Agosto 25

pausa espiritual

Companheiro de vocação

Pascom BRASIL

CNBB
CONFERÊNCIA NACIONAL DOS BISPOS DO BRASIL
Comissão Episcopal para a Comunicação Social

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 eclesiásticos, 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 par ticipantes 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

Esta obra pode ser copiada e redistribuída em qualquer suporte ou formato, respeitados os termos da licença CC BY-NC-ND 4.0
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.pt_BR

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**

12 **Uma história que se renova**
Reflexão e Partilha

13 **Falar com o coração**

14 **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.

Companheiro de vocação

Estrada para Emaús - 1640. Por Jan Wildens, atualmente no Museu Hermitage, em São Petersburgo.

A CULTURA DO ENCONTRO

MOTIVAÇÃO INICIAL

Neste mês vocacional, somos chamados a contemplar a beleza do chamado de Deus que ressoa em cada coração, mas também a reconhecer as sombras que podem pesar sobre esse caminho, como nos lembrou o triste acontecimento do suicídio de um sacerdote na Itália.

A palavra companheiro, vinda do latim *cumpanis*, significa aquele que partilha o pão. Não apenas o pão material, mas o pão das lágrimas, das alegrias, das dores e das esperanças. Na vocação, o outro não é um rival, nem um peso, mas alguém que me humaniza, que me lembra quem sou, que reparte comigo o peso e a doçura do seguimento.

Reflitamos hoje sobre como nossas vocações só florescem plenamente quando cultivadas na fraternidade. Que possamos ser companheiros uns dos outros, partilhando o pão e o coração.

Canto Inicial
"Antes que te formasses" (Pe. Zezinho)

OS HORIZONTES DO ESPÍRITO

Invocação do Espírito Santo

D: Em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo.

T: Amém.

D: Rezemos juntos pedindo a luz do Espírito Santo:

T: Vinde, Espírito Santo, enchei os corações dos vossos fiéis e acendei neles o fogo do Vosso amor. Enviai o Vosso Espírito e tudo será criado. E renovareis a face da terra. Oremos: Ó Deus, que instruístes os corações dos vossos fiéis com a luz do Espírito Santo, fazei que apreciemos retamente todas as coisas segundo o mesmo Espírito e gozemos sempre da sua consolação. Por Cristo, Senhor nosso. Amém.

II

A VIDA SE FAZ HISTÓRIA

RECORDAÇÃO DA VIDA

• Quem tem sido o “companheiro de pão” na tua vocação, seja ela sacerdotal, matrimonial, leiga, consagrada?

• Lembras algum momento em que alguém repartiu contigo o pão das tuas lágrimas ou sustentou tua esperança?

• Como tens partilhado o teu pão com o outro?

Silenciosamente, ou em partilha, recordemos rostos e histórias.

ESCUTAR COM O OUVIDO DO CORAÇÃO

PALAVRA DE DEUS

Ouçamos com o coração. A Palavra nos desafia a ser memória viva do Cristo que se reparte. A caminhar não sozinhos, mas como irmãos, sustentando-nos mutuamente.

Evangelho segundo Lucas 24,13-35 (Os discípulos de Emaús)
(Pode ser proclamado por dois leitores, representando os dois discípulos e Jesus, para dinamizar)

Leitor 1 :
Naquele mesmo dia, o primeiro da semana, dois discípulos caminhavam para uma aldeia chamada Emaús, distante sessenta estádios de Jerusalém. Iam conversando sobre tudo o que havia acontecido. Enquanto conversavam e discutiam, o próprio Jesus se aproximou e começou a caminhar com eles. Mas seus olhos estavam impedidos de reconhecê-lo. Ele lhes perguntou: “Que palavras são essas que trocais enquanto caminhais?”. Eles pararam, com o rosto triste. Um deles, chamado Cléofas, respondeu: “Tu és o único peregrino em Jerusalém que não sabe o que lá aconteceu nestes dias?”. Ele perguntou: “Que foi?”. Responderam: “O que aconteceu com Jesus de Nazaré, que foi um profeta poderoso em obras e palavras, diante de Deus e de todo o povo. Nossos sumos sacerdotes e chefes o entregaram para ser condenado à morte e o crucificaram. Nós esperávamos que fosse Ele quem libertaria Israel; mas agora, depois de tudo isso, já faz três dias que essas coisas aconteceram... É verdade que algumas mulheres do nosso grupo nos deixaram espantados: foram de madrugada ao túmulo, não encontraram o corpo dele e voltaram dizendo que tinham visto anjos, os quais afirmavam que Ele está vivo. Alguns dos nossos foram ao túmulo e encontraram tudo como as mulheres haviam dito, mas a Ele não o viram.”

Leitor 2:

Então Jesus lhes disse: “Ó homens sem inteligência, lentos de coração para crer tudo o que os profetas disseram! Não era necessário que o Cristo sofresse tudo isso para entrar na sua glória?”. E começando por Moisés e por todos os Profetas, explicou-lhes em todas as Escrituras as passagens que se referiam a Ele. Ao se aproximarem da aldeia para onde iam, Ele fez como quem ia mais adiante. Mas eles insistiram: “Fica conosco, pois já é tarde e o dia declina.” Entrou então para ficar com eles. Quando estavam à mesa, tomou o pão, pronunciou a bênção, partiu-o e lhes deu. Então seus olhos se abriram e o reconheceram; mas Ele desapareceu da vista deles. Disseram então um ao outro: “Não estava ardendo o nosso coração quando Ele nos falava pelo caminho e nos explicava as Escrituras?”. Naquela mesma hora, levantaram-se e voltaram para Jerusalém. Encontraram reunidos os Onze e os outros que estavam com eles, que diziam: “O Senhor ressuscitou verdadeiramente e apareceu a Simão!”.

