



Unity Baptist Church
Seeking Christ . Serving Christ . Sharing Christ

40 DIAS DE JEJUM E ORAÇÃO

Um Guia de Estudo e Oração

para a Quaresma de 2026

INTRODUÇÃO:

Entrando na jornada da Quaresma

A palavra "Quaresma" vem do latim *quadragesima*, que significa "quadragésimo" e se refere aos quarenta dias de preparação espiritual que antecedem a Páscoa. O termo foi adotado em português a partir do latim e mantém a referência ao período de jejum, penitência e renovação

A Quaresma é uma **temporada de 40 dias de jejum, oração e arrependimento**, desde a Quarta-feira de Cinzas até o Domingo de Páscoa. Este ano, começará em **18 de fevereiro** e será concluído no domingo, **5 de abril**. O jejum acontece todos os dias, exceto aos domingos, porque como os domingos celebram a ressurreição de Cristo, eles são para ser dias de banquete e não de jejum.

As Origens da Quaresma: Um Tempo de Preparação

A prática do jejum e da preparação antes da Páscoa tem raízes antigas. Embora a estrutura específica da Quaresma não tenha sido formalizada até o Primeiro Concílio de Niceia, em 325 d.C., evidências sugerem que um período de jejum antes da Páscoa já era observado de alguma forma desde os primeiros dias da Igreja. Nos primeiros séculos, a Quaresma servia como um tempo para novos crentes se prepararem para o batismo e para aqueles que haviam caído em pecado grave passarem por penitência pública antes de serem restaurados à plena comunhão com a igreja. No século IX, a prática da penitência pública começou a desaparecer, e, em vez disso, todos os crentes foram lembrados de sua necessidade de arrependimento por meio da imposição de cinzas na Quarta-feira de Cinzas—uma prática que continua até hoje em muitas tradições cristãs.

A Quaresma é observada em muitas denominações cristãs. É mais comumente praticada nas igrejas Católica Romana, Ortodoxa Oriental, Anglicana, Episcopal e Luterana, mas também é adotada por presbiterianos, metodistas e até mesmo alguns batistas como um período de renovação espiritual.

Como a Quaresma é Observada?

A Quaresma é tradicionalmente marcada por jejum, oração e atos de caridade—atos de abnegação e devoção destinados a aproximar os crentes de Deus.

- Nas igrejas ocidentais, a Quaresma começa na Quarta-feira de Cinzas e dura 40 dias, excluindo os domingos.
- Nas igrejas ortodoxas orientais, a Quaresma começa na segunda-feira da sétima semana antes da Páscoa e se estende até a sexta-feira antes do Domingo de Ramos, incluindo sábados e domingos como dias de jejum mais leves.

Historicamente, o jejum durante a Quaresma era muito mais rigoroso. Os primeiros cristãos comiam apenas uma refeição por dia, à noite, e se abstinham de carne, peixe, ovos e laticínios. Hoje, a Igreja Católica Romana mantém apenas dois dias de jejum obrigatório—Quarta-feira de Cinzas e Sexta-feira Santa—mas muitos cristãos optam voluntariamente por se abster de certos alimentos, atividades ou hábitos como forma de disciplina espiritual. Alguns escolhem abrir mão de doces, álcool, redes sociais ou outros confortos, usando seus momentos de desejo como lembretes para se voltarem à oração.

A Quaresma deve ser uma estação de aperfeiçoamento espiritual, não de restrição legalista. Infelizmente, em alguns lugares, essa temporada de

abnegação tem sido precedida por uma temporada de indulgência—levando a tradições como o Carnaval e o Mardi Gras. O nome Carnaval vem do latim *carne vale* ou *carne levare*, que significa "adeus à carne". Da mesma forma, Mardi Gras (francês para "Terça-feira Gorda") refere-se à prática de se banquetear com comidas ricas antes do início dos 40 dias de jejum. No entanto, a Quaresma não é sobre abrir espaço para o pecado antes de se arrepender—é sobre reorientar nossos corações para o senhorio de Cristo e nossa profunda necessidade de Sua graça.

Por que Estamos Fazendo Isso?

O propósito da Quaresma não é simplesmente cumprir um ritual religioso, mas se aproximar de Cristo. Jejum, oração e reflexão nos ajudam a:

- Reconhecer nossa dependência de Deus.
- Reorientar nossas mentes e corações para a vontade do Senhor.
- Renovar nosso zelo e compromisso em seguir Cristo.
- Examinar a nós mesmos e reconhecer áreas que precisam de arrependimento.
- Desenvolver autocontrole e uma dependência mais profunda do Espírito Santo.
- Aprender, de forma concreta, que "o homem não viverá só de pão, mas de toda palavra que sai da boca de Deus" (Mateus 4:4).

Durante 40 dias, jejuaremos e oraremos. Mas como isso deve ser feito?

O jejum é uma disciplina profundamente pessoal. Alguns podem optar por abrir mão de certos alimentos ou bebidas, enquanto outros podem jejuar de distrações como redes sociais, televisão ou gastos desnecessários. O objetivo não é apenas a abnegação, mas usar o tempo e a energia que seriam dedicados a essas coisas para se concentrar mais

intencionalmente em Deus. Você pode optar por jejuar de comida por um dia , ou vários dias, cada semana nas próximas 7 semanas ou pode escolher algo que te fara falta e se abster disso por 40 dias, de 5 de março a 20 de abril (não incluindo domingos). Permita que os desejos por esse item—seja a fome no estômago ou os dedos inquietos—conduzam seu coração ao trono de Deus e lembrem você de sua necessidade d’Ele.

A oração e o arrependimento serão o coração desta jornada. Este guia ajudará você a se envolver em oração significativa a cada dia—orando por si mesmo, por sua família, sua igreja, sua comunidade e pelo mundo.

Como Será Este Devocional

Para ajudar a guiar nossas reflexões durante a Quaresma, este estudo segue um formato estruturado de devocional diário. A cada dia, você encontrará:

- **Uma Leitura Bíblica** – Uma passagem curta para meditação. Embora apenas alguns versículos sejam impressos, encorajo fortemente que você leia o contexto ao redor para uma compreensão mais completa.
- **Uma Reflexão Devocional** – Uma breve, mas rica, discussão sobre a passagem para ajudá-lo a aplicá-la à sua jornada espiritual.
- **Um Foco de Oração** – Um tópico sugerido para intercessão, guiando você a orar não apenas por si mesmo, mas pelos outros.
- **Um Guia de Oração** – Uma oração escrita para ajudar a moldar sua conversa com Deus, mas sinta-se à vontade para acrescentar suas próprias palavras.
- **Um Desafio Espiritual** – Um passo prático para ajudá-lo a incorporar a verdade da meditação do dia.

Cada semana seguirá um tema específico:

- **Semana 1:** No deserto, Arrependimento e Preparação
- **Semana 2:** O Chamado para Seguir – Discipulado e Transformação
- **Semana 3:** Buscando a Face do Pai—Oração e Comunhão.
- **Semana 4:** Amar ao Próximo—Compaixão e Justiça.
- **Semana 5:** A Cruz e o Custo— Sofrimento e Perseverança.
- **Semana 6:** O Reino e o Rei—Humildade e Poder.
- **Semana 7:** A Paixão—Sacrifício e Redenção.

Essas reflexões não são apenas para nos guiar pela Quaresma, mas para estabelecer um ritmo de devoção que se estenda além desses 40 dias.

Preparando-se para a Jornada

A Quaresma não é sobre provar nossa santidade. É sobre reconhecer nossa necessidade da graça de Deus e caminhar em maior dependência de Cristo.

