



www.mromeirossm.com

MEDITAÇÕES



www.mromeirossm.com

MEDITAÇÕES

ORAR PELOS VIVOS E DEFUNTOS

O nosso dia-a-dia é cheio de coisas que nos ocupam o tempo e a mente. Nem sempre a oração faz parte do nosso cotidiano. Quando o faz quase sempre é para pedirmos coisas para nós. E os outros? Tantas vezes não sabemos como ajudar o nosso irmão ou não temos meios e possibilidade para o fazer. A oração é, tantas vezes, a principal ajuda que podemos fazer. Devemos rezar pelos que já partiram para Deus os tenha na Sua plenitude, mas peçamos também pelos nossos irmãos que ainda vivem conosco para que também eles tenham o auxílio de Deus e Dele recebam as Suas Graças.

- Como é que os outros, vivos e defuntos, estão integrados nas minhas orações?

- Sou capaz de rezar pelos outros, mesmo pelos que me fazem mal?

- Tenho consciência de que, pela oração, estou a viver a Comunhão dos Santos que proclamo no Credo?

AS OBRAS DE MISERICORDIA

«É meu vivo desejo que o povo cristão reflecta, durante o Jubileu, sobre as obras de misericórdia corporal e espiritual. Será uma maneira de acordar a nossa consciência, muitas vezes adormecida perante o drama da pobreza, e de entrar cada vez mais no coração do Evangelho, onde os pobres são os privilegiados da misericórdia divina. A pregação de Jesus apresenta-nos estas obras de misericórdia, para podermos perceber se vivemos ou não como seus discípulos. Redescubramos as obras de misericórdia...»

PAPA FRANCISCO
Misericordiae Vultus, 15

ORAR PELOS VIVOS E DEFUNTOS

O nosso dia-a-dia é cheio de coisas que nos ocupam o tempo e a mente. Nem sempre a oração faz parte do nosso cotidiano. Quando o faz quase sempre é para pedirmos coisas para nós. E os outros? Tantas vezes não sabemos como ajudar o nosso irmão ou não temos meios e possibilidade para o fazer. A oração é, tantas vezes, a principal ajuda que podemos fazer. Devemos rezar pelos que já partiram para Deus os tenha na Sua plenitude, mas peçamos também pelos nossos irmãos que ainda vivem conosco para que também eles tenham o auxílio de Deus e Dele recebam as Suas Graças.

- Como é que os outros, vivos e defuntos, estão integrados nas minhas orações?

- Sou capaz de rezar pelos outros, mesmo pelos que me fazem mal?

- Tenho consciência de que, pela oração, estou a viver a Comunhão dos Santos que proclamo no Credo?

AS OBRAS DE MISERICORDIA

«É meu vivo desejo que o povo cristão reflecta, durante o Jubileu, sobre as obras de misericórdia corporal e espiritual. Será uma maneira de acordar a nossa consciência, muitas vezes adormecida perante o drama da pobreza, e de entrar cada vez mais no coração do Evangelho, onde os pobres são os privilegiados da misericórdia divina. A pregação de Jesus apresenta-nos estas obras de misericórdia, para podermos perceber se vivemos ou não como seus discípulos. Redescubramos as obras de misericórdia...»

PAPA FRANCISCO
Misericordiae Vultus, 15

**SUPORTAR COM PACIÊNCIA
AS FRAQUEZAS DO PRÓXIMO**

Nem sempre o outro é "da minha onda" ou estamos com paciência para aturar os outros. Mas também nem sempre os outros terão paciência para nos aturar... Saber ouvir, saber escutar o outro, saber estar com o outro, independentemente dos nossos apetites e gostos, é sermos como Jesus que com todos convivia e a todos escutava. Mesmo nas suas fraquezas o nosso irmão necessita de nós, da nossa ajuda, do nosso apoio, da nossa companhia.

- O outros é para mim apenas um meio para me auto valorizar e sobressair como o maior do grupo, ou para eu subir na carreira, etc.?

- Ajudo o meu irmão nas suas necessidades, ainda que não me apeteça?

- Como vejo o meu irmão?

