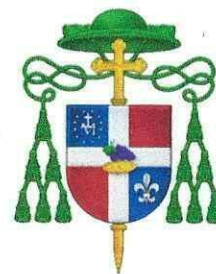




DIOCESE DE JAÚ

Circular 44/2026 - Livro 03



PENITÊNCIA CRISTÃ, O JEJUM E A ABSTINÊNCIA NAS SEXTAS-FEIRAS

Aos Reverendíssimos Presbíteros, Diáconos, Religiosos e Religiosas, Seminaristas e a todo o Povo de Deus da Diocese de Jaú.

“Convertei-vos e crede no Evangelho” (Mc 1,15).

Caríssimos irmãos e irmãs,

A paz de Nosso Senhor Jesus Cristo esteja com todos.

Ao longo dos últimos meses chegaram ao conhecimento desta Cúria Diocesana diversas dúvidas e questionamentos acerca da disciplina da Igreja referente ao jejum, à abstinência de carne e à penitência das sextas-feiras. Algumas dessas dúvidas decorrem de interpretações incompletas da legislação eclesiástica; outras, infelizmente, surgem por causa de orientações pastorais que nem sempre expressam integralmente o ensinamento da Igreja. Considerando que compete ao Bispo Diocesano “guardar com diligência a integridade e a unidade da fé” (cf. cân. 386 §2) e velar para que a disciplina comum da Igreja seja observada (cf. cân. 392 §§1-2), julgo oportuno dirigir esta reflexão a todo o Povo de Deus, a fim de recordar aquilo que a Igreja sempre ensinou e continua ensinando acerca da penitência cristã.

Desde as suas origens, a Igreja compreendeu que a conversão não consiste apenas numa disposição interior, mas deve manifestar-se também por sinais concretos de penitência. O próprio Cristo inaugurou sua vida pública convidando os homens à conversão e, antes de iniciar sua missão, retirou-se ao deserto para jejuar durante quarenta dias (cf. Mt 4,2). Mais ainda, no Sermão da Montanha, ao ensinar sobre a esmola, a oração e o jejum, Nosso Senhor não apresenta essas práticas como opcionais, mas afirma: “Quando deres esmola... quando orardes... quando jejuardes...” (cf. Mt 6,2.5.16). O jejum, portanto, pertence à vida ordinária do discípulo de Cristo e constitui uma expressão concreta da luta espiritual contra o pecado e da configuração ao mistério pascal do Senhor.

A tradição apostólica conservou fielmente esta prática. Os Atos dos Apóstolos testemunham que a comunidade cristã jejuava antes de importantes decisões missionárias (cf. At 13,2-3; 14,23), e os Santos Padres sempre ensinaram que a penitência, unida à oração e à caridade, purifica o coração, fortalece a vontade e conduz à verdadeira liberdade dos filhos de Deus. Ao longo dos séculos, a Igreja foi organizando disciplinarmente essas práticas, não para impor um peso aos fiéis, mas para ajudá-los a viver, de forma comum e eclesial, o caminho permanente da conversão.

O Catecismo da Igreja Católica recorda que “a penitência interior do cristão pode ter expressões muito variadas” (n. 1434), destacando especialmente o jejum, a oração e a esmola, segundo o ensinamento do próprio Cristo. Mais adiante afirma que “os tempos e os dias de penitência ao longo do ano litúrgico são momentos fortes da prática penitencial da Igreja” (n.

1438), indicando de modo particular todas as sextas-feiras do ano e o tempo da Quaresma. Trata-se, portanto, de uma disciplina que possui profundo fundamento teológico: toda sexta-feira faz memória da Paixão e Morte do Senhor, sendo um convite permanente para que os fiéis se unam espiritualmente ao sacrifício redentor de Cristo.

Essa tradição foi acolhida pelo atual Código de Direito Canônico. O cânon 1249 estabelece que “todos os fiéis, cada qual a seu modo, estão obrigados por lei divina a fazer penitência”. Não se trata, portanto, de uma simples recomendação espiritual, mas de uma obrigação que nasce da própria vida cristã. Em seguida, o cânon 1250 determina expressamente que “na Igreja universal são dias e tempos penitenciais todas as sextas-feiras do ano e o tempo da Quaresma”. O cânon 1251 acrescenta que se observe a abstinência de carne em todas as sextas-feiras, salvo quando coincidem com uma solenidade, permanecendo obrigatórios tanto o jejum quanto a abstinência na Quarta-feira de Cinzas e na Sexta-feira da Paixão do Senhor.

Todavia, o próprio legislador universal previu que as Conferências Episcopais poderiam adaptar a forma concreta dessa observância às diversas realidades culturais. Assim dispõe o cânon 1253, ao afirmar que compete à Conferência Episcopal determinar mais precisamente a observância do jejum e da abstinência, podendo inclusive substituí-los, total ou parcialmente, por outras formas de penitência, sobretudo obras de caridade e exercícios de piedade.

