

EQUIPAS DE NOSSA SENHORA

Doze Esquemas de Oração em Família

Brochura de acompanhamento do tema de estudo:

"Ser Família hoje na Igreja e no Mundo".

I N D I C E

I REFLECTIMOS A PARTIR DO EVANGELHO

- Que quereis que te faça?
- Hoje tenho de ficar em tua casa.
- Se conhecesses o dom de Deus.

II TANTAS COISAS NOS FALAM DE TI

- A água
- O fogo
- Os nossos avós

III LENDO ESTES TEXTOS ESCUTAMOS A TUA VOZ

- O que tenho de melhor é para ti
- A carta do grande chefe Pele Vermelha
- Erin, uma menina especial

IV ENCONTRAMOS-TE NO SILÊNCIO

- Invocar o Espírito Santo
- O maior dos mandamentos
- O regresso à Galileia

9 esquemas - Adaptação do livro de M. Iceta, "Casais em Oração", ENS, Espanha, 1983. M. Iceta é marianista e Conselheiro de Equipe.

3 esquemas - Adaptação do livro de A. de Mello, "Sadhana, um caminho de oração", Sal terrae, 1979. A. de Mello é jesuíta indiano.

INTRODUÇÃO

Quando nós cristãos nos reunimos, fazêmo-lo sempre para celebrar um acontecimento, o grande acontecimento da história da salvação, da história da nossa salvação. Haverá melhor motivo para festejar?

Deus ama-nos, Deus chama-nos, Deus torna-nos livres, Deus está sempre connosco, Deus perdoa-nos, dá-nos sempre uma outra oportunidade, fez-se pobre, dá-nos uma boa nova, morreu por nós, reúne-nos na sua Igreja...celebrando estes acontecimentos, tornamo-Lo presente no meio de nós. É por esta razão que toda a celebração cristã é uma festa, mesmo quando celebramos um mistério doloroso.

Queremos rezar em família. Sabemos que isso será para os nossos filhos uma experiência decisiva, que devem fazer este encontro com o Deus vivo. Mas as formas tradicionais desta oração, que nós aceitámos com obediência parecem não lhes agradar. Falta-nos o "como", o meio de suscitar da sua parte uma participação activa e espontânea. Não ousamos propor a oração familiar e deixamos, com pena, o tempo passar.

É por isso que aqui vos propomos 12 esquemas de oração familiar, cada um deles oferece um caminho comunitário, alternando a reflexão pessoal com a participação de todos.

Duas atitudes prévias são necessárias:

1 - Preparar a vontade. Ter a audácia de acreditar na força da oração. Se Deus nos pede para rezar, isso não deveria ser tão difícil. É um apelo cuja resposta está já pronta no coração do homem, mais pronta ainda no coração dos filhos. O mais difícil é começar. Passar do jogo, do estudo, do trabalho, à oração. Deixar de lado tudo o resto, tomar consciência da presença de Deus, no meio de nós, consagrar-Lhe tempo, fazer um pouco de silêncio. Nós

país, temos de ter um certo poder de incentivar, uma certa credibilidade.

2 - Favorecer um encontro de amor.

A oração tem necessidade de se alimentar de sinais, de ser celebrada com espírito de festa, apoiando-se na vontade e na afectividade.

Em qualquer festa, não importa em que país, quatro elementos estão sempre presentes: a música, o alimento, os sinais, o encontro; música que se escuta, com a qual se canta ou dança; alimento que se partilha; sinais que transformam os locais de todos os dias (flores, toalhas, luz...); encontro com os companheiros de festa num ambiente alegre.

Rapidamente, os filhos se apercebem que rezar, é bem melhor do que ver televisão ou ir ao cinema onde permanecem passivos, ao passo que na oração, são os protagonistas dum encontro de amor connosco e com Deus. Mas é impossível sugerir este tipo de oração se não há diálogo em família, se não fazemos coisas em conjunto, se nos aborrecemos com os filhos, se vivemos a nossa fé duma maneira demasiado austera...

- Método: Podeis reunir-vos, todos os quinze vinte, trinta dias, conforme o vosso ritmo. À volta duma mesa, ou informalmente não importa em que compartimento, sentados em cadeiras ou no chão; no campo ou em casa dos avós; só a família ou com amigos; o casal com um grupo de jovens, se não houver filhos, etc....

Escolheis o tema em função da data, dos acontecimentos, do vosso estado de espírito. Não é necessário seguir a ordem indicada. Escolheis todos em conjunto ou confiais a escolha a um dos membros da família.

Mas de cada vez, alguém deve ser o responsável pela preparação e animação, tendo a preocupação de repartir entre todos as diferentes tarefas (leitura,

escolha duma música, dum cântico, preparação e decoração do lugar de oração, etc.).

CONCLUSÃO

Basta agora pôr mãos à obra com confiança, mesmo que vos sintais desajeitados. Porque, disso estamos seguros, que o Senhor na sua Omnipotência torna fecundas as nossas iniciativas humanas.

* * * * *

I - REFLECTIMOS A PARTIR DO EVANGELHO

- Que quereis que te faça? (Luc 18,31-43)
- Hoje tenho de ficar em tua casa. (Luc 19,1-10)
- Se conhecesses o dom de Deus. (Is 4,5-26)

INTRODUÇÃO

Meditação, oração e contemplação realizam-se nesta actividade que vos vamos propôr, inspirada nas "Contemplações dos mistérios da vida de Jesus" de Santo Inácio.

A união com Deus não é uma simples actividade individual. É fundamentalmente acção de Igreja: geralmente, Deus vem até nós através dos outros.

Vamos orar, meditar, contemplar, em Igreja. E partilhando, vamos criar uma comunidade.

É preciso que alguém no grupo modere esta actividade: que proponha as diferentes etapas, que ajude a participar, e que estimule para ultrapassar os mecanismos de defesa, que, sem dúvida, podem aparecer.

É preciso sobretudo compreender que o momento de rezar não é o momento de começar uma discussão ou de expôr as suas dúvidas teóricas. Em suma, escutamos não para criticar a palavra dita, mas para nos "criticarmos a nós mesmos", para nos interpelarmos e para nos motivarmos à oração.

* * * * *

1 - "QUE QUEREIS QUE TE FAÇA?" (LUC 18,31-43)

1) MOTIVAÇÃO

Comecemos por recitar o "Glória ao Pai, ao Filho e ao Espírito Santo...". Momento de silêncio: tentemos esquecer as nossas preocupações e inquietações, esforcemo-nos por ir ao encontro do Senhor que nos espera no fundo do nosso ser, que passa hoje pelo caminho da nossa vida. Renovemos a nossa fé na presença de Jesus que prometeu estar onde dois ou três se reunissem em seu nome. Estamos reunidos, em seu nome.

2) LEITURA

Vamos fazer duas vezes a leitura do texto: uma leitura pessoal, em voz baixa, a segunda por alguém do grupo em voz alta, lentamente, dando sentido àquilo que se lê.

"Quando se aproximava de Jericó, estava um cego sentado na beira do caminho, pedindo esmola. Ouvindo a multidão que passava, perguntou o que era aquilo. Disseram-lhe que era Jesus de Nazaré que ia a passar. Então gritou: "Jesus, Filho de David, tem piedade de mim!". Os que iam à frente repreendiam-no, para que se calasse. Mas ele gritava cada vez mais: "Filho de David, tem piedade de mim!". Jesus parou e mandou que lho trouxessem. Quando se aproximou, perguntou-lhe: "Que quereis que te faça?" "Senhor, respondeu ele, que eu veja!" Jesus disse-lhe: "Vê, a tua fé te salvou". E naquele mesmo instante, recuperou a vista e seguiu-o glorificando a Deus. E todo o povo ao ver isto, deu louvores a Deus".

3) REFLEXÃO

Trata-se de aprofundarmos todos juntos o conteúdo do texto. Para cada questão, vamos proceder assim:

...Enunciamos a questão tal e qual ela é proposta.

...Deixemos um momento para a reflexão pessoal, cada um recolhendo o que o atrai mais.

...Expremimos, cada um por sua vez, a nossa opinião escutando-nos activamente; os outros podem pedir explicações, mas sem nunca discutir. Não se trata de fazer valer ou de querer atingir os seus fins, mas de tentarem todos juntos compreender melhor e a descobrir assim o que Deus quer dizer, a cada um de nós e a todos em conjunto.

Talvez que o que desejaríamos dizer, outro o dirá. Pouco importa! Cada um é diferente e temos diferentes maneiras de "o dizer", mesmo que se trate duma repetição a nossa maneira de o exprimir pode ajudar os outros.

3.1. Vamos tentar penetrar no coração deste cego, vamos colocar-nos na sua situação pessoal, compreender a sua atitude perante Jesus e observar se de alguma maneira se assemelha connosco.

- O que é que mais me impressiona neste homem: as suas atitudes, os seus sentimentos ou as suas palavras?

- Como vejo aqueles que rodeiam Jesus, que não o compreendem?

3.2. Vamos aprofundar agora as palavras e os gestos de Jesus. Este ponto aqui é muito importante porque devemos na nossa vida parecer-nos com ele. Mas como fazê-lo senão o conhecermos? É trocando as nossas impressões sobre textos como este, que podemos des-

cobrir os sentimentos de Jesus, sempre vivo, nosso amigo.

- O que é que mais me impressiona nos gestos e nas palavras de Jesus?

3.3. O Evangelho é uma história viva. Jesus, o protagonista é um Deus vivo, sempre presente, que neste momento se dirige a nós.

