

# **Meditações: IV**

## **domingo da**

### **Quaresma (Ciclo B)**

Reflexão para meditar no IV domingo da Quaresma (Ciclo B). Os temas propostos são: um desígnio incansável de salvação; uma cruz que leva à alegria; amor e sacrifício.

- Um desígnio incansável de salvação.
- Uma cruz que leva à alegria.
- Amor e sacrifício.

.....

O QUARTO domingo da Quaresma é tradicionalmente conhecido como domingo *Laetare*, em alusão às palavras com que começa a Missa: «*Laetare, Ierusalem... Alegra-te, Jerusalém; rejubilai, todos os seus amigos*» Aproxima-se a Páscoa, o momento da nossa salvação, e considerá-lo dá uma nota de alegria à austeridade penitencial da Quaresma, «que é simultaneamente um tempo de fortaleza e de júbilo: devemos encher-nos de ânimo, visto que a graça do Senhor não nos faltará, pois Deus estará a nosso lado»<sup>[1]</sup>.

O motivo fundamental da nossa alegria vem de contemplar o amor que Deus tem por nós, a Sua misericórdia e paciência para conosco. É disto que fala a primeira leitura, que recorda como as repetidas infidelidades do povo de Israel terminaram numa violenta invasão de Nabucodonosor II, que

arrasou a cidade e queimou o Templo, levando como escravos para a Babilónia aqueles que sobreviveram à espada.

Embora tivessem repetidamente ignorado muitos apelos dos profetas à conversão, no mau momento Deus não abandonou o Seu povo. Depois de um tempo de arrependimento e penitência, lembrando com nostalgia a terra prometida, o Senhor fez com que um rei pagão, o imperador Ciro, decretasse a liberdade dos israelitas.

Embora às vezes não correspondamos fielmente ao que Deus quer de nós, Ele não nos rejeita, mas continua a amar-nos como um pai bom e paciente. O Seu desejo de nos libertar do pecado torna-se ainda mais evidente com a encarnação, morte e ressurreição do Seu Filho, como expressa S. Paulo na segunda leitura: «Deus, que é rico em misericórdia, pela grande caridade

com que nos amou, a nós, que estávamos mortos por causa dos nossos pecados, restituiu-nos à vida com Cristo» (Ef 2, 4-5). Saborear a doçura do perdão e da graça divina ajudar-nos-á a superar o cansaço ou o desânimo que podem ocorrer durante esta Quaresma ou em diferentes períodos das nossas vidas. Agora que a Páscoa se aproxima, podemos renovar o desejo de nos deixar atrair pelo Senhor e assim preparar-nos para nos convertermos um pouco mais a Ele e acolhermos a salvação que nos oferece.

---

«ASSIM COMO Moisés elevou a serpente no deserto, também o Filho do homem será elevado» (Jo 3, 14). No Evangelho deste domingo, o Senhor diz estas palavras a Nicodemos, com quem fala da vida nova que veio trazer à terra, e dirige-

as também a cada um de nós. Cristo convida-nos a centrar a nossa oração na cruz, onde «se expressou de modo total a ternura redentora de Deus»<sup>[2]</sup>.  
A partir daí podemos aprender a enfrentar com paz e alegria a dor que inevitavelmente surge na vida, «o nosso sofrimento, a nossa tristeza, a nossa angústia, a nossa fome e sede de justiça»<sup>[3]</sup>.

Assim explicava S. Josemaria, com uma convicção que vinha da sua experiência pessoal, como a cruz pode ter um significado positivo: «Encontrar a cruz é encontrar Cristo. E com Ele há sempre alegria, mesmo perante a injustiça, perante a incompreensão, perante a dor física. Por isso sinto desagrado – embora compreenda que seja uma forma habitual de o dizer – quando ouço chamar cruces às contradições muitas vezes nascidas do próprio orgulho da pessoa, que não são a cruz, que não são a verdadeira cruz,

porque não são a cruz de Cristo. Nunca me senti desgraçado e o Senhor enviou-me dores abundantes (...). Fizeste-me, Senhor, entender que ter a cruz é encontrar a felicidade, a alegria. E a razão – vejo-a mais claramente do que nunca – é esta: ter a cruz é identificar-se com Cristo, é ser Cristo e, portanto, ser filho de Deus»<sup>[4]</sup>.

