

Ficha Técnica

Equipa redactorial: Documento elaborado pela Supra-Região Portugal com base nos documentos ERI “Os Pontos Concretos de Esforço e a Partilha” e “O Guia”

Tratamento gráfico: Inês Figueiredo

Impressão:

Registo no Instituto de Comunicação Social:

Depósito Legal:

Propriedade e Administração:

ENS - Equipas de Nossa Senhora (Movimento de Espiritualidade Conjugal)

Av. Roma 96, 4ºEsq – 1700-352 Lisboa

Telefone: 21 609 32 42 - Fax: 21 609 76 77

E-mail: ens@ens.pt - Internet: www.ens.pt

ENS - EQUIPAS DE NOSSA SENHORA
Movimento de Espiritualidade Conjugal

OS PONTOS CONCRETOS DE ESFORÇO **E A PARTILHA**

SUPRA-REGIÃO PORTUGAL

OUTUBRO 2007

6. Conclusão

Os PCE e a Partilha são postos em prática por meio de duas dinâmicas fundamentais do nosso Movimento: a dinâmica da oração e a dinâmica da comunhão. Estas aparecem em todas as partes da Reunião e muito especialmente na Partilha dos PCE.

Só ajudados pela **Dinâmica da Oração**, presente na Escuta da Palavra, na Oração Pessoal, Conjugal e Familiar, na Oração da Reunião de Equipa, nos Retiros anuais, conseguiremos mudar como pessoas e como casal.

Só recorrendo à **Dinâmica da Comunhão** que está presente no Dever de se Sentar, no Pôr em Comum, no diálogo sobre o tema de estudo, na troca de ideias, no retiro e na Partilha sobre os Pontos Concretos de Esforço ou sobre as Atitudes de Vida conseguiremos converter-nos num testemunho de comunhão uns para com os outros, quer na Equipa, quer no mundo.

Desenvolver o espírito de Oração e a capacidade de comunicação, aumentar a possibilidade de nos conhecermos a nós próprios, aprender a respeitar e a afirmar o valor dos outros, fazer crescer a vontade de estabelecer uma comunhão com todos os que nos cercam, não significa refugiar-se num perfeccionismo intimista, mas conduz, inevitavelmente, a uma **presença estável e cheia de Esperança no mundo em que vivemos**.

Quando as mais simples tarefas são impregnadas de amor, o Senhor lá está, no meio e no coração do casal: a **espiritualidade conjugal** é então uma realidade.

As Equipas de Nossa Senhora oferecem os meios para tal, está ao nosso alcance vive-los.

Atitudes de Vida versus Pontos Concretos de Esforço

O quadro que apresentamos pode ajudar-nos a visualizar melhor o cruzamento de cada um dos 6 PCE com cada uma das 3 Atitudes de Vida, ajudando à nossa análise e aprofundamento:

Pontos Concretos de Esforço	Atitudes de vida		
	Estar abertos à vontade de deus	Viver a verdade	Viver o Encontro e a Comunhão
Escuta da Palavra			
Meditação - Oração pessoal			
Oração - Conjugal/familiar			
Dever de se Sentar - Diálogo conjugal			
Regra de vida - Pontos a melhorar			
Retiro anual - Encontro com Deus			

Variando os cruzamentos possíveis poderemos fazer questões deste tipo:

- Qual dos PCE ajudou mais este mês a melhor viver tal Atitude?
- Como vivemos determinada Atitude a partir de tal PCE?
- Qual a atitude que mais me incentiva, em casal, a viver tal PCE?
- De que forma um determinado PCE me ajudou a melhorar as Atitudes de Vida?

INDICE

1. Introdução

2. A Mística dos Pontos Concretos de Esforço?

3. A Mística da Partilha

4. Os Pontos Concretos de Esforço

5. A Prática da Partilha

6. Conclusão

- Partilhar os esforços que fizemos cumprindo os Pontos Concretos de Esforço e que nos levaram a desenvolver as três atitudes básicas.
- Partilhar as Atitudes de Vida que os Pontos Concretos de Esforço despertaram em nós durante este mês.

