

A photograph of a vast desert landscape at sunset. The sun is low on the horizon, casting a warm, golden glow over the scene. The sky is filled with soft, wispy clouds. In the foreground, a dark, straight path or road leads from the bottom center towards the horizon, cutting through the undulating sand dunes. The dunes are illuminated by the low sun, creating long shadows and highlighting their textures. The overall mood is serene and hopeful, suggesting a journey or a path towards a bright future.

**Começa um tempo
de
grandes oportunidades.**

Não o ignore!

A wide-angle photograph of a desert landscape featuring rolling sand dunes. The dunes are illuminated by warm, golden light, likely from a low sun, creating long shadows and highlighting the texture of the sand. The horizon is flat and distant, with a clear, pale sky above. The overall scene is serene and expansive.

A QUARESMA

• O que é, O ESPÍRITO DA QUARESMA?

- Deve ser como um retiro colectivo de quarenta dias, durante os quais a Igreja, propondo a seus fiéis o exemplo de Cristo em seu retiro no deserto, se prepara para a celebração das solenidades pascoais:
 - com a purificação do coração,
 - uma prática perfeita da vida cristã e uma atitude penitencial.

Deus convoca o seu povo

*“Voltai a mim
de todo coração”*

*“Deus é compassivo
e misericordioso”*

*“Deixai-vos reconciliar
com Deus”*



Agora é o tempo favorável

**Abertura
para o outro**

- Caridade
- **Compreensão**
- Amabilidade
- **Perdão**
- Bom acolhimento



Agora é o tempo favorável

Abertura para Deus

- Escuta da Palavra
- Oração
- Eucaristia
- Reconciliação

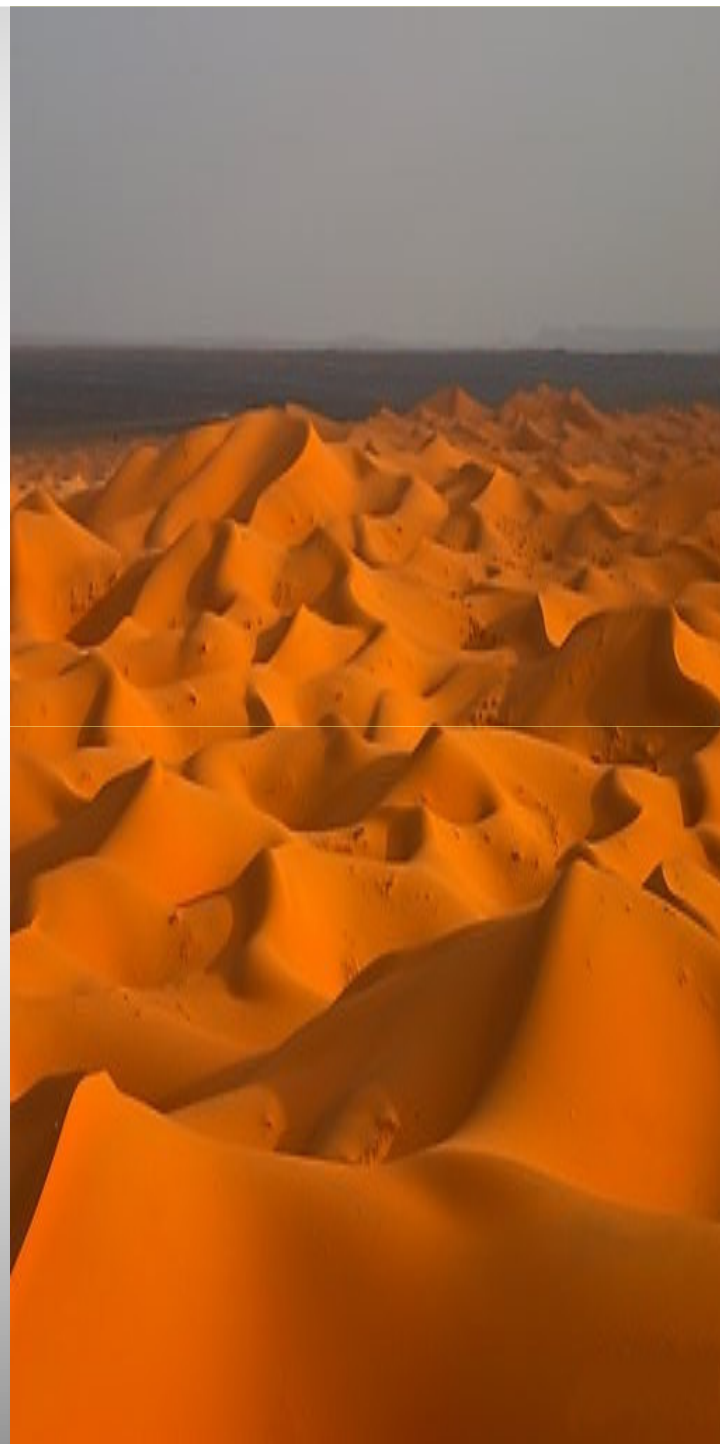


- **O QUE É A PENITÊNCIA?**

A penitência, é um conjunto de actos interiores e exteriores dirigidos à reparação do pecado cometido, e ao estado de coisas que resulta dele para o pecador.

Literalmente, significa:

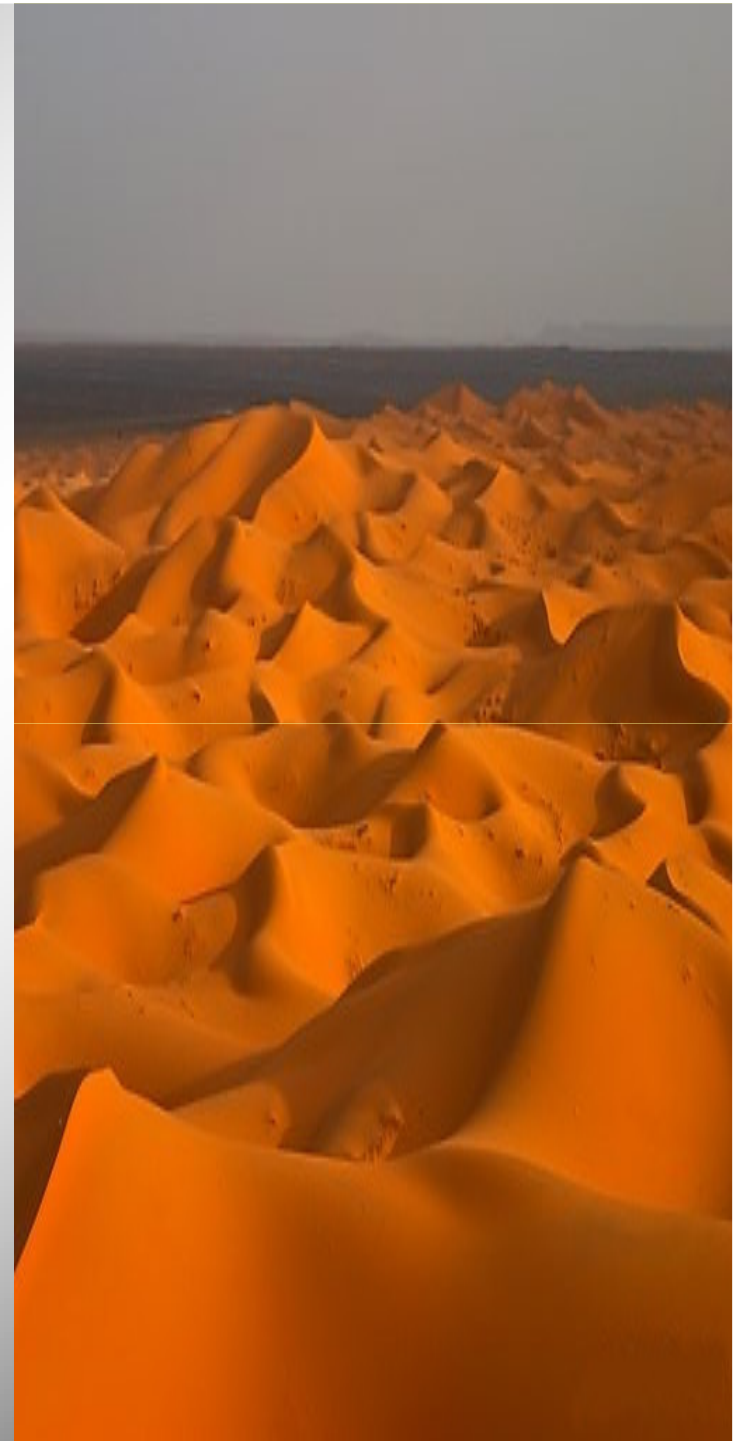
- mudança de vida, do pecador que volta para Deus depois de ter estado longe Dele, ou do incrédulo que alcança a fé.



