

TRIÊNIO PASTORAL
2025 - 2028



DIOCESE DE COIMBRA

NO ESPÍRITO DE CRISTO
ESTÁ TODA A NOSSA VIDA

DIOCESE DE COIMBRA

ROTEIRO ESPIRITUAL

12

OUTUBRO 2026

Recomeçamos

Setembro e outubro costumam ser, para muitos de nós, meses de recomeço. Nas famílias, as crianças regressam à escola, à catequese e às rotinas de cada dia. As mochilas e os corações enchem-se de esperanças, objetivos e sonhos.

Podemos estar a iniciar novos desafios na vida pessoal e profissional. Ou podemos voltar a um lugar conhecido, após um merecido tempo de descanso. O espaço poderá ser o mesmo, mas os passos serão sempre novos. Recomeçamos.

Enquanto prefixo latino, re- é um elemento designativo de uma ação repetida, mas indica simultaneamente reforço. Uma marca de intensidade e de intencionalidade. Este olhar novo (e de novo) para a nossa realidade é essencial para dar sentido à ação.

Relançar. Renovar. Refazer. Reabrir.

A cada dia, a cada semana, importa não perder os verbos que acompanham o recomeço. Esse olhar para o que nos rodeia, não como algo ou alguém de que(m) nada se espera, mas impregnado de uma esperança iluminada.

Jesus diz-nos que “a lâmpada do corpo são os olhos; se os teus olhos estiverem sãos, todo o teu corpo estará iluminado” (cf. Mt 6, 22). O olhar ilumina. Mas essa luz não vem apenas de nós. Projetamos luz e iluminamos quando somos porta de acolhimento e de generosidade na relação com os outros. Quando nos permitimos ver tudo e todos sob o olhar de Cristo.

Em nossas casas, nas nossas famílias, nas nossas escolas, direcionamos particularmente a atenção nestes meses para os mais novos, cuja educação é uma responsabilidade partilhada por todos. Santa Paula Frassinetti, fundadora das Irmãs Doroteias, dá-nos exemplo dessa missão. “Educar, para nós, significa deixar-nos possuir pela pedagogia do Evangelho que leva a pessoa a descobrir que é amada por Deus, a acreditar nesse amor e a crescer como pessoa até à plenitude da maturidade em Cristo.” (cf. Const. art.º 26).

No crescimento integral de uma criança, também a repetição (o reforço)

ganha particular importância. Quantas vezes escutámos e respondemos à mesma pergunta? Quantas vezes mostrámos a mesma árvore, explicámos o mesmo conceito ou lemos a mesma história?

No caminho de aprender a ser pessoa, com Deus no centro, sobressaem as dimensões da paciência, da confiança, da integridade e do compromisso. Educar pela via do coração, dando testemunho alegre da fé, proporciona uma nova forma de olhar o mundo.

Recomeçemos. Todos.

ORAÇÃO (PESSOAL)

Aqui estou, meu Deus e meu Senhor.

Olho para Ti. Sinto-me olhado e amado por Ti.

Peço-Te, em cada novo amanhecer, que guies os meus passos.
Faz-me caminhar à luz do teu olhar, ao encontro da tua Palavra.

Nos momentos de escuridão, quando os meus passos vacilarem, conduz-me ternamente de novo para Ti.

Sê a luz que me ilumina e firma o meu andar.

DESAFIO (EM FAMÍLIA)

Se ainda não existe, preparem um cantinho de oração na vossa casa. Não precisa de ser grande, nem de ter muitos elementos. Que seja reflexo da vossa história de família e do amor que vos une, sustentado no amor de Deus.

Aí coloquem uma vela, que vos recorde a missão de aprender, com Jesus, a sermos luzeiros na vida das pessoas ao nosso redor.

Criem um “pote da gratidão”, adequado à dinâmica da família. A cada dia/semana, cada elemento desenha ou escreve num papel o que gostaria de agradecer, partilhando o reconhecimento dos dons de Deus na vida. No final, os papéis são colocados no pote, no cantinho da oração.

Que este espaço e este tempo, vivido em comunhão fraterna, transbordem em gestos concretos capazes de transformar o mundo.

DIOCESE DE COIMBRA

TRIÉNIO PASTORAL
2025 - 2028



NO ESPÍRITO DE CRISTO
ESTÁ TODA A NOSSA VIDA

[DOWNLOAD PDF]

