



DOC 5 NOVEMBRO 2025

Peregrinação dos dias para cuidar a família

(quem habitar no lar)

Ancorar a esperança

na vida eterna e no abraço do Abba/Pai

-----Proposta – Peregrinação dos dias a nível familiar

1 - GoTrainingHeart - alimentar-se da Palavra

Go train: “ritual da esperança”

Para ancorar a esperança na vida eterna e no abraço do Abba, sugere-se que dê continuidade ao seu “ritual da esperança” retirando, da arca, e lendo/meditando, diariamente, pela manhã, uma citação.

(ver as citações acima e os materiais que se encontra no site: www.catequesedoporto.com, no mês de novembro)

Ao longo do dia, convida-se a dar-lhe voltas como quem dá volta ao caroço de cereja para que a Palavra trabalhe o coração e alimente a esperança.

Material: «Arca da esperança»

2 - GoTrainingLove

À semelhança dos frascos anteriores, a família é convidada a continuar a sua coleção, com o frasco cujo rotulo será “**a vida eterna e o abraço do Abba/Pai**”.

Recorda-se que o frasco é o regaço familiar em que se coloca a vida de cada membro da família, ao longo do mês. A caminhada pessoal de crescimento, os atos de amor aos outros... Trata-se de recriar a família e o ser de cada um, acolhendo a força transformadora do Espírito e “treinando a vida” em Deus.

Como fazer:

1. Ler em família o texto do “GoTrainingLife, da peregrinação pessoal” e refletir sobre ele. O tema da morte é um assunto importante para as nossas crianças e adolescentes. Não podemos ter medo de dialogar. É importante responder às suas perguntas;
2. Seguidamente, convida-se a pôr em prática o que é proposto a nível individual (Peregrinação dos dias a nível pessoal) e a escrever em pequenos papeis as experiências vividas.

No final do mês (para a família e para a catequese), faça o “**ritual do aconchego**”, em que se leem as mensagens, se partilha a experiência vivida, se recordam as transformações, e as dificuldades. Para concluir, coloca-se no frasco todas as mensagens.

Material: no fim do mês colocar o “**Frasco -a vida eterna e o abraço do Abba/Pai-**” junto dos outros frascos.

3 - GoTrainingPrayer

GoTraining: Ritual do ENCONTRO

Se possível, diariamente, sugere-se que se lance, em família, o cubo “a vida eterna e o abraço do Abba/Pai” e a partir dele se viva um tempo de oração.

Material: Cubo “acolher a vida divina” – O cubo encontra-se no site: www.catequesedoporto.com (mês de novembro)

4 -GoTrainingMemory

GoTraining: “ritual do aconchego”

No fim do mês, se possível, após o “**Ritual de filhos amados**” (oração), em família, sugere-se que se dedica um tempo a cuidar da família. Para isso propõe-se que se partilhe a experiência vivida ao longo do mês, e escreva algo que marcou a peregrinação familiar, deste mês. Propomos perguntas para alimentar o diálogo:

- Ao longo do mês experimentamos o que significa ancorar a esperança na eternidade e acolher o abraço do Abba? Que experiências fizemos?
- Como nos sentimos ao refletir sobre a morte? Foi importante para nós? Porquê?
- Em que é que mudou a nossa forma de ver a vida, ao refletir sobre o facto de que, pela esperança, já começamos a viver hoje a eternidade, o paraíso?
- Que mudou na forma de ser e viver saber que a salvação realiza-se, quotidianamente, no abraço de Deus e na vivência do amor aos outros, ao jeito de Jesus?
- Houve alguns medos que já conseguimos ultrapassar, graças à fé e à esperança na vida eterna?
- Algo mudou na forma como vivemos em famílias e como nos amamos?
- Como correu a oração pessoal e em família? Experimentamos que a oração é o grande momento de encontro com o Pai e que nela a família encontra a sua força e inspiração e descobre quais são as melhores decisões a tomar?

Material: Passaporte familiar