

# Contemplativos e evangelizadores:

Apóstolos do Reino segundo o coração de Cristo



REGNUM  
CHRISTI



Este ensaio faz parte de um projeto na área de Vida e Missão da Direção Geral do Regnum Christi, que se propõem a impulsionar o profundo conhecimento e assimilação cordial do carisma a partir dos Estatutos como caminho de renovação espiritual e apostólica. Além de produzir conteúdo, com este ensaio, pretende-se oferecer aos territórios e localidades jornadas de aprofundamento e outras ferramentas de apoio.

Em um trabalho anterior, publicado na Solenidade de Cristo Rei de 2019, tratou-se o tema *Viver e Fazer presente o mistério de Cristo* com um olhar em Cristo Apóstolo, que “sai ao encontro das pessoas, revela-lhes o amor do coração, reúne-as e as forma como apóstolos, líderes cristãos, envia-as e as acompanha para colaborarem na evangelização dos homens e da sociedade” (EFRC 8). Um segundo ensaio, publicado na mesma festa do ano seguinte, enfocou o sentido que dava o Senhor à formação de seus apóstolos e discípulos: pela instauração do “Reino de Deus”.

Analisaremos agora uma das características do membro Regnum Christi, que é ser “contemplativo e evangelizador” (EFRC 20). Este binômio não é apenas um aspecto particular, entre muitos outros, do modo de ser e viver do membro do Regnum Christi: é uma atitude vital que nos permite conhecer, amar e seguir Cristo Apóstolo e deixar-se transformar por Ele; é um caminho para fazer próprio os aspectos espirituais e o modo de

viver a missão expressados no segundo capítulo “Fundamentos espirituais” e no primeiro artigo do terceiro capítulo “Princípios de ação apostólica” dos Estatutos.

# Índice

## **I. Apóstolos do Reino segundo o coração de Cristo 6**

- O encontro com Cristo Apóstolo transforma e integra a vida 6
- Somos contemplativos e evangelizadores 7
- Dois lados de uma mesma moeda 9
- Por que é tão difícil para nós? A fragmentação que divide e separa. 11
- Um desejo que pode ser saciado 14

## **II. Caminhos para deixar-nos encontrar e ser enviados por Cristo Apóstolo 16**

- O olhar de Cristo que integra e relaciona 16
  - Olhar e tratar o mundo segundo o coração de Cristo 16
  - Acolher a nós mesmos segundo o coração de Cristo 18
  - Amar aos demais segundo o coração de Cristo 19
  - Viver na Igreja segundo o coração de Cristo 21
- A Gratuidade: saber dar e receber 23
- Fazer silêncio para contemplar e evangelizar 27
- Apaixonados segundo o Coração de Cristo 29
- Contemplando a vida no Evangelho e o Evangelho na vida 33

## **Conclusão: Cristo está vivo 36**

## **Exercícios 37**

# I. Apóstolos do Reino segundo o coração de Cristo

## **O encontro com Cristo Apóstolo transforma e integra a vida**

Como membros do Regnum Christi somos chamados a abrir-nos constantemente ao encontro com Cristo Apóstolo do Reino, que nos reúne em torno a si, revela-nos o amor de seu coração, forma-nos, envia-nos e acompanha-nos na missão de evangelizar (cf. EFRC 8). O centro de nossas vidas é uma relação amorosa pessoal com Jesus Cristo.

O encontro com Cristo vivo não nos deixa iguais, mas nos dá um novo olhar sobre a nossa história, circunstâncias e pessoas ao nosso redor, configurando-nos como apóstolos do Reino. A experiência de seu “amor pessoal, real, apaixonado e fiel por nós” (EFRC 12) nos faz intuir a alegria de dar tudo pelo Todo, deixando para trás uma vida pela metade, conectada na autopreservação, para começar a entregar-nos no amor. Quem conhece Aquele que deu sua própria vida para que nós “tenhamos a vida e vida em abundância” (cf. Jo 10:10) começa a ficar imbuído de suas convicções e atitudes ao tomar decisões.



