



DOC 2 abril 2025

Peregrinação dos dias a nível pessoal

Cuidar o SER/ COMUNICAR/FAZER – para viver na esperança

- Ancorar a esperança

no Mistério Pascal, na passagem da morte/mal para a vida/amor

(acolher e viver o mistério pascal)

-----Proposta -- Peregrinação dos dias a nível pessoal

1... GoTrainingHeart a «Arca da esperança»

Colocar as citações, relativas à âncora deste mês, na arca familiar para ancorar a esperança no Mistério Pascal, na passagem da morte/mal para a vida/amor.

.....

-----Proposta -- Peregrinação dos dias a nível pessoal

1... GoTrainingHeart a «Arca da esperança» -alimentar-se da Palavra

Sugere-se que, diariamente, pela manhã, se retire da «arca» uma citação, se leia, se recorde várias vezes, ao longo do dia, **para ancorar a vida no Mistério Pascal, na passagem da morte/mal para a vida/amor.**

Material: «Arca da esperança»

2 GoTrainingLife

Para ancorar a esperança no Mistério Pascal, na passagem da morte/mal para a vida/amor, convida-se revisitar o coração da fé cristã. O amor da Trindade manifesta-se no mistério da morte e ressurreição de Jesus que se entrega para permitir ao ser humano acolher o seu amor que salva e introduz na comunhão do criador. Pelo Batismo cada um de nós foi sepultado com Cristo na morte para renascer, por Ele e com Ele, para a vida nova da graça. Viver assim como filhos de Deus significa mergulhar no dinamismo pascal. Significa acolher a mão que se estende e nos levantar do pecado, do medo, do desespero, do mal que divide e aniquila para nos mergulhar na luz da reconciliação e do ágape, para nos introduzir na comunhão com Deus e com os irmãos. Viver o mistério pascal é seguir Jesus como caminho verdade e Vida, é dizer SIM ao Deus que vem ao nosso encontro e “deixar-se ir naquele abismo de misericórdia onde não existem palavras: somente o abraço do amor”¹.

Ancorar a vida na esperança é ver a vida além da morte, é poder dizer: «O Senhor é meu pastor, nada me falta [...] Mesmo que atravessasse vales sombrios, nenhum mal temerei, porque estais comigo» (Sal 23[22], 1.4). É ter a «certeza de que existe Aquele que, mesmo na morte, me acompanha e com o seu “bastão e o seu cajado me conforta”, de modo que «não devo temer nenhum mal» (cf. Sal 23[22],4): esta era a nova «esperança» que surgia na vida dos crentes.²». Esta é a certeza que permite ver e viver além das nuvens e da dor e, sobretudo, da morte o encontro com o abraço de Deus. A morte não é o fim...

¹ Papa Francisco, Missa de 24/10/2017

² Papa Bento XVI, SPE SALVI, nº 6

Ancorar a esperança no Mistério Pascal ajuda a redescobrir não só o batismo como o sentido da eucaristia e a suscitar o desejo de a celebrar, em comunidade. Nela, acolhemos Jesus que «fazendo-se pão partido para nós, derrama sobre nós toda a sua misericórdia e todo o seu amor, a ponto de renovar o nosso coração, a nossa existência e o nosso próprio modo de nos relacionarmos com Ele e com os irmãos.³»

É interessante dar-se conta que «só se pode perceber a missa com o coração, isto é, quando se começa a ficar afeiçoado a ela. A par do «como», há o «porquê» da missa. A resposta aqui é ao mesmo tempo simples e difícil: a missa existe porque Deus nos ama e, por conseguinte, quer habitar entre nós, encontrar-nos em seu Filho crucificado, morto e ressuscitado. A Eucaristia é o mistério do amor de Deus por nós, o mistério da sua Aliança última e definitiva connosco. Graças à missa, Deus e os homens nunca mais poderão separar-se.⁴»

GoTraining: para ancorar a esperança no Mistério Pascal

Convida-se a:

nas situações do dia a dia, meter a mão ao bolso, passar algumas contas do terço repetindo expressões de gratidão ou de súplica. Gesto que ajuda a agarrar a mão do Ressuscitado que levanta da morte e conduz à vida nova. Gesto que treina o coração para acolher o Espírito, o amor, aquele que introduz no coração do Pai onde se geram os frutos de comunhão e alegria, onde se ancora a esperança. Sugestão de expressões:

- Jesus obrigado porque que me salvas, de... neste momento;
- Jesus, és a minha força...
- Jesus, perdoa-me por... Jesus tem piedade de mim...
- Abba, nesta situação de dor e conflito, conduz-me...
- Jesus pelo teu mistério pascal salva-me desta situação...
- Jesus ajuda-me a compreender que para além de todas as dificuldades da vida, no fim aguarda-me a eternidade, o abraço do meu Abba... Ajuda a que esta esperança dê um outro sabor à vida...
-

Convida-se a:

- redescobrir a eucaristia em que Jesus renova, hoje, a sua entrega e salva cada um do mal, do pecado...
- suplicar, cada dia, o desejo de amar, celebrar e viver a eucaristia e eucaristizar a vida...
- ...
- suplicar a esperança que a morte não tem a última palavra e que há um céu em Deus...

Material: “terço”

³ PAPA FRANCISCO, *Praça de São Pedro*, 12/02/2014

⁴ Godfried Danneels, *Arcebispo de Malines-Bruxelas*, *Páscoa* 1993