Escutemos no silêncio do nosso coração o que Jesus nos diz: "Que queres que te faça?"

- Qual é hoje a minha resposta?

3.4. Meditar o Evangelho pressupõe sempre uma grande exigência: Devemos ser para os outros o que Jesus foi no seu tempo, o que Jesus é hoje para mim. É necessário que lhe emprestemos os nossos lábios, os nossos corações, as nossas mãos, todo o nosso ser, para que os nossos lábios, os nossos corações, as nossas mãos sejam os lábios, o coração e as mãos com os quais ele se aproxima dos outros. Foi assim que ele quiz.

- Quem são no meu meio aqueles que esperam de mim, como o cego esperava de Jesus, que eu pare, que eu os ame, que tenha piedade deles, que lhes traga a salvação?

4) PREPARAMOS UMA RESPOSTA

Depois de terminada a reflexão, vamos guardar um momento de silêncio para que cada um responda a esta pergunta: "De tudo o que fizemos, até agora, de tudo o que experimentei, ouvi, compreendi, etc...., o que é que me marcou mais profundamente?"

Depois de um pequeno momento de silêncio, todos respondem.

5) RESPONDEMOS A JESUS COM A NOSSA ORAÇÃO

A partir "daquilo que me marcou mais profundamente" fazemos todos uma oração. Falando directamente com Jesus aqui presente, a Jesus que hoje me falou e que espera a minha resposta.

6) CONCLUSÃO

À medida que nos vamos calando e a pouco e pouco se vai fazendo silêncio, alegremo-nos com a presença de Jesus. Podemos colocar uma música suave. Terminamos com a oração com a qual começámos, repetindo juntos: "Glória ao Pai, ao Filho e ao Espírito Santo..."

* * * * *

2 - "HOJE TENHO DE FICAR EM TUA CASA"

(LUC 19,1-10)

1) MOTIVAÇÃO

Quando vamos rezar, temos de estar convictos que somos esperados: és esperado pelo Pai, pelo Filho e pelo Espírito Santo. E o nosso lugar está preparado, como Jesus nos vai dizer: "Vou preparar-vos um lugar". Poderíamos talvez pensar que quando ele diz isso fala do Céu. É verdade, mas a oração é precisamente o Céu. Pelo menos o essencial é a presença de Deus, o acolhimento de Deus a seu Filho.

O Senhor espera-nos sempre.

Mais ainda: só temos que dar uns passos e logo Ele vem ao nosso encontro. Lembrai-vos da parábola: "Estando ainda longe, seu pai viu-o e, emocionado, pôs-se a correr, lançou-se-lhe ao pescoço e cobriu-o de beijos". E lembrai-vos que esse filho tinha ofendido gravemente o seu pai. Apesar de tudo esperava-o com impaciência (Padre Caffarel).

Vamos sentir, cada um no silêncio do seu coração, o Deus vivo, sempre presente, que nos espera, que quer estar connosco.

2) LEITURA

Vamos fazer duas vezes a leitura do texto: uma leitura pessoal em silêncio, uma outra em voz alta, lida lentamente por um dentre vós.

"Tendo entrado em Jericó, atravessou a cidade. Apareceu um homem chamado Zaqueu. Era chefe de publicanos e muito rico. Procurava ver Jesus e não podia por causa da multidão, por ser de pequena estatura. Correndo à frente, subiu a um sicómoro para ver Jesus, porque ele devia passar por ali. Quando

chegou àquele local, Jesus levantou os olhos e disse-lhe: "Zaqueu desce depressa, pois hoje tenho de ficar em tua casa". Ele desceu imediatamente e recebeu-o cheio de alegria. Ao verem aquilo, murmuraram todos entre si dizendo: "Ele foi hospedar-se em casa de um pecador!". Mas decididamente Zaqueu disse ao Senhor: "Senhor vou dar metade dos meus bens aos pobres e, se defraudei alguém em qualquer coisa, devolver-lhe-ei quatro vezes mais"; Jesus disse-lhe: "Esta casa recebeu hoje a salvação, porque este é também um filho de Abraão. Porque o Filho do Homem veio procurar e salvar o que estava perdido". (Explicar, se for necessário, as palavras difíceis ou incompreendidas).

3) REFLEXÃO

Trata-se de aprofundar juntos o conteúdo do texto. Para cada pergunta, vamos proceder assim:

...Enunciamos a pergunta tal e qual como é proposta.

...Deixamos um momento para a reflexão pessoal, cada um pensando no que mais o interessou.

...Expressamos, cada um por sua vez, a nossa opinião escutando-nos atentamente; os outros podem pedir explicações, mas sem nunca discutir. Não se trata de fazer valer ou de querer atingir os seus fins, mas de tentarem todos juntos compreender melhor e descobrir assim o que Deus quer dizer a cada um de nós e a todos em conjunto.

Talvez o que desejáramos dizer, outro o dirá. Pouco importa! Cada um é diferente e temos diferentes maneiras de "o dizer". Mesmo que se trate de uma repetição a nossa maneira de o exprimir pode ajudar os outros.

3.1. Vamos tentar penetrar no coração deste homem, Zaqueu, que era um grande pecador, vamos colocar-nos

na sua situação pessoal, compreender a sua atitude perante Jesus e observar se de alguma maneira, se assemelha connosco.

- O que é que mais me impressiona em Zaqueu: as suas atitudes, os seus sentimentos ou as suas palavras?

- Como vejo a atitude daqueles que não deixavam Zaqueu ver Jesus e criticavam o Senhor porque ia a casa dum pecador?

3.2. Vamos agora aprofundar as palavras e os gestos de Jesus. Este ponto é muito importante porque na nossa vida temos de nos parecer com ele. Mas como fazê-lo, se o não conhecermos? É trocando as nossas impressões sobre os textos como este que poderemos descobrir os sentimentos de Jesus, sempre vivo e nosso amigo.

- O que é que mais me impressiona nos gestos e nas palavras de Jesus?

3.3. O Evangelho é uma história viva. Jesus, o protagonista, é um Deus vivo sempre presente, que neste momento se dirige a nós. Jesus fala-nos hoje como outrora falou a Zaqueu. Escutemos no silêncio do nosso coração o que Jesus nos diz: "Natália, Filipe, Carlos (coloca o teu nome), desce já, porque tenho de me hospedar em tua casa". De onde devo eu descer, para que Jesus possa hospedar-se em minha casa?

- da indiferença com que convivo com os outros

- da minha preguiça no cumprimento dos meus deveres

- da...

- da...

O que é que sinto quando sei que Jesus quer ficar em minha casa, o que é que lhe digo?

3.4. Meditar o Evangelho supõe sempre uma grande exigência: é preciso que sejamos para os outros o que Jesus foi para os homens do seu tempo, o que Jesus é hoje para mim. É preciso que lhe emprestemos os nossos lábios, os nossos corações, as nossas mãos, todo o nosso ser, para que os nossos lábios, os nossos corações, as nossas mãos sejam os lábios, o coração e as mãos com os quais ele se aproxima dos outros. Foi assim que ele quiz.

- Quem são aqueles que, à minha volta, esperam de mim, como Zaqueu esperou de Jesus, que eu pare, que os olhe, que os ame e que os convide a "ficarem em minha casa", quer dizer a usufruir da minha amizade?

4) PREPARAMOS UMA RESPOSTA

Depois de terminada a reflexão, deixamos um momento de silêncio para que cada um responda a esta questão: "De tudo o que fizemos até este momento, de tudo o que experimentei, ouvi, compreendi, etc... o que é que me marcou mais fortemente?"

Depois de um pequeno momento de silêncio, todos respondem.

5) RESPONDEMOS A JESUS COM A NOSSA ORAÇÃO

A partir "daquilo que me marcou mais fortemente", fazemos todos uma oração. Falando directamente com Jesus aqui presente, a Jesus que hoje me falou e que ouviu a minha resposta.

Ouçamos com atenção a oração dos outros que talvez digam coisas que eu próprio queira dizer e que poderei repetir depois deles.

6) CONCLUSÃO

À medida que nos vamos calando e a pouco e

pouco se vai fazendo silêncio, gozamos a presença de Jesus. Podemos pôr uma música suave. E da mesma forma que Zaqueu mostrou uma grande alegria e organizou uma festa porque Jesus estava presente, podemos nós também fazer uma festa.

* * * * *

3 - "SE CONHECESSES O DOM DE DEUS"

(JOÃO 4,5-26)

1) MOTIVAÇÃO

Quantas vezes temos pensado, no nosso coração, em segredo: "Não me conhecem. Se verdadeiramente me conhecessem, não pensariam assim de mim, tratar-me-iam doutra maneira, amar-me-iam mais!"

Uma das grandes pobreza do homem de hoje é a ausência de relações verdadeiras. Comunicamos, na nossa precipitação, a níveis puramente superficiais. O homem de hoje é solitário, talvez ignorado dos outros.

Quanto mais conhecemos alguém, mais o amamos. Com as suas qualidades, os seus defeitos, as suas riquezas e os seus limites. Não há nada mais apaixonante numa vida orientada para o amor, do que este esforço para verdadeiramente conhecermos aqueles que nos rodeiam.

