

# DIOCESE DE VILA REAL

## DINÂMICA PARA O TEMPO DA QUARESMA ANO SANTO DE 2025

*Quaresma, caminho que nos conduz  
à metamorfose da Esperança*



## INTRODUÇÃO

Em pleno Ano Santo de 2025, somos convidados como Igreja diocesana de Vila Real, a viver o tempo santo da Quaresma, unidos a toda a Igreja. Neste tempo litúrgico somos interpelados a redescobrir a necessidade de nos unirmos, pelo espírito de penitência, à obra redentora do nosso Salvador. A Igreja ergue diante de Deus a cruz de Cristo, o sinal da nossa Esperança, o Cordeiro de Deus, que tomou sobre Si os pecados dos homens, e que é o verdadeiro preço da nossa Redenção.

«Eis o tempo favorável, eis os dias da salvação».<sup>1</sup> A Igreja apresenta-nos a Quaresma nos mesmos termos com que a apresentava outrora aos catecúmenos e aos penitentes públicos, que se preparavam para as graças pascais do batismo e da reconciliação sacramental. Para nós, como para eles, a Quaresma deve ser um longo retiro, um treino, em que a Igreja nos exercita na prática de uma vida cristã mais perfeita.

O sentido da nossa Quaresma é, pois, um tempo de aprofundamento espiritual em união com a Igreja inteira, que se prepara para a celebração do mistério pascal.

Neste ano pastoral 2024/25, segundo ano do triénio que tem como lema geral: “«Caminhar juntos, renovar a esperança». Procuramos atender ao propósito de sermos uma Igreja diocesana que procura fazer caminho em conjunto, unida na mesma fé e no mesmo espírito, com a consciência de que esse é o modo mais autêntico de sermos Igreja de Jesus. Caminhar juntos é indispensável para mantermos bem viva a esperança numa Igreja renovada, capaz de cumprir a missão nos tempos de hoje.”<sup>2</sup>

O Jubileu é um sinal de reconciliação, pois abre um “tempo favorável” (cf. *2 Cor* 6, 2) para a própria conversão. Coloca-se Deus no centro da nossa existência, movendo-se em direção a Ele e reconhecendo a Sua primazia. Como lembrou o Papa Francisco no Ano Santo Extraordinário de 2015: "A misericórdia não é contrária à justiça, mas expressa o comportamento de Deus em relação ao pecador, oferecendo-lhe mais uma possibilidade de se arrepender, converter e acreditar [...]. Esta justiça de Deus é a misericórdia concedida a todos como graça em virtude da morte e ressurreição de Jesus Cristo. A Cruz de Cristo, portanto, é o julgamento de Deus sobre todos nós e sobre o mundo, porque nos oferece a certeza do amor e da nova vida"<sup>3</sup>.

A Reconciliação sacramental não é apenas uma oportunidade espiritual, mas representa um passo decisivo, essencial e indispensável no caminho de esperança e de fé de cada um. Ali permitimos que o Senhor destrua os nossos pecados, sare o nosso coração, nos levante e abrace e nos faça conhecer o Seu rosto terno e compassivo.

---

<sup>1</sup> 2 Cor 6, 2

<sup>2</sup> Nota S.E.R. Dom António Augusto de Oliveira Azevedo Plano Pastoral 2024/25

<sup>3</sup> *Misericordiae Vultus*, 21

## **PROPOSTA: DA PROMESSA À PLENITUDE EM CRISTO**

A Cruz é o símbolo primordial para representar Cristo e o seu mistério redentor. A Cruz é símbolo da Nova Aliança consumada na Páscoa do Senhor. É ela que ilumina a nossa vida e nos dá a esperança.