Quando partilhamos os Pontos Concretos de Esforço não pode esquecer que eles são meios, instrumentos. E quando partilhamos as atitudes conquistadas também não nos podemos esquecer que elas não são apenas o resultado da boa vontade, mas do uso adequado dos meios, que são os PCE.

Muito importante é ter em mente que a Partilha deve estar muito mais voltada para o futuro e menos voltada para o passado, no sentido de eliminar as lamentações e as desculpas e ser uma luz para uma vida melhor a partir da realidade presente.

Momento e Modo de Fazer a Partilha

A Partilha tem a dinâmica da co-participação e deve ser feita em clima de Oração.

Damos a seguir algumas sugestões:

- Partilhar cada mês um PCE com mais profundidade
- Partilhar sobre todos os PCE numa visão global
- Cada mês um casal faz a Partilha com mais profundidade e os outros de um modo mais geral.

Todos devem preparar a Partilha, e especialmente o Casal Responsável deve tocar nos pontos essenciais. O papel moderador do RE e do Conselheiro Espiritual é muito importante, pois devem ajudar, animar e orientar os casais.

Um bom momento para a Partilha é após a Oração, como sendo um seu prolongamento, para que a Equipa aproveite o ambiente criado.

*mês? Qual a Oração que mais facilmente podemos fazer juntos?
Temos feito a Oração com assiduidade mesmo por pouco tempo?*

- *Houve algum aspecto da nossa vida que se transformou por causa dessa Oração? Qual a nossa maior dificuldade nessa Oração? Reservar tempo? Em vez de nos encontrarmos com o Senhor, encontramos-nos connosco mesmo? Fazemos silêncio dentro de nós? Temos procurado viver todos os nossos Dever de se Sentar, as nossas Orações (pessoal/conjugal/FAMILIAR) em face da Verdade? Sobre que tema temos feito (ou gostamos de fazer) o nosso Dever de se Sentar?*
- *Tem sido possível para mim «encontrar-me» e «comunicar-me» com o cônjuge? Que dificuldade tive ou tivemos? Sou capaz de reconhecer a minha parte de culpa nos pontos conflituosos? Que passo em frente temos dado?*
- *Que ponto da minha personalidade tenho trabalhado na Regra de Vida? Como a escolhi? Que pistas me levaram a percebê-lo? Posso continuar com este ponto? Os membros da equipa podem ajudar-me a ver mais claro na minha vida?*
- *Que descobrimos sobre a Vontade de Deus no último Retiro? Que mais me impressionou? Com que sentimentos temos terminado o(s) Retiro(s)?*

Este tipo de perguntas ou outras semelhantes podem ajudar-nos gradualmente a interiorizar os Pontos Concretos de Esforço. É realmente um trabalho que o Responsável de Equipa pode realizar ajudado pelo Conselheiro Espiritual. Um trabalho a ser realizado com sensibilidade, com capacidade para escutar, com compreensão e constância.

O que Partilhar?

No momento da Partilha devemos:

1. Introdução

O Movimento tem verificado que a **Partilha** é uma das partes da reunião de equipa menos compreendida, menos valorizada e por isso mesmo, menos vivida.

Reflectir sobre a Partilha, exige que se faça primeiro uma reflexão sobre os **Pontos Concretos de Esforço**. É bem possível que a grande dificuldade de compreensão da Partilha resida na falta de um melhor entendimento sobre o sentido profundo dos Pontos Concretos de Esforço que são apresentados, de certo modo, desligados entre si.

Este documento pretende ajudar os casais a compreenderem melhor o espírito da **Partilha** para melhor a viverem, começando por apresentar o sentido de cada um dos **Pontos Concretos de Esforço** e procura fazer uma síntese que permita ver a coerência interior que os unifica.

