

# 18 de Fevereiro - Quarta-feira de Cinzas



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

Naquele tempo, disse Jesus aos seus discípulos: «Tende cuidado em não praticar as vossas boas obras diante dos homens, para serdes vistos por eles. Aliás, não tereis nenhuma recompensa do vosso Pai que está nos Céus. Assim, quando deres esmola, não toques a trombeta diante de ti, como fazem os hipócritas, nas sinagogas e nas ruas, para serem louvados pelos homens. Em verdade vos digo: já receberam a sua recompensa. Quando deres esmola, não saiba a tua mão esquerda o que faz a direita, para que a tua esmola fique em segredo; e teu Pai, que vê o que está oculto, te dará a recompensa. Quando rezardes, não sejais como os hipócritas, porque eles gostam de orar de pé, nas sinagogas e nas esquinas das ruas, para serem vistos pelos homens. Em verdade vos digo: já receberam a sua recompensa. Tu, porém, quando rezares, entra no teu quarto, fecha a porta e ora a teu Pai em segredo; e teu Pai, que vê o que está oculto, te dará a recompensa. Quando jejuardes, não tomeis um ar sombrio, como os hipócritas, que desfiguram o rosto, para mostrarem aos homens que jejuam. Em verdade vos digo: já receberam a sua recompensa. Tu, porém, quando jejuares, perfuma a cabeça e lava o rosto, para que os homens não percebam que jejuas, mas apenas o teu Pai, que está presente em segredo; e teu Pai, que vê o que está oculto, te dará a recompensa».



**MEDITAÇÃO**

A Quarta-feira de Cinzas propõe uma mudança interior que passa pela reconciliação consigo mesmo, com o próximo e com o divino. Este dia marca o início da Quaresma, um período de 40 dias dedicado à transformação interior que fundamenta a paz verdadeira.

A liturgia das cinzas é um convite direto à reconciliação. A paz não é vista apenas como ausência de conflito, mas como o resultado de um coração que busca o perdão e restaura relacionamentos quebrados.



**ORAÇÃO PELA PAZ MUNDIAL (PAPA FRANCISCO)**

"Senhor Deus de paz, ouvi a nossa oração! (...) Dai-nos o passo concreto para alcançar a paz. Abri os nossos olhos e os nossos corações e dai-nos a coragem de dizer: 'Nunca mais a guerra!'"



**PONTO DE ESFORÇO**

Façamos da nossa **Oração Pessoal** um diálogo com Deus e uma expressão da nossa necessidade de encontrarmos a paz para nós e para os outros.



Equipas de Nossa Senhora  
Supra-Região Portugal  
Província Centro