**SUPORTAR COM PACIÊNCIA
AS FRAQUEZAS DO PRÓXIMO**

Nem sempre o outro é "da minha onda" ou estamos com paciência para aturar os outros. Mas também nem sempre os outros terão paciência para nos aturar... Saber ouvir, saber escutar o outro, saber estar com o outro, independentemente dos nossos apetites e gostos, é sermos como Jesus que com todos convivia e a todos escutava. Mesmo nas suas fraquezas o nosso irmão necessita de nós, da nossa ajuda, do nosso apoio, da nossa companhia.

- O outros é para mim apenas um meio para me auto valorizar e sobressair como o maior do grupo, ou para eu subir na carreira, etc.?

- Ajudo o meu irmão nas suas necessidades, ainda que não me apeteça?

- Como vejo o meu irmão?

PERDOAR AS INJÚRIAS

Ouvimos muitas vezes falar do perdão e de que é importante perdoar. Perdoar quem nos ofende, quem nos maltrata, é difícil. A nossa tendência é, pelo menos, "pagarmos com a mesma moeda". Jesus veio trazer uma nova dimensão à humanidade: a capacidade de perdoar, a capacidade de amar, não apenas a quem nos ama e a quem de nós gosta, mas a todos, incluindo os nossos inimigos. Assim somos diferentes dos outros. (cf. Mt 5, 43-48)

- Para mim o perdão é algo de vago e abstrato ou concreto capaz de se transformar em acção?

- Sou capaz de perdoar a quem me ofende, ou procuro a vingança e retaliação?

- Como posso realizar em mim o apelo de Jesus: "Sede perfeitos como o vosso Pai celeste é perfeito" (Mt 5, 48)?

PERDOAR AS INJÚRIAS

Ouvimos muitas vezes falar do perdão e de que é importante perdoar. Perdoar quem nos ofende, quem nos maltrata, é difícil. A nossa tendência é, pelo menos, "pagarmos com a mesma moeda". Jesus veio trazer uma nova dimensão à humanidade: a capacidade de perdoar, a capacidade de amar, não apenas a quem nos ama e a quem de nós gosta, mas a todos, incluindo os nossos inimigos. Assim somos diferentes dos outros. (cf. Mt 5, 43-48)

- Para mim o perdão é algo de vago e abstrato ou concreto capaz de se transformar em acção?

- Sou capaz de perdoar a quem me ofende, ou procuro a vingança e retaliação?

- Como posso realizar em mim o apelo de Jesus: "Sede perfeitos como o vosso Pai celeste é perfeito" (Mt 5, 48)?

DAR DE COMER A QUEM TEM FOME

"O Pão Nosso de cada dia nos dai hoje" (Mt 6,11), rezamos assim na Oração do Pai Nosso porque muitos não têm o que comer e todos sentimos fome de Deus. Diariamente irmãos nossos têm fome de Pão. Materialmente falta-lhes o básico e espiritualmente falta-lhes o essencial: «O Pão da Vida» (Jo 6,5.35) que é Jesus que se faz alimento na Eucaristia, banquete perene da nossa Salvação.

- Reparto o meu pão de cada dia com quem necessita? A quem dou de comer?

- Tenho fome de quê?

- Reconheço Jesus como o verdadeiro Alimento capaz de saciar a minha fome de Viver?

DAR DE COMER A QUEM TEM FOME

"O Pão Nosso de cada dia nos dai hoje" (Mt 6,11), rezamos assim na Oração do Pai Nosso porque muitos não têm o que comer e todos sentimos fome de Deus. Diariamente irmãos nossos têm fome de Pão. Materialmente falta-lhes o básico e espiritualmente falta-lhes o essencial: «O Pão da Vida» (Jo 6,5.35) que é Jesus que se faz alimento na Eucaristia, banquete perene da nossa Salvação.

- Reparto o meu pão de cada dia com quem necessita? A quem dou de comer?

- Tenho fome de quê?

- Reconheço Jesus como o verdadeiro Alimento capaz de saciar a minha fome de Viver?

DAR DE BEBER A QUEM TEM SEDE

Disse Jesus: “Tenho sede” (Jo 19,28). Do alto da Cruz, Ele sentiu a angustiada sede dos injustiçados, uma sede, já antes partilhada com os discípulos perante as dificuldades e tribulações da missão que O levou a afirmar: aquele que der um copo de água aos discípulos, será por Ele recompensado (Mc 9,41). Por outro lado, o Papa Francisco alerta-nos para a crescente escassez de recursos naturais, como a água, um direito essencial para a sobrevivência da humanidade.

- Procuo saciar a sede aos injustiçados?