«Entre as sagradas imagens, ocupa o primeiro lugar a representação da cruz preciosa e vivificante, que é o símbolo de todo o mistério pascal. Para o povo cristão, nenhuma outra imagem é mais querida, nenhuma é mais antiga. A santa cruz representa a paixão de Cristo e o seu triunfo sobre a morte e, ao mesmo tempo, como ensinaram os Santos Padres, anuncia a sua vinda gloriosa»<sup>4</sup>

Assim, durante este tempo santo da Quaresma propõe-se que em cada comunidade que se reúne para celebrar a Eucaristia, a nossa Páscoa semanal, se coloque junto ao Altar (caso não exista), num lugar de destaque do presbitério, uma cruz com a imagem de Cristo crucificado que possa ser sinal de veneração e expressão da nossa adoração ao longo de todo este tempo, podendo estar ladeada por velas, mas sem o adorno de flores que são sinal da alegria e da esperança sendo reservadas pois para o Tempo Pascal.<sup>5</sup> Tenha-se cuidado e atenção de forma que não existam diversas cruzes dentro do mesmo espaço litúrgico para que a nossa atenção não fique descentrada e confusa.

No V domingo da Quaresma, muito se recomenda o antigo costume de cobrir as cruzes e as imagens das igrejas, com um véu de cor roxa. As cruzes permanecem cobertas até ao fim da celebração da Paixão do Senhor, na Sexta-Feira Santa; as imagens, até ao começo da Vigília Pascal.

Deus, que é maravilhoso, querendo reerguer o homem decaído, fez-se carne no ventre da Virgem Maria, realizando assim uma obra extraordinária. Em Jesus, a natureza humana superou aquela que havia no paraíso, com Adão. Em Cristo, realiza-se plenamente o projeto de Deus: fazer do homem um participante da natureza divina.

Tendo no horizonte a melhor vivência deste Ano Santo da Graça do Senhor, dedicado de forma especial à Esperança, pretende-se percorrer um itinerário que se debruçará sobre as alianças presentes na Sagrada Escritura. A aliança é um compromisso de amor. Quem ama escolhe, apaixonar-se, dá-se a conhecer, faz caminho conjunto e auxilia. O Deus da aliança não é um Deus distante. Ele decide habitar no meio do seu povo.

---

<sup>4</sup> Ritual das bênçãos 960

<sup>5</sup> Cerimonial dos Bispos “252. Durante este tempo, é proibido ornar o altar com flores, e o toque dos instrumentos musicais só é permitido para sustentar o canto.”

## DINÂMICA

<b>Dia Litúrgico</b>	<b>Evangelho</b>	<b>Aliança Bíblica</b>	<b>Sinal da Aliança</b>	<b>Reflexão e Ação</b>
<b>I Domingo da Quaresma</b>	<i>Lucas 4,1-13 As Tentações no Deserto</i>	<b>Noé: Um novo começo</b>	O arco-íris	Confiar em Deus nas provações; resistir às tentações
<b>II Domingo da Quaresma</b>	<i>Lucas 9,28b-36 A Transfiguração</i>	<b>Abraão: A fé na promessa</b>	A descendência	Acreditar mesmo sem ver; entregar-se a Deus
<b>III Domingo da Quaresma</b>	<i>Lucas 13,1-9 A Figueira Estéril</i>	<b>Moisés: A conversão do coração</b>	Os Dez Mandamentos	Mudar de vida e dar frutos
<b>IV Domingo da Quaresma</b>	<i>Lucas 15,1-3.11-32 O Filho Pródigo</i>	<b>David: O amor do Pai</b>	O trono de David	Deus acolhe-nos sempre; devemos perdoar também
<b>V Domingo da Quaresma</b>	<i>João 8,1-11 A Mulher Adúltera</i>	<b>A Nova Aliança em Cristo</b>	O Sangue de Cristo	Jesus perdoa e dá-nos nova vida
<b>Domingo de Ramos na Paixão do Senhor</b>	<i>Lucas 19,28-40 Entrada em Jerusalém</i>	<b>David: O Rei humilde entra na sua cidade</b>	Os ramos	Seguir Jesus com fidelidade, não apenas por interesse
<b>Quinta-Feira Santa</b>	<i>João 13,1-15 O Lava-Pés e a Eucaristia</i>	<b>Moisés: A Nova Páscoa da Eucaristia</b>	O pão e o vinho	Servir como Jesus serviu; viver a Eucaristia plenamente
<b>Sexta-Feira Santa</b>	<i>João 18,1-19,42 A Paixão do Senhor</i>	<b>David: O Rei que reina na Cruz</b>	A Cruz	Contemplar o sacrifício de Jesus; viver o perdão
<b>Domingo de Páscoa</b>	<i>João 20,1-9 A Ressurreição</i>	<b>Cumprimento de todas as alianças</b>	A luz da Ressurreição	Viver como ressuscitados, testemunhando a alegria

### NOTA:

A liturgia não precisa de complementos para ser rica, pois nela é o próprio Cristo que atua. Convidam-se todas as comunidades a privilegiarem sempre as celebrações litúrgicas e a explorar todas as modalidades celebrativas e ritos que este tempo nos apresenta de forma tão rica, acolhendo sempre as dinâmicas pastorais como propostas livres e complementares, nunca como substituição daquilo que a Igreja, na sua sabedoria, nos oferece.

