

# **Meditações: 6 de agosto, Transfiguração do Senhor**

Reflexão para meditar no dia 6 de agosto, Festa da Transfiguração do Senhor. Os temas propostos são: a Transfiguração, uma mensagem de esperança; uma antecipação do paraíso; descer do Tabor renovado.

- A Transfiguração, uma mensagem de esperança
- Uma antecipação do paraíso
- Descer do Tabor renovado

SEIS dias depois de ter anunciado a sua morte e ressurreição aos discípulos, o Senhor tomou consigo Pedro, Tiago e João, “Jesus tomou consigo Pedro, Tiago e João, seu irmão, e os levou a um lugar à parte, sobre uma alta montanha. E foi transfigurado diante deles; o seu rosto brilhou como o sol e as suas roupas ficaram brancas como a luz” (Mt 17, 1-2). Antes da Paixão, “Jesus manifesta a sua glória aos apóstolos, para que tenham força para enfrentar o escândalo da cruz (Mt 17, 1-2) e compreendam que é necessário passar por muitas tribulações para chegar ao reino de Deus”<sup>[1]</sup>. O acontecimento da Transfiguração é, portanto, uma mensagem de esperança para os momentos da cruz. Os sofrimentos, as pequenas e grandes contrariedades da vida cotidiana, são a porta que nos leva a acompanhar o

Senhor na sua glória: “Jesus, ver-te, falar-te! Permanecer assim, contemplando-te, abismado na imensidão da tua beleza, e nunca, nunca cessar nessa contemplação!”<sup>[2]</sup>.

A vida é um caminho para o céu. E o Senhor ensinou aos apóstolos que, nesse caminho, o sofrimento não é apenas uma etapa inevitável, um tributo amargo que devemos pagar contra a nossa vontade, mas que o próprio Jesus carregou a cruz, levou-a nos ombros por amor. Ele entregou-se porque quis. Deste modo, mostra-nos que o verdadeiro mal não é tanto encontrar uma contrariedade, mas pensar que temos que enfrentar as dificuldades sozinhos, ou pretender viver como se a cruz não existisse. “Não é verdade que, mal deixas de ter medo à Cruz, a isso que a gente chama de cruz, quando pões a tua vontade em aceitar a Vontade divina, és feliz, e passam todas as preocupações, os

sofrimentos físicos ou morais?”<sup>[3]</sup>. A esperança de contemplar Jesus na sua glória, como fizeram os Apóstolos na Transfiguração, nos dará a força para poder ver o reflexo do seu rosto nas dificuldades do cotidiano.

---

PEDRO, contemplando a glória da Transfiguração, dirigiu a Jesus algumas palavras que mostram a emoção que sentia: “Senhor, é bom ficarmos aqui. Se queres, vou fazer aqui três tendas: uma para ti, outra para Moisés, e outra para Elias” (Mt 17, 4). O Apóstolo tinha experimentado uma antecipação do paraíso, uma felicidade que ia muito além das suas próprias expectativas e vivências. Por isso, talvez como qualquer um de nós em seu lugar, ele queria que aquele momento durasse para sempre, que não desaparecesse

tão depressa como tinha chegado, ou com a rapidez com que outras alegrias desapareciam. Mas Cristo não o permitiu. Não o tinha feito participante da glória do céu para que fugisse da realidade, mas para que tivesse um guia nos dias sombrios da Paixão. “A beleza de Jesus não afasta os discípulos da realidade da vida, mas dá-lhes a força para o seguirem até Jerusalém, até à cruz. A beleza de Cristo não é alienante, leva-nos sempre adiante, não nos faz esconder”<sup>[4]</sup>.

Nós também podemos experimentar na terra uma antecipação do paraíso, momentos em que sentimos a presença de Jesus de modo particularmente forte, sobretudo nas pessoas que amamos. Na nossa vida de piedade, também podemos passar por fases de maior satisfação afetiva. No amor conjugal, na família, na amizade sincera ou no desejo de melhorar o nosso mundo, podemos

começar a saborear uma parte do  
cêntuplo que Deus nos prometeu. E é  
natural que, como Pedro, desejemos  
que estas circunstâncias  
permaneçam assim para sempre ou  
que durem o maior tempo possível.  
No entanto, o Senhor não permite  
estas antecipações do Céu para que  
as retenhamos, mas para nos  
estimular. A recordação destes  
momentos vai levar luz aos dias de  
escuridão e nos guiará para uma  
felicidade muito mais duradoura do  
que a da Transfiguração: a glória da  
vida eterna. “Um grande Amor te  
espera no Céu: sem traições, sem  
enganos: todo o amor, toda a beleza,  
toda a grandeza, toda a ciência...! E  
sem enjoar: saciar-te-á sem saciar”<sup>[5]</sup>.

---

ALGUMAS das manifestações mais  
importantes de Deus aconteceram no  
topo da montanha. Isso pode ser

visto em episódios como o da aliança que fez com Abraão no Monte Moriá ou o da entrega das tábuas da Lei a Moisés no Sinai. A própria morte de Jesus também aconteceu em outro monte, o Calvário. E, na Transfiguração, o evangelista destaca que os apóstolos tiveram de subir ao topo do Monte Tabor (cf. Mt 17, 1). Esta ascensão convida-nos a “refletir sobre a importância de nos separarmos das coisas do mundo, para fazer um caminho até o alto e contemplar Jesus. Trata-se de uma escuta atenta e orante de Cristo, o Filho predileto do Pai, procurando momentos de oração que nos permitam um acolhimento dócil e alegre da Palavra de Deus”<sup>[6]</sup>.

Nos momentos de repouso, temos a oportunidade de nos desligar do ritmo da vida cotidiana e de ouvir a voz de Jesus. Com o corpo e o espírito renovados, podemos aprofundar a nossa relação com Deus e com os

outros: rezar com mais calma e serenidade, ler o Evangelho, passar mais tempo com a nossa família e amigos. Depois, podemos descer da montanha “carregados com a força do Espírito divino, para decidir novos passos de conversão e para testemunhar constantemente o amor como lei da vida cotidiana.

Transformados pela presença de Cristo e pelo ardor da sua palavra, seremos um sinal concreto do amor vivificante de Deus para todos os nossos irmãos”<sup>[7]</sup>.

São Josemaria considerava que o verdadeiro descanso não é evasão, nem tempo dedicado exclusivamente ao ócio, mas separação da realidade cotidiana para “acumular forças, ideais, planos... Em poucas palavras: mudar de ocupação, para voltar depois - com novos bríos - aos afazeres habituais”<sup>[8]</sup>. Podemos pedir a Maria que nos ajude a viver esses momentos de repouso – quer sejam



prolongados durante um período de tempo ou breves momentos no dia a dia – com o desejo de contemplar Jesus como fizeram os Apóstolos na Transfiguração.

---

[1] Bento XVI, *Ângelus*, 17/02/2008.

[2] São Josemaria, *Santo Rosário*, quarto mistério luminoso.

[3] São Josemaria, *Via Sacra*, II estação.

[4] Francisco, *Ângelus*, 05/03/2023.

[5] São Josemaria, *Forja*, n. 995.

[6] Francisco, *Ângelus*, 06/08/2017.

[7] *Ibid.*

[8] São Josemaria, *Sulco*, n. 514.

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/meditation/  
meditacoes-6-de-agosto-transfiguracao-  
do-senhor/](https://opusdei.org/pt-br/meditation/meditacoes-6-de-agosto-transfiguracao-do-senhor/) (20/01/2026)