

6 de agosto: Transfiguração do Senhor no Monte Tabor

Textos sobre a origem da festa e recursos para a oração.

Também divulgamos um vídeo com legendas em português que descreve o Monte Tabor.

06/08/2025

No Oriente cristão, a Transfiguração de Nosso Deus e Salvador Jesus Cristo é uma das grandes solenidades do ano, junto com a Páscoa, o Natal e a

Exaltação da Santa Cruz. Nela se expressa toda a teologia da divinização, pela graça, da natureza humana que, revestindo-se de Cristo, é iluminada pelo esplendor da glória de Deus. Unidos a Jesus, aponta o ofício de leituras do rito romano, «refulgiremos aos olhos espirituais – renovadas de certo modo as feições de nossa alma – conformados à Sua imagem»^[1]

Com Pedro, Tiago e João, nessa festa, somos convidados a pôr o centro da nossa atenção em Jesus: «Eis o meu Filho muito amado, em quem pus todo o meu enlevo, ouvi-O»^[2]. Temos de ouvi-Lo, e deixar que a Sua vida e ensinamentos divinizem a nossa vida diária. Assim rezava S. Josemaria: «Senhor nosso, aqui nos tens dispostos a escutar tudo o que queiras dizer-nos. Fala-nos, estamos atentos à Tua voz. Que as Tuas palavras, caindo na nossa alma, abrasem a nossa vontade para que se

lance fervorosamente a obedecer-Te»^[3].

Escutar o Senhor com a disposição sincera de identificar-nos com Ele leva-nos a aceitar o sacrifício. Jesus transfigura-se «para tirar do coração dos discípulos o escândalo da cruz»^[4], para ajudá-los a suportar os momentos obscuros da Sua Paixão. Cruz e glória estão intimamente unidas. De facto, fixou-se o 6 de agosto como festa da Transfiguração em relação à Exaltação da Santa Cruz: entre ambas as celebrações decorrem quarenta dias que, em algumas tradições, coincidem como uma segunda quaresma. Assim, a Igreja bizantina vive esse período como um tempo de jejum e de contemplação da Cruz.

José Luis Gutiérrez

Texto original: As festas do Senhor durante o tempo comum (II)

[1] Anastácio Sinaíta, Sermão no dia da Transfiguração do Senhor (*Lectio altera* do Ofício de leituras da Liturgia das Horas do 6 de agosto).

[2] Mt 17, 5.

[3] S. Josemaria, *Santo Rosário*, 4º mistério luminoso.

[4] Missal Romano, Prefácio da Transfiguração do Senhor.

Monte Tabor: Basílica da Transfiguração (da série "Pegadas da nossa fé") A tradição indica o Monte Tabor, no meio da planície de Esdrelon, como o lugar onde se transfigurou o Senhor.

Evangelho de São Mateus (Mt 17, 1-9)

Naquele tempo, Jesus tomou consigo Pedro, Tiago e João seu irmão e levou-os, em particular, a um alto monte e transfigurou-Se diante deles: o seu rosto ficou resplandecente como o sol e as suas vestes tornaram-se brancas como a luz. E apareceram Moisés e Elias a falar com Ele.

Pedro disse a Jesus:

«Senhor, como é bom estarmos aqui! Se quiseres, farei aqui três tendas: uma para Ti, outra para Moisés e outra para Elias».

Ainda ele falava, quando uma nuvem luminosa os cobriu com a sua sombra e da nuvem uma voz dizia:

«Este é o meu Filho muito amado, no qual pus toda a minha complacência. Escutai-O».

Ao ouvirem estas palavras, os discípulos caíram de rosto por terra e assustaram-se muito. Então Jesus aproximou-se e, tocando-os, disse: «Levantai-vos e não temais».

Erguendo os olhos, eles não viram mais ninguém, senão Jesus. Ao descerem do monte, Jesus deu-lhes esta ordem:

«Não conteis a ninguém esta visão, até o Filho do homem ressuscitar dos mortos».

Angelus do Papa Francisco na festa da Transfiguração do Senhor (6-VIII-2017)

Amados irmãos e irmãs, bom dia!

