

Março 25

pausa espiritual

*Deus viu que tudo
era muito bom (Gn 1,31)*

GT ESPIRITUALIDADE

Os Grupos de Trabalho (GTs) se consolidam como um caminho de participação e melhor desenvolvimento das atividades da Pascom Brasil. Cada GT corresponde a um eixo da Pascom e é composto por coordenadores regionais e assessores eclesiais, membros da Coordenação Nacional, e também conta com colaboradores pasconeiros de diversas realidades do Brasil.

O eixo da espiritualidade é o fundamento de toda ação enquanto comunicadores católicos, já que se anuncia o próprio Jesus Cristo, Palavra Eterna do Pai (cf. Jo 1, 14). Ele é fundamental para que os comunicadores não “se tornem vulneráveis diante das dificuldades que se apresentam ao longo do caminho” (DCIB, n.332) e se entendam como participantes do Povo de Deus e não apenas organizadores dos instrumentos de comunicação da Igreja nas suas realidades.



EXPEDIENTE

Comissão Episcopal para Comunicação Social

Presidente: Dom Valdir José de Castro, ssp.

Bispos membros: Dom Amilton Manoel da Silva, cp
e Dom Edilson Soares Nobre

Assessores: Osnilda Lima e Pe. Tiago Síbula

Pastoral da Comunicação ©2025

Coordenadora geral: Janaína Gonçalves

Vice-coordenador geral: Antônio Kayser

Secretário-geral: Alex Ferreira

Produção do Subsídio - GT Espiritualidade

Coordenador: Ruan Carlos Pereira

Membros: Pe. Jerffeson Adelino, Adriano Israel,
Andréia Gripp, Layla Kamila, Alessandra Miranda Pinto,
Edigley Duarte da Costa, Glaucia Patricia Bravin de Sá,
Ingridy Rossely Dioclécio Mendes Ribeiro, Palloma
Suellem da Silva Santos, Pe. Francisco Galvão,
Rosângela da Graça Martinski e Vanusa Linhares.

Projeto Gráfico

Layla Kamila

Diagramação e Edição de Arte

Marcelo Godoy

Dúvidas? Fale conosco!

coordenador@pascombrasil.com.br

secretaria@pascombrasil.com.br

pascombrasil.org.br



pascombrasil_



pascombrasil



PascomBrasil



sumário

- 02** **GT Espiritualidade**
O que é?
- 05** **Pausa Espiritual**
Por que?
- 07** **A Cultura do Encontro**
Motivação Inicial
- 08** **Os Horizontes do Espírito**
- 09** **A vida se faz história**
Recordação da vida
- 10** **Escutar com o ouvido do coração**
- 11** **Uma história que se renova**
Reflexão e Partilha
- 12** **Falar com o coração**
- 13** **Informar é Formar**
- 14** **Gastar as solas dos sapatos**

Por que “Pausa Espiritual”?

Após escutar os anseios e necessidades dos agentes da Pascom para cada eixo, chamou-nos atenção a recorrência de pedidos para que tivéssemos subsídios para viver a espiritualidade. Pensando nisso, o GT Espiritualidade se debruçou para desenvolver um subsídio mensal com roteiros de oração e práticas de espiritualidade a ser utilizado em suas reuniões ordinárias e momentos específicos pelos grupos de Pascom.

Mais do que um conjunto de fórmulas e orações prontas, a proposta é levar o pasconeiro a uma intimidade com a pessoa de Jesus Cristo. Parar um pouco o fazer para viver a beleza do encontro com Cristo e com os irmãos, em oração.

Definida a natureza e o objetivo do subsídio, veio um desafio. Qual o nome? Fizemos uma tempestade de ideias com os membros do Grupo de Trabalho e dos demais. Foram muitas sugestões interessantes e que apontaram para a pausa espiritual.

