

Meu Redentor está vivo



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Angélica Ilacqua CRB-8/7057

Alvarenga, Marcel Gustavo

Meu Redentor está vivo : reflexões diárias para a Páscoa : dias da semana e domingos dos anos A, B, C / Marcel Gustavo Alvarenga. – São Paulo : Paulus, 2026.
(Coleção Palavra Viva)

ISBN 978-85-349-6071-7

1. Páscoa 2. Liturgia I. Título II. Série

26-0614

CDD 242.3

Índice para catálogo sistemático:

1. Páscoa

Coleção PALAVRA E VIDA

Organizador: Pe. Marcel Gustavo Alvarenga

- *À espera do Cristo que vem: reflexões diárias para o Advento e o Natal - dias da semana e domingos dos anos A, B, C*
- *Vamos com ele a Jerusalém: reflexões diárias para a Quaresma - dias da semana e domingos dos anos A, B, C*
- *Meu Redentor está vivo: reflexões diárias para a Páscoa - dias da semana e domingos dos anos A, B, C*

Pe. Marcel Gustavo Alvarenga

Meu Redentor está vivo

Reflexões diárias para a Páscoa –
dias da semana e domingos dos anos A, B, C



Todos os direitos reservados pela Paulus Editora. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida, seja por meios mecânicos, eletrônicos, seja via cópia xerográfica, sem a autorização prévia da Editora.

Direção editorial

Pe. Jakson Ferreira de Alencar

Gerência editorial

Elisa Zuigeber

Revisão

Tiago José Risi Leme

Tatianne Francisquetti

Lucas Giron

Design

Andrea Cristina Florez Marin

Imagem da capa

Getty Images

Impressão e acabamento

PAULUS

1ª edição, 2026



Conheça o catálogo **PAULUS**
acessando: paulus.com.br/loja,
ou pelo QR Code.
Tele vendas: (11) 3789-4000 /
0800 016 40 11

© PAULUS - 2026

Rua Francisco Cruz, 229 • 04117-091
São Paulo (Brasil)
Tel.: (11) 5087-3700
paulus.com.br • editorial@paulus.com.br

ISBN 978-85-349-6071-7

*Aos meus pais, Iris e Eliana, e meus avós maternos,
Antônio e Lindinalva, que me levaram à fonte batismal e me
fizeram participar do mistério do Cristo morto e ressuscitado.*

Índice

13	Introdução
15	Ceia do Senhor
19	Paixão de Nosso Senhor Jesus Cristo
23	Vigília Pascal
23	Ano A
26	Ano B
28	Ano C
31	Domingo da Páscoa na ressurreição do Senhor
35	Segunda-feira na oitava da Páscoa
37	Terça-feira na oitava da Páscoa
39	Quarta-feira na oitava da Páscoa
41	Quinta-feira na oitava da Páscoa
43	Sexta-feira na oitava da Páscoa
47	Sábado na oitava da Páscoa

- 49 **II domingo da Páscoa**
- 49 Ano A
- 51 Ano B
- 54 Ano C
- 59 **Segunda-feira**
da II semana da Páscoa
- 61 **Terça-feira**
da II semana da Páscoa
- 63 **Quarta-feira**
da II semana da Páscoa
- 65 **Quinta-feira**
da II semana da Páscoa
- 67 **Sexta-feira**
da II semana da Páscoa
- 69 **Sábado**
da II semana da Páscoa
- 71 **III domingo da Páscoa**
- 71 Ano A
- 73 Ano B
- 74 Ano C
- 79 **Segunda-feira**
da III semana da Páscoa
- 81 **Terça-feira**
da III semana da Páscoa
- 83 **Quarta-feira**
da III semana da Páscoa
- 85 **Quinta-feira**
da III semana da Páscoa

- 87 Sexta-feira**
da III semana da Páscoa
- 89 Sábado**
da III semana da Páscoa
- 91 IV domingo da Páscoa**
- 91 Ano A**
- 93 Ano B**
- 95 Ano C**
- 99 Segunda-feira**
da IV semana da Páscoa
- 101 Terça-feira**
da IV semana da Páscoa
- 103 Quarta-feira**
da IV semana da Páscoa
- 105 Quinta-feira**
da IV semana da Páscoa
- 107 Sexta-feira**
da IV semana da Páscoa
- 109 Sábado**
da IV semana da Páscoa
- 111 V domingo da Páscoa**
- 111 Ano A**
- 113 Ano B**
- 115 Ano C**
- 119 Segunda-feira**
da V semana da Páscoa
- 121 Terça-feira**
da V semana da Páscoa