Foi precisamente em virtude dessa faculdade concedida pelo Direito Universal que a Conferência Nacional dos Bispos do Brasil estabeleceu que, nas sextas-feiras do ano fora da Quaresma, a abstinência de carne pode ser legitimamente substituída por outra prática penitencial escolhida livremente pelo fiel, desde que esta constitua verdadeira expressão de conversão. Convém sublinhar este ponto com toda clareza: **a Igreja no Brasil jamais aboliu a penitência das sextas-feiras**. O que foi substituível é apenas a forma concreta da penitência, a abstinência de carne, e nunca a obrigação de viver o caráter penitencial desse dia.

Infelizmente, difundiu-se entre alguns fiéis a ideia de que “já não existe mais abstinência” ou de que “a sexta-feira tornou-se um dia comum”. Tal interpretação não corresponde ao ensinamento da Igreja. Continua sendo dever de todo católico santificar a sexta-feira mediante um gesto concreto de penitência. Quando, por justa escolha pessoal, o fiel substitui a abstinência de carne por outra forma de mortificação, oração ou caridade, está cumprindo legitimamente a disciplina estabelecida pela Igreja no Brasil. Quando, porém, simplesmente ignora o sentido penitencial da sexta-feira, deixa de observar aquilo que a Igreja continua propondo como caminho de conversão.

As possibilidades de substituição são numerosas e devem manifestar verdadeiro espírito penitencial: um tempo mais prolongado de oração, a participação na Santa Missa, a adoração eucarística, a leitura orante da Sagrada Escritura, a recitação do Santo Terço, a Via-Sacra, o jejum de outros alimentos, a renúncia voluntária a algum prazer legítimo, a prática da esmola, a visita aos enfermos, o auxílio aos pobres ou qualquer outra obra de misericórdia espiritual ou corporal. O essencial não está na mera privação material, mas na disposição interior de unir-se ao sacrifício de Cristo e de crescer na caridade.

Por isso, exorto paternalmente os Reverendíssimos Presbíteros, primeiros cooperadores do Bispo no múnus de ensinar (cf. cân. 757), para que procurem instruir cuidadosamente os fiéis acerca desta disciplina. O sacerdote é chamado a transmitir integralmente o depósito da fé, segundo o Magistério da Igreja, evitando tanto interpretações rigoristas quanto simplificações que esvaziem o sentido da penitência cristã. A formação litúrgica, catequética e sacramental do povo de Deus exige fidelidade à doutrina da Igreja e profunda caridade pastoral. Sempre que

surgirem dúvidas entre os fiéis, procure-se responder segundo o Catecismo da Igreja Católica, o Código de Direito Canônico e o ensinamento constante do Magistério, favorecendo a unidade da disciplina e evitando orientações contraditórias entre as comunidades.

Dirijo-me igualmente aos nossos leigos e leigas. Vivemos numa sociedade que frequentemente rejeita qualquer forma de renúncia, propondo uma cultura do conforto imediato, do consumismo e da satisfação contínua dos próprios desejos. Justamente por isso, a disciplina penitencial da Igreja conserva extraordinária atualidade. O jejum educa o coração para a liberdade; a abstinência recorda que Deus ocupa o primeiro lugar na existência; a penitência purifica o amor e fortalece a esperança. Longe de ser um simples preceito jurídico, trata-se de uma verdadeira pedagogia espiritual que conduz o cristão à configuração cada vez mais perfeita com Cristo Crucificado e Ressuscitado.

Que ninguém considere pequenas essas práticas. A fidelidade às pequenas renúncias cotidianas prepara o coração para os grandes atos de generosidade, fortalece a vida interior e manifesta concretamente nossa comunhão com toda a Igreja. A penitência cristã nunca possui finalidade em si mesma; ela conduz sempre à conversão, à caridade e à santidade.

Confiemos este propósito à intercessão da Bem-Aventurada Virgem Maria, que permaneceu fiel aos pés da Cruz de seu Filho, para que ela nos ensine a viver uma penitência humilde, alegre e fecunda, fazendo de cada sexta-feira um memorial vivo do amor redentor de Cristo.

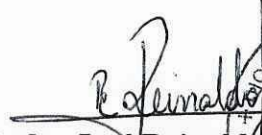
Sobre todos invoco, de coração, a abundância das bênçãos de Deus.

Jaú/SP, 28 de julho de 2026.

Em Cristo!




Dom Francisco Carlos da Silva
Bispo Diocesano de Jaú


Padre José Reinaldo Vieira
Chanceler do Bispado




Padre Hélon Luis Barateira
Notário da Chancelaria