A fé não se mede pela quantidade de iniciativas ou propostas, mas pela profundidade com que se vive o encontro com Cristo.

## **I DOMINGO DA QUARESMA – A Aliança com Noé: Um novo começo**

☞ Evangelho: Lucas 4,1-13 – As Tentações de Jesus no Deserto

✂ Aliança com Noé: Deus promete não destruir a humanidade

◆ Sinal: O arco-íris

- Explicação Bíblica

O dilúvio foi uma purificação, mas também um recomeço. Deus estabelece uma aliança com Noé e com toda a criação, prometendo que nunca mais destruirá a humanidade. O arco-íris torna-se o sinal visível deste compromisso.

Jesus, no deserto, vive um tempo de provação e recomeço, preparando-Se para a sua missão. Ele vence as tentações a que Adão e Eva não conseguiram resistir, inaugurando uma nova humanidade.

- Reflexão Espiritual e Pastoral

– Assim como Noé sobreviveu ao dilúvio, Jesus ensina-nos a vencer as tempestades da vida confiando no Pai.

– O deserto de Jesus lembra-nos que a nossa fé é provada, mas também purificada.

– As três tentações representam desafios concretos da nossa vida:

1. Pão – A tentação de colocar as necessidades materiais acima de Deus.
2. Poder – A ilusão do sucesso e do controlo sobre os outros.
3. Presunção– A falta de humildade e a tentativa de manipular Deus.

- Propostas de Oração e Ação

- ☑ Fazer um exame de consciência sobre as "tempestades" e tentações da nossa vida.
- ☑ Escolher um gesto concreto de jejum e renúncia, rejeitando uma tentação específica.

## II DOMINGO DA QUARESMA – A Aliança com Abraão: A fé na promessa

☞ Evangelho: Lucas 9,28b-36 – A Transfiguração

🕯 Aliança com Abraão: Deus promete uma grande descendência

◇ Sinal: A descendência

- Explicação Bíblica

Abraão recebe a promessa de um futuro grandioso, mas não tem provas concretas. Ele deve confiar totalmente em Deus.

Na Transfiguração, os discípulos veem um vislumbre da glória de Jesus, mas ainda não entendem tudo. Terão de caminhar pela fé, assim como Abraão.

- Reflexão Espiritual e Pastoral

- Como Abraão, somos chamados a confiar mesmo sem ver.
- A Transfiguração fortalece-nos para enfrentar tempos difíceis.
- O que Deus nos promete é maior do que podemos compreender agora.

- Propostas de Oração e Ação

- ☑ Refletir sobre medos e dúvidas que nos impedem de confiar plenamente em Deus.
- ☑ Escolher um gesto concreto de fé e coragem, como um compromisso missionário ou pastoral.

### III DOMINGO DA QUARESMA – A Aliança com Moisés: A conversão do coração

☞ Evangelho: Lucas 13,1-9 – A Figueira Estéril

▲ Aliança com Moisés: Deus dá a Lei para guiar o Seu povo

◇ Sinal: Os Dez Mandamentos

- Explicação Bíblica

A aliança com Moisés não é apenas um conjunto de leis, mas um caminho de libertação. Deus quer formar um povo que viva segundo a Sua vontade.

A parábola da figueira estéril lembra-nos que Deus é paciente, mas espera frutos da nossa fé.

- Reflexão Espiritual e Pastoral

– A conversão não é apenas evitar o pecado, mas viver plenamente para Deus.

– Deus dá-nos tempo e oportunidades, mas espera que tomemos a nossa decisão.

- Propostas de Oração e Ação

☑ Escolher um aspeto concreto da nossa vida para mudar.