**Se vivemos dentro do mistério de Cristo Apóstolo** - deixando-o viver em nós e por meio de nós - **tudo o que acontece conosco é integrado em uma vocação e missão.** Não há mais nada que “não tenha a ver” com o ser cristão, não tem mais peças soltas, nem elementos indiferentes, acidentais ou inúteis em uma vida. Tudo, incluindo fracassos e quedas, tem o seu lugar e significado quando a pessoa foi alcançada por Cristo.

O encontro com Cristo gera um estilo de vida próprio do Apóstolo do Reino, que se caracteriza por traços específicos de espiritualidade e se expressa na forma concreta de viver a missão e ser um apóstolo, como está indicado nos Estatutos.

*O viver dentro do mistério de Cristo Apóstolo, integra a vida em uma vocação e uma missão. Existem aspectos da minha vida onde posso experimentar o viver dentro desse mistério, o mistério de Cristo Apóstolo? Como é que isso enche de significado e ordena as diversas circunstâncias?*



## Somos contemplativos e evangelizadores

Os membros do Regnum Christi são “contemplativos e evangelizadores” (EFRC 20).

Porque queremos ser contemplativos, buscamos um tempo diário de diálogo íntimo com o Senhor: a missa, o terço, os momentos de adoração eucarística e a conclusão da jornada com Ele. Porque queremos ser evangelizadores, buscamos fazer apostolado, ir em missões, organizar atos de caridade cristã, dar catequese, etc. mas, acima de tudo, **impregnar quem somos e o que fazemos – ali aonde nossas atividades acontecem diariamente - das boas novas do Evangelho.**



*Como vejo uma jornada, um dia típico de minha vida repleto de Evangelho?*



Além de atos concretos, o que é ser contemplativo



*O que significa para mim, deixar-me evangelizar por Cristo? O que significa ser evangelizador desde esta realidade?*



e evangelizador? Contemplar não é apenas “olhar”, mas acima de tudo, receber e acolher; evangelizar não é só “pregar”, mas, sobretudo, dar e transmitir. Ser contemplativo é uma atitude que nos permite descobrir e acolher a Deus presente nas diferentes realidades da vida; ser evangelizador é saber como se comunicar com a vida.

O que se acolhe e transmite não é, portanto, uma ideia ou uma coisa, mas uma pessoa viva. Por isso, poderíamos definir as duas dimensões assim: **o contemplativo se deixa evangelizar a todo momento por Cristo; o evangelizador deixa que Cristo o use para proclamar e realizar a boa nova do Reino.**

*Que características de Jesus Cristo tenho experimentado na oração? Quais as virtudes de Jesus Cristo eu tenho experimentado na atividade apostólica? Como Jesus Cristo se revela a mim, em um ou no outro momento da minha vida?*



Esses dois traços nascem de uma identidade e ao mesmo tempo, nos identifica cada vez mais cordial e existencialmente com ela. O Apóstolo do Reino é um homem batizado que vive imerso no mistério de Cristo Apóstolo: ele experimenta que Jesus sai ao seu encontro, revela-lhe o amor de seu coração, reúne-o em torno de si mesmo junto com os outros, forma-o como um apóstolo, envia-o e o acompanha para colaborar na evangelização. **Ser “contemplativo e evangelizador” é a atitude existencial que nos permite entrar nessa relação com Jesus Cristo, conhecê-Lo intimamente, amá-Lo e compartilhar a vida com Ele para ser suas testemunhas.**



## Dois lados de uma mesma moeda

O caminho para chegar a ser contemplativos e evangelizadores não é aprender o malabarismo de fazer duas coisas simultaneamente, aparentemente diferentes e até mesmo opostas.

**Ser contemplativo e evangelizador não requer uma habilidade especial**, resultado de um talento incomum e muita prática.