Que esta temporada de jejum, oração e reflexão desperte nossos corações para a maravilha do evangelho, a profundidade do amor de Cristo e a esperança da ressurreição que nos aguarda.

Vamos começar.

Paz e Graça a todos!

Thiago Monteiro Bitencourt

Pastor da Unity Baptist Church
Em Youngsville, Carolina do Norte, EUA

março 2025

SEMANA 1: O CHAMADO PARA SEGUIR
– DISCIPULADO E TRANSFORMAÇÃO
(23 DE FEVEREIRO A 28 DE FEVEREIRO DE 2026)

SEGUNDA-FEIRA, 23 DE FEVEREIRO
– O CHAMADO DOS PRIMEIROS DISCÍPULOS

Leitura da Escritura: Mateus 4:18-22

Reflexão Devocional:

Quando Jesus chama Pedro, André, Tiago e João, Suas palavras são simples, mas radicais: "Siga-me". Eles deixam tudo – família, sustento, segurança – para andar com Cristo. O discipulado não é um projeto paralelo; é uma transformação abrangente. O mesmo apelo chega até nós hoje. Seguir Jesus é caro, mas a recompensa é maior: a vida na presença do Rei.

Foco de oração: Um compromisso mais profundo de seguir Jesus de todo o coração.

Guia de oração: Ó Senhor, sacuda-me da minha complacência. Tire minhas hesitações e distrações. Prepare meu coração para abandonar tudo pela alegria insuperável de conhecê-lo. Deixe-me ver o Seu valor tão claramente que todo tesouro terreno escurece em comparação. Leve-me para onde quiser, e eu o seguirei. Amém.

Desafio espiritual: Identifique uma área em que você se abstém de seguir a Cristo plenamente. Entregue-o em oração hoje. Lembre-se da recompensa que aguarda todos os que seguem a Cristo.

TERÇA-FEIRA, 24 DE FEVEREIRO
– NEGANDO A SI MESMO E TOMANDO A CRUZ

Leitura da Escritura: Lucas 9:21-27

Reflexão Devocional:

Jesus não nos chama para um discipulado confortável, mas para uma vida de entrega. Segui-Lo significa tomar nossa cruz diariamente, morrendo para a vontade própria e os desejos mundanos. Ao perder nossas vidas por amor a Ele, encontramos a verdadeira vida. A Quaresma nos desafia a perguntar: a que estou me apegando que impede a plena devoção a Cristo?

Foco de Oração: Força para abraçar a abnegação por causa de Cristo.

Guia de oração: Pai, a cruz é pesada e minha carne é fraca. Mas você é forte. Dê-me a resolução de negar a mim mesmo, de abandonar meus desejos fugazes e de valorizar a Cristo acima de tudo. Faça-me ousado na rendição, destemido no amor e inabalável na devoção. Que eu possa encontrar minha vida perdendo-a em Ti. Amém.

Desafio Espiritual: Que cruz Jesus chamou você para carregar? Lembre-se de que um dia você trocará a cruz por uma coroa. Sua carga é muito pesada? Lembre-se de que você não está sozinho. Estenda a mão para um irmão ou irmã em Cristo para ajudá-lo a carregar seu fardo. Existe alguém que precisa de sua ajuda?

QUARTA-FEIRA, 25 DE FEVEREIRO
– DEIXANDO TUDO PARA TRÁS

Leitura da Escritura: Lucas 5:27-32

Reflexão Devocional:

Levi, um cobrador de impostos, era rejeitado pela comunidade, mas Jesus o chamou. Sem hesitar, Levi deixou tudo para trás e o seguiu. Sua resposta foi imediata e completa. A vida cristã é de entrega contínua - um abandono de tudo o que nos impediria de ter plena comunhão com Cristo. Ele vale tudo.

Foco de oração: Coragem para entregar o que nos impede de seguir Jesus.

Guia de oração: Jesus, você chama o improvável, o quebrado, o pecador como eu. Não hesite quando você me convocar para uma fidelidade mais profunda. Quebre meu controle sobre o que é temporário. Faça-me disposto, faça-me alegre, faça-me seu. Amém.

Desafio Espiritual: Considere o que Jesus pode estar chamando você para deixar para trás. Dê um passo em direção à obediência hoje.

QUINTA-FEIRA, 26 DE FEVEREIRO

– O CUSTO DO DISCIPULADO

Leitura da Escritura: Lucas 14:25-35

Reflexão Devocional:

Jesus fala claramente: segui-Lo é calcular o custo. O discipulado não é uma questão de conveniência, mas de entregar tudo — até mesmo nossas afeições mais queridas, se elas atrapalharem a obediência plena. Vemos Cristo como digno de tudo o que temos?

Foco de oração: Disposição para calcular o custo de seguir a Cristo.

Guia de oração: Senhor, sacuda-me do discipulado superficial. Não me deixe buscar uma fé que não me custa nada. Mostre-me o tesouro de Cristo tão plenamente que tudo o mais se desvanece. Dê-me coragem para abandonar tudo o que compete com meu amor por Ti. Deixe-me contar o custo e ainda dizer: "Você é digno". Amém.

Desafio Espiritual: Reflita sobre o que significa calcular o custo de seguir Jesus. Que sacrifícios Ele pode estar chamando você para fazer? Aqueles que perdem a vida por Cristo a ganharão!

SEXTA-FEIRA, 27 DE FEVEREIRO
– PERMANECENDO EM CRISTO

Leitura da Escritura: João 15:1-8

Reflexão Devocional:

Ser discípulo é permanecer – permanecer profundamente conectado a Cristo, extraindo vida Dele como um ramo da videira. Sem Ele, não podemos fazer nada. A Quaresma é um tempo para nos enraizarmos mais profundamente Nele, permitindo que Sua Palavra nos poda e Seu Espírito nos sustente.

Foco de Oração: Uma permanência mais profunda em Cristo através da Palavra e do Espírito.

Guia de oração: Pai, deixe minha alma ter sede de Ti. Aproxima-me e deixa-me beber profundamente do poço da Tua presença. Podar o que é infrutífero em mim. Que minha vida leve a marca de alguém que permanece em Cristo, para que Sua glória seja vista. Amém.

Desafio Espiritual: Gaste mais tempo hoje nas Escrituras e na oração, buscando permanecer mais plenamente em Cristo.

SÁBADO, 28 DE FEVEREIRO
– COLHENDO O FRUTO DO DISCIPULADO

Leitura da Escritura: Gálatas 5:22-25

Reflexão Devocional:

O verdadeiro discipulado dá frutos. O Espírito que opera em nós produz amor, alegria, paz, paciência, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão e domínio próprio. Estas são as marcas de uma vida transformada por Cristo. Ao andarmos em sintonia com o Espírito, mostramos Seu caráter ao mundo. A fecundidade vem seguindo o Espírito em vez da carne.

Foco de oração: Que nossas vidas produzam o fruto do Espírito.

Guia de oração: Senhor, deixe Seu Espírito se mover poderosamente em mim. Que o amor vença meu egoísmo, a alegria supere minha tristeza, a paz acalme minhas ansiedades. Que a bondade seja minha linguagem, a fidelidade minha âncora e o autocontrole minha guarda. Faça de minha vida um testemunho vivo do poder de Cristo. Amém.

Desafio Espiritual: Examine sua vida à luz do fruto do Espírito. Qual área precisa de crescimento? Peça a Deus para cultivá-lo em você.

Hoje é o fim da semana 2. Continue em seu jejum. Não desista e não desanime. O Senhor está com você, Ele o guardará.