- **QUE MANIFESTAÇÕES TEM A PENITÊNCIA?**

A Escritura e os Padres da Igreja insistem sobre tudo em três formas:

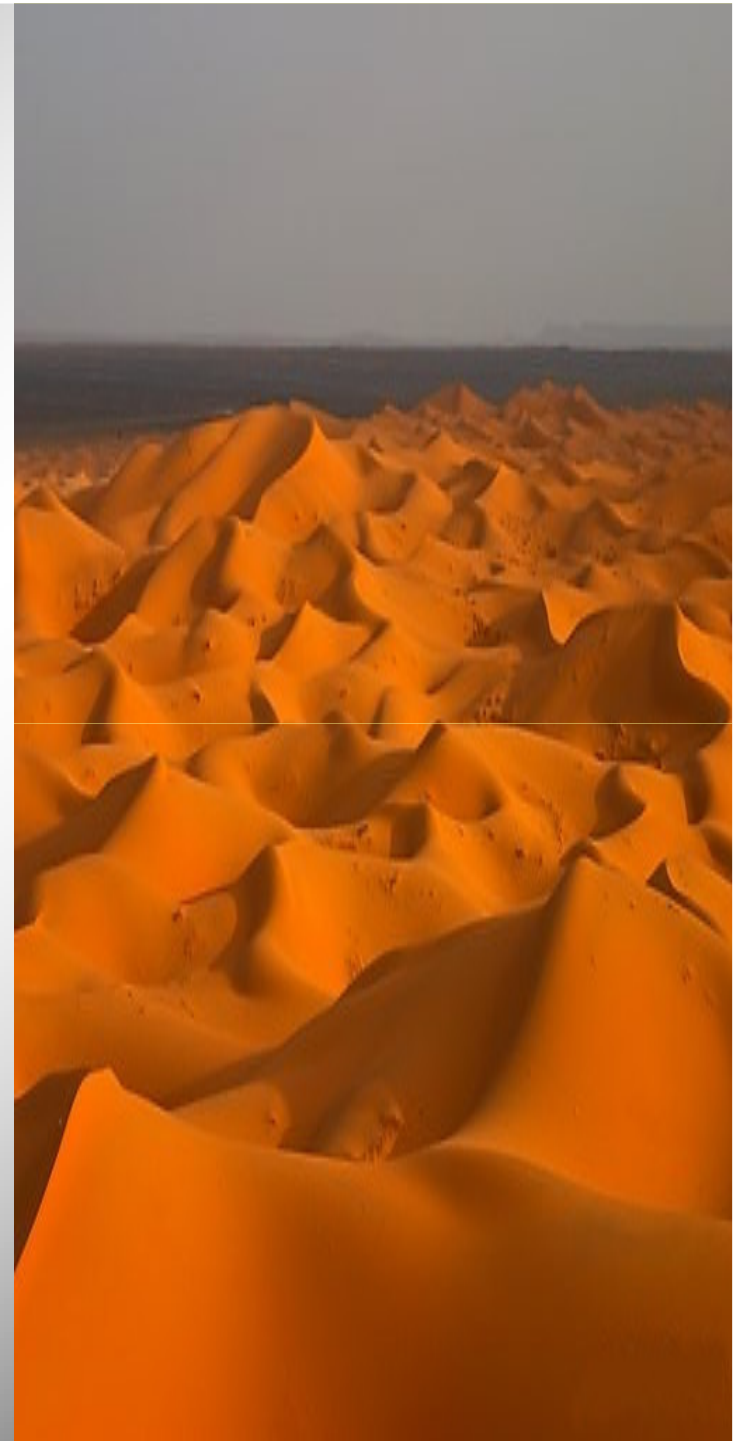
- Jejum,
- Oração,
- A missa, que expressam a conversão com relação a si mesmo, com relação a Deus e com relação aos demais.