Também não se trata de encontrar o equilíbrio entre os dois aspectos em tensão, como acontece ao combinar uma séria dedicação profissional e a decisão de passar um tempo de qualidade como família, o que é um desafio. Para ser contemplativos e evangelizadores não é preciso deixar de lado uma programação exigente para encontrar a dose justa, em duas dimensões que reivindicam para si espaços na agenda.

Com efeito, contemplar e evangelizar não são duas atividades em competição que se dividem no dia, com momentos para uma coisa e momentos para a outra. O Apóstolo do Reino é, em pessoa, contemplativa e evangelizadora em todos os atos de sua vida, porque ambos os aspectos se unem em uma forma de ser, uma atitude existencial, um estilo de vida.

Os dois traços não são apenas inseparáveis, mas um está sempre contido no outro. **O Apóstolo do Reino não pode ser um evangelizador sem ser contemplativo ou contemplativo sem ser um evangelizador.**

*Como Apóstolo do Reino, não se pode ser contemplativo sem ser evangelizador*

Olhando para Jesus Cristo no Evangelho, e na Eucaristia, no próximo e no fundo do coração, cada um faz a experiência do amor livre, e essa experiência não pode ficar escondida. Como São Paulo, brota do profundo da alma a necessidade de exclamar *O amor de Cristo nos impele (2Cor 5:14) e ai de mim, se eu não anuncio o Evangelho! (1Cor 9, 16).*

As virtudes teologais nos fazem perceber sua presença oculta que sai ao nosso encontro, revela o amor de seu coração, envia e acompanha; descobre-nos a sede de Vida que tem os homens nossos irmãos; faz-nos ver a Igreja como aquela vinha que Ele veio para plantar e cultivar; faz-nos perceber a luz da graça, fonte de vida e esperança, e nos mostra uma razão para viver.

Portanto, quem não evangeliza deixa de ser contemplativos, pois essa Vida presente na alma não se desenvolve e agoniza quando não consegue se expressar no doar-se aos outros.

*Como apóstolo do Reino, não se pode ser evangelizador sem ser contemplativo*

O Apóstolo do Reino fala do que tem “ouvido, visto e tocado” (cf. 1Jo 1:1). Ele é uma testemunha que “não pode deixar de dizer o que viu e ouviu” (cf. Atos 4:20). Quem não conhece Aquele a que transmite, se anuncia a si mesmo. **Só aprendendo**

## **a estar com Ele e nEle podemos sair e falar em Seu Nome.**

Precisamos contemplar com o olhar de Cristo às pessoas ao nosso redor - as pessoas no metrô, os familiares em casa, os colegas de trabalho, os amigos na festa - e as circunstâncias do mundo para ver tudo como Ele vê e assim, descobrir o que está fazendo e como quer trabalhar por meio de nós.

A contemplação não é apenas uma condição prévia ou um pressuposto para evangelizar. **Toda ação verdadeiramente evangelizadora se realiza com espírito contemplativo;** caso contrário, é pura atividade humana e não uma realidade espiritual (o Reino de Deus). É uma alegria indescritível contemplar o espetáculo da presença e ação de Deus através de nossas pobres ações e palavras quando nos prestamos ao anúncio.

## **Por que é tão difícil para nós? A fragmentação que divide e separa.**

Se isso é assim, por que é tão difícil para nós sermos contemplativos e evangelizadores? Seguramente podemos encontrar a causa principal na fragmentação: separamos o que na realidade está unido na mente e no coração de Deus.

### *As fraturas na própria vida*

Uma primeira fratura são **as várias facetas da vida**



*Como evangelizar sendo testemunha do que vejo e escuto na contemplação no mundo de hoje?*





*Vivo as diversas  
facetas da minha vida  
como compartimentos  
estanques, que não  
tem nada a ver uma  
coisa com a outra?  
Como noto isso? O que  
gera em mim?*

**convertidas compartimentos estanques:** estudo, trabalho, família, amizades, exercícios físicos e cuidados com o corpo, compromissos e relações sociais... tantas necessidades que preenchem o dia antes de podermos planejá-lo. Experimentamos o tempo como uma torrente que nos arrasta para uma sucessão frenética de atividades sem permitir-nos parar para pensar.