SEMANA 2: BUSCANDO A FAÇA DO PAI – ORAÇÃO E COMUNHÃO

(2 De março a 7 de março de 2026)

SEGUNDA-FEIRA, 2 DE MARÇO – A ORAÇÃO DO PAI NOSSO: UM MODELO PARA NÓS

Leitura da Escritura: Mateus 6:5-15

Reflexão Devocional:

Quando os discípulos de Jesus Lhe perguntaram como orar, Ele não lhes deu uma fórmula - Ele lhes deu um relacionamento. "Pai nosso que estás nos céus..." Desde as primeiras palavras, Ele nos atrai para a intimidade com Deus, não como sujeitos distantes, mas como filhos amados. Esta oração é simples e pesada. Ela alinha nossos corações com os propósitos do Pai — Seu nome a ser santificado, Seu reino a vir, Sua vontade a ser feita. Ela nos convida a confiar Nele para nossas necessidades diárias, buscar Seu perdão ao perdoar os outros e confiar Nele para nos guiar através da tentação. Cada petição nos molda, atraindo-nos mais profundamente para a dependência do Deus que ouve.

Foco de Oração: Que oremos como crianças que confiam completamente no Pai.

Guia de oração: Pai, ensina-me a orar. Que meu coração seja moldado pelas prioridades do Seu reino. Faça meus desejos se alinharem com os seus. Dê-me fé para pedir, ousadia para buscar e persistência para bater, sabendo que Você se deleita em dar boas dádivas aos Seus filhos. Amém.

Desafio Espiritual: Ore a Oração do Pai nosso lentamente, parando em cada linha para refletir sobre seu significado para sua vida hoje. Tente memorizar essa oração, se ainda não o fez.

TERÇA-FEIRA, 3 DE MARÇO
– NA PRESENÇA DE DEUS

Leitura da Escritura: Mateus 11:20-30

Reflexão Devocional:

Jesus levanta os olhos para o céu e se alegra: "Graças te dou, Pai, Senhor do céu e da terra..." Ele revela uma verdade profunda - a sabedoria mais profunda de Deus está escondida dos autossuficientes e revelada aos infantis. A oração não é um exercício intelectual; é a linguagem daqueles que dependem inteiramente do amor do Pai. E assim Ele nos convida: "Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei". O mundo nos sobrecarrega com desempenho e esforço, mas em Cristo, encontramos um jugo que é suave, um fardo que é leve. A oração não é apenas falar; é descansar na presença d'Aquele que carrega o que não podemos.

Foco de Oração: Que corações cansados encontrem descanso na presença de Jesus.

Guia de oração: Senhor Jesus, venho a Ti, cansado e sobrecarregado. Deixe-me deixar de lado meu esforço. Ensina-me a orar não como um dever, mas como um deleite. Deixe-me descansar em Sua presença, sabendo que Você carrega o que eu não posso. Amém.

Desafio Espiritual: Reserve cinco minutos de silêncio e solidão hoje – sem pedidos, sem palavras, apenas descansando na presença de Deus.

QUARTA-FEIRA, 4 DE MARÇO – GLORIFICAR O FILHO

Leitura da Escritura: João 17:1-8

Reflexão Devocional:

Enquanto Jesus se prepara para a cruz, Ele levanta os olhos para o céu e ora: "Pai, é chegada a hora; glorifica teu Filho, para que o Filho te glorifique". A cruz, que parece vergonha e derrota para o mundo, é na realidade o lugar da glória. Por meio dela, o Filho cumpre Sua missão — dar a vida eterna a todos os que o Pai Lhe deu. Jesus define a vida eterna não apenas como existência sem fim, mas como conhecer a Deus. Esta é a essência da oração — não apenas pedir, mas saber. A verdadeira oração é comunhão com o Pai por meio do Filho, entrando no relacionamento que existia antes do início dos tempos.

Foco de oração: Que nossas vidas de oração sejam marcadas por um desejo pela glória de Deus.

Guia de oração: Pai, glorifique Seu Filho em minha vida. Que minhas orações não sejam egocêntricas, mas centradas em Deus. Ensine-me que a vida eterna não é apenas uma promessa futura, mas uma realidade presente - conhecendo-Te, amando-Te, permanecendo em Ti. Amém.

Desafio Espiritual: Ao orar hoje, comece louvando a Deus antes de fazer qualquer pedido. Louve a Deus através de música, se quiser.

QUINTA-FEIRA, 5 DE MARÇO
– JESUS ORA POR SEU POVO

Leitura da Escritura: João 17:9-26

Reflexão Devocional:

Na noite anterior à Sua morte, Jesus ora - não apenas por Seus discípulos, mas por todos os que creriam Nele por meio de sua palavra. Isso significa que Ele orou por você.

Ele pede ao Pai que nos guarde em seu nome, que nos proteja do maligno, que nos santifique na verdade. Mas, acima de tudo, Ele ora pela união - para que possamos ser um, assim como Ele e o Pai são um. Esta não é uma união superficial, mas uma união profunda e forjada pelo Espírito que testifica ao mundo que o Pai enviou o Filho.

Foco de oração: Que a igreja seja unida em Cristo, demonstrando Seu amor ao mundo.

Guia de oração: Senhor Jesus, você orou por nós antes mesmo de conhecê-lo. Faça-nos um como você e o Pai são um. Que a tua igreja não seja marcada pela divisão, mas pelo amor. E que o mundo veja, por meio de nossa união, que Tu és o Salvador. Amém.

Desafio Espiritual: Estenda a mão para um irmão crente e encoraje-o com uma palavra de oração hoje. Agradeça a Deus por sua família da igreja local.

SEXTA-FEIRA, 6 DE MARÇO
– CURVANDO-SE DIANTE DO PAI

Leitura da Escritura: Efésios 3:14-21

Reflexão Devocional:

Paulo cai de joelhos diante do Pai, extasiado pela vastidão do amor de Deus. Ele ora para que a igreja seja fortalecida com poder, enraizada e fundamentada no amor, capaz de compreender a imensurável largura, comprimento, altura e profundidade do amor de Cristo.

Este é o coração da oração – não meros pedidos, mas o aprofundamento de nossas almas no conhecimento do amor de Deus. Quanto mais compreendemos Seu amor, mais somos preenchidos com Sua plenitude. E quando estamos cheios dEle, não podemos deixar de transbordar para o mundo ao nosso redor.

Foco de Oração: Que sejamos fortalecidos para compreender o amor de Cristo mais profundamente.

Guia de oração: Pai, enraíze-me em Seu amor. Fortaleça-me para compreender o que está além da compreensão. Que eu não me contente com pequenas orações quando você é capaz de fazer muito mais abundantemente do que tudo o que peço ou penso. Encha-me com toda a Sua plenitude. Amém.

Desafio Espiritual: Medite no amor de Cristo hoje — escreva maneiras pelas quais você experimentou Seu amor.

SÁBADO, 7 DE MARÇO

– O SENHOR OUVE

Leitura da Escritura: Isaías 38:1-8

Reflexão devocional:

O rei Ezequias, diante da certeza da morte, vira o rosto para a parede e ora. Ele chora diante do Senhor e, antes mesmo de Isaías sair do palácio, Deus responde: "Ouvi a tua oração; Eu vi suas lágrimas.

Este é o Deus que servimos - um Deus que ouve, que vê, que responde. A oração não é gritar no vazio; é uma conversa com o Deus vivo. Ele pode nem sempre responder como esperamos, mas Ele sempre ouve. E Seus propósitos para o Seu povo são sempre bons.