- 123 Quarta-feira**
da V semana da Páscoa
- 125 Quinta-feira**
da V semana da Páscoa
- 127 Sexta-feira**
da V semana da Páscoa
- 129 Sábado**
da V semana da Páscoa
- 131 VI domingo da Páscoa**
- 131 Ano A**
- 133 Ano B**
- 135 Ano C**
- 139 Segunda-feira**
da VI semana da Páscoa
- 141 Terça-feira**
da VI semana da Páscoa
- 143 Quarta-feira**
da VI semana da Páscoa
- 145 Quinta-feira**
da VI semana da Páscoa
- 147 Sexta-feira**
da VI semana da Páscoa
- 149 Sábado**
da VI semana da Páscoa
- 151 Solenidade da Ascensão do Senhor**
- 151 Ano A**
- 153 Ano B**
- 155 Ano C**

- 159 Segunda-feira**
da VII semana da Páscoa
- 161 Terça-feira**
da VII semana da Páscoa
- 163 Quarta-feira**
da VII semana da Páscoa
- 165 Quinta-feira**
da VII semana da Páscoa
- 167 Sexta-feira**
da VII semana da Páscoa
- 169 Sábado**
da VII semana da Páscoa
- 171 Solenidade de Pentecostes**

Introdução

"Eu sei que meu redentor está vivo e que, no fim, se levantará sobre o pó; e, depois que tiverem arrancado esta minha pele, desde minha carne, verei a Deus" (Jó 19,25-26). Essa fala de Jó tem sido recordada de geração em geração diante das dificuldades e crises enfrentadas pelo povo de Deus. Tendo perdido tudo o que lhe era caro – animais, criados, filhos e a própria saúde –, Jó experimenta o abismo da condição humana. Mesmo seus lamentos, marcados pela dor, não são capazes de sufocar o brilho de uma esperança tremeluzente: "Meu redentor está vivo! Minha vida não será em vão!".

Celebrar a Páscoa do Senhor é para nós, cristãos, um ato de esperança em meio às trevas do mundo. Partimos de um fato aparentemente pequeno e isolado: uma sepultura vazia, com lençóis mortuários jogados ao chão. Para os que não tinham fé, tratava-se de roubo de cadáver, mas houve quem fizesse a experiência do Ressuscitado: "Vimos o Senhor!" (Jo 20,25),

disseram os apóstolos que o encontraram no cenáculo, mesmo estando as portas fechadas. Dia após dia, desde aquela manhã do primeiro dia da semana, nós, cristãos, somos convidados a fazer a experiência pascal em nossa vida: continuamos carregando nossas cruzes e renunciando a nós mesmos, na certeza de que a vida tem sempre a última palavra.

Este livro apresenta reflexões diárias para o tempo da Páscoa, desde o Tríduo Pascal até o domingo de Pentecostes. Procurei usar uma linguagem mais pastoral do que exegética, mais próxima da vida comum do que dos manuais de teologia. A cada dia, partimos de um versículo bíblico segundo o elenco de leituras apresentado pela liturgia. O intuito é permitir que a Palavra escrita, lida e meditada seja vivida no âmbito cotidiano de cada um, com a certeza de que a luz do Ressuscitado brilha em nossas trevas e nos enche de coragem e santa ousadia. Espero poder ajudar o caro leitor a trilhar bem o caminho pascal, de modo que, a todo momento, possa afirmar como Jó: “Eu sei que meu redentor está vivo!”.

O autor

Ceia do Senhor

“Tendo amado os seus que estavam no mundo, amou-os até o fim” (Jo 13,1).

Iniciamos o Tríduo Pascal fazendo memória da última refeição de Jesus com seus discípulos. Como outrora Moisés diante da sarça ardente, somos convidados a nos aproximar do mistério do Cristo morto e ressuscitado com temor e reverência. Tiremos as sandálias dos pés e mantenhamos o silêncio próprio dos que sabem adorar em espírito e verdade. Aproveitemos a oportunidade que nos é dada de estarmos à mesa com o Senhor nesta noite em que ele lava os pés dos seus, institui a Eucaristia, inaugura o sacerdócio da Nova Aliança e promulga um novo mandamento.