5. Prática da Partilha

Partilhar simplesmente o cumprimento ou o não cumprimento dos compromissos assumidos pode ser válido no princípio da vida da equipa, quando o conhecimento mútuo é ainda muito superficial, porém é pouco e empobrecedor quando a equipa já tem mais alguns anos. Além disso, esses pontos evoluem com a vida e não se partilham da mesma maneira quando se está há 3 anos em equipa, ou há 20...

Quando a equipa se consolidou e o conhecimento mútuo é mais profundo, a Partilha deve tornar-se também mais profunda. Como já foi dito, a Partilha é um esforço conjunto de ajuda mútua espiritual e um caminho de conversão comunitária, momento em que se partilham os progressos, as mudanças, as dificuldades, as vivências, interrogando-nos e estimulando-nos uns aos outros.

Concretamente cada casal dirá, neste momento da reunião, se durante o mês, fez os esforços que os Pontos Concretos de Esforço nos sugerem, e, em particular, sobre aqueles que a equipa, na reunião anterior, decidiu aprofundar. Para isso é muito importante que o Casal Responsável saiba, com o auxílio do Conselheiro Espiritual, formular perguntas para a Partilha de modo a evitar o formalismo, ajudando assim a aprofundar a participação de todos.

Alguns exemplos de questões que podem ser formuladas para estimular a Partilha:

- *Como vivi durante este mês a procura da Vontade de Deus? O que descobri? Qual ou quais as Palavras de Deus que me tocaram mais e porquê? Que espécie de Oração Conjugal e Familiar fizemos neste*

os locais onde vivem e onde trabalham para que possam escutar Deus e entender o plano que Ele tem para o casal.

Os PCE pretendem desenvolver o nosso sacramento do Matrimônio, tornando-nos conscientes do seu dinamismo e permanência: não é só o “sim” do dia do casamento, mas o “sim” de todos os dias da nossa vida.

Os PCE devem ajudar-nos a entender o matrimônio como caminho de santidade para o casal que se afirma com uma vocação específica e que aceita humildemente que o seu amor seja a imagem escolhida por Cristo para explicar o Seu amor pela Igreja.

2. A Mística dos Pontos Concretos de Esforço (PCE)

A mística é o espírito que dá sentido a propostas concretas de vida, intuição que “abre” o que está oculto ao espírito humano, a orientação que faz da vida uma contínua busca de comunhão com Deus.

A mística das ENS tem os seguintes pilares: **Reunidos em nome de Cristo, Ajuda Mútua e Testemunho**

Há duas ideias básicas, que não se devem nunca perder de vista, e que fundamentam esta mística:

ATITUDES DE VIDA E COERÊNCIA INTERIOR.

2.1. Atitudes de Vida

Os PCE **não são obrigações** que devemos cumprir, mas **meios** para desenvolver **atitudes** que devemos assimilar, e que, a pouco e pouco, nos vão levando a um modo de viver mais cristão.

Os PCE são atitudes a despertar e não “coisas” a cumprir.

Nas Equipas não se utiliza a imposição de actos, sem fundamentos, arbitrariamente escolhidos; isso seria de um total formalismo infantil e levar-nos-ia, tão-somente, a enumerar, etiquetar, classificar actividades que só faríamos para garantir a tranquilidade da nossa consciência. Se assim os víamos está na hora de redescobrirmos todo o seu sentido e toda a sua riqueza.

Mas isto requer exigência. Os Pontos Concretos de Esforço são um **apelo ao esforço** pessoal e do casal: um esforço de discernimento, de criatividade e de constância, que envolve todo o nosso ser. Um esforço ao qual cada um de nós se **obriga voluntariamente** e não alguma coisa que nos é imposta.

As Atitudes de Vida que os Pontos Concretos de Esforço vão criando em nós devem ter um objectivo, uma finalidade: **transformar a vida** para facilitar o **verdadeiro encontro com o Senhor e com o outro**.