E quando se fala de Deus, tudo isto é igualmente válido. O sentimento com que Deus diz à mulher, na oração de hoje, "se conhecesses o dom de Deus", permite-nos presentir o que "deixamos passar", se não fizermos um esforço para conhecer Deus. "Conhecer" na linguagem das relações humanas e das relações com Deus, significa muito mais que "estar informado". Isso marca uma experiência vital e um amor. A oração como linguagem de amor entre Jesus e eu, é o grande meio de conhecer Jesus, de viver a sua vida. Logo que iniciamos a nossa oração é preciso que cresça essa espécie de desejo muito grande de o conhecer. "Permite-nos, Senhor, que te conheçamos".

2) LEITURA

Vamos fazer duas vezes a leitura do texto: uma leitura pessoal em silêncio, uma outra em voz alta, dita lentamente por um ou três de nós: um será o narrador, outro a samaritana, e outro, Jesus.

"Chegou a uma cidade da Samaria, chamada Sicar, perto da terra outrora dada por Jacob... Fatigado da caminhada, Jesus sentou-se à beira do poço. Era por volta da hora sexta. Chegou uma mulher da Samaria para tirar água. Jesus disse-lhe: "Dá-me de beber". pois os seus discípulos tinham ido à cidade comprar mantimentos. A samaritana respondeu-lhe: "Como! Tu és judeu, e pedes-me de beber, a mim, uma samaritana? (De facto os judeus não se dão com os samaritanos). Jesus respondeu-lhe: "Se conhecesses o dom de Deus e quem é aquele que te diz: dá-me de beber, tu é que lhe terias pedido e ele dar-te-ia uma água viva".

"Senhor, disse ela, nem sequer tens um balde e o poço é fundo. Onde vais, pois, buscar essa água viva? Serás tu maior que o nosso pai Jacob, que nos deu este poço, do qual ele mesmo bebeu, assim como os seus filhos e os seus animais?" Jesus respondeu-lhe: "Quem beber desta água voltará a ter sede, mas quem beber da água que eu lhe der, jamais terá sede: a água que eu lhe der tornar-se-á nele uma nascente de água a jorar para a vida eterna."

"Senhor, disse-lhe a mulher, dá-me dessa água, para que não sinta mais sede e não tenha de vir aqui tirá-la", Jesus disse-lhe: "Vai chamar o teu marido e volta cá". "Não tenho marido" respondeu a mulher. Jesus replicou: "Disseste bem: não tenho marido, pois tiveste cinco e aquele que agora tens não é teu; quanto a isso, falaste verdade". Disse-lhe a

mulher: "Senhor, vejo que és profeta...os nossos pais adoraram neste monte e vós dizeis: é em Jerusalém que deve adorar". Jesus disse-lhe: "Acredita em mim, mulher vai chegar a hora em que nem neste monte, nem em Jerusalém, adorareis o Pai. Vós adorais o que não conheceis; nós adoramos o que conhecemos, porque a salvação vem dos Judeus. Mas vai chegar a hora - e já chegou - em que os verdadeiros adoradores hão-de adorar o Pai. Vós adorais o que não conheceis; nós adoramos o que conhecemos, porque a salvação vem dos Judeus. Mas vai chegar a hora - e já chegou - em que os verdadeiros adoradores hão-de adorar o Pai em espírito e verdade, pois são estes os adoradores que o Pai deseja. Deus é espírito e aqueles que o adoram, é em espírito e verdade que o devem fazer".

A mulher disse-lhe: "Sei que o Messias virá com o nome de Cristo. Quando ele chegar tudo nos dará a conhecer". Jesus disse-lhe: "Sou eu, que falo contigo".

(Explicar, se necessário, as palavras difíceis ou que não foram compreendidas).

3) REFLEXÃO

Trata-se de aprofundarmos, todos juntos, o conteúdo do texto. Para cada pergunta, vamos proceder assim:

...Enunciamos a pergunta tal e qual ela é proposta.

...Deixamos um momento para a reflexão pessoal, cada um recolhendo o que mais o interessar.

...Expressamos, cada um por sua vez, a nossa opinião escutando a todos atentamente; os outros podem pedir explicações, mas sem nunca discutir. Não se trata de fazer valer ou de querer atingir os seus fins,

mas de tentarem, todos juntos, melhor compreender e descobrir assim o que Deus quer dizer a cada um de nós e a todos em conjunto.

Talvez o que desejaríamos dizer, outro o dirá. Pouco importa! Cada um é diferente e temos diferentes maneiras de "o dizer". Mesmo que se trate de uma repetição a nossa maneira de o exprimir pode ajudar os outros.

3.1. Vamos tentar penetrar no coração desta mulher samaritana que tinha uma grande sede de alegria. Vamos colocar-nos na sua situação pessoal, compreender a sua atitude perante Jesus e ver se ela de alguma maneira se parece connosco.

- O que é que mais me impressiona nesta mulher: as suas atitudes, os seus sentimentos ou as suas palavras?

3.2. Vamos aprofundar agora as palavras e as atitudes de Jesus. É muito importante este ponto porque na nossa vida temos de nos parecer com ele. Mas como fazê-lo se não o conhecemos. É na troca das nossas impressões sobre textos como este que podemos descobrir os sentimentos de Jesus sempre vivo, nosso amigo.

- O que é que mais me impressiona nos gestos e nas palavras de Jesus?

3.3. O Evangelho é uma história viva. Jesus, o protagonista, é um Deus vivo, sempre presente, que neste momento se dirige a nós. Jesus fala-nos, hoje, como falou à mulher. Escutemos no silêncio do nosso coração o que Jesus nos diz: "Dá-me de beber"... "Se conhecesses o dom de Deus"...Deixemos que essas palavras penetrem no nosso interior. Se quisermos podemos partilhar o que sentimos, o que pensamos que Jesus nos pede quando nos diz "Dá-me de beber".

3.4. Meditar o Evangelho supõe sempre uma grande exigência: é preciso que sejamos para os outros o que Jesus foi para os homens do seu tempo, o que Jesus é hoje para nós. É preciso que lhe emprestemos os nossos lábios, os nossos corações, as nossas mãos, todo o nosso ser, para que os nossos lábios, os nossos corações, as nossas mãos sejam os lábios, o coração e as mãos com os quais ele se aproxima dos outros. Foi assim que ele quiz.

Quem são aqueles que à minha volta, esperam de mim, como a mulher esperou de Jesus, que eu lhes "peça de beber" e a quem faço o dom de mim mesmo? Por outras palavras: eles esperam que lhes dê a minha amizade, e que procure a deles.

4) PREPARANDO UMA RESPOSTA

Um momento de silêncio: cada um reflecte sobre aquilo que mais o impressionou, no que leu ou disse neste momento. De seguida, di-lo aos outros, cada um por sua vez.

5) RESPONDEMOS A JESUS COM A NOSSA ORAÇÃO

A partir "daquilo que mais me marcou" fazemos todos uma oração. Falando directamente com Jesus aqui presente, com Jesus que hoje me falou e aguarda com esperança a minha resposta.

Ouçamos com atenção a oração dos outros, pois que talvez digam coisas, que eu próprio queira dizer, e que repetirei depois deles.

6) CONCLUSÃO

À medida que nos vamos calando e a pouco e pouco se vai fazendo silêncio, alegremo-nos com a

presença de Jesus. Podemos colocar uma música suave.

- Que vamos fazer, hoje, de especial para celebrar o dom de Deus? Pensemos nisso.

* * * * *

II - TANTAS COISAS NOS FALAM DE TI

- A água
- O fogo
- Os nossos avós

I N T R O D U Ç Ã O

Tendo, um dia, reflectido sobre a nossa forma de rezar, concluímos, que utilizávamos, para o fazer, meios bem pobres e que, talvez por causa disso, nos era difícil encontrar Deus na oração.

Propomo-vos, agora, três maneiras, integrando os seguintes elementos:

- O silêncio. Habitualmente, parece-nos tenso e difícil porque está vazio. É preciso que sejamos capazes de descobrir uma presença que encha o nosso silêncio, para assim chegar à contemplação.

- A contemplação. É sem dúvida a mais elevada das actividades humanas, à qual todos somos chamados. Consiste em saber desfrutar, em silêncio, duma presença. Sem estar apressado. Em paz. Desfrutar sobretudo da presença do nosso Deus, sempre tão próximo de nós e do qual nos encontramos sempre tão longe.

- Os sinais. É através deles que Deus se nos torna presente, mas perdemos-lhe o sentido. Perdemos, com a nossa cultura racionalista e imbuída de materialismo, a sensibilidade que ajuda a interpretar os sinais. Isto torna os nossos meios de contacto mais

difíceis e empobrece-nos no momento de rezar. Por outro lado, os nossos filhos são seres "audiovisuais", habituados a compreender por meio de imagens e de sons, mais do que por conceitos. É preciso que descubramos, de novo, o significado do pão, da água, do vinho, da luz, do ar, do fogo, da imposição das mãos, do sinal da cruz, do azeite, da natureza. Toda a catequese de Jesus, foi feita através de sinais, por meio de parábolas que partiam de realidades sensíveis.

- A expressão corporal. Para muitos, o corpo continua a ser o inimigo como se se tratasse de qualquer coisa diferente de si. No momento da oração, somos estereótipos, alinhados nos bancos das nossas igrejas, isolados, fechados em nós mesmos e representando um "papel"; preocupados pelo que possam dizer, para não chamar a atenção dos outros, pelo "estão a olhar para nós". E perdemos a liberdade de expressão, salvo por palavras escolhidas antecipadamente. Perdemos também no nosso isolamento litúrgico a presença de Deus, que nos chega através do outro e que nos interroga com exigência.