Foco de Oração: Para que aqueles que se sentem não ouvidos por Deus tenham a certeza de Sua proximidade.

Guia de oração: Pai, você ouve. Você vê. Você sabe. Que aqueles que se sentem abandonados encontrem conforto em Sua presença. Deixe-os saber que suas orações não caem em ouvidos surdos, mas são recebidas por um Pai que os ama. Amém.

Desafio Espiritual: Reserve um tempo hoje para agradecer a Deus pelas orações passadas que Ele respondeu.

Você chega ao final da semana 3. Parabéns! Você está quase na metade do caminho. Não te desanime e não desista. O Senhor é bom e continuará a sustentá-lo.

SEMANA 3: AMAR O PRÓXIMO — COMPAIXÃO E JUSTIÇA *(9 de março a 14 de março de 2026)*

SEGUNDA-FEIRA, 9 DE MARÇO
– O BOM SAMARITANO: UM CHAMADO À MISERICÓRDIA

Leitura da Escritura: Lucas 10:25-37

Reflexão Devocional:

Um advogado pergunta a Jesus: "Quem é o meu próximo?" Em resposta, Jesus conta a parábola do Bom Samaritano. O sacerdote e o levita passam pelo homem ferido, mas o samaritano para, mostrando compaixão de uma maneira que ultrapassa divisões culturais e sociais. O verdadeiro amor é caro, inconveniente e generoso. A Quaresma é um tempo para examinar nossos corações: amamos apenas quando é fácil ou estamos dispostos a refletir a misericórdia de Cristo mesmo quando requer sacrifício? Cristo Se entregou por nós para que possamos nos entregar pelos outros em Seu nome.

Foco de Oração: Um coração de compaixão e vontade de amar além da conveniência.

Guia de oração: Senhor, que meu coração não seja como o sacerdote ou o levita, desviando o olhar dos necessitados. Fazei de mim um vaso da Vossa misericórdia. Abre os meus olhos para ver e as minhas mãos para servir, para que eu ame o meu próximo como tu me amaste a mim. Amém.

Desafio espiritual: Encontre uma oportunidade hoje de estender bondade a alguém necessitado, seja por meio de um ato de serviço, incentivo ou generosidade. Ao ministrar a eles, use isso como uma oportunidade para falar sobre o amor de Deus em Cristo.

TERÇA-FEIRA, 10 DE MARÇO
– INIMIGOS AMOROSOS: UM CHAMADO RADICAL

Leitura da Escritura: Mateus 5:43-48

Reflexão Devocional:

Jesus nos ordena a amar nossos inimigos e orar por aqueles que nos perseguem. Esse amor não é mera tolerância, mas boa vontade ativa enraizada no evangelho. Como Cristo nos amou enquanto ainda éramos pecadores, somos chamados a refletir Sua graça até mesmo para aqueles que nos prejudicam. O verdadeiro discipulado significa abraçar um amor que desafia a natureza humana e aponta para a obra sobrenatural de Cristo em nós. O verdadeiro amor é baseado no amor de Deus por nós, não no valor da pessoa que somos chamados a amar.

Foco de Oração: Um coração livre de amargura e cheio de amor cristão.

Guia de oração: Pai, Tu me amaste quando eu era indigno, e Tu me chamas para fazer o mesmo. Mate as raízes do ressentimento em minha alma. Ensina-me a amar, não pela minha própria força, mas pelo poder do Teu Espírito. Deixe-me ser uma luz da graça em um mundo de vingança. Amém.

Desafio espiritual: Identifique alguém que você tem dificuldades para amar. Ore por eles hoje, pedindo a Deus que os abençoe e transforme seu coração em relação a eles.

QUARTA-FEIRA, 11 DE MARÇO

– SERVINDO OS MENORES

Leitura da Escritura: Mateus 25:31-46

Reflexão Devocional:

Jesus declara que tudo o que fazemos pelos menores, fazemos por Ele. A verdadeira fé se expressa em ação - alimentando os famintos, acolhendo o estrangeiro e cuidando dos doentes e presos. A Quaresma nos chama a ir além do sentimento para atos tangíveis de misericórdia. Cristo se identifica com o sofrimento; Nós vamos? Cada ato de amor feito em nome de Jesus retornará para você.

Foco de Oração: Olhos para ver Jesus no quebrado e ferido.

Guia de oração: Senhor Jesus, você era pobre, faminto e rejeitado, mas você é o Rei da glória. Abra meu coração para vê-lo naqueles que sofrem. Faze de mim servo, não para a minha glória, mas para a Tua, para que nos meus pequenos atos de amor, o Teu nome seja conhecido. Amém.

Desafio espiritual: Encontre uma maneira de servir alguém necessitado hoje — seja voluntário, doe generosamente ou passe tempo ou ligue para alguém que se sente esquecido. Independentemente de quem você é e do seu nível de habilidades, você pode servir a alguém hoje.

QUINTA-FEIRA, 12 DE MARÇO
– JUSTIÇA E MISERICÓRDIA NOS PROFETAS

Leitura da Escritura: Miquéias 6:6-8; Isaías 58:1-14

Reflexão Devocional:

Deus não deseja rituais religiosos vazios, mas um coração que ama a justiça, a bondade e a humildade. A Quaresma é uma época para refletir sobre como vivemos nossa fé além da devoção pessoal - defendemos a justiça? Andamos humildemente diante de Deus? A cruz é onde a justiça e a misericórdia se encontram, e somos chamados a encarnar ambas em nossas vidas.

Foco de Oração: Um coração que busca justiça e caminha em humildade.

Guia de oração: Ó Senhor, não me deixe ficar satisfeito com palavras ou rituais vazios. Molde meu coração para refletir Sua justiça e misericórdia. Ensina-me a amar o que Tu amas e a andar humildemente em Teus caminhos. Deixe minha vida dar testemunho de Sua justiça. Amém.

Desafio Espiritual: Pesquise uma questão de justiça que se alinhe com o coração de Deus - pobreza, tráfico de pessoas, reconciliação racial, aborto, adoção, acolhimento. Ore por questão de justiça que sobrecarrega seu coração. Dê um passo de ação para se envolver com isso.

SEXTA-FEIRA, 13 DE MARÇO
– O CUSTO DA COMPAIXÃO

Leitura da Escritura: Filipenses 2:1-13

Reflexão Devocional:

O amor não é uma emoção ou um sentimento. O amor é uma ação - uma escolha. A compaixão de Cristo não era sentimental; levou-o à cruz. O verdadeiro amor custa caro. Significa rebaixar-se, servir e sacrificar-se pelos outros. O mundo nos ensina a buscar poder; Jesus nos ensina a nos esvaziarmos por amor. A Quaresma nos chama a seguir o caminho descendente de Cristo, onde a verdadeira exaltação é encontrada na servidão.

Foco de oração: Uma disposição para abraçar a humildade de Cristo.

Guia de oração: Jesus, Tu te esvaziaste, assumindo a forma de servo, humilhando-te até a morte. Faça-me como você. Esmague meu orgulho, minha arrogância, meu coração egoísta. Deixe-me servir como você serviu, amar como você amou e dar minha vida em alegria. Amém.

Desafio espiritual: Identifique uma área em que o orgulho impede sua capacidade de amar e servir. Confesse a Deus e afaste-se dele. Escolha um ato de humildade hoje.

