

# 1 de Março – 2º Domingo da Quaresma



**EVANGELHO** de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São Lucas

Naquele tempo, Jesus tomou consigo Pedro, João e Tiago e subiu ao monte, para orar. Enquanto orava, alterou-se o aspeto do seu rosto e as suas vestes ficaram de uma brancura refulgente. Dois homens falavam com Ele: eram Moisés e Elias, que, tendo aparecido em glória, falavam da morte de Jesus, que ia consumir-se em Jerusalém. Pedro e os companheiros estavam a cair de sono; mas, despertando, viram a glória de Jesus e os dois homens que estavam com Ele. Quando estes se iam afastando, Pedro disse a Jesus: «Mestre, como é bom estarmos aqui! Façamos três tendas: uma para Ti, outra para Moisés e outra para Elias». Não sabia o que estava a dizer. Enquanto assim falava, veio uma nuvem que os cobriu com a sua sombra; e eles ficaram cheios de medo, ao entrarem na nuvem. Da nuvem saiu uma voz, que dizia: «Este é o meu Filho, o meu Eleito: escutai-O». Quando a voz se fez ouvir, Jesus ficou sozinho. Os discípulos guardaram silêncio e, naqueles dias, a ninguém contaram nada do que tinham visto.



**MEDITAÇÃO**

A Transfiguração de Jesus. No alto do monte, os discípulos experimentam um vislumbre da glória divina, uma paz que antecipa a vitória final sobre o sofrimento e confirma a esperança cristã. A Transfiguração revela que o sofrimento não tem a última palavra. Contemplar a glória de Deus dá-nos a serenidade necessária para enfrentar as "montanhas" da vida.



**ORAÇÃO**

Jesus, transfigura as minhas dores. Que a luz da Tua presença no alto do monte ilumine os meus dias de dúvida e me traga paz profunda.



**PONTO DE ESFORÇO**

Através da nossa **Oração Conjugal / Familiar** reforçamos a importância de substituir o tempo de écran por uma oração pela paz nas zonas de guerra.



Equipas de Nossa Senhora  
Supra-Região Portugal  
Provincia Centro