* * * * *

1 - A ÁGUA

O LAVA PÉS (JOÃO 13,1-15)

Podemos fazer esta cerimônia à beira mar, na margem de um rio ou numa piscina, ou num recipiente com água se a fizermos em casa.

A água purifica as pessoas e as coisas. A lavagem dos pés dos convidados para lhes tirar a poeira do caminho, era para os judeus um ritual fundamental da hospitalidade (Gen.18,4). Aquele que se converte é um homem que se purifica. A água é o símbolo da pureza moral. É por isso que é preciso que nos lavemos antes de nos aproximarmos de Deus.

A água é o símbolo do Espírito de Jesus, que transforma o deserto em pomar (Is. 44,1-5).

A água é o símbolo da sabedoria que vivifica a terra.

A água é o símbolo da nova vida que Jesus nos traz e que sacia a nossa sede de felicidade (João 4).

Deus é fonte de vida para o homem e dá-lhe a força para crescer no amor e na felicidade. Longe de Deus o homem é apenas uma terra árida condenada à morte. Assim, suspira por Deus como o veado suspira pela água viva. Mas se Deus o acompanha, ele é como um pomar que possui uma nascente de água que lhe dá vida.

O simbolismo da água encontra o seu sentido pleno no baptismo cristão. Um banho que lava os nossos pecados, mergulhando-nos no sangue de Cristo que nos comunica uma nova vida mergulhando-nos no Espírito de Jesus. Afogamo-nos na água (enterramos o pecado) e à saída ressuscitamos para uma nova vida.

1) SILÊNCIO E CONTEMPLAÇÃO

Façamos um longo tempo de silêncio, durante o qual observamos a água tentando descobrir através deste símbolo a presença do nosso Deus que dá a vida...Reflictamos um momento sobre as linhas precedentes, comentando, depois, brevemente, dizendo, cada um, o que mais o impressionou.

2) ABLUÇÕES

A água purifica-nos para nos pôr em presença do nosso Deus. Podemos lavar as mãos, o rosto ou os pés..., afim de sentir a limpeza e nos arrependermos das nossas faltas. Se pudermos banhar-nos no mar, num rio, na piscina, etc...seria formidável fazê-lo em silêncio durante algum tempo.

- Sentir na imensidade da água a presença de Deus que nos cerca por todo o lado.

- Fazer a experiência de mergulhar totalmente durante um curto momento e de seguida emergir para a vida, para melhor compreender o baptismo que nos faz morrer para o mal, para nascermos para uma nova vida.

Depois de secos e vestidos:

- Cada um conta a sua experiência: o que sentimos pela experiência destes símbolos, o que é que compreendemos melhor?

3) LEITURA

Façamos esta leitura em silêncio. Cada um lê-a várias vezes, sublinhando o que nos chama a atenção. Alguém pode colocar um pouco de música, muito suave.

"Antes da festa da Páscoa, sabendo Jesus que chegara a sua hora de passar deste mundo para o Pai, tendo amado os seus que estavam no mundo, amou-os até ao fim. No decorrer duma refeição, tendo já o diabo inspirado a Judas Escariotes, filho de Simão, o desejo de o entregar, sabendo Jesus que o Pai depositara nas suas mãos todas as coisas e que tinha vindo de Deus e ia para Deus, levantou-se da mesa, tirou o manto e, tomando uma toalha, colocou-a à cinta. Depois deitou água numa bacia e começou a lavar os pés aos discípulos e a enxugá-los com a toalha que pusera à cinta.

Ao chegar a Simão Pedro, este disse-lhe: "Senhor, tu não vais lavar-me os pés! Jesus respondeu-lhe: "O que eu faço, não o podes entender agora, mas depois hás-de compreender". "Não me vais lavar os pés, disse-lhe Pedro, nunca!" Jesus respondeu-lhe: "Se eu não te lavar não terás parte comigo". "Então, Senhor, disse-lhe Simão Pedro, não só os pés, mas também as mãos e a cabeça". Jesus respondeu-lhe: "Aquele que está lavado, não necessita de lavar senão os pés, pois está todo limpo. Vós estais limpos mas não todos". Ele bem sabia quem o ia entregar. Por isso disse: "Nem todos estais limpos".

Depois de lhes lavar os pés, de retomar as suas vestes e de se pôr de novo à mesa, disse-lhes: "Compreendeis o que vos fiz? Vós chamais-me Mestre e Senhor, e dissei-lo bem porque sou-o. Ora se eu vos lavei os pés, sendo Senhor e Mestre, também vós deveis lavar os pés uns aos outros. Dei-vos o exemplo, para que, como eu vos fiz, façais vós também". (João 13,1-15)

- Meditemos durante um momento sobre os pontos sublinhados, punhamo-los em relação com a nossa vida.

- Cada um explique a sua reflexão aos outros.

- Que significou o gesto de Jesus ao lavar os pés?

4) PREPARAÇÃO DA ORAÇÃO

Depois de terminada a reflexão, deixemos um momento de silêncio, para que cada um pense sobre esta questão: "De tudo o que fizemos até este momento, de tudo o que experimentámos, compreendemos, o que é que me marcou mais fortemente?"

Depois de um momento de silêncio, cada um responde em voz alta.

5) ORAÇÃO

A partir "daquilo que me marcou mais fortemente", façamos todos uma oração. Falando directamente com Jesus aqui presente, que hoje me falou e que espera a minha resposta, podemos fazer uma oração como esta:

"Do mesmo modo que a água dá a vida aos seres, que a tua presença entre em nós, Senhor..." "Do mesmo modo que a água acalma a sede, que a tua presença entre em nós, Senhor..."

Trata-se de sugestões, que cada um reze à sua maneira.

Escutemos com atenção a oração dos outros, talvez digam aquilo que eu próprio quero dizer.

6) CONCLUSÃO

Recitemos juntos:

"Como a corça procura
as correntes de água,

assim a minha alma te procura,
a ti, meu Deus.
A minha alma tem sede de Deus,
do Deus vivo.
Quando irei eu ver
a face de Deus?

Façamos um momento de silêncio para, no fim
desta oração, nos despedirmos de Jesus. Celebremos
em seguida uma pequena festa.

* * * * *

2 - O FOGO

"VIM LANÇAR O FOGO SOBRE A TERRA"

(LUC. 12,49)

Façamos esta celebração à volta duma grande
fogueira, se estivermos no campo. Olhando o fogo,
numa chaminé, se estivermos em casa, mesmo que ele
seja pequeno. É preciso que alguém vigie para que
ele permaneça vivo durante toda a celebração.

Quando o olha, quem é que ainda não ficou
absorvido com a imagem do fogo? Ele seduz-nos. O
crepitar dos ramos, a dança das chamas, a côr, o
fumo cintilante que sobe, parecem guardar um misté-
rio. O fogo é um dos grandes símbolos de que Deus
se serve para se tornar presente aos homens, para
se fazer conhecer por eles. Também nós temos de des-
cobrir Deus no fogo.

- O fogo destrói o que não serve para nada (Mat. 13, 40) e a vara separada da videira (João 15,6).
- O fogo purifica assim como o ouro é purificado no cadinho.
- O fogo transforma as coisas noutras diferentes.
- O fogo aquece.
- O fogo ilumina.

Deus é como o fogo:

- Destrói o joio improdutivo e a vara separada da videira. O fogo queima o interior do homem que peca.

- Ele purifica com o seu amor o nosso coração. "O amor é uma chama de Deus".

- Faz dos homens discípulos e apóstolos. Ele é o Espírito, é o amor de Jesus, no Pentecostes, em forma de línguas de fogo. (Actos 2,3).

- Aquece o nosso ser com a sua palavra: "A minha palavra não queima como um fogo?" (Jr. 23,29). "Não estava o nosso coração a arder, cá dentro, quando ele nos falava pelo caminho?" (Luc.24,32).

- Ele ilumina as nossas vidas com o esplendor da sua presença: "Aquele que está perto de mim, está perto do fogo. Quem está longe de mim, está longe do Reino" (frase atribuída a Jesus por Origène).

- Que a nossa oração, Senhor, suba hoje como o fumo diante de Ti.

1) SILÊNCIO E CONTEMPLAÇÃO

Façamos um longo momento de silêncio, durante o qual contemplamos o fogo, tentando descobrir, através deste símbolo, a presença do nosso Deus. Reflitamos, um momento, sobre as linhas precedentes e comentemo-las, brevemente, cada um dizendo o que mais o impressionou.

2) PURIFICAÇÃO

Quando Moisés se aproxima da sarça ardente, onde Deus o chamou, o Senhor diz-lhe: "Não te aproximes daqui. Tira as tuas sandálias, porque o lugar que tu pisas é uma terra sagrada". E acrescentou: "Eu sou o Deus de teus Pais" (Ex.:3,5-6).

Se quisermos, como sinal de humildade e de dependência perante Deus, podemos ficar descalços. Nesse momento, façamos uma acusação pública, não dos

nossos pecados, mas das atitudes que nos levam a pecar. Podemos dizer deste modo:

"Peço perdão pelo meu egoísmo".

"Peço perdão ao Senhor por desprezar os outros".

"Peço perdão a Deus porque desejo sempre o melhor para mim".

Depois dum momento de silêncio, recitemos juntos o Acto de Contrição. Seria bom queimar algumas coisas velhas, para significar que queremos destruir o mal que existe em nós. Talvez um brinquedo velho, papéis, um ramo, o que quer que seja. O importante é aquilo que queremos significar: olhemos o objecto a consumir-se.