SÁBADO, 14 DE MARÇO
– MINISTÉRIO DA RECONCILIAÇÃO

Leitura da Escritura: 2 Coríntios 5:14-21

Reflexão Devocional:

O evangelho é uma mensagem de reconciliação – Deus reconciliando o mundo consigo mesmo por meio de Cristo e nos chamando para sermos agentes dessa reconciliação. Nossa missão é incorporar Sua paz, superando divisões e curando relacionamentos quebrados. Em um mundo de divisão, a igreja é chamada a ser um farol de unidade, mostrando como é o reino de Deus. Nossa missão é servir a Cristo e chamar outros a fazerem o mesmo.

Foco de Oração: Um coração comprometido em ser um reconciliador em um mundo dividido.

Prompt de oração: Pai, faça-me um embaixador de Cristo. Que eu não me contente com relacionamentos quebrados ou divisões. Encha-me com o amor que derruba paredes, cura feridas e restaura o que está perdido. Use-me para trazer paz onde houver contenda, para que o mundo possa Te ver. Amém.

Desafio Espiritual: Busque a reconciliação em um relacionamento tenso. Dê o primeiro passo em humildade e graça. Quem Deus está chamando você para falar sobre Jesus? Este é o fim da semana 4! Parabéns por ter chegado até aqui. Continue pressionando. Mantenha-se firme no compromisso de jejum que você fez. Vai valer a pena.

SEMANA 4: A CRUZ E O CUSTO
— SOFRIMENTO E PERSEVERANÇA
(16 de março a 21 de março de 2026)

SEGUNDA-FEIRA, 16 DE MARÇO
— O CAMINHO PARA JERUSALÉM

Leitura da Escritura: Lucas 9:51-62

Reflexão Devocional:

Jesus "fixou o rosto para ir a Jerusalém", sabendo muito bem o que o esperava lá. Ele não recuou diante do sofrimento, mas abraçou a vontade do Pai com determinação inabalável. O verdadeiro discipulado significa trilhar esse mesmo caminho, entregando nossos confortos e segurança por causa do Reino. A Quaresma nos lembra que o sofrimento não é um obstáculo ao plano de Deus, mas o próprio meio pelo qual Sua glória é revelada. Confiaremos Nele quando a estrada levar a dificuldades?

Foco de oração: Força para abraçar o caminho de Cristo, mesmo quando isso leva ao sofrimento.

Guia de oração: Senhor Jesus, Tu trilhou o caminho do sofrimento antes de mim, e agora Tu me chamas para seguir. Fortaleça meu coração trêmulo. Faça-me firme na provação, alegre na perseverança e confiante no plano perfeito do Pai. Que minha vida seja um testemunho de confiança em Ti. Amém.

Desafio espiritual: Identifique uma área em sua vida em que você resiste às dificuldades. Peça a Deus forças para se render. Deus está chamando você para ir além de sua zona de conforto e confiar Nele.

TERÇA-FEIRA, 17 DE MARÇO
– O CORDEIRO QUE FOI MORTO E VITORIOSO

Leitura da Escritura: Apocalipse 5:1-14

Reflexão Devocional:

Na visão de João, ele chora porque ninguém é considerado digno de abrir o pergaminho. Mas então, ele vê o Cordeiro que foi morto - Jesus, sofredor e vitorioso. O paradoxo da cruz é totalmente exibido: aquele que foi morto agora reina. Sua vitória não foi pela força, mas pelo sacrifício. A Quaresma chama-nos a este mesmo paradoxo, onde participamos nos sofrimentos de Cristo para que também nós possamos participar da sua glória. A cruz não é o fim da história. O Cordeiro venceu, e Nele, nós também.

Foco de Oração: Aqueles que estão sofrendo, para que possam encontrar esperança na vitória de Cristo.

Guia de oração: Senhor Jesus, Tu és o Cordeiro que foi morto, e ainda assim reinas em triunfo. Em nosso sofrimento, lembre-nos de que a vitória pertence a Ti. Fortaleça aqueles que estão cansados, levante aqueles que estão sobrecarregados e deixe o cântico da redenção subir em nossos corações. Amém.

Desafio Espiritual: Medite na vitória de Cristo através do sofrimento. Como Seu triunfo molda a maneira como você suporta as dificuldades?

QUARTA-FEIRA, 18 DE MARÇO
– PARTICIPAÇÃO NOS SOFRIMENTOS DE CRISTO

Leitura da Escritura: Filipenses 3:1-21

Reflexão Devocional:

O desejo de Paulo não era apenas conhecer a Cristo, mas compartilhar Seus sofrimentos, ser conformado com Sua morte, para que ele também pudesse compartilhar de Sua ressurreição. Este é o paradoxo do Evangelho – o sofrimento com Cristo leva à glória com Cristo. A Quaresma convida-nos a este mistério: ver as provações não como aflições sem sentido, mas como participação na própria vida de Jesus. Estamos dispostos a segui-Lo mesmo aqui?

Foco de oração: Aqueles que suportam provações por causa de Cristo - orando por perseverança e alegria.

Guia de oração: Pai, quando o sofrimento vier, não me deixe recuar. Dê-me olhos para ver Cristo na dor, fé para confiar em Seu propósito e um coração que se alegra mesmo na aflição. Faça-me alguém que carregue as marcas de Jesus com alegria. Abençoe aqueles que estão sofrendo por sua causa mesmo agora. Dê-lhes força, ousadia e confiança em você. Amém.

Desafio espiritual: Reflita sobre como o sofrimento moldou sua fé. Escreva maneiras pelas quais Deus usou as provações para o seu bem.

QUINTA-FEIRA, 19 DE MARÇO
– O SERVO SOFREDOR

Leitura da Escritura: Isaías 52:13 – 53:7

Reflexão Devocional:

A profecia de Isaías pinta um quadro do Servo sofredor - desprezado, rejeitado e esmagado por nossas iniquidades. Este é Jesus, carregando voluntariamente nossas dores, tomando sobre Si todo o peso do pecado. Muitas vezes ansiamos por um Salvador triunfante, mas a Quaresma nos lembra que a glória vem através do sofrimento. A cruz não foi acidental; era o plano de redenção que se desdobrava no amor divino.

Foco de oração: Uma apreciação mais profunda do amor sacrificial de Cristo.

Guia de oração: Ó Jesus, Homem de Dores, Tu carregaste a minha dor, carregaste a minha vergonha, recebeste o meu castigo. Que eu nunca venha a esquecer da maravilha da cruz. Deixe-me chorar pelo meu pecado, mas regozije-me em Seu amor redentor. Transforma meu coração através do Teu sacrifício. Amém.

Desafio Espiritual: Medite em Isaías 53 e escreva uma resposta pessoal de gratidão pelo sofrimento de Cristo.

SEXTA-FEIRA, 20 DE MARÇO
– PERSEVERANÇA DIANTE DA PERSEGUIÇÃO

Leitura da Escritura: 2 Coríntios 4:1-12

Reflexão devocional:

Paulo descreve os crentes como "vasos de barro", frágeis, mas carregando o tesouro incomensurável do Evangelho. Afligido, mas não esmagado. Perseguido, mas não abandonado. Este é o padrão da cruz - vida através da morte, força através da fraqueza. O mundo pode nos rejeitar, mas Cristo nos mantém firmes. Perseveraremos por amor a Ele?

Foco de oração: Crentes que sofrem perseguição em todo o mundo.

Guia de oração: Senhor dos santos sofrendores, defenda o Teu povo que sofre desonra pelo Teu nome. Fortaleça-os com alegria inabalável, sustente-os com Sua presença. E se chegar o dia em que devo permanecer firme, não vacile, mas regozije-me por ser considerado digno de sofrer por Ti. Amém.

