



# MEJ

MOVIMENTO EUCARÍSTICO JOVEM

**Brasil**



Roteiros  
Mensais para Grupos

SETEMBRO 2026  
**CUIDADO COM A ÁGUA**

## Roteiro 1 – SETEMBRO 2026

---

### PREPARAR O ENCONTRO

---

#### Preparar o local do Encontro

Providenciar um espaço decorado com o tema da água: uma bacia ou jarra transparente com água no centro, algumas pedrinhas ou conchas ao redor, e, se possível, uma planta ou flores próximas, lembrando a água como fonte da vida. Colocar uma música instrumental suave para ambientação. Iniciar o encontro com Oração (Oferecimento Diário), pedindo a Deus a graça de um bom encontro e um coração aberto para acolher o tema da água como dom e responsabilidade.

#### Intenção do Papa

*Rezemos por uma gestão justa e sustentável da água, recurso vital, para que todos tenham igual acesso a ela.*

#### Sugestão de música para tocar na acolhida

És Água Viva — Padre Zezinho, scj:  
<https://www.youtube.com/watch?v=doS862FCUVk>

#### Objetivos

- Refletir sobre a água como dom de Deus e recurso vital para toda a criação;
- Despertar a consciência sobre o uso justo, consciente e sustentável da água;
- Criar unidade, partilha e fraternidade entre os membros do grupo a partir do cuidado com a Casa Comum.

---

### MOTIVAÇÃO

---

#### DINÂMICA 1 — "Água que me Sacia, Água que Reparto"

**Objetivo:** ajudar o jovem a reconhecer a água como dom recebido de Deus e a perceber seu chamado a repartir esse dom com quem tem sede — literal ou espiritualmente.

**Duração:** aproximadamente 25 minutos

**Material:** um jarro grande com água, um copo transparente para cada jovem, uma bacia ou vasilha comum no centro, música suave.

#### Como conduzir

1. **Introdução — O dirigente diz:** "A água é vida. Ninguém vive sem ela, e ninguém deveria ter que viver sem ela. Deus criou a água para todos, não para poucos."

2. **Momento de silêncio** — O dirigente segura o jarro e derrama, bem devagar, um pouco de água na bacia central, diante de todos, em silêncio.
3. **Contemplação silenciosa** — Peça que olhem para a água na bacia e pensem:
  - Em que áreas da minha vida eu sinto "sede" — de amor, de sentido, de Deus?
  - Quem, perto de mim ou no mundo, está precisando de água — de cuidado, de justiça, de atenção?
4. **Receber a água** — O dirigente passa entregando um copo com um pouco de água a cada jovem, dizendo: *"Recebe a água da vida."* Ao receberem, eles pensam silenciosamente em algo pelo que são gratos.
5. **Partilha em dupla ou trio** — Eles conversam brevemente sobre:
  - O que tem me saciado nos últimos tempos;
  - Como posso ser "água" — cuidado, escuta, partilha — para alguém que preciso hoje.
6. **Encerramento e Compromisso** — Cada jovem derrama um pouco da água do seu copo na bacia comum, unindo-se aos demais, e todos dizem juntos: *"Senhor, que eu seja fonte de vida para quem tem sede ao meu redor."*

---

## DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

---

### A Igreja nos convida a olhar para a água com gratidão e responsabilidade

- **Dom para todos:** *a água é um bem essencial que Deus confiou à humanidade inteira, e não deveria ser privilégio de poucos, mas direito e acesso garantido a todos os povos.*
- **Cuidado com a Casa Comum:** *cuidar da água é cuidar da criação e de quem vem depois de nós; o desperdício e a poluição ferem tanto a natureza quanto os mais pobres, que são os primeiros a sofrer com a escassez.*
- **Justiça e partilha:** *uma gestão justa da água exige conversão do coração — passar de uma lógica de posse para uma lógica de partilha e solidariedade entre os povos.*
- **Sede espiritual:** *assim como o corpo tem sede de água, o coração humano tem sede de Deus, de sentido e de amor verdadeiro — e é Jesus quem sacia essa sede mais profunda.*

A água atravessa toda a história da salvação: nas águas da criação, no dilúvio que renova a terra, na travessia do Mar Vermelho, na água que jorra da rocha no deserto, no Batismo de Jesus no Jordão e no rio de água viva que corre do lado do templo, símbolo do próprio Cristo. Falar de água, portanto, não é apenas falar de meio ambiente: é falar de vida, de aliança e de fé.

Vivemos num tempo em que a água é, ao mesmo tempo, abundante em algumas regiões e escassa em outras; usada com fartura por alguns e disputada, com sacrifício, por muitos. Enquanto uns abrem a torneira sem pensar duas vezes, outros caminham quilômetros carregando baldes, ou dependem de água imprópria para beber. Essa desigualdade não é vontade de Deus — é fruto de escolhas humanas que podem, e devem, ser transformadas.

Rezar pela gestão justa e sustentável da água é também assumir um compromisso concreto: economizar no dia a dia, evitar o desperdício, cuidar das nascentes e dos rios, e apoiar iniciativas que levem água potável a quem ainda não a tem. Pequenos gestos, somados, tornam-se sinal profético de um mundo mais fraterno.