Então contaram o que tinha acontecido no caminho, e como o tinham reconhecido ao partir o pão.

Palavra da Salvação

UMA HISTÓRIA QUE SE RENOVA

REFLEXÃO

A vocação é um mistério sagrado, tecido pelas mãos do Eterno e costurado no segredo do coração humano. Deus chama, mas não chama para o isolamento: chama para o encontro. Toda vocação é uma resposta pessoal, sim — mas nunca solitária.

A palavra companheiro, tão simples, traz consigo a força do altar: *cumpanis*, aquele que reparte o pão. E o pão, meu irmão, minha irmã, não é só o que sacia o corpo — é também o pão das lágrimas, o pão dos medos, o pão da solidão, o pão das esperanças quase mortas. Ser companheiro é ter coragem de repartir esse pão muitas vezes amargo, e fazê-lo doce na fraternidade.

O episódio dos discípulos de Emaús é mais do que um consolo piedoso. É um ícone da nossa jornada vocacional. Quantas vezes nós, mesmo consagrados, ordenados ou leigos comprometidos, nos encontramos como Cléofas e seu amigo — caminhando cabisbaixos, frustrados, confusos porque o projeto que sonhávamos parece não ter dado certo! Quantas vezes andamos lado a lado, mas sem coragem de abrir o coração, com medo de parecermos frágeis demais, humanos demais...

Mas Jesus se aproxima, silencioso, e faz o que todo verdadeiro companheiro faz: pergunta, escuta, caminha ao passo da dor do outro. Depois, na hora certa, Ele explica as Escrituras e reacende o sentido do caminho. E finalmente, parte o pão. Só aí, na comunhão concreta, os olhos se abrem.

É um convite forte para nós: precisamos ser companheiros uns dos outros para que nossos olhos também se abram. Precisamos aprender a repartir o peso do dia, a acender o lume da esperança no outro, a caminhar juntos mesmo quando o caminho parece sem saída.

Hoje, Deus nos chama a revisar nossos passos vocacionais: Tenho sido companheiro, ou apenas um colega de ministério, um colaborador distante, um cumpridor de tarefas? Tenho aberto espaço para que o outro partilhe o pão de sua dor comigo? Tenho permitido que partilhem também o meu?

Quem caminha só cansa cedo; quem reparte o pão não morre faminto, e quem sustenta o outro na estrada encontra no outro o Cristo vivo.

FALAR COM O CORAÇÃO

Oração final

Senhor Jesus, companheiro de todos os nossos caminhos, que Vos fizestes pão partido para a salvação do mundo, ensinai-nos a ser companheiros uns dos outros. Que saibamos repartir o pão da escuta, do consolo e da esperança, amparando o irmão vacilante, sustentando o que cai, alegrando-nos com os que se alegram e chorando com os que choram. Que nenhuma vocação se perca por falta de mãos estendidas, e que saibamos sempre ser presença que humaniza e que salva. Por Vosso amor que é eterno. Amém

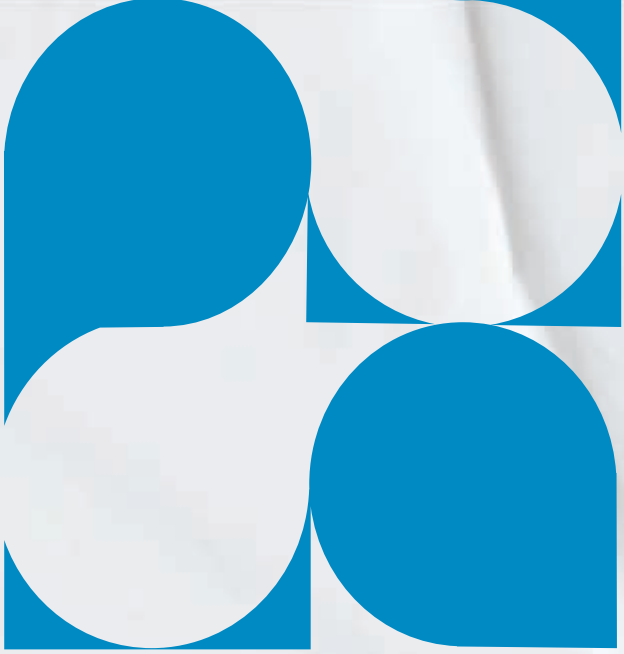
Canto Final
Tu me seduziste, Senhor

INFORMAR É FORMAR

A vocação é um dom que floresce no solo fértil do cuidado mútuo. Quando nos tornamos companheiros uns dos outros, ajudamos a sustentar a Igreja viva e santa. Incentive em sua Paróquia e pastoral rodas de conversa, retiros, encontros simples que fortaleçam o ser irmãos e companheiros.

GASTAR AS SOLAS DOS SAPATOS

Faça um gesto concreto de ser companheiro: ligue, visite ou mande uma mensagem a alguém que precisa ser ouvido ou animado. E se ofereça para rezar por ele. Ser companheiro é caminhar junto, é *perder tempo* com o outro por amor.



Pascom BRASIL

pascombrasil.org.br

pascom.brasil