Nossa sociedade valoriza a pessoa pelo que faz e possui, porque é um mundo de produtividade e de consumo, guiado por critérios de utilidade e eficiência, de sucesso e prazer. É também uma cultura individualista onde a liberdade é exaltada como absoluta e a verdade é descartada como fundamentalismo a ser substituída por opiniões. É um mundo vertiginoso, marcado pela velocidade e pelo instantâneo, onde tudo parece ao alcance da mão e que, portanto, exige que saibamos tudo, vivamos tudo, controlemos tudo.

### *A fratura entre Deus e o mundo*

Na mentalidade dominante, o mundo e Deus estão separados. **Parece que o mundo**, seja ou não obra de Deus, **funciona por si mesmo** e os problemas devem ser enfrentados com nossa própria força, à luz de nossa razão e apoiados na ciência, na técnica, na política e no compromisso de cada um. Muitos vivem, implicitamente, sob a suposição de que Deus não se importa com o mundo, muito menos com nossa pequena vida. Por outro lado, há mentalidades religiosas com um olhar negativo para o mundo, visto principalmente como inimigo

de Deus, uma fonte de perigos e pecado.

Mas além das filosofias ou ideologias, a fratura entre as coisas de Deus e as do mundo é uma tentação existencial onipresente: ir à missa no domingo, mas depois brigar com o próximo durante a semana; ter um pequeno momento de oração, mas depois não saber ver Deus no companheiro ou cliente com quem tem que lidar; acreditar na existência de Deus, mas não deixá-lo entrar em suas próprias decisões e problemas.

### *A fratura entre Igreja e Cristo*

Muitos descrentes consideram a Igreja Católica como uma instituição do passado ligada a ideias já superadas, com uma mensagem que não é mais compreensível, nem crível, muito menos assumida.

**Os próprios cristãos, às vezes, separam a Igreja e Cristo** quando reduzem a primeira às suas estruturas humanas ou a um aspecto particular da fé ou da prática cristã. Assim, o compromisso eclesial se torna facilmente uma luta por impor suas ideias e ser astuto para “ganhar terreno” diante dos “inimigos da Igreja”. Ou, pelo contrário, abandonam toda a participação eclesial, cansados e desiludidos diante do espetáculo de uma comunidade em um conflito perene.



*Que papel representa a Igreja na minha vida dentro da minha oração e do meu apostolado?*



### *A fratura entre Cristo e o irmão*

Há uma fratura ainda mais profunda e prejudicial, que se baseia na anterior. Consiste em separar



*Como é um amigo  
ou um familiar, uma  
pessoa qualquer, ou  
até mesmo um lugar  
de contemplação  
onde Cristo habita?  
Como influi em mim  
como evangelizador  
o conhecer que Cristo  
está no próximo que  
eu evangelizo?*

Cristo do irmão e da irmã com os quais Ele se identifica. **Não podemos encontrar Cristo se nos afastarmos do nosso próximo.** Em Cristo somos todos irmãos, membros de seu corpo. Mas ao perder Cristo como centro, a comunhão entre nós também é quebrada, de modo que o outro se torna um estranho, um objeto ou um rival.

## Um desejo que pode ser saciado

Como resultado da fragmentação surge a frustração de nos sentirmos confundidos, desintegrados e pouco autênticos, com uma distância cada vez maior entre os desejos e ideais do coração e a realidade da vida cotidiana, entre como gostaríamos de viver e como realmente vivemos, quem gostaríamos de ser e quem de fato somos.

E mesmo que às vezes pensemos que não sabemos como descobrir a Deus ou dar testemunho de Cristo, o desejo de ser contemplativo e evangelizador permanece vivo em nós. E não poderia ser de outra forma: **esse desejo é o eco chamado que o Senhor nos fez.** E como é Ele quem nos chama, nosso desejo não fica frustrado.

