

opusdei.org

A Quaresma e seus porquês

Mesmo as pessoas não católicas, ou afastadas da Igreja, tem noção de que a Quaresma é um tempo de penitência: algumas pessoas não comem carne, outras evitam o chocolate ou as redes sociais, mas por quê?

21/02/2025

Oferecemos as respostas a algumas destas questões, já publicadas em anos anteriores neste site e outros

textos para aprofundar no sentido da Quaresma e da penitência.

- Por que 40 dias de Quaresma?
 - Por que nos colocam cinzas?
 - Por que jejuar?
 - O que é “penitência”?
 - Como rezar a “Via Sacra”?
-

Papa Francisco

- Mensagem do Papa Francisco para a Quaresma 2023
- “Não nos cansemos de fazer o bem” (Mensagem do Papa Francisco para a Quaresma de 2022)
- Homilia do Papa Francisco - Quarta-feira de Cinzas, 6 de março de 2019

Bento XVI

- A Quaresma não é “uma obrigação pesada”
- “Olharão para Aquele que trespassaram” (Mensagem para a Quaresma - 2007)

João Paulo II

- Mensagem do Papa para a Quaresma

São Josemaria

- A Quaresma (I)
- “A conversão dos filhos de Deus” em mp3 (homilia para a Quaresma)
- A esmola
- A Santa Cruz

Bem-aventurado Álvaro

- “Na Quaresma, procurai fazer a vida dos outros agradável”
- “Senhor, Tu foste meu Cirineu”
- Quaresma e apostolado

- Espírito de mortificação e de penitência

D. Javier Echevarría

- A paz nasce no coração do homem
 - Quaresma, tempo de penitência
 - Viver a Quaresma com otimismo e com desejos de conversão (carta fevereiro/2008)
-

Livros para a Quaresma e a Semana Santa

.....

Editoriais

Quaresma: O caminho para a Páscoa

Devolve-me a alegria de ser salvo

Um conselho para a Quaresma:
meditar sobre o extrato e a esmola

.....

**Vídeo: “Stuff”, uma conversa
aberta**

STUFF [Coisas] apresenta uma conversa com sete casais de diferentes países e realidades, que compartilham a mesma preocupação: que seus filhos possam criar relações saudáveis com as coisas materiais e saibam como utilizá-las de forma responsável.

.....

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/textos-do-site-
sobre-a-quaresma/](https://opusdei.org/pt-br/article/textos-do-site-sobre-a-quaresma/) (07/04/2026)