O verdadeiro encontro com o Senhor é o ponto de partida de toda a conversão. Os PCE existem para que vivamos esse encontro e não para que se transformem numa rotina ou numa espécie de devoção.

2.2. Coerência Interior

Os Pontos Concretos de Esforço estão entrelaçados e coesos. Neles não há dispersão, não formam isolamento sentido. Existe uma pedagogia que os une, procurando dar um sentido mais evangélico à nossa vida. Esta coerência interior está na base de toda a metodologia das Equipas, em todos os níveis. Há uma lógica que está por detrás dos pontos concretos de esforço que os une e os encadeia e lhes dão um sentido de conjunto.

Os Pontos Concretos de Esforço ao serem assumidos tendem a criar um espírito, um clima, um estado que levam a criar em nós Atitudes de Vida.

Essas Atitudes de Vida constantes são essencialmente três:

- **Procura assídua da vontade de Deus:** cultivar em nós a perseverança de nos querermos abrir à vontade e ao amor de Deus.
- **Procura da verdade sobre nós mesmos:** desenvolver a nossa capacidade para a verdade.
- **Experiência do encontro e da comunhão:** aumentar a nossa capacidade de viver o encontro e a comunhão.

Antes de aprofundar cada uma destas três Atitudes de Vida, é preciso lembrar que elas também têm uma coerência interior, formam uma unidade tal, que perdem o sentido se tomadas isoladamente.

Escolher e assumir uma Regra de Vida ajuda cada um a aderir mais pessoalmente e de maneira concreta ao projecto que Deus tem para cada cônjuge e para o casal. É uma atitude ou diversas atitudes práticas que se tomam para progredir no crescimento espiritual e humano. Não se trata de querer multiplicar obrigações, mas de melhorar, pouco a pouco, com tenacidade, alguns dos pontos fracos ou de reforçar algumas qualidades.

Através da reflexão sobre os aspectos da vida pessoal, conjugal, familiar, cada um deve procurar a verdade sobre si mesmo, a fim de encontrar aquilo que se opõe à vontade de Deus.

Como se trata de um caminho espiritual, o avanço não é linear e é preciso estar sempre a recomeçar. Esta regra deve ser regularmente revista.

Retiro Anual

“Vinde à parte para um lugar despovoado e descansai um pouco”. (Mc 6, 31)

É fundamental reservar todos os anos um tempo suficiente para se isolar diante do Senhor, se possível em casal, num retiro que permita uma reflexão sobre a sua vida, na presença de Deus.

O retiro é um tempo privilegiado de paragem, de escuta, de oração e uma oportunidade de renovação espiritual. É também um tempo forte para se voltar para dentro de si mesmo e fazer uma revisão geral de vida, sobretudo sobre o seu caminho de crescimento.

É, muitas vezes, uma possibilidade de melhorar o conhecimento do pensamento divino, que é entendido de uma maneira fragmentada ou sumária, nas leituras da Palavra e na vida do dia a dia.

Os casais das Equipas de Nossa Senhora são encorajados a tirar proveito da atmosfera especial dos retiros para se renovarem. São convidados a deixar

Dever de se Sentar

“Sujeitai-vos uns aos outros no temor de Cristo.” (Ef 5, 21)

O Dever de se Sentar ajuda-nos a revelarmo-nos, pouco a pouco, ao nosso cônjuge.

É um tempo que marido e mulher passam juntos, sob o olhar do Senhor, para dialogar com sinceridade, num ambiente tranquilo. Esse tempo de manifestação dos sentimentos e dos pensamentos entre marido e mulher permite um melhor conhecimento e uma ajuda mútua. Permite também fazer um balanço do passado, analisar a vida conjugal e familiar, fazer planos para o futuro e conversar sobre o projecto que escolheram.