Aquele que nos chamou está vivo em nós pelo batismo e *pode fazer muito mais por sua força agindo em nós, infinitamente mais que tudo que podemos pedir ou pensar* (Ef 3,20). Além disso, temos outra certeza de fé, a de estar cercado por uma *nuvem de testemunhas* (Hb 12,1) que nos mostram que o Senhor é capaz de transformar nossas vidas e as dos outros por meio de nós.

Vamos pensar nos primeiros cristãos. Eles viviam, como acontece muitas vezes conosco, em um mundo que, em absoluto, não conhecia a Cristo. Contra todas as probabilidades atraiu muitos ao Evangelho, e não porque eram doutores, tiveram poder ou contaram com um plano perfeito para converter o mundo. Habitavam as mesmas cidades que os outros, vestiam como era de costume em suas regiões, trabalhavam no mesmo trabalho que os demais, seguiam as leis locais... Mas eles eram diferentes. Neles se manifestava o mistério do Cristo Ressuscitado, vivo e glorioso, com o qual eles se haviam encontrado pessoalmente.

Os santos continuaram essa jornada, e não faltam exemplos de pessoas assim em todas as épocas, incluindo a nossa, porque o encontro transformador e unificador que converteu os primeiros cristãos em contemplativos e evangelizadores não é algo do passado.

## II. Caminhos para deixar-nos encontrar e ser enviados por Cristo Apóstolo

### O olhar de Cristo que integra e relaciona

Se tivermos dificuldade em entrar em uma vida contemplativa e evangelizadora porque separamos o que Deus uniu, **começemos por renovar em Cristo a maneira de olhar e interagir com nós mesmos, com o mundo e com os outros.**

#### *Olhar e tratar o mundo segundo o coração de Cristo*

Os cristãos olham para o mundo com os olhos de Deus e descobrem Deus no meio do mundo, em tudo, no cosmos, na natureza e na humanidade, por ser a criação de Deus. Com o salmista podemos dizer: *Ó Senhor, Senhor nosso, quão admirável é o teu nome em toda a terra! (...) Quando vejo os teus céus, obras de teus dedos, a lua e as estrelas, as coisas que criaste... (Sl 8, 2.4)*

E não só *Deus viu que era bom* (Gn 1, 9), senão que fez do mundo o lugar onde se realiza a Redenção. A este mundo Deus envia seu Filho para salvá-



lo. Deus se preocupa com o mundo e com esses olhos devemos olhar para esse pequeno cosmos para o qual fomos enviados: nossa família, relacionamentos, profissão, cidade, país e outras circunstâncias sociais e históricas de nossas vidas. É desse pequeno mundo que Jesus fala quando diz que *Meu Pai trabalha até agora, e eu também trabalho* (Jo 5, 17). O Apóstolo sabe que uma coisa é o dado frio da realidade (uma pandemia, uma crise familiar...) e outra coisa é levar esta realidade à oração: ("Senhor, onde você está nesta situação? O que você quer fazer comigo e por meio de mim?").

**A Luz do Evangelho e os critérios do Reino não nos permitem ser encantados e enganados por mentiras.** Por trás do aparente atrativo do individualismo descobrimos como um fruto a solidão; por trás do ideal de produtividade e eficiência, a cultura do descarte de coisas e de pessoas; por trás das promessas de consumismo e prazer, a experiência do vazio e do sem sentido. Jesus abre nossos olhos, nossos ouvidos, nossa inteligência, e nossos corações com a luz da verdade.