Desafio Espiritual: Pesquise uma comunidade da igreja perseguida e comprometa-se a orar por eles esta semana. Visite o site da Voz do Mártir <https://www.persecution.com/> e leia histórias de irmãos e irmãs que estão sofrendo por Cristo agora. Ore por eles. Considere apoiá-los.

SÁBADO, 21 DE MARÇO
– VITÓRIA PELA CRUZ

Leitura da Escritura: Colossenses 2:13-15

Reflexão Devocional:

A cruz parecia uma derrota, mas foi a maior vitória. Em Sua morte, Cristo desarmou os poderes das trevas, pregando nossa dívida no madeiro. Toda acusação contra nós é silenciada em Seu sangue. A Quaresma é uma jornada para a cruz, mas não é uma jornada de desespero - é uma marcha em direção ao triunfo. Seguimos um Rei crucificado e, Nele, compartilhamos de Sua vitória.

Foco da Oração: Esperança no poder da cruz para transformar vidas e vencer o mal.

Guia de oração: Ó Cristo, Rei conquistador, deixe-me viver na vitória da Sua cruz. Que nenhuma culpa permaneça, nenhum medo perdure, nenhum pecado reine. Tu triunfaste, e eu sou Teu para sempre. Que minha vida declare o poder do Seu nome. Amém.

Desafio Espiritual: Compartilhe a mensagem da vitória de Cristo com alguém que precisa de encorajamento hoje.

Este é o final da semana 5. Você está mais da metade do caminho. Continue olhando para Cristo, que pela alegria que estava diante dele, suportou a cruz, desprezou a vergonha e agora está sentado à direita da majestade nas alturas (Hebreus 12:2-4)

SEMANA 5: O REINO E O REI — HUMILDADE E PODER

(23 de março a 28 de março de 2026)

SEGUNDA-FEIRA, 23 DE MARÇO – O HUMILDE REI ENTRA EM JERUSALÉM

Leitura da Escritura: Zacarias 9:9-17

Reflexão devocional:

A profecia de Zacarias apresenta uma visão impressionante do Messias: um Rei, mas não alguém que chega com poder militar. Em vez disso, Ele vem humildemente, montado em um jumento. A entrada triunfal de Jesus em Jerusalém cumpre essa imagem perfeitamente - Ele é o Rei, mas Seu reino é diferente de qualquer outro. O mundo busca poder no domínio físico e material, mas Cristo governa por meio da humildade e do sacrifício. A verdadeira lealdade a este Rei requer a renúncia aos nossos próprios desejos de controle e a confiança em Seu governo gentil. Vamos recebê-lo em Seus termos ou insistir em nossos próprios termos?

Foco de oração: Que os líderes abracem a humildade e busquem a sabedoria de Deus.

Guia de oração: Senhor Jesus, Tu és o Rei que vem em humildade, não em esplendor mundano. Ensine nossos líderes a andar em Seus caminhos, a servir em vez de ser servido, a buscar sabedoria em vez de controle. Que o Teu reino venha através da fidelidade deles. Amém.

Desafio Espiritual: Reflita sobre como você espera que Jesus governe em sua vida. Você está disposto a recebê-Lo em Seus termos? Onde você foi chamado para liderar? Lidere com humildade.

TERÇA-FEIRA, 24 DE MARÇO
– O MAIOR ENTRE VÓS SERÁ VOSSO SERVO

Leitura da Escritura: Mateus 23:1-12

Reflexão Devocional:

O mundo nos ensina a buscar a grandeza por meio da posição e do poder. Jesus vira isso de cabeça para baixo: em Seu reino, a verdadeira grandeza é encontrada na servidão. Os líderes religiosos de Sua época buscavam honra para si mesmos, mas Jesus nos chama para algo diferente. A Quaresma é um tempo para examinar nossos corações - onde buscamos reconhecimento em vez de servidão? Seguir a Cristo significa abraçar a humildade, sabendo que o lugar mais baixo em Seu reino é mais alto do que o maior lugar neste mundo.

Foco da oração: Que nossos corações e os corações de nossos líderes sejam marcados pela humildade.

Guia de oração: Pai, tire o orgulho que se apega a nós. Ensina-nos a servir, a procurar o bem dos outros acima do nosso. Que nossos líderes reflitam Seu coração de servo, elevando os fracos em vez de se exaltarem. Amém.

Desafio espiritual: Encontre uma maneira de servir alguém hoje sem buscar reconhecimento.

QUARTA-FEIRA, 25 DE MARÇO
– MEU REINO NÃO É DESTE MUNDO

Leitura da Escritura: João 18:28-40

Reflexão Devocional:

Ao estar diante de Pilatos, Jesus declara que Seu reino não é deste mundo. Seu governo não vem por meio de conquista ou força política, mas por meio da verdade. Pilatos, como muitos, luta para compreender essa realidade. Nós também somos tentados a vincular nossa fé às estruturas terrenas de poder, esquecendo que o reinado de Jesus é de natureza totalmente diferente. Nesta Quaresma, devemos perguntar: estamos nos alinhando com o reino de Cristo ou esperamos que Ele se alinhe com o nosso?

Foco de oração: Que os líderes busquem a verdade sobre o ganho pessoal ou político.

Guia de oração: Senhor, Seu reino não é deste mundo, mas muitas vezes tentamos moldá-lo à nossa própria imagem. Dê aos nossos líderes corações que anseiam pela verdade sobre o poder, justiça sobre o interesse próprio. Molde todos nós em cidadãos do Seu reino eterno. Amém.

Desafio Espiritual: Avalie onde está sua lealdade - você busca o reino de Cristo acima de tudo? Ou você está se alinhando mais com o reino dos homens? Se você tem buscado o reino dos homens sobre o reino de Cristo, confesse isso a Deus e arrependa-se.

QUINTA-FEIRA, 26 DE MARÇO
– O REI QUE SERVE

Leitura da Escritura: João 13:1-17

Reflexão Devocional:

Na noite anterior à Sua crucificação, Jesus faz algo impensável. Ele se ajoelha diante de Seus discípulos — homens cansados e empoeirados que ainda não entendem completamente Sua missão — e lava seus pés. O Rei da glória assume a posição do servo mais baixo. Este ato é mais do que humildade; é uma imagem de toda a Sua missão. Ele não veio para ser servido, mas para servir e dar a Sua vida em resgate por muitos (Marcos 10:45). Ao segui-Lo, somos chamados à mesma humildade radical — abandonar o orgulho, servir sem status e amar de maneiras que reflitam a natureza de generosa de nosso Senhor.

Foco de oração: Que venhamos a seguir o exemplo de Cristo de serviço humilde em nossas vidas diárias.

Guia de oração: Ó Pai, que a imagem do meu Salvador de joelhos, toalha na mão, seja queimada em minha alma. Quebre o orgulho que busca posição, o medo que se apegue à autopreservação. Faça de mim alguém que ama como você amou - ajoelhando-me, servindo e derramando-se pelo bem dos outros. Pois ao me perder, encontro a alegria do Seu reino. Amém.

Desafio Espiritual: Encontre uma maneira de servir alguém hoje de maneira oculta e humilde, sem esperar nada em troca.

SEXTA-FEIRA, 27 DE MARÇO
– O REI EM JULGAMENTO

Leitura da Escritura: Marcos 15:1-15

Reflexão Devocional:

Jesus está diante de Pilatos, em silêncio diante de Seus acusadores. Ele é o legítimo Rei, mas não se defende com força ou argumentos. Seu reino opera não por meio da coerção, mas por meio do poder silencioso da verdade e do amor. Ao meditarmos em Sua provação, somos lembrados de que seguir a Cristo significa confiar em Seus caminhos, mesmo quando o mundo entende mal. Teremos a coragem de permanecer com Ele em fidelidade silenciosa? Ou nós, como Pilatos, procuraremos agradar a multidão?