- **QUAIS SÃO OS DIAS E TEMPOS PENITENCIAIS?**

"Na Igreja universal, são dias e tempos penitenciais todas as Sextas-feiras do ano e o tempo de quaresma."

Código de Direito Canônico, c. 1250).



- **Quais as práticas penitenciais**

-JEJUM *(Para , aqueles que são consiferadis maiores de idade-CIC,1252, consiste em fazer uma única refeição ao dia, sendo que se pode comer algo menos que o de costume pela manhã e a noite.*

-ABSTINÊNCIA *(proibição de comer carne "vermelha ou branca" e seus derivados).*

-CONFISSÃO *(Sacramento que envolve a remissão de pecados perante um padre -presbítero-ou bispo que neste momento actua em nome de Cristo, e o recebimento do perdão divino das faltas confessadas)*



NOTA: O jejum e a abstinência, podem ser substituídas em parte por outras formas de penitência, sobre tudo por obras de caridade e práticas de piedade." (Código de Direito Canónico, c. 1253).

Quais são as obras de caridade e práticas de piedade.

As Obras de Misericórdia corporais são:

1. Visitar os enfermos.
2. Dar de comer ao famintos.
3. Dar de beber aos sedentos.
4. Socorrer os cativos.
5. Vestir os nus.
6. Dar abrigo aos peregrinos.
7. Enterrar a os mortos.

As Obras de Misericórdia espirituais são:

1. Ensinar ao que não sabe.
2. Dar bons conselhos ao que necessita.
3. Corrigir o que erra.
4. Perdoar as injúrias.
5. Consolar os tristes.
6. Sofrer com paciência as adversidades e fraquezas do próximo.
7. Rogar a Deus pelos vivos e pelos



Agora é o tempo favorável

Entrar no meu interior

- Auto-controle
- Equilíbrio na nossa escala de valores
- Renúncia a coisas supérfluas



Agora é o tempo favorável

Abertura ao compromisso

- Solidariedade
- Aproximação aos necessitados
- Busca da PAZ





Tenta-me o ter tempo para tudo
menos para o importante.
e me queixar,
mas não fazer nada para mudar.

Tenta-me, Senhor,
o desânimo pelo difícil
que, às vezes,
as coisas apresentam.

Tenta-me a desesperança,
a falta de utopia.



Tenta-me o deixar para amanhã,
quando preciso começar a mudar hoje.

Tenta-me crer que Te escuto,
quando escuto minha voz.

Ensina-me a discernir!

Dá-me luz para distinguir
Teu rosto.



Boa QUARESMA

A scenic landscape at sunset. A dirt path leads from the foreground towards the horizon. The sky is filled with clouds, and the sun is low on the horizon, creating a warm glow. The text "Feliz Caminho até à Páscoa" is overlaid on the image in a stylized font.

Feliz Caminho até à Páscoa