e romper ciclos de violência. Que os chefes das nações escolham o caminho da paz, do diálogo e não das guerras.

Canto: Conheço um Coração (À medida que for cantando, cada jovem coloca o papel que escreveu na motivação – os conflitos interiores – aos pés do Coração de Jesus)

Quando terminar a canção rezar: Pai Nosso e “Jesus, manso e humilde de coração, fazei o nosso coração semelhante ao Vosso!”

Despedida: Com a canção Paz pela Paz, os jovens vão se abraçando e desejando a paz uns aos outros.

COMPROMISSO

A paz precisa sair do encontro e alcançar nossas relações diárias.
Cada jovem escolhe uma atitude e assume vivê-la:

- ❖ Viver um jejum quaresmal ligado ao desarmamento interior.
- ❖ Dar um passo concreto de reconciliação.
- ❖ Oferecer uma Comunhão pela paz.
- ❖ Evitar alimentar discussões nas redes sociais.
- ❖ Praticar escuta ativa.
- ❖ Rezar pelos países em guerra.