Foco de Oração: Que os líderes governem com justiça, não com autopreservação.

Guia de Oração: Senhor, quando foste falsamente acusado, não procuraste salvar-Te a Ti mesmo, mas confiaste todas as coisas ao Pai. Ensine nossos líderes a agir com justiça em vez de interesse próprio, a buscar a verdade em vez de segurança pessoal. Que eles liderem com integridade. Amém.

Desafio Espiritual: Em momentos de mal-entendido, escolha o silêncio e a confiança em Deus em vez da autodefesa.

SÁBADO, 28 DE MARÇO
– A VINDA DO VERDADEIRO REI

Leitura da Escritura: Apocalipse 19:1-16

Reflexão Devocional:

A visão de João do retorno de Cristo apresenta uma realidade de tirar o fôlego: o humilde Rei que entrou em Jerusalém montado em um jumento retornará em glória. Seu governo será final, Sua justiça perfeita, Seu reino inabalável. A Quaresma nos convida a viver em antecipação a essa realidade – a seguir Cristo com humildade agora, sabendo que Sua vitória está assegurada. A cruz leva à coroa, e o Rei está vindo. Estamos prontos?

Foco de Oração: Que vivamos com alegre expectativa do retorno de Cristo.

Guia de oração: Senhor Jesus, você está voltando e seu reino não terá fim. Mantenha-nos fiéis até aquele dia, ansiando por Sua justiça, Sua paz e Seu reinado. Que nossos líderes governem com o conhecimento de que somente Tu és o verdadeiro Rei e que um dia responderão a Ti. Amém.

Desafio Espiritual: Passe algum tempo hoje refletindo sobre o retorno de Cristo. Como isso molda a maneira como você vive agora?

Você chegou ao final da semana 6. Parabéns! Continue firme em seu compromisso. O Senhor é fiel, Ele proverá.

SEMANA 6: A PAIXÃO — SACRIFÍCIO E REDENÇÃO
(30 de março a 4 de abril de 2026)

SEGUNDA-FEIRA, 30 DE MARÇO
– A UNÇÃO EM BETÂNIA

Leitura da Escritura: João 12:1-8

Reflexão devocional:

Enquanto Jesus se reclina em uma mesa em Betânia, Maria se aproxima com um caro pote de perfume. Sem hesitar, ela o quebra e o unge, enchendo a casa com sua fragrância. É um ato extravagante de devoção - que Judas critica imediatamente. Mas Jesus defende-a: “Fez uma coisa bela... Ela ungiu meu corpo de antemão para o sepultamento.” Mary entendeu o que os outros perderam. Ela viu o valor de Cristo e derramou o que era mais precioso para ela. A Quaresma nos chama a examinar nossos corações - valorizamos Jesus acima de tudo? O verdadeiro discipulado significa entregar tudo por Aquele que se entregou por nós.

Foco de Oração: Que as pessoas perdidas viessem a ver o valor superior de Cristo.

Guia de oração: Pai, abra os olhos cegos para a beleza de Seu Filho. Que a fragrância de Seu sacrifício encha a Terra e atraia os perdidos para a salvação. Despoja-se de todo tesouro menor que compete pelo meu coração, para que eu possa amá-lo com abandono, como Maria fez. Amém.

Desafio espiritual: Dê algo valioso — tempo, recursos ou incentivo — a alguém necessitado como um ato de amor cristão.

TERÇA-FEIRA, 31 DE MARÇO
– A ÚLTIMA CEIA: UMA NOVA ALIANÇA

Leitura da Escritura: Lucas 22:14-23

Reflexão Devocional:

O cordeiro pascal sempre apontou para este momento, quando o verdadeiro Cordeiro de Deus tiraria os pecados do mundo. Nesta refeição, Jesus redefine tudo. Seu corpo, quebrado; Seu sangue, derramado - este é o custo de nossa redenção. No entanto, no meio desse momento solene, os discípulos discutem sobre a grandeza. Quantas vezes nós também perdemos o peso de Seu sacrifício, distraídos por nossas próprias preocupações? A Quaresma nos chama a vir à mesa com admiração, lembrando que nossa salvação foi comprada a um custo infinito.

Foco da Oração: Que aqueles que estão longe de Deus reconheçam o custo do sacrifício de Cristo e se voltem para Ele.

Guia de Oração: Ó Cordeiro de Deus, que amor é este: que Tu tomas o meu lugar, que carregas o meu pecado? Deixe a realidade de Seu corpo quebrado e sangue derramado me acordar. E que aqueles que ainda não Te conhecem venham à mesa, famintos pela graça que só Tu podes dar. Amém.

Desafio Espiritual: Reflita sobre o sacrifício de Cristo. Agradeça a Deus e conte a alguém sobre como Ele nos ama, mesmo que não sejamos merecedores.

QUARTA-FEIRA, 1 DE ABRIL – A AGONIA NO GETSÊMANI

Leitura da Escritura: Mateus 26:36-46

Reflexão Devocional:

No jardim, sob o peso do que está por vir, Jesus cai no chão. Aquele que ordenou que as tempestades se acalmassem agora treme de tristeza, Sua alma esmagada de tristeza. "Pai, se for possível, passe de mim este cálice." No entanto, mesmo aqui, Seu amor não vacila: "No entanto, não seja como eu quero, mas como tu queres". Este momento revela as profundezas insondáveis da obediência de Cristo. Ele não suporta a cruz por mero dever, mas por um amor tão vasto que beberá o cálice da ira de Deus por nós. O chamado da Quaresma não é apenas reconhecer Seu sofrimento, mas unir-se a Ele em rendição - entregar nossas vontades diante do Pai e confiar que Seu caminho, embora caro, leva à vida.

Foco de Oração: Que aqueles que resistem ao chamado de Cristo entreguem seus corações totalmente a Ele.

Guia de oração: Pai, não deixe que a minha vontade, mas a Tua, seja feita. Quebra todas as resistências obstinadas em mim e naqueles que ainda estão longe de Ti. Deixe-os ver o amor que suou gotas de sangue e se curvou diante de Sua perfeita vontade. Ó Senhor, leve-os a se render. Amém.

Desafio Espiritual: Passe um tempo intencional em oração, entregando uma área de sua vida em que você tem dificuldade submeter á em Deus. Ore por sua família e entes queridos que estão perdidos.

QUINTA-FEIRA, 2 DE ABRIL
– O JULGAMENTO E A NEGAÇÃO

Leitura da Escritura: Lucas 22:54-62

Reflexão Devocional:

Pedro, o discípulo ousado que jurou lealdade inabalável, agora está no frio, negando seu Senhor. "Eu não O conheço", diz ele - não uma, mas três vezes. O galo canta. Jesus se vira e olha para ele. E Pedro chora amargamente. Quantas vezes nós, à nossa maneira, negamos a Cristo? Através do silêncio quando devemos falar, através do medo quando devemos permanecer firmes, através do conforto quando devemos nos sacrificar. No entanto, a história de Pedro não termina em desespero. O olhar de Jesus não é condenação, mas amor – um amor que o restaurará, redimirá e enviará para apascentar Suas ovelhas.

Foco de Oração: Que aqueles que se afastaram de Cristo experimentem Seu amor restaurador.

