

### DECÁLOGO SOBRE O QUE É A QUARESMA

O tempo litúrgico e espiritual da Quaresma consiste em quarenta dias de caminhada para a Páscoa. A Quaresma é sempre tempo e dom de Deus para a conversão, para a renovada e permanente consciencialização da obra de salvação em Jesus Cristo e por Jesus Cristo. O jejum, a esmola e a oração são os três meios tradicionais e fecundos para viver este tempo de graça, este dia – quarenta dias – de salvação.

Assim, a Quaresma é:

1 – A Quaresma nasceu como uma reflexão pedagógica de um aspecto central do mistério cristão celebrado no tríduo pascal. O centro é Jesus Cristo.

2 – A Quaresma foi sempre um tempo litúrgico forte do Cristianismo. É um conjunto de quarenta dias, cuja razão de ser originária foi a de imitar o jejum do Senhor antes do início do seu ministério apostólico.

3 – A Quaresma é um tempo propício para viver na e da Palavra de Deus. Viver na e da Palavra de Deus significa ler, rezar, meditar, abrir o coração a ela, rever a nossa vida através dela. Temos de nos encher da Palavra de Deus para que ela seja a música e a letra da nossa alma e a partitura do nosso coração.

4 – Toda a liturgia da Quaresma, quer nos seus ritos como na liturgia da palavra, contém muitos símbolos que auxiliam no caminho cristão da conversão. Estes símbolos são o deserto, a luz, a saúde, a água, o perdão, a libertação, a cruz e a ressurreição.

5 – Os personagens bíblicos que ilustram o caminho quaresmal são José, filho de Jacob, Ester, a casta Susana, Jeremias, o cego de nascença, o filho pródigo, o pai do filho pródigo, a samaritana, a mulher adúltera e arrependida, Zaqueu, o bom ladrão e, sobretudo, Jesus de Nazaré.

6 – A Quaresma encontra na oração o ambiente mais apropriado. A oração quaresmal deve ser mais frequente, feita em clima de humildade, de perseverança e de confiança. É oração de súplica e de petição. A oração na Quaresma deve realçar ainda mais as suas dimensões bíblica e litúrgica, de grande riqueza e de grande variedade durante os quarenta dias deste tempo. Assim, a oração litúrgica deve ser mais pausada, cordial, humilde, pobre e profunda.

7 – O jejum é o segundo caminho quaresmal, como afirma o Papa São Leão Magno. Trata-se do jejum do homem velho, do jejum do pecado, da renúncia aos caminhos pessoais para abraçar os caminhos de Jesus Cristo. Trata-se da privação de algo em favor de alguém necessitado. O jejum não é um exercício meramente voluntarista ou até masoquista. É uma opção de purificação e de intercessão.

8 – A normativa eclesial da abstinência da carne durante as sextas-feiras da quaresma e do jejum e da abstinência na quarta-feira de cinzas e na sexta-feira santa podem ajudar a viver esta segunda via quaresmal e penitencial acima citada.

9 – A esmola, a caridade, a solidariedade é o terceiro dos caminhos tradicionais da Quaresma. Tantos casos de injustiça para viver a esmola, a caridade quaresmal!

10 – A Quaresma é um tempo para viver a esmola, não como um fim em si mesmo, mas como um meio, um caminho para a Páscoa. Ajudará muito recorrer a algumas práticas devocionais.

Por exemplo, a Via-Sacra nas sextas-feiras deve ser potenciada e recuperada no meio de uma sociedade onde a realidade e o mistério da cruz continuam actuais e presentes. Outras formas esplêndidas e sempre fecundas a ter em conta neste caminho quaresmal da oração será, por exemplo, fazer um dia de retiro ou de exercícios espirituais que nos cumularão de força, de graça e de vida, ou participar em conferências quaresmais, lectio divina, etc.