O Dever de se Sentar evita a rotina da vida conjugal e mantém jovem e vivo o amor e o casamento. O seu valor é apreciado por todos os casais que o praticam, que reconhecem nesse encontro uma oportunidade para se amarem ainda mais.

É sempre bom começar o Dever de se Sentar com um tempo de oração ou de silêncio para tomar consciência da presença de Deus. O silêncio aprofunda o olhar de um sobre o outro, aproxima de Deus e cria uma atmosfera favorável.

A Regra de Vida: fixar para si esforços pessoais

“Procurai fazer sempre o bem diante de todos os homens.” (Rom 12, 17)

A Regra de Vida consiste em fixar o/os pontos sobre os quais cada membro do casal decide pessoalmente concentrar os seus esforços para seguir melhor a sua direcção de crescimento e responder com alegria ao apelo que o amor de Deus lhe dirige.

Para melhor entendermos que as três atitudes formam um todo indivisível, podemos perguntarmo-nos: **Buscar a Vontade de Deus não será viver a Verdade e estar em Comunhão com o outro?**

Procura assídua da vontade de Deus

Procurar sempre estar em sintonia com a Vontade de Deus sobre nós próprios e sobre a nossa vida. O que é Vontade de Deus? A Vontade de Deus é o bem e a realização plena do homem já neste mundo. Neste ponto devemos imitar a atitude de Maria que sempre esteve atenta à passagem de Deus na sua vida.

Para conseguir esta atitude é necessário:

a) *Saber escutar:*

Aquele que escuta está vazio de si mesmo, caso contrário, não conseguiria escutar. O drama da nossa vida é que o nosso EU nunca se cala. Saber escutar é saber guardar, é saber saborear esse fio condutor, esse apelo de Deus que nos vem principalmente pela Sua Palavra, mas que nos chega também pelo silêncio, pela natureza, pelo outro, pelos outros, pelos acontecimentos...

b) *Reservar com assiduidade um momento para conhecer esta Vontade de Deus:*

Trata-se de uma aprendizagem que exige tempo e constância: deixar que Deus ocupe o seu lugar nas nossas vidas, Ele tem prioridade! Não apenas quando temos vontade, mas todos os dias. Este é o sentido que está por detrás da «escuta da palavra».

A mesma assiduidade e a mesma procura estão na Oração Pessoal e Conjugal que nos é pedida cada dia. Alguns minutos são suficientes,

contando que, se repitam, diariamente. Deste modo se entende também o Dever de se Sentar que é a descoberta do plano de Deus para o Casal e para a Família. Assim também o Retiro, que deve levar-nos a colocar toda a nossa vida sob o olhar do Senhor.

Procura da verdade sobre nós mesmos

Desenvolver a nossa capacidade de tomar consciência de nós próprios, de assumir a nossa verdade, de construir e trabalhar a partir dela e não a partir da imaginação, das evasivas, da alienação, das meias-verdades, da mentira.

Este é o sentido da Regra de Vida que devemos adoptar e rever.

Os outros, a Equipa, podem ajudar-nos a escolher e a viver essa regra, uma vez que nos iludimos facilmente a respeito de nós mesmos.

É preciso compreender que num caminho espiritual nem sempre o progresso é contínuo. É preciso começar e recomeçar incessantemente.

Experiência do encontro e da comunhão

Viver o Encontro e a comunhão exige toda uma aprendizagem para modificar a nossa maneira de viver, para descentralizar-se de si mesmo, e começar a caminhar para os outros, para o outro. É preciso, primeiro deixar o outro ser ele mesmo, ser o que ele é e começar a doar-se, não o que queremos dar, mas o que o outro precisa receber.

Todos os PCE tendem para esse **encontro**: encontro com o Senhor na oração, na escuta da sua palavra, nos outros, nos acontecimentos da vida. Quando deixamos que Deus aja em nós, deixamos que Ele nos fale, nos ame, nos transforme.

