

# Quaresma

A Quaresma é um período de 40 dias que antecede a Páscoa no calendário cristão. É um tempo marcado pela reflexão, arrependimento, jejum, oração e caridade. É um período de preparação espiritual para celebrar a ressurreição de Jesus na Páscoa.

## Origem da palavra:

O nome "Quaresma" vem do latim *quadragesima*, que significa "quadragésimo dia", referindo-se aos 40 dias de preparação.



## Quando começa e termina?

Início: Quarta-feira de Cinzas (logo após o Carnaval)

Término: Domingo de Ramos dá início à Semana Santa, que culmina na Páscoa.



# Quaresma

## O porquê de serem 40 dias?

Os 40 dias lembram os 40 dias que Jesus passou no deserto antes de iniciar seu ministério público. Esse número também tem simbolismo bíblico: os 40 dias do dilúvio, os 40 anos do povo de Israel no deserto, entre outros.

## O que os fiéis costumam fazer nesse período?

- Jejum e abstinência: Muitas pessoas evitam carne às sextas-feiras e praticam algum tipo de renúncia.
- Oração: É um tempo de intensificar a vida de oração.
- Caridade: Praticar boas ações e ajudar os mais necessitados.
- Confissão: Muitos buscam o sacramento da reconciliação (confissão) nesse período.

*Desejamos que esta Páscoa seja repleta de paz, amor e reflexão.*

Abril de 2025

Artigo realizado pelas Educadoras Patrícia Simões e Margarida Machado