O primeiro versículo do Evangelho que ouvimos hoje contém o cerne de tudo o que celebraremos durante o Tríduo: “Tendo amado os seus que estavam no mundo, amou-os até o fim”. De fato, só podemos compreender a grandeza da paixão, morte e ressurreição do Senhor sob a ótica de um amor que

não conhece limites; um amor capaz de vencer distâncias, cruzar fronteiras e até mesmo transpor os limites entre Deus e a humanidade. O padre Antônio Vieira nos lembra de que o Cristo se encontra enfermo de amor, doente de um amor incurável. E esse amor que Cristo sente pelos seus “nem o tempo o diminuiu, nem a ingratidão o esfriou, nem a ausência o enfraqueceu, nem a melhora do objeto o mudou um ponto”.¹ Seu amor é perfeito, infinito e imutável, uma vez que “o amor que é verdadeiro tem obrigação de ser eterno; porque se em algum tempo deixou de ser, nunca foi amor”.²

“Amou-os até o fim.” Até o último suspiro e para além dele, pois o infinito amor de Jesus o fez mergulhar no abismo da morte para resgatar os que estavam privados da visão de Deus. E em Cristo percebemos o quanto é própria daqueles que amam a atitude de se doar. Com efeito, aquele que passou a vida fazendo o bem não fez outra coisa senão doar tudo de si: seus ensinamentos, sua presença, seus milagres, seu testemunho... Santo Afonso Maria de Ligório indaga: “Mas vós, Jesus, partindo deste mundo, o que nos deixastes em memória de vosso amor? Não uma veste, não um anel, mas vosso corpo, vosso sangue, vossa alma, vossa divindade, vós mesmo, todo, sem reservas”.³ Participar da Eucaristia é

¹ VIEIRA, Antônio. *Essencial Padre Antônio Vieira*. São Paulo: Penguin Classics Companhia das Letras, 2011. p. 334.

² *Idem*, p. 336.

³ LIGÓRIO, Afonso Maria de. *A prática do amor a Jesus Cristo*. Aparecida: Editora Santuário, 2019. p. 25.

receber o Cristo todo, tê-lo unido intimamente a nós, fazê-lo participante de nossa história, tanto quanto ele nos faz participantes de sua cruz e de sua glória.

Quem ama não quer outra coisa senão propagar o amor. Por isso, Jesus propõe um novo mandamento a seus seguidores: “Como eu vos amei, vós deveis amar uns aos outros” (Jo 13,34). Não é mais uma medida subjetiva e limitada: agora, a medida do amor é o Cristo, que ama até o fim, se entrega totalmente, assume a postura de servo e confia sua missão aos seus seguidores. A medida do amor é a vida partilhada e posta em serviço como consequência da Eucaristia; é a cruz assumida e carregada de bom grado; é a coragem e a audácia para transformar ocasiões de morte e desgraça em sementeiras de esperança e vida nova. Instituído um novo sacerdócio, Jesus espera que seus colaboradores possam viver todos os dias a dinâmica dessa entrega total pela causa do Reino. Por isso, a dinâmica própria de quem o segue deve ecoar a “espiritualidade do avental”,⁴ a mística de quem sabe abaixar-se para lavar os pés de seus irmãos e irmãs.

Senhor Jesus, tão grande é o vosso amor por nós e tão pequeno é o nosso por vós! Tanto bem nos tendes feito, tantas graças nos tendes concedido e tão pouco vos temos sido gratos! Cheios de fervor e humildade, vos pedimos: continuai batendo às portas de nossos corações endurecidos e ajudai-nos a amar mais e mais. Vós, que lavastes os pés dos

⁴ Expressão usada por frei Patrício Sciadini, ocd, como título de um de seus livros.

vossos apóstolos, ensinaí-nos a divina arte de nos colocarmos a serviço dos que mais precisam. Que todos nós, formados por vossa divina Palavra e nutridos por vosso corpo e sangue, possamos vivenciar na prática tudo o que fizestes e ensinastes. E enquanto partilhamos o pão, anunciamos vossa morte, professamos vossa ressurreição e esperamos vossa vinda gloriosa, permaneçei conosco e ajudai-nos a vos amar profundamente em cada pessoa que conosco caminha sob o peso de suas cruzes, a caminho da vida eterna.