



Peregrinação dos dias a nível familiar

(quem habitar no lar)

Ancorar a esperança

na presença de Deus e de Jesus na vida quotidiana

1 - GoTrainingHeart -alimentar-se da Palavra

Go train: “ritual da esperança”

Sugere-se que, crie um **“ritual da esperança”** para retirar da arca e ler/meditar, diariamente, pela manhã, uma citação.

Trata-se de utilizar apenas 1 minuto dos 1440 que oferece o dia para **ancorar a esperança na presença de Deus e de Jesus na vida quotidiana.**

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

Material: «Arca da esperança» (material do DOC3)

2- GoTrainingLove

GoTraining: “Ritual dos GESTOS” - “O frasco dos mimos”

A esperança alicerça-se e alimenta-se no amor que se recebe de Deus e se multiplica, repartindo. Um amor afetivo e efetivo que se traduz em gestos concretos.

Treinar a vida da família: convida-se cada membro da família a surpreender os outros colocando nos bolsos, nos sapatos, nas carteiras, no maço de cigarros (em lugares criativos para surpreender) uma mensagem de gratidão, de amor, de espanto, de esperança e de motivação. Um gesto a realizar, se possível, várias vezes por semana.

Cada vez quem alguém descobre uma mensagem, coloca-a no frasco dos mimos que será colocado em lugar de destaque, no lar.

Treinar o amor aos outros: Cada membro da família é convidado a fazer o mesmo gesto junto de pessoas que conheça e estejam a precisar de esperança (colegas de escola ou trabalho...). Recordem a lista do Papa Francisco.

Treinar o cuidado da terra mãe: por uma vida mais ecológica: em família escolher para o mês o gesto/atitude a treinar (*exemplos: não desperdiçar alimentos, poupar a água e luz, partilhar com as vítimas de catástrofes, apanhar lixo, reciclar, participar em programas de proteção do ambiente...*)

No final do mês, sugere-se que a famílias organize o **“ritual do aconchego”** e nele programe a leitura das mensagens contidas no frasco... A releitura da experiência e a escuta dos outros é fundamental para que se cresça em sabedoria. Será um tempo forte para ancorar a vida na esperança, alimentar os laços e crescer em humanidade e em espiritualidade.

Material: frasco

3 - GoTrainingPrayer

Convida-se a FAMÍLIA a experimentar a FONTE do AMOR, AQUELA nascente que alimenta o presente e assegura o futuro, na esperança, dá sentido à vida e abre a porta ao AMOR (ágape) sem LIMITES. Uma FONTE que é abrigo seguro, que é ombro amigo... Essa fonte, é no nosso Deus, o Deus amor, como escreve São João (Cf 1Jo 4, 16).

GoTraining: Ritual do ENCONTRO

Sugere-se que, se crie o “**Ritual do encontro**” num momento escolhido do dia, em família, se lance o “cubo da gratidão” e se reze. Será uma maneira de se reunir junto à FONTE através da oração, do diálogo amoroso com ELE, para nela se aconchegar e receber as suas bênçãos. Para ancorar a esperança na presença de Deus e de Jesus na vida quotidiana.

Realizar, também o “Ritual de filhos amados” para treinar a confiança na providência (sempre que surgir uma preocupação significativa)

Material: “o cubo – da gratidão” (*ver anexo 1*)

Instrumento para facilitar o treino e ancorar a vida na esperança.

4 -GoTrainingMemory

GoTraining: “ritual do aconchego”

Sugere-se que a família crie o “**ritual do aconchego**” para se reunir e escrever, **semanalmente (ou mensalmente)**, no seu passaporte (*caderno ou bloco de notas virtual*) algo sobre a forma como alimentou e cresceu na esperança.

Será uma forma de marcar as etapas do peregrinar pelos dias do Jubileu e acolher a transformação que ele proporcionará a quem se abrir à graça e acolher as bênçãos de Deus. Uma maneira de passar tempo juntos, de crescer no amor e no conhecimento uns dos outros. É URGENTE ensinar a amar, a comunicar e a “empatizar”, a treinar atitudes éticas/cristãs e espirituais às gerações “nativas digitais”.

Trata-se de responder à pergunta e escrever as respostas no “passaporte familiar”:

- Como ancoramos, no dia a dia, a esperança na presença de Deus, de Jesus, de Maria?
- Que efeito teve na vida a atividade: frasco dos mimos? Será que podemos fazer algo que permita continuar a alimentar o amor na família?
- Que mudou na família ao pôr em prática a leitura da citação retirada da “arca da esperança”?
- Que coisas boas trouxe à família a oração do “cubo da gratidão?”
- Que podemos melhorar na forma como vivemos em família?
- Que fizemos para ajudar alguém a reencontrar a esperança? Que podemos continuar a fazer?
- Que fixemos para ouvir o grito da terra e cuidar da natureza? Que podemos continuar a fazer?

Material: “Passaporte familiar”