

PREPARE-SE PARA BEM VIVER O TRÍDUO PASCAL

◆ Mons. Rivelino Nogueira* ◆

O Tríduo Pascal (em latim *Triduum Paschale*) é um período sagrado para os católicos, que marca os últimos dias de Jesus Cristo na Terra e a sua ressurreição. É um momento de reflexão, oração e preparação para a maior celebração da fé católica, a Páscoa.

O Tríduo Pascal é um período de três dias que começa na Quinta-feira Santa e termina no Domingo de Páscoa.

- **Quinta-feira Santa:** a última ceia e a instituição da Eucaristia.
- **Sexta-feira Santa:** a paixão e a morte de Jesus.
- **Sábado Santo:** a vigília da ressurreição.
- **Domingo de Páscoa:** a ressurreição de Jesus.

COMO SE PREPARAR?

- **Oração:** reserve um tempo para orar e refletir sobre a Paixão de Cristo. Leia a Bíblia e medite sobre os textos sagrados.
- **Confissão:** confesse os seus pecados e prepare-se para receber a Eucaristia.

- **Participação nas celebrações:** participe das celebrações do Tríduo Pascal na sua paróquia.

- **Jejuar e abster-se:** jejue e abstenha-se de alimentos e bebidas como forma de sacrifício e união com Jesus.

- **Ajudar os outros:** faça algo para ajudar os outros, como visitar um doente ou doar para uma causa social.

DICAS PARA UMA EXPERIÊNCIA MAIS PROFUNDA

- Crie um altar em casa com velas, flores e imagens de Jesus.

- Leia livros ou reflexões sobre a paixão de Cristo.

- Participe de retiros ou encontros de oração.

- Faça um retiro espiritual para se desconectar do mundo e se conectar com Deus.

Nesse sentido, desejo que todos nós vivamos o Tríduo Pascal com fé, amor e devoção e a experiência da ressurreição de Jesus nos corações! ●

***Monsenhor Rivelino Nogueira** é padre diocesano incardinado na Diocese de Lorena (SP). Hoje é reitor da Basílica Imaculada Conceição de Cruzeiro (SP).



Imagem: Freepik