Prompt de oração: Senhor, eu sou como Pedro. Eu Te neguei em meu medo, em meu interesse próprio, em minha fraqueza. No entanto, Tu não me rejeitas. Olhe para mim com misericórdia. E olhe para aqueles que vagaram para longe - chame-os de volta, restaure-os e envie-os para a Sua glória. Amém.

Desafio Espiritual: Estenda a mão para alguém que se afastou da fé. Encoraje-os com a verdade que Jesus restaura.

SEXTA-FEIRA, 3 DE ABRIL
– A CRUCIFICAÇÃO: ESTÁ TERMINADA

Leitura da Escritura: João 19:16-30

Reflexão Devocional:

Os pregos perfuram a carne. O céu escurece. O Filho de Deus, o inocente, está pendurado entre o céu e a terra, suportando todo o peso do pecado. "Meu Deus, meu Deus, por que me abandonaste?" Ele é abandonado para que possamos ser trazidos para perto. E então, com um último suspiro, Ele declara: "Está consumado". Essas palavras não são derrota, mas vitória. A dívida está paga. A maldição é levantada. O véu está rasgado. O caminho para o Pai está aberto. Este é o coração do evangelho: Cristo crucificado, por nós. A Quaresma nos chama a ficar aos pés da cruz, a contemplar o custo de nossa redenção e a viver na liberdade que Ele conquistou.

Foco de Oração: Que os perdidos contemplem a cruz e acreditem.

Guia de Oração: Ó Cristo, meu Salvador, como pode ser? Que Tu, o Cordeiro imaculado, levaste o meu pecado? Que a cruz seja minha única esperança, meu único orgulho, minha única canção. E que aqueles que ainda estão cegos para sua maravilha sejam despertados - deixe-os ver, deixe-os acreditar, deixe-os viver. Amém.

Desafio espiritual: Compartilhe a história do sacrifício de Cristo com alguém que precisa ouvi-la.

SÁBADO, 4 DE ABRIL
– O SILÊNCIO DO TÚMULO

Leitura da Escritura: Mateus 27:57-66

Reflexão Devocional:

O corpo de Jesus é colocado em um túmulo emprestado. A pedra é enrolada no lugar. O mundo está em silêncio de tristeza. Para Seus seguidores, toda esperança parece perdida. Mas mesmo no silêncio, Deus está trabalhando. A Quaresma nos lembra que a espera faz parte da história. Há momentos em nossa jornada de fé em que tudo parece sombrio, quando as orações parecem não respondidas, quando Deus parece ausente. No entanto, a promessa da Páscoa é esta: o silêncio do sábado não é o fim.

Foco de Oração: Que aqueles que se sentem perdidos na escuridão se apeguem à esperança da ressurreição.

Prompt de oração: Ó Senhor da esperança, encontre aqueles que se sentam no silêncio do desespero. Fale em sua espera, sua dor, sua incerteza. Deixe-os saber que o domingo está chegando, que a sepultura não é o fim, que Cristo ressuscitará. Amém.

Desafio Espiritual: Sente-se em silêncio hoje e reflita sobre a esperança da ressurreição.

Você chegou ao final da semana 7. Reserve um tempo para refletir, talvez até anotar, o que você aprendeu durante esses 40 dias. Agradeça a Deus por sustentá-lo e por ensiná-lo. Junte-se à sua família da igreja amanhã para celebrar a ressurreição de Cristo como nunca antes.

CONCLUSÃO: Caminhando para a frente na graça

Nas últimas sete semanas, viajamos juntos pela época da Quaresma, traçando o caminho de Cristo desde Seu batismo e ministério, passando por Seus ensinamentos sobre arrependimento e discipulado, até Seu sofrimento e morte e, finalmente, até a esperança da ressurreição.

1. **Na semana 1**, ouvimos o convite de Jesus ao arrependimento e ao discipulado, desafiando-nos a abandonar nossos próprios desejos e segui-Lo.
2. **Na Semana 2**, entramos na intimidade da oração, aprendendo com Jesus como buscar a face do Pai e permanecer em Sua presença.
3. **Na semana 3**, caminhamos na compaixão e no sofrimento de Jesus, vendo Seu coração pelos quebrantados e pelo custo do amor verdadeiro.
4. **Na semana 4**, sentamos ao pé da cruz, contemplando o peso do sacrifício de Cristo e as profundezas de Seu amor redentor.
5. **Na semana 5**, vimos a humildade e o poder de Cristo, o Rei que entrou em Jerusalém montado em um jumento e que nos chama para um reino que não é deste mundo.
6. **E na semana 6**, alcançamos o glorioso triunfo da Páscoa – o túmulo vazio, o Senhor ressuscitado e a promessa de uma nova vida.

Cada passo desta jornada tem sido um chamado para um autoexame mais profundo, **oração, arrependimento e devoção**. Todos os dias, jejuamos de alguma forma - não apenas para negar a nós mesmos, mas para **lembrar nossos corações de nossa total dependência de Deus**. Cada passagem das Escrituras nos apontou para **o chamado de Cristo para viver à luz de Seu reino**.

Mas agora, a Quaresma acabou. A Páscoa chegou. E agora?

Uma vida de devoção além da Quaresma

A Quaresma nunca foi feita para ser um exercício espiritual isolado - um compromisso temporário com a autodisciplina antes de retornar à "vida normal". Em vez disso, foi feito para **nos formar em pessoas que têm fome e sede de justiça** (Mateus 5:6), pessoas que vivem na realidade da morte e ressurreição de Cristo todos os dias.

Então, à medida que você avança, deixe-nos encorajá-lo a **continuar nos hábitos que cultivou** ao longo desses 40 dias:

1. **Continue na leitura diária das Escrituras e na oração.** Este guia lhe deu um modelo de devoção estruturada e intencional - deixe-o servir de base para um ritmo vitalício de aproximação a Deus.
2. **Continue em jejum.** O jejum não é apenas para a Quaresma. Seja uma disciplina regular (como jejuar um dia por semana) ou momentos ocasionais de buscar a Deus mais profundamente, que seja uma ferramenta que acentue sua dependência de Cristo.

3. **Continue em arrependimento e autoexame.** O chamado para tomar sua cruz e seguir Jesus é diário. Continue perguntando: Onde Cristo está me chamando para me render? Onde Ele está me chamando para crescer?
4. **Continuem em compaixão e serviço.** Jesus não veio para ser servido, mas para servir – e Ele nos chama a fazer o mesmo. Deixe a humildade e o amor de Cristo moldarem a maneira como você ama sua família, sua igreja, sua comunidade e até mesmo seus inimigos.
5. **Continue a fixar seus olhos na eternidade.** A Quaresma termina com a Páscoa, mas a Páscoa em si é apenas um vislumbre da ressurreição maior que ainda está por vir. Deixe a esperança do evangelho moldar todos os dias de sua vida, enquanto você espera ansiosamente pelo dia em que Cristo retornará em glória.

Ao encerrarmos esta jornada, nossa oração é que esses 40 dias tenham aprofundado sua fome por Deus, seu amor por Sua Palavra e seu desejo de andar em sintonia com o Espírito. Que os hábitos que você formou não desapareçam, mas floresçam. E que a alegria da Páscoa — a vitória de Cristo sobre o pecado e a morte — vos encha de força para o caminho à frente. Continue procurando. Continue orando. Continue se rendendo.

Pois Cristo ressuscitou e, n'Ele, nós também ressuscitamos.

***O Senhor te abençoe e te guarde;
o Senhor faça resplandecer o seu rosto sobre vós
e tenha misericórdia de vós;
o Senhor levante seu rosto sobre você e lhe dê paz.***

**Amém
(Números 6:24-26)**