Esse mesmo olhar nos permite descobrir a fome de Deus que aflige o mundo. O gemido deste mundo que sofre nos desafia a responder como apóstolo do Senhor, apesar de nossa pequenez. Queremos ser testemunhas e reflexos do Céu e trazer para a vida cotidiana a realidade de uma dimensão sobrenatural tão real quanto o que vemos. Por isso falamos sem medo de Deus todo tempo e a todo o momento, pois estamos convencidos de que Deus



*Sob a luz do Evangelho, se evidencia a verdade. Como se vê a minha vida diante desta luz? Como apareceram critérios não evangélicos na minha vida? Como os detecto? O que me provocam?*



alcança todos os lugares e penetra em todas as realidades.

Se as realidades temporais são ordenadas de acordo com Deus, o mundo pode ser cada vez mais “uma casa digna dos filhos de Deus” (RFA4). Para isso é preciso conhecer as perguntas e desafios do homem de hoje, e estar comprometidos na construção da civilização da justiça e do amor em nossa vida familiar, laboral e social. Temos que perguntar-nos se estamos sendo a presença do Reino com a nossa maneira de tratar o nosso próximo, de exercer a profissão, de cumprir nossas próprias responsabilidades sociais (cf. RFA 9). Nada evangeliza tanto quanto tratar os homens e toda a criação segundo o Coração de Deus. Assim, nosso modo de ser e agir faz presente o Reino.

### *Acolher a nós mesmos segundo o coração de Cristo*

Dissemos que o Apóstolo vive profundamente marcado pelo encontro com o Senhor: ele se conhece amado, chamado e enviado. Isso adiciona as nossas vidas a dimensão de viver em Cristo como os ramos unidos à videira (cf. Jo 15, 5).

**O evangelho fala a nossa vida cotidiana e tem algo concreto para nos contar.** Nela está presente o Cristo vivo que venceu a morte e nos acompanha nas diversas vicissitudes. Isso nos leva a viver em uma contínua “dependência libertadora” do Senhor: a consciência de necessitar da sua graça nos faz buscar o encontro com Ele no Evangelho, e na Eucaristia e no Sacramento da Reconciliação.

Não somos perfeitos, nem devemos nos surpreender com isso. O Senhor que olha para nós com misericórdia inesgotável, nos ensina a viver a nossa pequenez e incapacidade. Confiamos na graça que nos permite conhecer-nos, aceitar-nos e superar-nos.

No Senhor descansamos, fugindo de todo protagonismo. É ele quem dá os frutos. O eficaz e o fecundo é a graça, e não os sucessos pessoais. Não devemos exigir que Ele apoie nossas ideias e projetos, mas somos nós que devemos colaborar nos Dele.

**Estar sempre com o Senhor significa também deixar que Ele nos envie, em constante diálogo com seu Espírito.** É assim que exercitamos nossa liberdade, discernindo e tomando as decisões com sentido e responsabilidade.

*Amar aos demais segundo o coração de Cristo*

**Como apóstolos vivemos de um encontro e para um encontro** quando emprestamos a nós mesmo para que Cristo, através de nós, possa sair a encontro das pessoas e revelar-lhes o amor de seu Coração. O fazemos com um coração bondoso e simples, cheio de respeito, carinho, confiança e compreensão (cf. EFRC 23). Podemos compreender a fraqueza dos outros porque nós mesmos estamos “sujeitos à fraqueza” (cf. Hb 5, 2).

Como apóstolo somos amigos de Jesus Cristo, assim como Pedro, João, Tiago e os outros



*Aonde, a quem, em que circunstâncias me envia o Espírito hoje? Como posso manter um diálogo com o Espírito, para que seja Ele quem me ajude a viver e a decidir o que é mais cristão na minha vida?*



discípulos. Pelo Amigo comum fortalecemos os laços de amizade entre os companheiros apóstolos. Também construímos relações de acolhida e doação, sinceros e livres com as pessoas com quem encontramos (cf. EFRC 29, 2º e 3º).