3) LEITURA

Façamos esta leitura em silêncio. Cada um lê-a várias vezes e sublinha as partes que chamam mais a sua atenção. Alguém pode colocar um pouco de música muito suave.

..."Aquele que caminha nas trevas não sabe para onde vai. Enquanto tendes luz, crêde na luz e tornar-vos-eis filhos da luz...Embora tivesse feito tantos milagres na sua presença, não acreditavam nele, para assim se cumprir a palavra que o profeta Isaías proferira: Senhor, quem acreditou na nossa palavra? E o braço do Senhor, a quem se revelou?...No entanto, mesmo entre os chefes, muitos acreditaram nele, mas por causa dos Fariseus, não confessavam, para não serem expulsos da sinagoga, preferindo a glória dos homens à glória de Deus. Jesus disse: Quem acredita em Mim, não é em Mim que acredita, mas naquele que me enviou...Eu sou a luz que veio ao mundo, para

que todo aquele que crê em Mim não permaneça nas trevas" (João 12,35-46).

Façamos uma reflexão sobre os pontos sublinhados e ponhamo-los em relação com a nossa vida. Cada um explica a sua reflexão aos outros.

4) PREPARAÇÃO DA ORAÇÃO

Depois de terminada a reflexão, faça-se um momento de silêncio para que cada um pense nesta questão: "De tudo o que fizemos até agora, de tudo o que experimentámos, ouvimos, compreendemos, etc.... o que é que mais fortemente me marcou?".

A seguir a este momento de silêncio cada um exprime-se em voz alta. Depois de todos o terem feito e antes de começar a oração, um de vós pode lançar ao fogo alguns grãos de incenso. A pessoa que o faz, recita: "Que a nossa oração, Senhor, se eleve como o incenso diante de Vós".

5) ORAÇÃO

Partindo "daquilo que mais fortemente me marcou", façamos uma oração. Falando directamente com Jesus aqui presente, que hoje me falou e que espera de mim uma resposta. Podemos fazer uma oração como esta:

"Como o fogo, Senhor, destrói o que não tem valor, que a tua presença entre nós...

"Como o fogo, Senhor, aquece a nossa comida, que a tua palavra...

São só sugestões, cada um reza à sua maneira.

Escutemos atentamente as orações dos outros, talvez elas digam coisas que eu próprio quero dizer,

e que as repetirei depois deles.

6) CONCLUSÃO

À medida que nos vamos calando e fazendo silêncio, alegremo-nos com a presença de Jesus. Podemos colocar uma música suave. De seguida, decidiremos o que vamos lançar ao fogo...

* * * * *

3 - OS NOSSOS AVÓS

LIVRO DA SABEDORIA, 9

Todos os seres nos falam de Deus. Mas alguns duma maneira particular. É por causa do seu amor, que certamente, existimos.

Amamos muito os nossos avós. Eles oferecem-nos tantas coisas! Mas conhecêmo-los? Sabemos o que eles pensam?

Hoje vamos dialogar e orar com eles. Vamos fazer-lhes muitas perguntas acerca de Deus. Os seus longos anos de vida e fidelidade podem ensinar-nos muitas coisas. Foi através deles e dos nossos pais que nos foi dada a fé, essa tão bela fé em Deus, assim como a esperança e o amor.

1) PREPARAÇÃO

Queremos que os nossos avós nos falem de Deus e da oração. Vamos por isso brincar aos jornalistas. Vós, filhos, ireis propôr uma entrevista aos vossos avós. Preparai, todos juntos, oito a dez perguntas no total, para que não se torne demasiado longo. Eis algumas das perguntas que podeis fazer. Deveis também preparar outras. Lembrai-vos sempre do que se trata: eles devem falar-nos de Deus e da oração.

- Quem é Deus para ti? diz-nos o que mais te impressiona Nele?

- A ideia que tens agora de Deus mudou muito desde que eras criança?

- Diz-nos quais foram para ti as coisas mais belas

da vida, aquelas que são para ti os mais belos presentes dados por Deus?

- Diz-nos como rezas.

- Desde criança, rezas sempre da mesma maneira?

- Que nos aconselhas para bem rezarmos?

- Porque é tão importante a oração?

2) ENTRADA

Vamos começar com um momento de silêncio, para nos concentrarmos. Talvez nos ajude o ler em voz baixa esta oração, para pedir a sabedoria. Depois vamos lê-la em voz alta.

Todos Juntos: Deus de nossos pais, dá-nos a tua sabedoria.

Um: Deus de meus pais, Senhor de misericórdia, tu que tudo criaste com a tua palavra e que formaste o homem com sabedoria para dominar sobre todas as tuas criaturas, para governar o mundo com santidade e justiça e para administrar a justiça com rectidão, dá-me a sabedoria glorificada por ti, não me recuses um lugar entre os teus.

Todos juntos: Deus de nossos pais, dá-nos a tua sabedoria.

Um: Com efeito, qual o homem que conhece os desígnios de Deus? Quem pode compreender os desígnios de Deus? Se mal conhecemos as coisas terrenas e só com esforço atingimos o que está ao nosso alcance. Quem pode imitar as coisas do céu?

Todos juntos: Deus de nossos pais, dá-nos a tua sabedoria.

Um: Quem conhecerá o teu desígnio, se tu não lhe

deres a sabedoria e não lhe enviases do alto o teu Santo Espírito? Só assim se tornaram direitos os caminhos da terra, os homens aprenderam o que te agrada e a sabedoria os salvou.

Todos juntos: Deus de nossos pais, dá-nos a tua sabedoria.

(Livro da Sabedoria, 9)

3) REFLEXÃO

Façamos perguntas aos nossos avós. Enquanto respondem, tomemos nota numa folha de papel daquilo que mais nos toca nas suas respostas.

4) PREPARAÇÃO DA ORAÇÃO

É preciso que cada um escolha de tudo o que ouviu, experimentou ou leu na oração que pedia a sabedoria, o que considera mais importante.

Deixemos um momento de silêncio para que cada um possa preparar a resposta a esta pergunta: "O que é que mais fortemente me marcou?"

Depois, todos se exprimem, cada um por sua vez.

5) ORAÇÃO

Partindo "daquilo que mais fortemente me marcou", vamos fazer uma oração. Falando directamente a Jesus, aqui presente, que hoje nos falou através dos nossos avós, dos nossos pais, filhos e netos... e que espera de nós uma resposta. Não esquecer, hoje, de rezar por todos os membros da família, agradecendo a Deus o que uns e outros têm significado para a nossa vida.

Escutemos atentamente os outros na sua oração:

talvez digam coisas que eu também quero dizer e as quais repetirei depois deles.

6) CONCLUSÃO

À medida que nos vamos calando e fazendo silêncio, alegremo-nos com a presença de Jesus; podemos colocar agora uma música suave. Um dos pais pode até dizer: "Que a paz de Jesus esteja connosco. Vamos dar a paz uns aos outros".

E abraçamo-nos fortemente como sinal de paz. Em seguida, se o quisermos, convidamos os nossos avós para jantar e preparamos-lhes qualquer surpresa para que seja mais enternecedor.

* * * * *

III- LENDO ESTES TEXTOS ESCUTAMOS A TUA VOZ

- O que tenho de melhor é para ti
- A carta do grande chefe Pele Vermelha
- Erin, uma menina especial

I N T R O D U Ç Ã O

Jesus fala-nos, não só através da sua Palavra, ou pelos sentimentos e ideias que esta palavra desperta em nós, mas também através dos outros. Na nossa vida, estamos conscientes de situações em que palavras e frases de outras pessoas tiveram uma ressonância no nosso coração e na nossa vida.

Algumas vezes, foi alguém da família, um companheiro que nos conhecia bem ou um padre amigo. Mas outras vezes, foi um desconhecido, uma observação na televisão ou uma frase num jornal, um parágrafo dum livro, etc....

Deveríamos aprender a estar atentos a estas palavras, a discernir o que Deus nos quer dizer através das palavras daqueles homens que descobriram uma parte da verdade, da bondade e da felicidade. É necessário reflectir sobre isso e guardá-las no nosso coração. O Senhor encontra-se lá também.

* * * * *

1 - O QUE EU TENHO DE MELHOR É PARA TI

Façamos silêncio em nós mesmos. Punhamos de lado as nossas preocupações e inquietações. Tentemos estar em união com Jesus no fundo do nosso coração. Procuremos uma posição cómoda mas não tensa. Dispunhamo-nos a escutar.

1) LEITURAS

a) A oferta da viúva (Lucas 21,1-4)

..."Levantando os olhos, Jesus viu os ricos deitarem oferendas no cofre das ofertas. Viu também uma viúva pobre deitar lá duas moedinhas e disse: "Digo-vos, na verdade, que essa pobre viúva deitou mais do que todos os outros, pois eles deitaram do que lhes sobejava, mas ela, na sua indignação, deitou tudo o que tinha para viver".

b) O que há de melhor é para ti

"Era uma vez um casal pobre. Ela fiava à porta da sua cabana, pensando no marido. Todo aquele que por lá passava ficava perdido com a beleza dos seus cabelos, castanhos, longos, brilhantes, como os fios que saíam da sua roca. Ele ia todos os dias ao mercado vender alguns frutos. Sentava-se, à sombra duma árvore, à espera, segurando entre os dentes um cachimbo vazio. O dinheiro não era suficiente para comprar um pouco de tabaco.