- Reconheço que os gestos simples, como dar um copo de água a quem tem sede, é um modo de agradar a Deus?

- Preocupo-me em preservar os bens essenciais da criação para a sobrevivência da humanidade no futuro?

DAR DE BEBER A QUEM TEM SEDE

Disse Jesus: “Tenho sede” (Jo 19,28). Do alto da Cruz, Ele sentiu a angustiada sede dos injustiçados, uma sede, já antes partilhada com os discípulos perante as dificuldades e tribulações da missão que O levou a afirmar: aquele que der um copo de água aos discípulos, será por Ele recompensado (Mc 9,41). Por outro lado, o Papa Francisco alerta-nos para a crescente escassez de recursos naturais, como a água, um direito essencial para a sobrevivência da humanidade.

- Procuo saciar a sede aos injustiçados?

- Reconheço que os gestos simples, como dar um copo de água a quem tem sede, é um modo de agradar a Deus?

- Preocupo-me em preservar os bens essenciais da criação para a sobrevivência da humanidade no futuro?

CONSOLAR OS TRISTES

O cristão é, por natureza, uma pessoa alegre, deve transmitir aos outros a alegria de viver e alegria de ter um Deus que o ama. Não quer dizer que não haja momentos difíceis e de dor. Ser misericordiosos como o Pai é sermos capazes de viver essa alegria em todos os momentos. Ser misericordiosos como o Pai é sermos capazes de transmitir essa alegria, especialmente àqueles que vivem tristes ou que estão numa situação de dor.

- Sou uma pessoa alegre e feliz?

- Nos momentos difíceis da minha vida entrego-me ao desânimo ou procuro ultrapassar a dificuldade e sentir o amor paternal de Deus?

- Tenho coragem de ajudar o meu irmão que está triste, nem que seja com um sorriso ou um abraço?

CONSOLAR OS TRISTES

O cristão é, por natureza, uma pessoa alegre, deve transmitir aos outros a alegria de viver e alegria de ter um Deus que o ama. Não quer dizer que não haja momentos difíceis e de dor. Ser misericordiosos como o Pai é sermos capazes de viver essa alegria em todos os momentos. Ser misericordiosos como o Pai é sermos capazes de transmitir essa alegria, especialmente àqueles que vivem tristes ou que estão numa situação de dor.

- Sou uma pessoa alegre e feliz?

- Nos momentos difíceis da minha vida entrego-me ao desânimo ou procuro ultrapassar a dificuldade e sentir o amor paternal de Deus?

- Tenho coragem de ajudar o meu irmão que está triste, nem que seja com um sorriso ou um abraço?

CORRIGIR O QUE ERRA

A caridade, o amor, leva-nos a reconhecer os erros que cometemos e a ver os erros que os outros cometem. Mas leva-nos mais longe, provoca em nós o desejo de ajudar o nosso irmão a sair do erro. Não num sentido de repreensão, mas numa correcção fraterna que leva à mudança de vida, que leva à conversão.

- Acolho com humildade as correcções que o meu irmão me faz, para meu bem?

- Ajudo o meu irmão a sair do erro em que está, ou deixo que ele se "amanhe" no seu erro?

- Quando corrijo tenho em conta o bem do outro, ou apenas o meu orgulho de ser melhor?

CORRIGIR O QUE ERRA

A caridade, o amor, leva-nos a reconhecer os erros que cometemos e a ver os erros que os outros cometem. Mas leva-nos mais longe, provoca em nós o desejo de ajudar o nosso irmão a sair do erro. Não num sentido de repreensão, mas numa correcção fraterna que leva à mudança de vida, que leva à conversão.

- Acolho com humildade as correcções que o meu irmão me faz, para meu bem?

- Ajudo o meu irmão a sair do erro em que está, ou deixo que ele se "amanhe" no seu erro?

- Quando corrijo tenho em conta o bem do outro, ou apenas o meu orgulho de ser melhor?

VESTIR OS NUS

Durante a romaria ter ou não o que vestir de acordo com a necessidade torna-se uma realidade muitas vezes esquecida no nosso dia-a-dia. Nos dias fora da Romaria se calhar preocupa-nos mais o bem vestir, ignorando que muitos vivem nus. Nós que pelo batismo fomos revestidos de Cristo, não podemos senão vestir os que estão desprovidos de roupa ou de dignidade.

- Como me relaciono com os bens materiais?