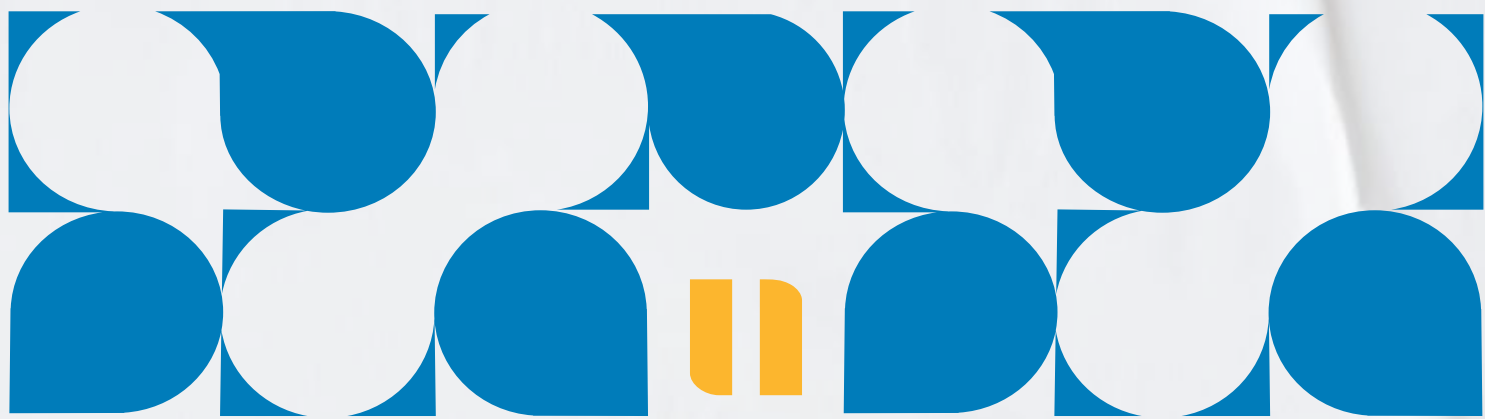
Muitos de nossos agentes e nossas Pascom's, de maneira geral, são muito marcados pelo ativismo. As Diretrizes Gerais da Ação Evangelizadora atuais, inclusive, apontam que é preciso superar a ideia de que o fazer já é uma forma de oração. *“Muitas atividades podem facilmente levar os cristãos a caírem em tentações como ativismo, vaidade, ambição e desejo de poder. Nessa perspectiva, os agentes de pastoral correm o risco de se esquecer da dignidade batismal, como verdadeiros sujeitos eclesiais, reduzindo-se a meros voluntários”* (n. 97).

No dicionário, pausa indica uma breve interrupção, descanso, intervalo. **Nesta pausa é importante escutar o coração, escutar os seus sentidos e buscar neles a presença de Deus.** Como afirma o cardeal Tolentino, *“podemos reencontrar Deus, em um encontro com nossos próprios sentidos”*. Pausar porque é o tempo suficiente para se abastecer e continuar o caminho. É bom estar no monte, assim como queriam os discípulos no Tabor, mas o desafio é pausar, fazer a experiência e seguir o caminho com o coração cheio de Deus para a vivência pastoral.

“Em meio a tanta interatividade, conexões e entretenimento, você ainda encontra tempo para o cultivo espiritual? Ou será que a pressa e as muitas preocupações diárias têm lhe roubado o sabor da pausa e da escuta? Para estar inteiro em Deus é urgente aprender a estar inteiro em si mesmo; e isto exige a disciplina do silêncio e da pausa”.

Desejamos que cada agente e cada Pastoral da Comunicação em sua comunidade, paróquia, diocese e regional possa usufruir desta pausa como um momento de verdadeiro encontro, de partilha e de fé.

No dia 24 de cada mês será disponibilizado o pausa espiritual para o mês seguinte. A data escolhida é uma referência ao dia de São Francisco de Sales, padroeiro dos jornalistas, celebrado em 24 de janeiro, a quem o Papa Francisco dedicou longa reflexão na mensagem para o Dia Mundial das Comunicações Sociais deste ano.