Neste domingo, a liturgia celebra a festa da Transfiguração do Senhor. A

página evangélica de hoje narra que os apóstolos Pedro, Tiago e João foram testemunhas deste acontecimento extraordinário. Jesus levou-os consigo «e conduziu-os em particular a um alto monte» (Mt 17, 1) e, enquanto rezava, o seu rosto mudou de aspetto, brilhando como o sol, e as suas vestes tornaram-se cêndidas como a luz. Apareceram então Moisés e Elias, e entraram em diálogo com Ele. A este ponto, Pedro disse a Jesus: «Senhor, bom é estarmos aqui; se queres, façamos aqui três tabernáculos, um para ti, um para Moisés, e um para Elias» (v. 4). Ainda não tinha acabado de falar, quando uma nuvem luminosa os cobriu.

O evento da Transfiguração do Senhor oferece-nos uma mensagem de esperança – assim seremos nós, com Ele – convida-nos a encontrar Jesus, para estar ao serviço dos irmãos.

A subida dos discípulos ao monte Tabor leva-nos a refletir acerca da importância de nos desapegarmos das coisas mundanas, a fim de fazer um caminho rumo ao alto e contemplar Jesus. Trata-se de nos pormos à escuta atenta e orante de Cristo, o Filho amado do Pai, procurando momentos de oração que permitem o acolhimento dócil e jubiloso da Palavra de Deus. Nesta ascensão espiritual, neste afastamento das coisas mundanas, somos chamados a redescobrir o silêncio pacificador e regenerante da meditação do Evangelho, da leitura da Bíblia, que leva rumo a uma meta rica de beleza, de esplendor e de alegria. E quando nos pomos assim, com a Bíblia na mão, em silêncio, começamos a sentir esta beleza interior, esta alegria que a palavra de Deus gera em nós. Nesta perspetiva, o tempo de verão é um momento providencial para aumentar o nosso compromisso de busca e de encontro

com o Senhor. Neste período, os estudantes estão livres dos compromissos escolares e muitas famílias fazem as suas férias; é importante que no período do repouso e da pausa das ocupações diárias, se possam retemperar as forças do corpo e do espírito, aprofundando o caminho espiritual.

No final da admirável experiência da Transfiguração, os discípulos desceram do monte (cf. v. 9) com os olhos e o coração transfigurados pelo encontro com o Senhor. É o percurso que podemos realizar também nós. A redescoberta cada vez mais viva de Jesus não constitui um fim em si, mas induz-nos a «descer do monte», restaurados pela força do Espírito divino, para decidir novos passos de conversão e para testemunhar constantemente a caridade, como lei de vida diária. Transformados pela presença de Cristo e pelo fervor da sua palavra, seremos sinal concreto

do amor vivificador de Deus por todos os nossos irmãos, sobretudo por quem sofre, por quantos se encontram na solidão e no abandono, pelos doentes e pela multidão de homens e mulheres que, em diversas partes do mundo, são humilhados pela injustiça, pela prepotência e pela violência.

Na Transfiguração ouve-se a voz do Pai que diz: «Este é o meu Filho muito amado. Ouvi-o!» (v. 5).

Olhemos para Maria, a Virgem da escuta, sempre pronta para acolher e guardar no coração cada palavra do Filho divino (cf. Lc 1, 51). Queira a nossa Mãe e Mãe de Deus ajudar-nos a entrar em sintonia com a Palavra de Deus, de modo que Cristo se torne luz e guia de toda a nossa vida. A Ela confiemos as férias de todos, para que sejam serenas e proveitosas, mas sobretudo o verão de quantos não podem ir de férias porque a idade não permite, por motivos de saúde

ou de trabalho, por dificuldades económicas ou por outros problemas, a fim de que seja contudo um tempo de distensão, alegrado por presenças amigas e por momentos felizes.

Textos de S. Josemaria sobre a Transfiguração do Senhor

E transfigurou-Se diante deles. E o Seu rosto ficou resplandecente como o Sol, e as Suas vestes tornaram-se brancas como a neve (Mt 17, 2). Jesus: ver-Te, falar contigo! Permanecer assim, contemplando-Te; abismado na imensidão da Tua formosura, e nunca, mais deixar de Te contemplar! Ó Cristo, quem Te pudesse ver! Quem Te visse, para ficar ferido de amor por Ti!