- Estou atento ao que o meu próximo necessita para viver?

- Procuro revestir os outros com a dignidade de filhos de Deus?

VESTIR OS NUS

Durante a romaria ter ou não o que vestir de acordo com a necessidade torna-se uma realidade muitas vezes esquecida no nosso dia-a-dia. Nos dias fora da Romaria se calhar preocupa-nos mais o bem vestir, ignorando que muitos vivem nus. Nós que pelo batismo fomos revestidos de Cristo, não podemos senão vestir os que estão desprovidos de roupa ou de dignidade.

- Como me relaciono com os bens materiais?

- Estou atento ao que o meu próximo necessita para viver?

- Procuro revestir os outros com a dignidade de filhos de Deus?

DAR POUSADA AOS PEREGRINOS

“Era peregrino e recolhestes-Me” (Mt 25,35). Como é grande o nosso reconhecimento por aqueles irmãos e irmãs que nos recolhem em suas casas, em suas famílias para podermos pernoitar depois de um dia de caminhada. Esta é talvez uma das vivências mais ricas em cada Romaria. Somos acolhidos, tratados com amor, em nome do Cristo que se faz peregrino conosco.

- **Cultivo o dom da Hospitalidade no meu cotidiano?**
- **Como me relaciono com os outros? Com gestos e palavras de Acolhimento?**
- **Sou grato pelo acolhimento que recebo, em nome de Cristo, durante a Romaria?**

DAR POUSADA AOS PEREGRINOS

“Era peregrino e recolhestes-Me” (Mt 25,35). Como é grande o nosso reconhecimento por aqueles irmãos e irmãs que nos recolhem em suas casas, em suas famílias para podermos pernoitar depois de um dia de caminhada. Esta é talvez uma das vivências mais ricas em cada Romaria. Somos acolhidos, tratados com amor, em nome do Cristo que se faz peregrino conosco.

- **Cultivo o dom da Hospitalidade no meu cotidiano?**
- **Como me relaciono com os outros? Com gestos e palavras de Acolhimento?**
- **Sou grato pelo acolhimento que recebo, em nome de Cristo, durante a Romaria?**

ENSINAR OS IGNORANTES

Nem nós sabemos tudo, nem o nosso irmão sabe tudo. Estar disponível a aprender com simplicidade e humildade é uma virtude. Mas é igualmente importante ajudar o meu irmão a descobrir e aprender o que não sabe e que eu lhe posso ensinar. Ensinar os ignorantes, é uma verdadeira partilha, uma verdadeira multiplicação dos pães, que ajuda o meu irmão a crescer.

- **Reconheço, verdadeira simplicidade e humildade, que, independentemente do grau de instrução que tenho, há muita coisa para aprender?**
- **Com os conhecimentos que tenho, ajudo o meu irmão a ter mais conhecimentos?**
- **Tenho curiosidade na minha vida de modo a querer aprender mais e, ao mesmo tempo, tenho o gosto de ensinar o que vou aprendendo?**

ENSINAR OS IGNORANTES

Nem nós sabemos tudo, nem o nosso irmão sabe tudo. Estar disponível a aprender com simplicidade e humildade é uma virtude. Mas é igualmente importante ajudar o meu irmão a descobrir e aprender o que não sabe e que eu lhe posso ensinar. Ensinar os ignorantes, é uma verdadeira partilha, uma verdadeira multiplicação dos pães, que ajuda o meu irmão a crescer.

- **Reconheço, verdadeira simplicidade e humildade, que, independentemente do grau de instrução que tenho, há muita coisa para aprender?**
- **Com os conhecimentos que tenho, ajudo o meu irmão a ter mais conhecimentos?**
- **Tenho curiosidade na minha vida de modo a querer aprender mais e, ao mesmo tempo, tenho o gosto de ensinar o que vou aprendendo?**

DAR BOM CONSELHO

Não sabemos mais que o nosso irmão, não somos mais sábios que os outros. Saber dar bons conselhos não é o mesmo que mandar na vida do nosso irmão mas ajudá-lo a crescer e a descobrir o belo de fazer perguntas e o bom de descobrir as respostas, sabendo que é no nosso coração que encontramos o melhor conselho (cf. Ecl. 37, 13).

- Questiono-me na minha vida ou vivo sem querer saber mais sobre mim?

- Procuo respostas às minhas interrogações?