Não existem regras rígidas para rezar. Cada pessoa decide o que é apropriado para si (quando, onde e como). O mais importante para desenvolver essa profunda união com Deus parece ser a perseverança e a regularidade.

Oração Conjugal

“Eu neles e tu em mim, para que sejam perfeitos na unidade.” (Jo 17, 23)

Cristo está presente de uma maneira muito especial quando os esposos rezam juntos. Não somente renovam o seu “sim” a Deus, mas atingem essa unidade profunda que só se consegue através da união dos corações e dos espíritos no sacramento do Matrimónio.

A oração conjugal torna-se a expressão comum de duas orações individuais e deve nascer naturalmente de uma vida Partilhada. Se cada um dos esposos tem o seu estilo de oração, é importante que tentem desenvolver uma maneira comum de rezar, para descobrir e viver uma nova dimensão da sua vida conjugal. A sua oração em comum será mais fácil, mais autêntica e profunda quando a escuta da Palavra de Deus e a oração silenciosa forem uma prática regular nas suas vidas.

O Magnificat, a oração de todas as Equipas de Nossa Senhora, pode fazer parte dessa prece quotidiana.

Quando o casal tem filhos, é importante que um tempo seja reservado para a oração em família. O casal é, para os filhos, o primeiro lugar de aprendizagem. Cabe aos pais transmitir-lhes a fé e agir de tal maneira que a sua casa seja um lugar onde eles se sintam bem a rezar, por exemplo um momento de oração antes da refeição.

Escuta da Palavra de Deus

“A Palavra de Deus é viva e eficaz.” (Hb 4, 12)

Deus fala pelas Escrituras, pela Criação, pelas suas intervenções na história humana, pelos outros, pelos Profetas e sobretudo pelo Seu filho, Jesus.

A escuta regular da Palavra de Deus permite não somente conhecer a Deus mas enraizarmo-nos melhor no Evangelho fazendo com que cada membro do casal entre em contacto directo com a pessoa de Cristo. E esse contacto é o pilar de toda a vida espiritual.

A palavra criadora de Deus é sempre fonte indispensável de motivação e de energia para o nosso crescimento pessoal, para o nosso crescimento como casal e para a construção de um mundo melhor.

Por isso as ENS convidam cada um a ouvir, diariamente, a Palavra de Deus, reservando um tempo para ler uma passagem da Bíblia, em particular dos Evangelhos, e reflectir sobre ela em silêncio para melhor compreendermos o que Deus nos diz.

Oração Pessoal – Meditação

“Sede perseverantes e vigilantes na oração, acompanhada de acções de graças.” (Col 4, 2)

Somos chamados a dar o nosso tempo ao Senhor, para uma conversa pessoal com Ele e viver a sua presença.

Um tempo quotidiano de oração desenvolve em nós a capacidade de escuta e de diálogo com Deus que permite que tomemos consciência do que somos, é um tempo de descoberta e de acolhimento do projecto concreto que Deus tem para nós como pessoa e como casal.

Todos esses encontros nos preparam para viver a vida num clima de **comunhão** no Igreja e no mundo. Acreditamos, porém, que esta é uma tarefa de cada equipista, de cada casal, de cada Equipa, com a ajuda constante do Conselheiro Espiritual.

Os PCE não são obrigações inventadas arbitrariamente e que se acrescentam às muitas outras que a vida nos impõe. São, pelo contrário, um profundo caminho de conversão cristã que passa por Atitudes de Vida que podem realmente transformar a nossa vida.

Os PCE são instrumentos para despertar estas Atitudes de Vida e podemos verificar como cada um favorece a descoberta da Vontade de Deus, a busca da Verdade e o Encontro e Comunhão.

3. A Mística da Partilha

O que não é a Partilha:

A Partilha tornou-se, em geral, um dos pontos mais fracos da reunião de equipa por ser apenas uma caricatura do que poderia e deveria ser.