Não faltarão dificuldades e dores na nossa vida pessoal ou no nosso mundo: violências, tragédias, doenças... Estes momentos são também uma oportunidade para renovar a nossa fé e a nossa esperança no Senhor, no poder salvador do Seu sacrifício redentor, ao qual nos podemos unir na nossa existência diária: «na cruz, Jesus sente todo o peso do mal e, com a força do amor de Deus, vence-o, derrota-o na Sua ressurreição. Este é o bem que Jesus realiza por todos nós sobre o trono da Cruz. Abraçada com

amor, a cruz de Cristo nunca leva à tristeza, mas à alegria, à alegria de sermos salvos e de realizarmos um bocadinho daquilo que Ele fez no dia da Sua morte»<sup>[5]</sup>.

---

«DEUS AMOU tanto o mundo que entregou o Seu Filho Unigénito, para que todo o homem que acredita n'Ele não pereça, mas tenha a vida eterna» (Jo 3, 16). Continuamos a contemplar aquela entrega do Filho pelo Pai, que terminou com a morte de Jesus na cruz. «É a glória do Crucificado que cada cristão está chamado a compreender, a viver e a testemunhar com a sua existência. A Cruz, a doação de si mesmo por parte do Filho de Deus é, definitivamente, o "sinal" por excelência que nos foi dado para compreender a verdade do homem e a verdade de Deus: todos nós fomos criados e remidos

por um Deus que por amor imolou o Seu único Filho. (...): isto é o amor na sua forma mais radical»<sup>[6]</sup>.

O amor de Deus por nós chama-nos a corresponder. Uma forma de o fazer é abraçar, com confiança de filhos, o sofrimento que o Senhor permite nas nossas vidas. «Não somos cristãos delicadinhos – assegurava S.

Josemaria –. Na terra tem de haver dor e cruz»<sup>[7]</sup>. E explicou isso mais detalhadamente numa das suas homilias: «Às vezes fala-se do amor como se fosse uma procura de satisfação pessoal ou um mero recurso para completarmos egoisticamente a nossa personalidade. E não é assim; amor verdadeiro é sair de si mesmo, entregar-se. O amor traz consigo a alegria, mas é uma alegria que tem as suas raízes em forma de cruz.

Enquanto estivermos na terra e não tivermos chegado à plenitude da vida futura, não pode haver amor



verdadeiro sem a experiência do sacrifício, da dor. Uma dor de que se gosta, amável, fonte de íntimo gozo, mas dor real, porque significa vencer o nosso egoísmo e tomar o amor como regra de todas e cada uma das nossas ações»<sup>[8]</sup>—.

Assim como Cristo morreu na cruz por amor, na nossa caminhada terrena não há amor verdadeiro – por Deus, por nós mesmos e pelos outros – se a cruz não estiver presente na nossa vida: a capacidade de sofrer com alegria e a liberdade interior de se entregar aos outros ou abandonar o que nos amarra ao pecado. E também quando surgirem contrariedades objetivas – talvez por vezes duras e inesperados –, com a Sua graça poderemos abraçar a cruz: «Sempre pacíficos e corajosos diante das contradições, caso elas surjam, ou diante do que as pessoas chamam fracassos. O sucesso ou o fracasso estão na vida interior. O sucesso está

em receber com serenidade a Cruz de Jesus Cristo, em estender os braços abertos, porque para Jesus, como para nós, a Cruz é um trono, é a exaltação do amor; é o cúmulo da eficácia redentora, para levar as almas a Deus»<sup>[9]</sup>. Podemos pedir à Virgem Maria, que soube estar aos pés da cruz, que nos ajude a acolher as dificuldades com o desejo de consolar o seu Filho.

.....

[1] S. Josemaria, *Cristo que passa*, n. 63.

[2] Bento XVI, Homilia, 26/03/2006.

[3] S. Josemaria, *Cristo que passa*, n. 168.

[4] S. Josemaria, Notas de uma meditação, 28/04/1963.

[5] Francisco, Homilia, 24/03/2013.

[6] Bento XVI, Homilia, 26/03/2006.

[7] S. Josemaria, Notas de uma meditação, 25/02/1963.

[8] S. Josemaria, *Cristo que passa*, n. 43.

[9] S. Josemaria, *Carta*, 31/05/1954, n. 30.

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de [https://  
opusdei.org/pt-pt/meditation/  
meditacoes-iv-domingo-da-quaresma-  
ciclo-b/](https://opusdei.org/pt-pt/meditation/meditacoes-iv-domingo-da-quaresma-ciclo-b/) (22/02/2026)