

# Meditações: 3º Domingo do Advento (Ano C)

Reflexão para meditar no terceiro domingo do Advento (Ano C). Os temas propostos são: A alegria plena provém de Jesus; Ser humildes é indispensável para ter essa alegria; Pequenos atos de serviço para semear paz e alegria.

- A alegria plena provém de Jesus
- Ser humildes é indispensável para ter essa alegria

## - Pequenos atos de serviço para semear paz e alegria

---

“ALEGRAI-VOS SEMPRE no Senhor; eu repito: alegrai-vos. O Senhor está próximo” (Fl 4, 4-5). Na liturgia da Igreja, o terceiro domingo do Advento é conhecido como domingo “*gaudete*” ou “da alegria”, e somos convidados a refletir sobre a causa da nossa alegria. Todos nós, no mais íntimo da alma, esperamos ser felizes. Às vezes, no entanto, procuramos essa alegria só em aspectos parciais da nossa vida: em possuir certos bens materiais, no reconhecimento social que recebemos, em adquirir algum tipo de qualidade ou uma vida familiar serena. Tudo isto é, sem dúvida, bom, mas São Paulo nos recorda que essas alegrias só chegam à sua plenitude se estiverem enraizadas na felicidade

que Jesus nos dá: “Alegrai-vos sempre no Senhor”.

O profeta Sofonias, por seu lado, convida com veemência seu povo a viver com alegria, apesar das armadilhas de seus inimigos ou das inúmeras vezes em que se afastou de seu Deus: “Canta de alegria, cidade de Sião; rejubila, povo de Israel! Alegra-te e exulta de todo o coração, cidade de Jerusalém!” (Sf 3, 14). Nós também, inclusive quando as tentações se insinuam ou quando estamos cansados, podemos conservar essa alegria no fundo dos nossos corações. E esta possibilidade, graças à proximidade de Cristo, é o que celebramos no Natal.

A alegria “é a respiração, o modo de expressar-se do cristão”<sup>[1]</sup>. Assim como a respiração é a primeira manifestação da vida, a alegria sincera é uma manifestação de que Jesus oferece uma resposta autêntica

aos anseios profundos do nosso coração. “O Senhor, teu Deus, está no meio de ti (...), ele exultará de alegria por ti, movido por amor; exultará por ti, entre louvores, como nos dias de festa” (Sf 3, 17), continua dizendo o profeta Sofonias na primeira leitura de hoje. Deus, de modo surpreendente, manifesta mais alegria pelo Natal do que nós mesmos; tão grande é o seu desejo de encontrar um espaço em nossa vida.

---

JOÃO BATISTA acompanha-nos durante grande parte do tempo do Advento. Vemos encarnada nele uma virtude indispensável para deleitarse com essa alegria permanente: a humildade. Entre os discípulos que o seguem corre a voz de que ele mesmo seria o tão esperado Messias. Muitos recorrem a ele com perguntas para orientar a própria vida: “Que

devemos fazer?” (Lc 3, 10). Quando, porém, o primo do Senhor pressente os pensamentos dos seus corações, não duvida em afirmar: “Eu vos batizo com água, mas virá aquele que é mais forte do que eu. Eu não sou digno de desamarrar a correia de suas sandálias” (Lc 3, 16). Apesar da aprovação que alcança, apesar do verdadeiro bem que realiza, João sabe que toda a sua atividade só tem pleno sentido se estiver orientada para Cristo.

A humildade ajuda a orientar a nossa existência para a grandeza de Deus. A soberba, por seu lado, “não acredita que seja possível um Deus tão grande que possa fazer-se pequeno, que possa aproximar-se verdadeiramente de nós”<sup>[2]</sup>. Quem é humilde, pelo contrário, sem negar os próprios talentos nem perder a motivação para trabalhar do melhor modo possível, encontra a alegria em inclinar-se diante de uma criança,

como fizeram os reis do Oriente ou os pastores.

“E a paz de Deus, que ultrapassa todo o entendimento, guardará os vossos corações e pensamento em Cristo Jesus”, diz São Paulo (Fl 4, 7). A virtude da humildade ensina que o único juízo importante é o de um Deus que se mostra a nós no rosto de uma criança sorridente. Cada vez que nos aproximamos, através da oração, do amor concreto de Jesus, nos libertamos dos juízos sobre nós mesmos, que muitas vezes não correspondem à realidade e acabam por roubar-nos a paz. Descobrimos que Deus não nos ama pelo que fazemos ou pelo que deixamos de fazer, e sim pelo que somos: seus filhos. E também nos ajuda a não julgar os outros. Em Belém, podemos converter o nosso olhar em um olhar mais humilde, para ser depois fonte de paz e alegria para as pessoas que nos rodeiam.

SÃO JOSEMARIA resumia as tarefas de um apóstolo em “semear a paz e a alegria”<sup>[3]</sup>. A humildade de saber-nos semeadores de uma grande notícia que vem de Deus levar-nos-á a não nos cansarmos de difundir o Evangelho. Muitas vezes, bastará o nosso sorriso diante de uma adversidade; outras, a compreensão que manifestamos diante do problema de um ser querido... “A alegria do Evangelho enche o coração e a vida inteira dos que se encontram com Jesus. Aqueles que se deixam salvar por Ele são libertados do pecado, da tristeza, do vazio interior, do isolamento. Com Jesus Cristo, renasce sem cessar a alegria”<sup>[4]</sup>.

O nosso testemunho cristão não se dirige contra nada, contra ninguém, mas é a manifestação da humildade de um Deus que quis fazer-se homem

para que todos pudessem encontrá-lo. Como humildes discípulos seus, queremos contribuir com esse anúncio: cada gesto de carinho nosso pode ser fonte e renovação da alegria do ambiente em que nos encontramos; Jesus quer nascer nos outros através das nossas pequenas obras de amor.

Sempre nos ajuda contemplar a vida de Maria, para surpreender-nos diante da sua alegria, cheia de humildade. Depois de ter recebido a grande notícia de que ia ser a mãe de Deus, não fica centrada em si mesma nem pretende que todos a sirvam. Também não fica refletindo excessivamente sobre a missão especial que recebeu. Diante da grandeza de Deus responde com um gesto aparentemente simples: corre alegremente para servir sua prima. Aprendeu, de um Deus que se mostra sempre próximo, que a alegria genuína surge de atos concretos de

amor. “Que este seu júbilo, de Mãe boa, nos contagie a todos nós: que nisto saímos a Ela – a Santa Maria – e assim nos pareceremos mais com Cristo”<sup>[5]</sup>.

---

<sup>[1]</sup> Francisco, Homilia, 28/05/2018.

<sup>[2]</sup> Bento XVI, Homilia, 6/01/2010.

<sup>[3]</sup> São Josemaria, *É Cristo que passa*, n. 120.

<sup>[4]</sup> Francisco, *Evangelii Gaudium*, n. 1

<sup>[5]</sup> São Josemaria, *Amigos de Deus*, n. 109.

---

meditacoes-3o-domingo-do-advento-  
ano-c/ (23/01/2026)