Há equipas que vivem os Pontos Concretos de Esforço como obrigações a cumprir de acordo com uma regra, mas não percebendo bem o sentido profundo da mesma.

Outras equipas nesta parte da reunião limitam-se a um simples formalismo de «sim» ou «não», enumerando-os rapidamente, sem descobrir a riqueza da sua integração na vida do casal, nem a grande ajuda que poderiam dar à equipa se cada um “pusse em jogo” o mais profundo de si próprio.

Frequentemente, quando o aspecto negativo da Partilha predomina, cria-se um certo mal-estar, um sentido de culpa generalizado que leva, talvez inconscientemente, a minimizar a Partilha como algo que não serve para nada e onde enalhamos com frequência. A situação agrava-se se o RE ou alguns dos seus membros emitem julgamentos duros ou irónicos sobre o que está sendo Partilhado levando os mais fracos ou mais responsáveis a uma inibição.

O que é a Partilha:

A Partilha resulta da fidelidade ao que somos. As Equipas de Nossa Senhora estão agrupadas em pequenas comunidades, onde cada um conservando a sua identidade própria, forma um Movimento que tem a sua fisionomia e que nos oferece meios que aceitamos livremente.

4. Os Pontos Concretos de Esforço

Seguir numa direcção de crescimento espiritual e humano pressupõe iniciar um itinerário lógico e usar os meios que nos ajudem a manter fielmente essa direcção. As ENS deram o nome de PCE a esses meios que correspondem a atitudes interiores que precisam ser despertadas e assimiladas para que conduzam a uma nova forma de viver, meios que imprimem uma disciplina que ajuda os casais a pôr o Evangelho em prática na sua vida quotidiana.

A decisão de “viver” os PCE é uma adesão de coração e concretiza-se com um esforço de vontade: o esforço aplicado a cada ponto concreto que ajuda os casais a acolher o Espírito Santo que age neles, que os vai transformando pouco a pouco fazendo-os crescer ao desenvolver uma espiritualidade conjugal que os aproxima mais de Deus, um do outro e dos outros.

Em plena liberdade, assumimos fazer esforços sobre seis pontos concretos que são um convite a:

- Escutar assiduamente a **Palavra de Deus**;
- Encontrar-se todos os dias com o Senhor numa **Oração Pessoal** – meditação;
- Encontrar-se diariamente, marido e mulher, numa **Oração Conjugal** e se, possível, **familiar**;
- Dedicar, cada mês, um tempo para um verdadeiro diálogo conjugal sob o olhar do Senhor – **Dever de se Sentar**;
- Fixar cada um para si mesmo uma **Regra de Vida** e revê-la todos os meses;
- Fazer todos os anos um **Retiro** vivido, se possível, em casal.

Quadro Resumo

Mística dos Pontos Concretos de Esforço	Atitudes de Vida	Para transformar a vida
		Para Facilitar o verdadeiro Encontro com o Senhor e com o outro
	Coerência Interior	Cultivar a procura da Vontade e Amor de Deus
		Desenvolver a capacidade para a Verdade
		Aumentar a capacidade de viver o Encontro e a Comunhão

Em comunidade

Mística da Partilha	Acompanhar Rever Estimular	A prática dos PCE
		A procura da Vontade e Amor de Deus
	Aprofundar	A procura da Verdade
		A vivência o Encontro e da Comunhão

Temos necessidade de Partilhar, para criar e construir comunidade. A comunidade não existe só pelo facto de um grupo de pessoas se reunirem. A comunidade cria-se quando partilhamos a vida, quando realizamos juntos uma procura, quando nos ajudamos, quando colocamos em comum o dom de Deus que recebemos.

A Partilha é o lugar e o momento em que cada um assume o outro no sentido mais completo e mais profundo: Partilhar o nosso projecto cristão, realizando assim, um sinal real, como um Sacramento, pelo qual cada um, faz parte do outro, em Cristo. Um sinal de que a equipa quer ser uma comunidade viva, uma comunidade santa, onde cada casal tem a sua parte de responsabilidade nessa santificação, responsabilidade da qual não se pode fugir sem prejudicar o conjunto.