*Deus viu que tudo
era muito bom* (Gn1,31)



A CULTURA DO ENCONTRO

MOTIVAÇÃO INICIAL

É com grande alegria e esperança que damos início a esta Pausa Espiritual, onde, imersos no espírito da Quaresma, nos preparamos para viver com intensidade a mensagem da Campanha da Fraternidade 2025. Hoje, reunimo-nos para refletir, aprender e renovar nosso compromisso de converter nossas vidas, de cuidar da nossa casa comum e de sermos mensageiros da verdade e da justiça.

A Quaresma nos chama à conversão, a um olhar sincero sobre nossas atitudes e a uma busca constante pela renovação espiritual. É tempo de introspecção, de oração e de mudança. Ao mesmo tempo, a Campanha da Fraternidade 2025 nos desafia a assumir o compromisso com uma ecologia integral, inspirados pelo lema “Deus viu que tudo era muito bom” (Gn 1,31). Essa campanha nos lembra que a preservação da criação e o cuidado com os mais vulneráveis caminham juntos na missão cristã de promover a fraternidade e a justiça.

Neste encontro, queremos integrar esses dois caminhos: a jornada pessoal de conversão que a Quaresma nos convida a trilhar e o compromisso coletivo de construir um mundo mais solidário, onde a verdade e o cuidado com a Terra sejam vividos em nossas ações diárias. Inspirados pelos ensinamentos do Evangelho e pelo exemplo do Papa Francisco, que nos convida a olhar para a criação com reverência e responsabilidade, somos chamados a ser agentes de transformação em nossas comunidades.



OS HORIZONTES DO ESPÍRITO

Estamos reunidos **em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. Amém!**

Iniciando nosso encontro, invoquemos o Espírito Santo, cantando:

***Vem, Espírito Santo, vem.
Vem iluminar***

Nossos caminhos, *vem, iluminar!*
Nossas ideias, *vem, iluminar!*
Nossas angústias, *vem, iluminar!*
As incertezas, *vem, iluminar!*
Toda a Igreja, *vem, iluminar!*
A nossa vida, *vem, iluminar!*
Nossas famílias, *vem, iluminar!*
Toda a terra, *vem, iluminar!*

Composição: Frei Wilson Sperandio



A VIDA SE FAZ HISTÓRIA

RECORDAÇÃO DA VIDA

Neste momento, podemos recordar de forma espontânea, apresentando ao Senhor como intenção, as nossas incertezas em meio às experiências do mundo, que tiram o nosso olhar do Cristo e nos impede de enxergar a beleza da criação.



ESCUTAR COM O OUVIDO DO CORAÇÃO

PALAVRA DE DEUS

Para nos encontrarmos com o propósito de conversão que a Quaresma nos convida a trilhar e o compromisso coletivo de construir um mundo mais solidário que traz a CF 2025, precisamos nos deixar ser transformados pela ação do Espírito Santo.

Abramos nosso coração para acolher a Palavra que nos guia cantando o refrão:

*Refrão: É uma Luz, Tua Palavra! É uma luz pra mim, Senhor!
Brilha essa Luz, Tua Palavra! Brilha essa Luz em mim, Senhor!*

Jó 12, 7-10



UMA HISTÓRIA QUE SE RENOVA

REFLEXÃO

O Evangelho proclamado na Quarta-feira de Cinzas (Mt 6,1-6.16-18), marca o início da Quaresma com um forte chamado à vivência da fé de forma autêntica e discreta. Jesus nos adverte contra a prática da justiça para ser vista pelos outros, destacando que a esmola, a oração e o jejum devem ser realizados em segredo, para que apenas Deus, que vê no escondido, nos recompense.

Essa mensagem é fundamental para nossa caminhada espiritual, pois nos convida a uma conversão sincera do coração, sem buscar reconhecimento humano. A esmola nos impulsiona à caridade, a oração fortalece nossa relação com Deus e o jejum nos convida a solidarizar-nos com os que sofrem e a purificar nossos corações.