O dia do aniversário do seu casamento aproximava-se e ela não parava de se interrogar sobre o que poderia oferecer como prenda ao seu marido. E para mais, com que dinheiro? Uma ideia atravessou-lhe a cabeça. Tremeu ao pensar nisso, mas depois de se

decidir, todo o seu corpo se agitou de prazer: venderia os seus cabelos para comprar tabaco.

Já imaginava o marido, sentado diante dos seus frutos, tirando longas baforadas do seu cachimbo: perfumes de incenso e de jasmim dariam ao proprietário da pequena tenda a solenidade e o prestígio dum verdadeiro comerciante.

Obteve com a venda dos seus cabelos algumas moedas, mas escolheu com uma cuidadosa atenção o mais fino pacote de tabaco. O perfume das folhas pisadas compensava largamente o sacrifício dos seus cabelos.

Quando chegou a noite o marido voltou. Ele regressava cantando. Trazia na mão um pequeno pacote: eram travessas do cabelo que tinha comprado para a sua mulher depois de ter vendido o seu velho cachimbo..."

2) COMENTÁRIOS E FUNCIONAMENTO

a) Seria a altura ideal para cada um contar as duas histórias, sobretudo se há crianças, fazendo realçar as duas ideias principais: dar o melhor, dar tudo.

Cada um pergunte sobre o que não compreendeu e faça um comentário sobre aquilo que mais gostou.

b) Todos queremos o melhor: o melhor lugar para ver televisão, o melhor lugar no carro, o melhor ovo frito, o bocado maior de carne, o melhor bolo. Em que medida é isto verdade para mim? Cada um poderá examinar a que ponto isso lhe diz respeito.

c) Sacrificar-se não significa contentar-se e tomar para si o menos bom, mas dar o melhor aos outros e regozijar-se com a sua alegria. Lembro-me de alguma vez, alguém me ter dado o que tinha de melhor? Eu dei tudo alguma vez: a sanduíche inteira,

todo o dinheiro que me deram ou que eu levava, a caixa inteira de bombons?

d) Em casa somos um pouco egoístas, mas há, sem dúvida, também aspectos positivos entre nós. Vamos tentar descobri-los. Cada um poderia dizer em que é que o egoísmo se tornou maior lá em casa?

e) Na primeira leitura, vemos que os ricos davam muito. Mas nem davam conta disso. Davam do que lhes sobejava e não sentiam a falta. A sua vida continuava da mesma maneira. Pelo contrário, a viúva dava aquilo que lhe fazia falta. A sua vida ia res-sentir-se disso: nesse dia não comeria mais que uma sopa. Por causa das suas oferendas, qualquer coisa mudou na sua vida. É esta generosidade que louva o Senhor.

f) Momento de silêncio para reflectirmos. Podemos ouvir um pouco de música tranquila.

3) PREPARAMOS A NOSSA RESPOSTA

Escutámos, hoje, algumas palavras de Jesus. Vamos tentar, cada um de nós, conservar somente uma ideia, um pensamento, aquele que mais nos impressionou.

Momento de silêncio.

Depois, um por um, dizemos, em voz alta, esse pensamento, explicando aos outros e, deixando um intervalo entre cada, para poder saborear o que cada um diz.

4) COM A NOSSA ORAÇÃO RESPONDEMOS A JESUS

Como guia para a nossa oração:

- O que é que Jesus nos deu?

- Agradecer a Jesus porque nos deu tudo e o melhor.
- Pedir que nos ajude a compreender e a viver aquilo que hoje nos disse.
- Oferecer-lhe com verdade o nosso coração, o nosso ser, apesar da nossa fraqueza.

Livremente falamos todos a Jesus.

5) CONCLUSÃO

Acabamos recitando juntos estes versos do Salmo 106 (107).

"Dai graças ao Senhor, porque ele é bom, porque é eterno o seu amor.
 ...Erravam pelo deserto, na solidão,
 Sem encontrar caminho para uma cidade habitável.
 Tinham fome e sede,
 Sentiam desfalecer-lhes a vida.
 Na sua angústia, clamaram então ao Senhor,
 E Ele os livrou das suas tribulações.
 Conduziu-os por um caminho direito
 para que chegassem a uma cidade habitável.
 Agradeçam ao Senhor pela Sua misericórdia,
 E pelas Suas grandes obras a favor dos homens;
 Porque dessedentou a alma sequiosa
 E encheu de bens a alma faminta.
 Outros jaziam nas trevas e na sombra da morte,
 Prisoneiros na miséria e nos ferros...
 Na sua angústia, clamaram ao Senhor,
 E Ele os livrou das suas tribulações.
 Conduzidos por um caminho direito
 Para que chegassem a uma cidade habitável.
 Dai graças ao Senhor porque Ele é bom, porque é eterno o Seu amor."

Escutamos em silêncio um pouco de música enquanto cada um se deixe interpelar por esta oração. Que ela esteja presente na nossa vida. No fim, abraçamo-nos.

* * * * *

2 - CARTA DO GRANDE CHEFE PELE VERMELHA

Para melhor viver esta oração, a partir da carta do grande chefe Pele Vermelha, seria bom fazê-la num dia em que estivéssemos todos reunidos, em família, no campo ou na véspera duma excursão.

A ideia central é simples e muito importante: a natureza, o campo, a água, os animais, as plantas...são um dom, uma dádiva de Deus aos homens, mas pertencem a Deus. Não são nossos. Ele dá-no-los, não para que fiquemos com eles duma forma egoísta, mas para todos usufruirmos deles.

Tudo na natureza nos fala de Deus, da coisa mais pequena à maior. O silêncio, o canto dos pássaros, o colorido das flores...tudo nos fala de Deus. Neste momento de oração, vamos escutar Deus que nos fala através do silêncio e do canto da natureza. Agradecer-lhe-emos e dir-lhe-emos como ele é maravilhoso por aquilo que fez em cada criatura.

1) LEITURA DA CARTA DO GRANDE CHEFE PELE VERMELHA

"O grande chefe de Washington envia uma mensagem, ele quer comprar as nossas terras. O grande chefe envia também palavras de amizade e de felicidade. Isso é amável da sua parte, porque sabemos que ele não precisa da nossa amizade. Mas levamos em conta a sua oferta, porque estamos certos que se não agirmos assim, o homem branco virá com as suas armas e tomará as nossas terras. O grande chefe de Washington pode contar com a palavra do grande chefe Seathl, como os nossos irmãos brancos podem contar com o regresso das estações. As minhas palavras são como as estrelas: não escondem nada.

Como se pode comprar ou vender o céu ou o calor da terra? Esta ideia não nos cabe na cabeça. Se até agora não somos donos da frescura do ar ou do brilho da água, como podeis comprar-no-las? Decidiremos a nosso tempo. Cada parcela desta terra é sagrada para o meu povo. Cada ramo brilhante do pinheiro, cada margem arenosa, cada canto sombrio da floresta, cada insecto transparente e zumbidor, tudo é sagrado na memória e na experiência do meu povo.

Sabemos que o homem branco não compreende os nossos costumes. Para ele, uma parte da terra vale uma outra, porque ele, é um estrangeiro que vem durante a noite e toma conta da terra que precisa. Ele hipoteca a terra dos filhos e isto para ele é igual. Deste modo são esquecidos os túmulos dos seus pais e os direitos naturais dos seus filhos. O seu apetite devorará a terra e deixará atrás de si um deserto.

Se me decidir a aceitar, será com uma condição: o homem branco terá de tratar os animais desta terra como irmãos. Sou selvagem e não conheço outro caminho. Vi milhares de bisontes apodrecerem nas pradarias, abandonados pelo homem branco, que passava com o comboio e os matava. Sou um selvagem e não compreendo como o "cavalo de ferro que deita fumo" pode ser mais importante que os búfalos que só matamos para sobreviver. Que vai ser do homem sem os animais? Se todos os animais desaparecessem, o homem morria duma grande solidão de espírito. Porque tudo o que sucede aos animais, sucede também ao homem. Tudo está interligado. Tudo o que ferir a terra, ferirá também os seus filhos. Os nossos filhos viram os seus pais humilhados na derrota, os nossos guerreiros sentiram a vergonha. E depois da derrota, eles transformam os dias em tristeza e maculam os corpos com alimentos e bebidas fortes.

Quando o último Pele Vermelha tiver desaparecido da terra e a sua memória não for mais do que a sombra de uma nuvem atravessando a pradaria, estas colinas e estes prados conterão ainda as almas do meu povo. Porque eles amam esta terra como o recém-nascido ama os batimentos do coração da sua mãe. Se vos vendermos a nossa terra, amai-a como nós a amamos, cuidai dela como nós cuidamos. Guardai nos vossos espíritos a memória da terra, tal e qual como nós vo-la entregamos.

E com todas as vossas forças, com toda a vossa vontade, conservai-a para os vossos filhos e amai-a da mesma maneira com Deus nos ama a todos nós. Uma coisa sabemos: o nosso Deus é o vosso, esta terra é-lhe preciosa. E prejudicar a terra, é desprezar o seu criador. E o homem branco não pode ser excluído dum destino comum".

2) COMENTÁRIOS E FUNCIONAMENTO

Uma vez lida a carta, podemos:

- Perguntar uns aos outros o que não compreendemos muito claramente e em conjunto compreenderemos melhor o conteúdo da carta.
- Comentar aquilo que agradou a cada um e deixar surgir as ideias espontaneamente.