## **Questionamentos**

- Como tenho usado a água no meu dia a dia: com cuidado ou com desperdício?
- De que "água" — amor, perdão, escuta, esperança — eu mais preciso beber hoje?
- Conheço realidades, perto de mim ou no mundo, onde falta água? Como posso contribuir, mesmo com um pequeno gesto?
- Sou fonte de vida para as pessoas ao meu redor, ou apenas espero receber?

---

## **DISCERNIMENTO CRISTÃO**

---

### **Iluminação bíblica**

"Quem beber da água que eu lhe der nunca mais terá sede; a água que eu lhe der se tornará nele fonte de água a jorrar para a vida eterna" (João 4,13-14).

Esse diálogo de Jesus com a samaritana, junto ao poço de Jacó, é um dos textos mais bonitos do Evangelho sobre a água. Uma mulher vai buscar água ao meio-dia, sozinha, fugindo dos olhares e julgamentos. E é ali, no lugar mais comum do seu cotidiano, que ela encontra Jesus — e Ele lhe oferece muito mais do que água: oferece-lhe a própria vida.

### **A água que mata a sede e a Água que dá a vida**

Todos nós conhecemos a sede física: aquela necessidade urgente, incômoda, que só a água resolve. Mas Jesus fala de outra sede, mais profunda — a sede de sentido, de amor, de ser aceito, de paz interior. É essa sede que, muitas vezes, nos leva a buscar em lugares errados aquilo que só Deus pode dar.

### **A água como direito e como partilha**

No tempo de Jesus, o poço era lugar de encontro e também de disputa: quem controlava a água tinha poder. Hoje não é muito diferente — em muitas regiões do planeta, a água ainda é motivo de conflito, desigualdade e exclusão. Jesus, ao pedir água a uma mulher samaritana — considerada estrangeira e inimiga pelos judeus — rompe barreiras e ensina que a água, como a vida, não deve ter fronteiras nem donos exclusivos.

### **Tornar-se fonte**

O mais surpreendente da promessa de Jesus é que quem bebe dessa água viva não fica apenas satisfeito: torna-se, ele mesmo, fonte para os outros. Não basta receber o cuidado, o amor e a fé — somos chamados a deixá-los transbordar, tornando-nos, como Jesus, fonte de vida para quem cruza o nosso caminho.

Assim como a samaritana, que deixou o cântaro e correu para anunciar aos outros o que havia encontrado, somos convidados a largar aquilo que nos prende a uma vida

de escassez e correr para partilhar a Água Viva que recebemos: o próprio Jesus Cristo.

Após a leitura, colocar um fundo musical e deixar alguns minutos para reflexão. Deixar que os jovens se manifestem espontaneamente sobre o que entenderam do texto.

## **DINÂMICA 2 — "Poço da Partilha: a Água que Recebo, a Água que Ofereço"**

**Objetivo:** ajudar o jovem a reconhecer os dons que recebe de Deus como "água que sacia" e identificar como pode se tornar fonte de cuidado para os outros e para a criação.

**Duração:** 20 a 25 minutos

### **Materiais**

- Cartões coloridos ou papéis pequenos (2 por pessoa)
- Duas caixas ou potes, um com a etiqueta "A Água que Deus me dá" e outro "A Água que eu Ofereço"
- Canetas
- Uma jarra ou vasilha com água ao centro, se possível

### **Como funciona**

#### **1. Acolhida e introdução**

Você explica: *"Assim como a água, os dons de Deus não param em nós — eles precisam correr, como um rio, para chegar a outras pessoas. Hoje vamos reconhecer o que temos recebido e o que queremos oferecer."*

#### **2. Primeiro cartão: "A Água que Deus me dá"**

Cada jovem recebe um cartão e responde silenciosamente:

- O que Deus tem me dado neste último tempo?

*Exemplos: força, amizade, cura, paciência, uma nova oportunidade, fé renovada...*

Eles escrevem e colocam o cartão dentro da caixa 1.

#### **3. Segundo cartão: "A Água que eu Ofereço"**

Agora cada um recebe outro cartão e responde:

- Que "água" concreta posso oferecer a alguém ou ao planeta esta semana?

*Pode ser algo simples: economizar água em casa, visitar alguém, perdoar, ajudar um colega, cuidar de uma praça ou nascente...*

Colocam esse cartão na caixa 2.

#### **4. Mistura e partilha leve**

Abra a caixa 1 e leia aleatoriamente alguns cartões — sem dizer de quem são. Faça o mesmo com a caixa 2. Isso gera identificação, leveza e cria clima de comunhão.

#### **5. Encerramento**

O dirigente conclui com uma fala como: *"A água que recebemos de Deus não é para ficar parada — é para correr, como um rio, e dar vida a quem encontramos pelo caminho."*

---

## MÚSICA

---

A Samaritana — Sivia Rodrigues:

[https://www.youtube.com/watch?v=sDWvyLRnO10&list=RDsDWvyLRnO10&start\\_radio=1](https://www.youtube.com/watch?v=sDWvyLRnO10&list=RDsDWvyLRnO10&start_radio=1)

---

## ORAÇÃO FINAL

---

Pai Nosso... Ave Maria... Glória... Click To Pray — Oração do dia

Louvado seja nosso Senhor Jesus Cristo!

Para sempre seja louvado.