A Igreja no Brasil, propõe a Campanha da Fraternidade como um modo de vivenciar a espiritualidade desse tempo forte para nós. Somos convidados a seguir este percurso, nos aproximando de Deus e do próximo, adotando práticas que promovam a fraternidade, justiça e, neste ano, práticas que nos ajudam a cuidar da nossa casa comum.

PARTILHA

Façamos um instante de silêncio, permitindo que a Palavra proclamada ressoe em nossos corações.



FALAR COM O CORAÇÃO

Após escutar e meditar a Palavra, elevemos a Deus nossas preces, suplicando:

1- Senhor Criador, concedei-nos a graça de uma conversão integral nesta Quaresma. Que possamos, por meio dos dons da comunicação, promover o cuidado com a Casa Comum e anunciar a beleza da vossa criação. Inspirai-nos a utilizar os meios de comunicação para educar, sensibilizar e mobilizar nossas comunidades em prol da ecologia integral, ouvindo o clamor dos pobres e da Terra, Nós vos pedimos...

2- Deus de bondade, que nos destes a capacidade de comunicar, iluminai-nos para que utilizemos os meios de comunicação com sabedoria e responsabilidade. Que nossas palavras e ações, especialmente durante este tempo quaresmal, reflitam o compromisso com a justiça socioambiental e a fraternidade universal. Ajudai-nos a ser instrumentos de vossa paz, promovendo a harmonia entre todos os seres e o respeito pela criação. Nós vos pedimos...

3- Pai misericordioso, que enviastes vosso Filho ao mundo para comunicar vosso amor, fortalecei-nos na missão de evangelizar. Que, inspirados pela Campanha da Fraternidade 2025, sejamos agentes de transformação, promovendo a ecologia integral e a fraternidade. Unificai nossos esforços para que, juntos, possamos construir uma sociedade mais justa, solidária e sustentável, onde todos reconheçam a beleza da vossa criação. Nós vos pedimos...

(preces espontâneas)

Para concluirmos este momento, rezemos juntos a oração que o próprio Cristo nos ensinou:

Pai Nosso, que estais nos céus...



INFORMAR É FORMAR

Para que possamos compreender a importância da fraternidade e da efetividade das campanhas da fraternidade no decorrer dos anos e caminhar junto a igreja nesse período quaresmal, segue como sugestão de estudo da série “Memória - CF anos, que resgata documentos sobre a Campanha da Fraternidade.



GASTAR AS SOLAS DOS SAPATOS

PARAR PARA REPARAR

Como gesto concreto, que possamos participar ativamente das Vias sacras nas nossas comunidades e incentivar a participação do outro, levando sempre mais um ao encontro do Cristo. Além disso, que possamos como comunicadores:

Partilhar a palavra com os irmãos, sendo fonte de esperança em nossos grupos locais e nas equipes de comunicação;

Realizar um gesto concreto de caridade pelos irmãos que sofrem em condições sociais com doação de comida, roupas, e de tempo em visitas aos enfermos e presidiários.

Produzir vídeos com meditação junto aos padres para aqueles que são impossibilitados de ida as Vias Sacras.

Oração Final

Agradecidos a Deus por este momento de partilha de sua Palavra, rezemos a Oração da Campanha da Fraternidade 2025, para que nós possamos, guiados pelo Espírito Santo, contemplar o projeto do Reino de Deus.

Ó Deus, nosso Pai, ao contemplar o trabalho de tuas mãos, viste que tudo era muito bom! O nosso pecado, porém, feriu a beleza de tua obra, e hoje experimentamos suas consequências.

Por Jesus, teu Filho e nosso irmão, humildemente te pedimos: dá-nos, nesta Quaresma, a graça do sincero arrependimento e da conversão de nossas atitudes.

Que o teu Espírito Santo reacenda em nós a consciência da missão que de ti recebemos: cultivar e guardar a Criação, no cuidado e no respeito à vida.

Faz de nós, ó Deus, promotores da solidariedade e da justiça. Enquanto peregrinos, habitamos e construímos nossa Casa Comum, na esperança de um dia sermos acolhidos na Casa que preparaste para nós no Céu.

Amém!



pascombrasil.org.br