3) PASSEIO

Depois destes comentários, vamos fazer um passeio em silêncio: cada um para seu lado. Estipulamos um tempo. De que se trata?

Cada um vai "escutar" Deus nos seres da natureza, vai "sentir a sua presença" em silêncio. "Tu és grande, Senhor, em todas as tuas criaturas".

Cada um vai recolher dois ou três objectos que simbolizem o que sentiu durante o passeio: uma pedra, folhas, uma flor, um insecto...

4) REUNIÃO

Cada um mostra o que trouxe e explica a sua escolha; conta aos outros o que sentiu durante o seu passeio. Coloca-se uma toalha limpa no meio do grupo familiar. Cada um põe o que recolheu fazendo uma oração de oferecimento no momento de apresentar a oferta: Por exemplo uma oração assim:

" Senhor, dono da terra, ofereço-te como prenda,
Esta flor, esta pedra...que nos destes,
Para que sejam nossos irmãos".

Depois de termos todos oferecido o nosso presente a Deus, ficamos um momento em silêncio, contemplando a toalha cheia de objectos.

5) O NOSSO LOUVOR

Existe um salmo em que o autor repete muitas vezes:

" Bendito sejas tu, Senhor, pelo sol que é tão belo
Bendito sejas tu, Senhor, pelos animais do campo... "

Do mesmo modo cada um pode dizer: "Bendito sejas tu, Senhor, pelo...por...". Depois de cada louvor, toda a gente repete: "Bendito sejas tu, Senhor".

6) O NOSSO RECONHECIMENTO

Num outro Salmo, o poeta repete:

- Nós te agradecemos, Senhor, pela terra fecunda e rica, porque é eterno o teu amor.

- Nós te agradecemos, Senhor, pela água clara e fresca, porque é eterno o teu amor.

Do mesmo modo continuamos a agradecer a Deus por tudo o que nos rodeia e por tudo o que nos vem ao espírito.

Cada vez que alguém agradece alguma coisa, todos repetem: "Porque é eterno o teu amor".

7) CONCLUSÃO

Para terminar, distribuímos em silêncio todos os objectos que estão na toalha. Abraçamo-nos. A seguir recitamos o "Pai Nosso".

* * * * *

3 - CARTA DE ERIN, UMA MENINA MUITO ESPECIAL

ORAÇÃO FAMILIAR PELOS FILHOS DEFICIENTES

1) INTRODUÇÃO

Encontramo-nos todos juntos na presença de Jesus e de Maria, para oferecer a Deus o que é a nossa família. Deus vive na nossa casa e vamos oferecer-lhe o nosso coração, escutá-lo atentamente durante este momento de oração.

2) ORAÇÃO

Dizemos juntos uma das duas orações propostas.

Jesus, neste momento de oração, queremos oferecer-te pessoalmente o melhor de nós mesmos, para que, por nosso intermédio, os outros possam ser felizes. Confiamos-te também...(nome do filho deficiente). Sabemos que, como nós, ele é mesmo da família e teu filho. Mas como é diferente de nós, por vezes não compreendemos qual a missão que lhe reservaste. Pedimos-te, Senhor, que nos ajudes a conservar a nossa esperança e agradecemos-te, porque temos confiança em ti.

Jesus, neste momento de oração, queremos oferecer-te pessoalmente, o melhor de nós mesmos, para que, por nosso intermédio, os outros possam ser felizes. Confiamos-te, também, as famílias que têm filhos como Erin. Sabemos que essas crianças são também teus filhos. Mas como são diferentes das outras, por vezes não sabemos qual a missão que tu

lhes reservaste. Pedimos-te, Senhor, a tua ajuda: mantém a nossa esperança e a das suas famílias. Agradecemos-te porque temos confiança em ti.

3) PRIMEIRA LEITURA

Vamos ler uma carta que Erin escreveu à sua madrinha. Erin não sabe ler nem escrever como nós. Mas a sua mãe Mickie sabe o que ela quer dizer e conta-no-lo.

À minha Madrinha

(por Mickie Mulkern
Concilium, nº 119.
1976, pág. 346:
revista espanhola)

Sei que és muito boa.
Esperaste muitos meses pela minha chegada.
Estavas lá e viste-me tinha eu poucos minutos.
E mudaste os meus cueiros quando eu só tinha alguns dias.

Sonhavas com a tua primeira afilhada
Ela seria precoce como a sua irmã.
Tu acompanhá-la-ias à escola, ao liceu, ao altar.
Que serei eu? O orgulho daqueles que me amam?

Deus tinha planeado outras coisas para mim. Eu sou o que sou.

Ninguém jamais me chamou precoce.
Qualquer coisa não vai bem na minha cabeça.
Serei para sempre uma filha de Deus.

Sou feliz. Gosto de toda a gente e todos gostam de mim.

Não posso dizer muitas coisas
Mas sou capaz de comunicar e de compreender.
Afecto, calor, amizade e amor.

Há pessoas privilegiadas na minha vida.
Por vezes vejo-as sorrir, outras vezes chorar,
Porquê? Eu sou feliz, os que estão próximos de mim amam-me.

Que posso pedir mais?

Não irei nunca à escola e nunca me casarei.
Mas não estou triste: Deus fez-me especial.
Não posso fazer mal, sou verdadeiramente capaz de amar.
E talvez Deus precise de crianças que amem, simplesmente.

Não, não serei nunca bem sucedida aos olhos do mundo.
Mas prometo-te qualquer coisa que poucas pessoas podem prometer:
Poderemos, madrinha, partilhar a eternidade,
Porque o que eu conheço somente é o amor, a bondade, a inocência.

Tua querida Erin

4) LOUVOR COMUNITÁRIO

Depois dum tempo de silêncio, recitamos juntos e muito suavemente, este louvor do profeta Daniel a Deus (Daniel 3,57 e seguintes).

" Obras do Senhor, bendizeis todas o Senhor,
Louvai-O numa eterna exaltação!
Anjos do Senhor, bendizeis o Senhor,
Louvai-O numa eterna exaltação!
Águas e tudo o que está acima dos céus, bendizeis o Senhor,
Louvai-O numa eterna exaltação!
Todos os poderes do Senhor, bendizeis o Senhor,
Louvai-O numa eterna exaltação!

Sol e luz, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Estrelas dos céus, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Chuvas e orvalhos, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Todos os ventos, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Fogo e calor, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Frios e gelos, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Orvalhos e geadas, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Frios e frescuras, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Gelos e neves, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Noites e dias, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Luz e trevas, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Relâmpagos e nuvens, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Que a terra bendiga o Senhor,
 Que ela O louve numa eterna exaltação!
 Montes e colinas, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Tudo o que germina na terra, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Mares e rios, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Fontes, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Monstros e animais que vos moveis nas águas, bendi-
 zeis o Senhor,

Louvai-O numa eterna exaltação!
 Todas as aves do céu, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Feras e rebanhos, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Vós, seres humanos, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Que Israel bendiga o Senhor,
 Que O louve numa eterna exaltação!
 Sacerdotes, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Servos, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Espíritos e almas dos justos, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Santos e humildes de coração, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Ananias, Azarias, Misael, bendizei o Senhor,
 Louvai-O numa eterna exaltação!
 Porque nos libertou da morada das sombras,
 Nos salvou da mão da morte;
 Tirou-nos da fornalha incandescente
 E arrancou-nos do meio das chamas.
 Glorificai o Senhor, porque é bom,
 Porque a sua misericórdia é eterna.
 Vós, os piedosos, bendizei o Senhor, Deus dos
 deuses;
 Louvai-O, glorificai-O,
 Porque a sua misericórdia é eterna!

5) REFLEXÃO

Vamos reflectir sobre a carta de Erin, que é
 tão impressionante. A opinião de um pode ajudar os
 outros e é por isso que todos devemos dizer qualquer
 coisa.

- O que é que nesta carta chamou mais a minha atenção?

- O que é que Erin oferece àqueles que estão ao seu lado?

- Depois de ter lido esta carta, a ideia que fazia das crianças como Erin mudou? De que maneira?

- Por vezes esperamos muito dos outros. São eles capazes de responder sempre às nossas exigências?

- Aceitamos os outros como são, ou queremos antes que sejam como gostaríamos?

- Podemos ver Jesus em Erin?

6) ORAÇÃO

Depois de um momento de silêncio e da reflexão terminada, cada um diz, em voz alta, a sua oração, falando directamente a Jesus, que está presente.

Poderíamos fazer nossas as orações seguintes:

- "Agradeço-te, Jesus, porque descobri em Erin alguém que depende de ti".

- "Ajuda-me, Jesus, a ser para os outros um exemplo de amor e de bondade como Erin é para nós".

- "Peço-te perdão, Jesus, por todas as vezes em que não soube compreender os outros, e suplico-te que me ajudes a aceitar os outros como eles são".

- "Peço-te, Jesus, para que não abandones as crianças como Erin e lhes dêmos a nossa afeição".

7) SEGUNDA LEITURA

Escutemos em silêncio a Palavra de Deus.
Deve ser lida muito suavemente.

" Caríssimos, amemo-nos uns aos outros, porque o amor vem de Deus e todo aquele que ama nasceu Dele e conhece-O. Aquele que não ama não conhece a Deus, porque Deus é Amor. Nisto se manifestou o Amor de Deus para conosco: Deus enviou ao mundo o Seu Filho unigénito, para que por Ele vivamos. Nisto consiste o Seu Amor: não fomos nós que amámos a Deus, mas foi Ele que nos amou e enviou o Seu Filho como vítima de propiciação pelos nossos pecados.