*E eis que da nuvem uma voz dizia:
Este é o meu Filho dileto em quem pus*

toda a minha complacência: ouvi-O (Mt 17, 5). Senhor nosso, aqui nos tens, dispostos a escutar tudo o que nos quiseres dizer. Fala-nos; estamos atentos à Tua voz. Que as Tuas palavras, caindo na nossa alma, inflamem a nossa vontade, para que se lance fervorosamente a obedecer-Te!

Vultum tuum, Domine, requiram (Sl 26,8) – buscarei, Senhor, o Teu rosto. Encanta-me cerrar os olhos, e considerar que chegará o momento – quando Deus quiser – em que podereivê-lo, não *como num espelho, e sob imagens obscuras..., mas face a face* (1 Cor 13, 12). *Sim, o meu coração está sedento do Deus, do Deus vivo; quando irei e verei a face de Deus?* (Sl 41, 3).

Santo Rosário, 4º mistério da Luz

Nunca compartilharei a opinião – ainda que a respeite – dos que separam a oração da vida ativa, como se fossem incompatíveis.

Os filhos de Deus têm de ser contemplativos: pessoas que, no meio do fragor da multidão, sabem encontrar o silêncio da alma em colóquio permanente com Nosso Senhor: e olhá-lo como se olha um Pai, como se olha um Amigo, a quem se quer com loucura.

Forja, n. 738

A nossa condição de filhos de Deus levar-nos-á – insisto – a ter espírito contemplativo no meio de todas as atividades humanas – luz, sal e levedura, pela oração, pela mortificação, pela cultura religiosa e profissional –, fazendo realidade este programa: quanto mais dentro do

mundo estivermos, tanto mais temos de ser de Deus.

Forja, n. 740.

Convencei-vos de que não se torna difícil converter o trabalho num diálogo de oração. Basta oferecê-lo a Deus e meter mãos à obra, pois Ele já nos está a ouvir e a alentar. Assim, nós, no meio do trabalho quotidiano, conquistamos o modo de ser das almas contemplativas, porque nos invade a certeza de que Deus nos olha, sempre que nos pede uma nova e pequena vitória: um pequeno sacrifício, um sorriso à pessoa importuna, começar pela tarefa menos agradável e mais urgente, ter cuidado com os pormenores de ordem, ser perseverante no dever quando era tão fácil abandoná-lo, não deixar para amanhã o que temos

de terminar hoje... E tudo isto para dar gosto ao Nosso Pai Deus!

Entretanto, talvez sobre a tua mesa ou num lugar discreto que não chame a atenção, para te servir de despertador do espírito contemplativo, pões o crucifixo, que já se tornou para a tua alma e para a tua mente o manual onde aprendes as lições de serviço.

Se te decidires – sem fazer coisas esquisitas, sem abandonar o mundo, no meio das tuas ocupações habituais – a entrar por estes caminhos de contemplação, sentir-te-ás imediatamente amigo do Mestre e com o encargo divino de abrir os caminhos divinos da terra a toda a humanidade. Sim, com esse teu trabalho contribuirás para que se estenda o reinado de Cristo em todos os continentes e seguir-se-ão, uma atrás da outra, as horas de trabalho oferecidas pelas longínquas nações que nascem para a fé, pelos povos do

leste barbaramente impedidos de professar com liberdade as suas crenças, pelos países de antiga tradição cristã onde parece que se obscureceu a luz do Evangelho e as almas se debatem nas sombras da ignorância... Que valor adquire então essa hora de trabalho, esse continuar com o mesmo empenho durante um pouco mais de tempo, alguns minutos mais, até rematar a tarefa. Convertes assim, de um modo prático e simples, a contemplação em apostolado, como necessidade imperiosa do coração, que pulsa em uníssono com o dulcíssimo e misericordioso Coração de Jesus, Nosso Senhor.

Amigos de Deus, n. 67.

transfiguracao-do-senhor-no-monte-
tabor/ (21/01/2026)