SUXESTIÓNS Ao 8 DE MARZO.2026
TERCEIRO DOMINGO DE CORESMA CICLO A

ALGUNHAS SUXESTIÓNS:

- Fano regálanos esta coresma unha actividade que estamos a seguir, titulada: **"Receita coresmal".** Nesta Coresma deixamos que Xesús cociñe a nosa vida. Cada domingo a Palabra de Deus vai regalar unha RECEITA, un INGREDIENTE que dará máis sabor e felicidade á nosa vida. O 1º domingo, o ingrediente que nos daba o evanxeo para que a nosa vida teña sabor é o Pan da Palabra. No 2º domingo, o da Transfiguración, recibiamos un ingrediente: a carta do ceo que pon "Escoitade a Palabra", á que hai que responder "Oído…" e poñémola en práctica. No 3º domingo, o da Samaritana, o ingrediente é a auga que calma nosa sede, a auga Viva de Xesús, que sacia os nosos desexos: nun lugar visible podemos poñer UNHA XERRA DE AUGA ou o recipiente de auga da pila bautismal cunha frase "Auga Viva". Busca os materiais de Fano:

https://drive.google.com/drive/folders/1sumZW8BweFyZvtMVVdZOrZKpmttkch6a

Aprendede esta canción: Receita coresmal, Fano e Quirós: https://youtu.be/p7PZ_saWUIE. Se queremos ir poñendo obxectos diante do altar para ambientar, podemos poñer: 1º domingo, un pan; no segundo unha Biblia, no 3º unha xerra, no 4º unha fogueira e no 5º, Vitaminas ou fonte de froita.

- Este texto da samaritana e o dos domingos seguintes (cego de nacemento e resurrección de Lázaro), máis que narracións de algo que pasou son auténticas lecciónns teolóxicas e catequéticas que nos manifestan quen é Xesús. **Son tres belas catequese de Xoán** que seguían os catecúmenos

que se preparaban para recibir o bautismo a noite de Pascua. O 3º, 4º e 5º domingo deixamos o evanxeo de Mateo e lese o evanxeo de Xoán cunha temática bautismal, as chamadas catequeses mistagóxicas, insistindo nos sacramentos da iniciación cristiá que os catecúmenos van recibir o domingo de pascua.

- Para entender o evanxeo de hoxe debemos saber que **Xesús era xudeu e ela samaritana e** non se levaban ben os habitantes de ambas as rexións, uns críanse máis fieis na vivencia da relixión que os outros. Xesús rompe o tabú da mala relación entre xudeus e samaritanos co feito de que un home falase cunha muller e que o culto verdadeiro a Deus, debe ser "en espírito e en verdade" (de corazón). Xesús ofrécelle outra clase de auga, auga viva que dea felicidade, pois ela non atopara felicidade en tantos maridos. Así Xesús manifféstasenos como o auténtico Mesías e fonte de auga viva.

- Nas escaleiras do altar poderíase poñer unha garrafa grande ou unha xerra e un vaso de auga (ou unhas cantimploras). E fagamos referencia ao noso bautismo.

- Pódese **representar** facilmente o evanxeo: un pozo (a pila bautismal?), Xesús e a Samaritana cun cubo. E establecemos o diálogo entre ambos.

- Poderíase debuxar nunha cartolina unha **pinga de auga** pequena, escribimos nela unha frase do evanxeo que máis nos guste e regalámoslla a aquela persoa ou persoas que necesitan Auga Viva de Xesús.

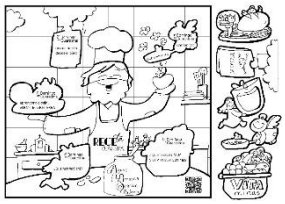
- En Coresma preparámonos para **renovar o bautismo** na vixilia pascual. Lembrade que ao bautizarnos bendicimos a auga da pila bautismal e derramámola na cabeza. Achegádevos á pila e dicide: *"Xesús, es a auga viva: lávame, purifícame, dáme de*

beber. Grazas pola fonte de auga viva na que fun bautizado". Neste sentido, ao entrar no templo, achégate á pila de auga bendita, toca a auga e dille: *"Xesús grazas polo meu bautismo, lava o meu pecado, transfórmame, renóvame por dentro, dáme máis fe, éncheme da túa vida de graza. E axúdame a ser testemuña para que outros crean en ti".* Poderiamos convidar aos que participan na misa, antes de abandonar o templo, a achegarse á pía bautismal para dar grazas a Deus polas **augas de eternidade** recibidas no bautismo. Podemos colocar ao redor algunhas ramas de loureiro. signo de eternidade.

- Hai dúas actividades típicas de coresma: o **Viacrucis** por unha banda. Outra sería a oración comunitaria ao terminar a eucaristía da tarde na que se podería expoñer o santísimo e mesmo realizar o oficio de vésperas en comunidade.

- Preparemos o **día do pai** e o día de S. Xosé regalándolles algún debuxo cun texto de agradecemento, ou unha oración polos pais ou que eles o elaboren.

VÍDEOS Coresma-3ºA - Xoán 4, 5-42: a samaritana

-A muller samaritana, película: https://youtu.be/SIP7K_Ka7HU
-A muller samaritana e Xesús, película, The Chosen, Episodio 108: https://youtu.be/i2AzLhPr9Wc
-A muller no pozo, muller samaritana, película: http://youtu.be/xsp3BA0MSv8
-A samaritana, película e reflexión: https://youtu.be/Ltsh9EaDw1k
-A samaritana, película (en inglés): http://youtu.be/lteesmysmi0
-A muller xunto ao pozo, debuxos: https://youtu.be/GBZr-OyprGY
-Xesús e a muller de Samaría, debuxos: https://youtu.be/8aYuSwUd0CA
-Xesús e a muller samaritana, debuxos: https://youtu.be/Ec-EH7_aWpo

-Auga de vida, Verbo Divino 2014, reflexión:
https://youtu.be/A2cPVckXRk4
-A auga cámbiao todo, Verbo Divino 2014, reflexión:
http://youtu.be/epaf64p5luM
-Auga viva, Verbo Divino 2017, reflexión:
https://youtu.be/UIUm5PIhXQ0
-A maxia do sinxelo, Verbo Divino 2020, reflexión:
https://youtu.be/ffE-gGH0ZCk -E se me achego?, Verbo Divino 2023, reflexión: https://youtu.be/CIbe3E2UbqI
-Sede de plenitude, Verbo divino 2026, reflexión:
https://youtu.be/Uu9pX9C0iM4
-Samaritana, Athenas, canción: https://youtu.be/GVS4LLPg3q0
-A samaritana, Hna. Glenda, canción: http://youtu.be/hh1PFEsaFNI
-Auga viva, canción: https://youtu.be/yDjku4pQHHo
-Ti es a auga viva, canto de Hna. Glenda:
https://youtu.be/DMHlLbVIEQU#t=60
-Se coñeceses o don de Dios, canto Hna. Glenda:
https://youtu.be/7S7dUkfo3XQ
-O teu es a auga viva, Hna. Glenda, canción:
https://youtu.be/QGUajNERqUU
-A samaritana, representación: https://youtu.be/v68TeLBTay0
-A historia da "Muller Samaritana":
https://youtu.be/hUDWnT_l9EU
-Lecturas con linguaxe de signos: https://youtu.be/JwDQWPc9K4g
https://youtu.be/YN_OlgU3zKw https://youtu.be/MLN-Ou1L18Js
https://youtu.be/E2-GIDPmJew