Devemos dizer que amar alguém não se resume em fazer-lhe o bem, mas supõe conhecê-lo cada vez mais. Jesus falava de sua relação de amor conosco, suas ovelhas, dizendo: *Eu conheço as minhas ovelhas e elas me conhecem, assim como o Pai me conhece e eu conheço o Pai* (Jo 10,14-15). São Paulo também descreve a experiência do amor de Deus como sendo conhecido por Ele (1Cor 8, 3; 13,12). Portanto, **amar o próximo e olhar para ele com os olhos de Deus é uma coisa só**. E porque o outro é importante para nós, tentamos intuir e compreender como Ele pensa e sente, o que ele anseia e teme, e permitimos que ele nos conheça.

Jesus trata com bondade igual tanto o centurião quanto a pecadora, a Zaqueu como Maria. Este modelo de gratuidade no amor é a boa nova de Cristo. Esse amor não etiquetar o próximo, o que permite acolhê-lo em sua singularidade e nos disponibiliza para “a doação universal e delicada ao próximo” (EFRC 23).

Outra **forma deste amor é a disponibilidade e entrega**. Trata-se de dedicar tempo, esforço e criatividade para encontrar os meios e a linguagem que melhor atendam às reais necessidades e interesses das pessoas.

Cada um de nós é acompanhado por uma

comunidade, com a qual compartilhamos um caminho para o céu, e da qual também somos responsáveis. Em uma comunidade criativa e transformadora não pode faltar tempos de encontro dos membros entre si e ocasiões para curar os desencontros. Nesse âmbito é necessário saber-se necessitado dos demais, pois isso nos permite crescer na capacidade de acompanhar e ser acompanhados.

Quando todos juntos, como uma comunidade de apóstolos, pedimos luz ao Espírito Santo e nos abrimos ao que Deus pode nos ensinar através deles, cria-se um ambiente de discernimento comunitário de vida e missão. Uma atividade que fomenta essa dinâmica é o “Encontro com Cristo” (RFA 15), onde aprendemos a contemplar juntos, deixamos-nos evangelizar pelos outros e buscamos os meios de fazer o Reino presente.

### *Viver na Igreja segundo o coração de Cristo*

Outra consequência de olhar com os olhos de Cristo é reconhecer **na Igreja o sinal e o instrumento de Deus para unir os homens em comunhão com Ele e entre si**, superando as várias formas de fragmentação que discutimos anteriormente.

Os sacramentos da Igreja são em si mesmos o oposto de uma cultura fragmentada, pois neles se unem o visível e o invisível, o material é vivificado pelo Espírito e fica superada a falsa divisão entre Deus e o mundo. Os sacramentos também são remédios de unificação interior. No ofertório da

celebração eucarística podemos colocar sobre o altar tudo o que é nosso, algumas partes talvez quebradas e inacabadas que compõem nossa existência. Ao comungar não apenas nos unimos ao Senhor, mas também aos outros, feitos pela graça filhos do Pai, membros de Cristo e templos de seu Espírito. E no sacramento da penitência permitimos que o Senhor restaure e cure as divisões e as feridas abertas pelo pecado.

A mesma estrutura hierárquica da Igreja é um presente de Cristo ao seu povo para a *construção da comunidade* (1Cor 14:5). Em seu triplo papel de santificar, governar e ensinar, Ele nos ajuda a sair de nossa visão parcial das coisas, radicalismos insalubres e individualismo onde não temos mais a certeza se estamos seguindo Cristo ou nossas próprias ideias.

Se somos contemplativos e evangelizadores, quando conhecemos os escândalos causados por membros da Igreja, em vez de nos afastarmos do Senhor e de sua família, nos aproximamos do seu Coração, sofrendo com Ele e com seus filhos.

À medida que nos aproximamos das dificuldades internas e tensões da Igreja, presentes desde os tempos apostólicos, sempre buscamos a verdade no amor, descobrimos os elementos autênticos de cada posição e criamos fluxos de simpatia pelo bem que cada uma busca em vez de criar barreiras para aqueles que diferem da própria posição.

**Para os batizados,** filhos de Deus e da Igreja,

cidadãos do mundo, **nos cabe traduzir a mensagem perene de fé ao homem de hoje.**

Cada um de nós faz a Igreja dialogar com o mundo, buscando nela o alimento da vida eterna e tornando-a crível pelo testemunho de um amor sincero pelos homens.