☑ Ler e refletir sobre os Dez Mandamentos.

## IV DOMINGO DA QUARESMA – A Aliança com David: O amor do Pai

📖 Evangelho: Lucas 15,1-3.11-32 – O Filho Pródigo

👑 Aliança com David: Deus promete um Reino eterno

💠 Sinal: O trono de David

- Explicação Bíblica

David, apesar das suas falhas, é um homem segundo o coração de Deus. O Filho Pródigo simboliza a humanidade que se afasta, mas é sempre acolhida pelo Pai.

Jesus, descendente de David, revela o verdadeiro rosto de Deus: um Pai misericordioso.

- Reflexão Espiritual e Pastoral

– Deus nunca desiste de nós.

– Não devemos ser como o irmão mais velho, que julga os outros.

– A Confissão é um grande dom de reencontro com Deus.

- Propostas de Oração e Ação

☑ Preparar-se para a Confissão.

☑ Praticar um gesto concreto de misericórdia e perdão.



## V DOMINGO DA QUARESMA – A Nova e Eterna Aliança em Cristo

☞ Evangelho: João 8,1-11 – A Mulher Adúltera

† Aliança em Jesus: O perdão e a salvação definitiva

◆ Sinal: O Sangue de Cristo e a Eucaristia

- Reflexão Espiritual e Pastoral

– Deus olha para nós com misericórdia, não com condenação.

– A Nova Aliança em Cristo convida-nos a recomeçar.

- Propostas de Oração e Ação

☑ Perdoar alguém que nos magoou.

☑ Aproximar-se mais da Eucaristia.

## SEMANA SANTA: O CUMPRIMENTO DAS ALIANÇAS EM CRISTO

### DOMINGO DE RAMOS – O Rei da Nova Aliança

📖 Evangelho: Lucas 19,28-40 – A Entrada Triunfal de Jesus em Jerusalém

👑 Cumprimento da Aliança com David: Jesus entra como Rei, mas não com poder terreno

◆ Sinal: Os ramos

- Reflexão Espiritual e Pastoral

- Jesus é o Rei prometido a David, mas não um rei de guerra, e sim de humildade e serviço.
- O povo aclama-O, mas muitos não entendem o verdadeiro sentido da Sua missão.
- Eu sou um discípulo fiel ou apenas sigo Jesus por interesse?

- Propostas de Oração e Ação

- ☑ Refletir: Como acolho Jesus na minha vida?
- ☑ Gesto: Colocar um ramo de oliveira ou palma num espaço visível como compromisso de seguir Cristo com fidelidade.

### QUINTA-FEIRA SANTA – A Nova Aliança no Sangue de Cristo

📖 Evangelho: João 13,1-15 – O Lava-Pés e a Última Ceia

☪ Cumprimento da Aliança com Moisés: Jesus institui a Eucaristia

◆ Sinal: O pão e o vinho

- Reflexão Espiritual e Pastoral

- Jesus torna-Se Ele próprio o sacrifício da Nova Aliança.
- O Lava-Pés ensina que a única autoridade verdadeira é o serviço.

- Propostas de Oração e Ação

- ☑ Participar na Missa e fazer um tempo prolongado de adoração.
- ☑ Servir alguém de forma concreta (visitar um doente, ajudar um necessitado).

## **SEXTA-FEIRA SANTA – O Amor até ao Fim**

📖 Evangelho: João 18,1–19,42 – A Paixão e Morte de Jesus

† Cumprimento da Aliança com David: O Rei que reina na cruz

◆ Sinal: A cruz

- Reflexão Espiritual e Pastoral

– Na cruz, Jesus carrega todos os nossos pecados.

- Propostas de Oração e Ação

☑ Permanecer em silêncio diante da cruz.

☑ Praticar um gesto concreto de perdão.

## **DOMINGO DE PÁSCOA – A Aliança Definitiva**

📖 Evangelho: João 20,1-9 – A Ressurreição

🗝 Cumprimento de todas as alianças: Jesus ressuscita e inaugura a Vida Nova

◆ Sinal: A luz

- Reflexão Espiritual e Pastoral

– A Ressurreição confirma que Deus é fiel e que o amor vence a morte.

– Estou disposto a viver como ressuscitado?