A Partilha tem dois momentos:

Em comunidade a equipa acompanha, revê, estimula a prática dos Pontos Concretos de Esforço.

Em comunidade a equipa aprofunda assiduamente a vivência das três Atitudes de Vida:

A Partilha é um esforço conjunto de ajuda mútua espiritual, é um caminho de conversão comunitária.

A procura da vontade de Deus

O hábito de procurar a vontade de Deus que formos desenvolvendo ao pôr em prática os Pontos Concretos de Esforço, durante o mês, completa-se na Partilha com a procura, o intercâmbio, o discernimento e a exigência fraterna de toda a equipa. Essa ajuda e essa exigência só podem nascer de uma **atitude de amor.**

Tal hábito refere-se a pessoas concretas com os seus dons e as suas limitações e procura ser infinitamente respeitoso para com a vocação de cada um. Esta exigência e este amor levam-nos a não julgar os pontos fracos dos outros, a não dizer o irreparável, a encorajar os inseguros. Mas, leva-nos também, a não deixar que as situações se deteriore, a responder com a verdade, a ajudar os outros a ver mais claro. O que não se deve fazer é calar. Julgamos que os problemas dos outros vão morrer com eles e resignamos-nos, o que significa perder a Esperança. Ora um cristão não se pode deixar levar por essa atitude, nem uma Equipa. Deus já ama em nós o que poderemos vir a ser, se Lhe dissermos SIM.

A procura da verdade

Amar exige conhecer. Formamos equipa para nos ajudarmos mutuamente. Como ajudar sem conhecer? A Partilha obriga aqueles que se reúnem em nome de Cristo a revelar a verdade, simplesmente, sem se protegerem atrás de mecanismos de defesa ou contentando-se com uma comunicação superficial que, mais ou menos, pode esconder a verdade.

É preciso reconhecer diante da equipa os passos em falso, as inconstâncias, as deficiências, as cobardias. Não se trata de uma confissão. Mas é preciso comentar os nossos fracassos em relação às Atitudes de Vida que nos propusemos assimilar. Isso é doloroso e é difícil, exige muita coragem e muita humildade.

Dizemos que só gostamos, que só amamos o que é bom. Mas com Deus acontece o insólito: Ele torna bom aquele a quem ama. Devemos experimentar fazer o mesmo. Conhecermo-nos cada vez melhor, aceitarmos com simplicidade e bom humor, darmos-nos a conhecer e

compreendermos os outros. A verdade não é uma admiração recíproca, nem uma desculpa automática.

Viver o Encontro e Comunhão

O clima da Partilha não deve dar lugar a brincadeiras, ironias, nem a culpar ou a condenar, e, muito menos, a acolher com indiferença aquele que fala. O primeiro encontro que fazemos na Partilha é com o amor de Deus, que é diferente do nosso amor. Nós amamos sob certas condições, mas Deus amamos incondicionalmente. É um amor assim que devemos ir cultivando na nossa equipa.

Viver a Comunhão na Partilha é sair de si mesmo, é escutar com a mente e com o coração, é compreender e respeitar o outro, é ir ao seu encontro, é responder na verdade e permutar no amor.

Viver o Encontro na Partilha é cuidar que haja entre os membros da equipa um **equilíbrio entre a aceitação e a exigência**. Só podemos ser radicais connosco próprios. Mas devemos convidar uns e outros a ir mais longe, sugerindo, estimulando-os, amando-os. A natureza não dá saltos; o nosso crescimento físico não dá saltos. É lento, tem primaveras, verões, podas, florescimentos, chuvas, doenças... as sementes que necessitam água e calor e, de repente, germinam quando menos esperamos.

Viver o encontro e a comunhão é viver no amor e em amor.