Caríssimos, se Deus nos amou assim, também nos devemos amar uns aos outros. Ninguém jamais contemplou Deus. Se nos amarmos uns aos outros, Deus está em nós e o Seu Amor é perfeito em nós.

No amor não há temor, antes o perfeito amor lança fora o temor, porque o temor pressupõe um castigo e aquele que teme não é perfeito no amor. Quanto a nós, amamo-Lo porque Ele nos amou primeiro. Se alguém disser: "Eu amo a Deus", mas odiar o seu irmão, é um mentiroso: quem não ama a seu irmão, ao qual vê, como pode amar a Deus, que não vê. Sim, aqui está o mandamento que recebemos Dele: Quem ama a Deus, ame também a seu irmão (1ª carta de S.João 4,7-12; 18-21).

8) CONCLUSÃO

Ficamos um momento em silêncio. Depois finalizamos.

- "Palavra do Senhor"

- "Graças a Deus"

* * * * *

IV - ENCONTRAMOS-TE NO SILÊNCIO

- Invocar o Espírito Santo
- O maior dos Mandamentos
- O regresso à Galileia

Estes esquemas são mais apropriados para as orações em família com os filhos adultos.

I N T R O D U Ç Ã O

O silêncio é também uma grande revelação. Se nos pusermos em silêncio, se fizermos durar esse silêncio apercebemo-nos de que é uma experiência à qual não estamos habituados. Muitos pensam que é uma perda de tempo; que é necessário pensar sempre em qualquer coisa para rezar, encher o vazio com palavras; outros não sabem travar a dispersão constante do seu pensamento se não lhe for dado, de imediato, um assunto; outros ainda sentem receio do silêncio prolongado que os coloca perante o mistério de si mesmos, no mais profundo do seu ser.

O que nos traz o silêncio?

Primeiro dá-nos a possibilidade de ver que rezamos com todo o nosso ser: corpo e espírito, que somos um na oração. O silêncio torna-nos conscientes do nosso corpo, das suas pequenas sensibilidades, respiração, sensações, dores que sentimos, barulhos, odores que nos chegam, distrações e pensamentos de que tomamos consciência. Nada de rejeição, nada de

luta. Uma primeira etapa de tomada de consciência na serenidade e na objectividade. Assumimos o nosso eu diante de Deus, tal qual somos, no momento da oração.

Pouco a pouco a qualidade do silêncio vai sendo mais profunda. Esse silêncio que nos enche, abre-nos também. Nesse silêncio é-nos mais fácil acolher e a Palavra de Deus ressoa com muito mais força. "Aquele que tem a sua morada no mais fundo do nosso coração" encontra a possibilidade de nos falar no mais íntimo.

Finalmente, a Palavra que é acolhida no mais íntimo, permanece no silêncio. Ela é guardada no nosso coração e lá, ela trabalha para nos transformar com uma confiança plena de alegria.

* * * * *

1 - INVOCAR O ESPÍRITO SANTO

1) Fazemos calmamente o sinal da cruz. "Senhor, queremos que esta oração seja para tua glória e unimo-nos aos nossos irmãos do mundo que te rezam e te louvam neste momento".

2) Colocamo-nos direitos na cadeira ou num banquinho ao mesmo tempo relaxados e despertos. Vamos manter o corpo imóvel durante a oração para facilitar o silêncio interior.

Vamos respirar calmamente, tomando consciência da nossa expiração e inspiração. Sentimos o ar quente que sai da nossa boca, o ar fresco que entra pelo nariz e desce ao interior do nosso corpo. Estamos ali diante do Senhor que nos deu este corpo, que tem necessidade de respirar para viver. E é a sua vida que sobe e desce em nós em harmonia e em paz (5 minutos de silêncio).

3) Lucas 11,9-13

"Digo-vos, pois: pedi e dar-se-vos-á, procurai e achareis, batei e abrir-se-vos-á. Porque todo aquele que pede recebe; quem procura encontra; e ao que bate abrir-se-á. Qual de vós, se o filho lhe pedir pão, lhe dará uma pedra? Ou se lhe pedir um peixe, lhe dará uma serpente? Ou se lhe pedir um ovo, lhe dará um escorpião? Portanto, se vós, maus como sois, sabeis dar coisas boas aos vossos filhos, quanto mais o Pai do Céu dará o Espírito Santo áquelles que o pedem!"

Queremos acolher o teu Sopro, o teu Espírito, que umas vezes, é vento forte, outras brisa ligeira. No silêncio, abrimo-nos para pedir o teu Sopro, com toda a humildade, para viver a nossa vida conforme

o teu Espírito (15 minutos de silêncio).

4) Recitamos calmamente e todos juntos: "Vem Espírito Santo, ilumina o coração dos teus fiéis (os nomes dos familiares) e acende em nós o fogo do teu amor. Envia, Senhor, o teu Espírito e renovarás a face da terra" (5 minutos de silêncio).

5) Pedimos-te perdão, Senhor, pelas nossas distrações. Damos-te graças pelos frutos que tu nos concedestes durante esta oração.

* * * * *

2 - O MAIOR DOS MANDAMENTOS

1) Começamos por um acto de vontade: "Senhor, estamos aqui para ti, e queremos manter esta intenção durante toda a nossa oração". Unimo-nos à oração da Igreja universal.

2) Pomo-nos numa posição corporal que permita a estabilidade, a imobilidade, o relaxamento. As costas direitas, as mãos à frente, a respiração calma, o queixo relaxado. Vamos tomar total consciência do momento presente através do nosso corpo:

- As sensações do nosso corpo: as pequenas sensações, a respiração, o vento, o calor, o frio, as pequenas dores, etc....Sensações globais: fadiga, rigidez, bem estar, etc....

- Os ruídos que ouvimos: barulhos da casa, da rua se estamos na cidade, o canto dos pássaros, gritos ao longe, etc....se estamos no campo.

- Os odores que sentimos: odores do campo, duma casa.

- Os pensamentos e as preocupações que surgem um a um.

Com tudo isto que constitui a nossa presença aqui hoje, pomo-nos diante de ti, sem nos culpabilizarmos ou revoltarmos, queremos permanecer diante de ti e fazer um pouco mais de silêncio. Nós te louvamos, Senhor (10 minutos de silêncio).

3) Marcos 12,28-31

"Aproximou-se dele um escriba que os tinha ou-

vindo discutir, e, vendo que Jesus lhes tinha respondido bem, perguntou-lhe: Qual é o primeiro de todos os Mandamentos?...Amarás o Senhor teu Deus com todo o teu coração, com toda a tua alma, com todo o teu espírito, com todas as tuas forças. Eis o segundo: Amarás o teu próximo como a ti mesmo. Não há outros mandamentos maiores que estes".

O Senhor ama-nos:

- Ama o nosso coração, o mais íntimo da nossa corporeidade.

- Ama a nossa alma desde a eternidade, o que nos dá a nossa identidade.

- Ama o nosso espírito, a ponta mais fina da alma que se levanta para Ele.

- Ama-nos com toda a força do seu Espírito.

Acolhamos em nós essa torrente de amor do Senhor (15 minutos de silêncio).

4) Purifica, Senhor, o amor pelos nossos irmãos. O nosso amor está cheio de condições e magoado pelas nossas feridas psicológicas e espirituais. Que permaneçamos no teu Amor para amar os homens como Tu os amas (15 minutos de silêncio).

5) Acabamos recitando juntos o "Pai Nosso".

* * * * *

3 - O REGRESSO À GALILEIA

1) Pomo-nos numa posição que favoreça uma atitude ao mesmo tempo desperta e relaxada. Sentados ou de joelhos, mas de costas direitas, a respiração calma, os ossos da cara descontraídos (ficamos 5 minutos em silêncio).

2) Fazemos lentamente o sinal da cruz e todos juntos fazemos um acto de fé para orientar esta oração: "Sabemos, Senhor, que estás aqui connosco, pois assim o prometeste. Pomo-nos diante de ti para te dizer que queremos o que tu quizeres com esta oração".

3) Quando duas pessoas que se amam se zangam e querem juntar-se de novo, é-lhes muito útil lembrar os momentos felizes que viveram juntos no passado. Temos tendência a esquecer todo o amor que nos deram.

Nos momentos de crise, de dúvida, de tristeza, de vazio ou de rotina, é bom lembrarmo-nos do conselho de Cristo ressuscitado aos seus discípulos: "Voltem à Galileia". Voltemos aos momentos de alegria, aos momentos em que experimentámos a presença do Senhor na nossa vida e reencontrá-lo-emos outra vez. Voltemos em pensamento a uma situação da nossa vida em que experimentámos a bondade e o amor de Deus por nós, duma maneira ou doutra. Trata-se de reviver os sentimentos que então vivemos: alegria, intimidade, paz, amor...(15 minutos de silêncio).

4) Voltemos ao momento presente e aceitemos de novo o amor de Deus por nós. Ele não mudou. Olha-nos com amor. Diz o nosso nome. Abrimo-nos a esse olhar e a esse amor de Deus. Ele não nos pede nada, senão estar ali e deixar que ele nos ame (10 minutos).

5) "Senhor, após esta oração, vamo-nos levantar e voltar para a Galileia. Sabemos que caminhamos atrás de ti e contigo. Damos-te graças por este tempo de oração. Perdoa-nos a nossa falta de confiança e de fé".

* * * * *