- Ajudo o meu irmão a encontrar no seu coração o bom conselho de que precisa?

DAR BOM CONSELHO

Não sabemos mais que o nosso irmão, não somos mais sábios que os outros. Saber dar bons conselhos não é o mesmo que mandar na vida do nosso irmão mas ajudá-lo a crescer e a descobrir o belo de fazer perguntas e o bom de descobrir as respostas, sabendo que é no nosso coração que encontramos o melhor conselho (cf. Ecl. 37, 13).

- Questiono-me na minha vida ou vivo sem querer saber mais sobre mim?

- Procuo respostas às minhas interrogações?

- Ajudo o meu irmão a encontrar no seu coração o bom conselho de que precisa?

VISITAR OS ENFERMOS

Jesus Cristo “sendo rico, fez-se pobre” (2Cor 8,9). Quando visitamos um enfermo somos desafiados a encontramo-nos com o próprio Cristo pobre e sofredor. A Doença coloca-nos perante a fragilidade, os limites e finitude da vida e neste confronto redescobrimos o valor, a riqueza de ser saudável. Recebemos muito mais do que damos ao visitar um enfermo, mas o pouco que damos é muito para quem está enfermo.

- Faço por ter tempo para visitar os enfermos?

- Quem está á espera da minha visita? Quem posso visitar?

- Que palavra, que esperança procuro levar aos doentes? A de Cristo?

VISITAR OS ENFERMOS

Jesus Cristo “sendo rico, fez-se pobre” (2Cor 8,9). Quando visitamos um enfermo somos desafiados a encontramo-nos com o próprio Cristo pobre e sofredor. A Doença coloca-nos perante a fragilidade, os limites e finitude da vida e neste confronto redescobrimos o valor, a riqueza de ser saudável. Recebemos muito mais do que damos ao visitar um enfermo, mas o pouco que damos é muito para quem está enfermo.

- Faço por ter tempo para visitar os enfermos?

- Quem está á espera da minha visita? Quem posso visitar?

- Que palavra, que esperança procuro levar aos doentes? A de Cristo?

VISITAR OS PRESOS

“Estava preso e fostes visitar-me” (Mt 25,36). Será porventura das visitas que mais exige de nós, talvez por serem «dos nossos próximos» mais distantes, mas julgados por nós. Eles são merecedores da justiça que não descarta a caridade. Além destes, muitos são os que vivem aprisionados fora das celas, algemados pelos vícios do álcool ou da droga ou então por sentimentos de ódio, de rancor e de vingança.

- Sou verdadeiramente livre?

- Estou preso a algum vício ou a um sentimento negativo?

- Como promovo os direitos humanos, como a Liberdade?

VISITAR OS PRESOS

“Estava preso e fostes visitar-me” (Mt 25,36). Será porventura das visitas que mais exige de nós, talvez por serem «dos nossos próximos» mais distantes, mas julgados por nós. Eles são merecedores da justiça que não descarta a caridade. Além destes, muitos são os que vivem aprisionados fora das celas, algemados pelos vícios do álcool ou da droga ou então por sentimentos de ódio, de rancor e de vingança.

- Sou verdadeiramente livre?

- Estou preso a algum vício ou a um sentimento negativo?

- Como promovo os direitos humanos, como a Liberdade?

ENTERAR OS MORTOS

A Morte coloca-nos perante a dor e a esperança da vida. A dor de quem ama e não se quer separar da vivência quotidiana do ente amado e a Esperança do eterno Amor pelo qual ficamos unidos pela Ressureição de Cristo. No sepulcro vazio de Nosso Senhor Jesus Cristo encontramos motivação para dar uma digna sepultura a quem morre.

- Dou digna sepultura a quem morre?

- Procuro suavizar a dor dos enlutados com a minha presença e oração?

- Professo a fé na vida eterna?

ENTERAR OS MORTOS

A Morte coloca-nos perante a dor e a esperança da vida. A dor de quem ama e não se quer separar da vivência quotidiana do ente amado e a Esperança do eterno Amor pelo qual ficamos unidos pela Ressureição de Cristo. No sepulcro vazio de Nosso Senhor Jesus Cristo encontramos motivação para dar uma digna sepultura a quem morre.

- Dou digna sepultura a quem morre?

- Procuro suavizar a dor dos enlutados com a minha presença e oração?

- Professo a fé na vida eterna?