**Para compreender melhor a Quarta-feira de Cinzas e a Quaresma:**

Hoje, dia 6 de março, a Igreja dá início à Quaresma. Para que você possa compreender melhor este Tempo Litúrgico, nós preparamos um material que vai te ajudar. Confira:

**Por que a Quaresma começa na Quarta-feira de Cinzas?** A Quaresma começa na Quarta-feira de Cinzas, mas não é a Quarta-feira de Cinzas que marca o tempo da Quaresma. Quem vai marcar o Tempo Quaresmal é a Festa da Páscoa, o tríduo pascal. Podemos notar que na Sexta-feira da Paixão estaremos na lua cheia. Essa lua cheia marca a Páscoa. A partir daí se conta 40 dias para trás, até chegar a Quarta-feira de Cinzas, e 40 dias para frente até chegar a Solenidade de Pentecostes.

**Qual o significado e de onde vêm as cinzas?** O próprio Senhor nos diz que nós somos pó e haveremos de voltar ao pó. Colocar as cinzas na cabeça na Quarta-feira de Cinzas nada mais é do que voltar a essas lembranças de que nós não somos nada. Nós é que precisamos de Deus, e colocando as cinzas na nossa cabeça é um convite que nos é efeito de quão transitória e rápida é a nossa vida; e ao mesmo tempo em que ela é tão rápida e tão transitória, e que nós nada somos a não ser pó. Nós somos chamados a algo de muito maior: somos chamados a experiência de Deus e a vida Dele.

**Como se deve viver a Quarta-feira de Cinzas?** A Quarta-feira de Cinzas abre esse período quaresmal, um período em que somos chamados a viver de maneira muito mais intensa a nossa vida cristã, preparando a Festa da Páscoa. Neste dia a Igreja convida a, primeiramente, fazer jejum e abstinência, isto é: penitência. Eu sou chamado a dominar em mim mesmo tudo aquilo que é o meu ideal de comer, de beber, dominar tudo aquilo que para mim é busca de prazer, para ter o domínio de mim mesmo e não me deixar cair nas tentações e no pecado. Por outro lado, nós devemos participar da Santa Eucaristia para podermos, alimentados de Deus, abrir o nosso coração mais para Ele. A prática da oração nesse tempo de Quaresma é algo que deve ser fundamental para que nós busquemos de maneira mais intensa o Senhor. A terceira prática que nós tempos que saber é a da caridade para servir, com todas as nossas possibilidades, todos aqueles que precisam de nós. Práticas da Quaresma: jejum, para que aprendamos a dominar todas as nossas paixões; a esmola, para que aprendamos a nos abrir aos irmãos; e a oração, para que aprendamos de maneira primordial a nos abrir a Deus, que faz com que a gente viva esse dia de Quarta-feira de Cinzas, que vai ser um sinal e que vai ser uma abertura de uma vivência prolongada dos 40 dias até a Páscoa do Senhor.

**Porque a Igreja pede para se abster de carne?** Não se come carne na Quarta-feira de Cinzas por ser um dia de penitência. Como a carne sempre foi um alimento caro, principalmente na Europa, a Igreja começou a “cortar” a carne, a deixar de comer aquilo que dá prazer, o alimento que é mais caro e sofisticado, para poder não só estar fazendo a penitência e renunciando ao alimento, mas usando o dinheiro que seria gasto com aquela carne para socorrer aos necessitados. Deixando de comer aquilo que nos daria mais prazer, poderemos colocar a nossa vontade submissa ao Projeto de Deus para termos o autodomínio de nós mesmos, mas também para termos de maneira legítima aquilo com o que socorrer os nossos irmãos, os pobres.

**O que é o jejum?** O jejum é a abstinência total ou parcial de comida, exceto de água.

**Por que a Igreja pede para jejuar?** Com o desejo de se fazer penitência pelos pecados, bem como estar unidos aos sofrimentos de Jesus, a Igreja pede que os fiéis ofereçam, neste Tempo Quaresmal, jejum e abstinência a Deus.

Praticado pelo próprio Jesus Cristo, durante os 40 dias que esteve no deserto, pelos santos e pelo povo desde a Antiguidade, o jejum é um sinal de arrependimento recomendado pela Igreja como instrumento de santificação da alma, de controle do corpo e equilíbrio emocional.

**Como podemos definir penitência?** A Quaresma é um tempo favorável para abandonar o pecado e voltar para Deus. E é para este retorno a Deus que se faz penitência. O objetivo da penitência não é fazer sofrer, mas ser um meio de purificação da alma. A penitência é realizada para dar forças espirituais na luta contra o pecado.

**Quais são as formas de penitência orientadas pela Igreja?** A Igreja ensina e estimula o católico a praticar o jejum, a oração e a esmola. Essas três formas de penitência são um remédio para o combate das doenças espirituais, sendo que o jejum auxilia no combate à gula, a oração no combate ao orgulho e à soberba, e a esmola no combate à avareza. São exercícios que, se feitos com seriedade, têm a capacidade de arrancar o cristão católico das garras do relativismo que domina o mundo atualmente.

***ARQUIDIOCESE DE SALVADOR***

***ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO****:* ***(71) 4009-6604 / 6693 / 98689-8054***

Assistente eclesiástico: padre Rosalvo Humildes

Jornalista: Sara Gomes