## A Gratuidade: saber dar e receber

A gratuidade oferece outra chave para acolher e viver o mistério de Cristo apóstolo e facilita o desenvolvimento da atitude contemplativa e evangelizadora.

A Sagrada Escritura nos presenteia com o convite de Deus para aproximar-nos dEle e receber gratuitamente seus dons: *Ah! Todos os que estais com sede, vinde às águas! Vós que não tendes dinheiro, apressai-vos, comprai e comei, sem dinheiro, sem pagamento, vinde comprar vinho e leite!* (Is 55:1). *A quem tiver sede, gratuitamente, eu darei da fonte da água da vida.* (Ap 21,6; 22,17).

Deus é pura gratuidade. De toda a eternidade, as três Pessoas Divinas se doam e se acolhem mutuamente. E somos criados e redimidos sem motivo algum para de fazê-lo. Em tudo o que a Santíssima Trindade faz não tem outro motivo além do desejo de doar-se gratuitamente, por graça, sem ser obrigado a fazê-lo de qualquer forma.

Nós, ao contrário, temos dificuldade de viver pela lógica de receber e dar. Tendemos a tomar

e tirar. Sentimos que existem coisas que nos correspondem e outras que não merecemos. Essa mentalidade de comerciante e justiceiro nos mantém na defensiva, trancados em nós mesmos, como o homem rico (Lc 16,19-31), incapaz de receber e doar.



*Desejo uma lógica de gratuidade na minha vida? Tenho experimentado? O que deixa em mim? encontro resistências?*



No entanto, **nossos corações anseiam por essa outra lógica de amor gratuito**, porque só nela genuinamente encontramos a nós e aos outros. Deus faz que isso não seja um desejo vão porque, criados à sua imagem e semelhança, somos filhos do *Pai que está nos céus; pois ele faz nascer o sol sobre maus e bons e faz descer a chuva sobre justos e injustos.* (Mt 5, 45).

O primeiro passo para entrar na liberdade é viver atento ao amor de Deus em tudo o que nos cerca. Para isso, basta-nos conceder – e às vezes nos impor – momentos em que não “produzimos”, nem consumimos, mas simplesmente somos receptivos ao que nos é dado. Isso acontece, por exemplo, ao caminhar pela cidade ou em um parque com os olhos atentos às mil belezas que existem ali, sem que você tenha feito nada para merecer, ou deixar por alguns momentos o fone de ouvido para ouvir os pássaros cantando. As árvores, as flores, tudo o que vive, o calor do sol ou o frescor do vento e da chuva são presentes que não produzimos nem compramos, nem tivemos que dar um clique para apreciá-los.

Ajuda muito **estar atento ao mistério de quem passa ao nosso lado**: o motorista de ônibus que



nos cumprimenta, o professor que nos ensina ou o médico que nos atende... Quantos gestos de bondade, quanta dignidade e também quanta dor nos homens nossos irmãos. E o que dizer de familiares ou amigos. Vale a pena desligar os olhos da tela para receber a presença de quem nos ama e espera nosso amor.

Às vezes é bom obrigar-nos a desligar a música ou desconectar das redes sociais para nos conscientizar de *Deus que nos provê abundantemente de tudo para nosso bom uso* (1Tm 6,17). Não é entrar em um vazio ou um silêncio morto, mas perceber quanta luz nos cerca, quanta harmonia ressoa no que nos é dado. Esses momentos de contato receptivo com a realidade, vividos na fé, podem nos despertar do sonho de um universo que imaginamos sob nosso controle e abrir nossos corações para a presença do Criador e Redentor que está sempre trabalhando e se entregando de graça. No coração atento vem a reverência, a intuição de quão dignas e belas são as criaturas do Senhor e muito mais o próprio Criador que se manifesta nelas.

A atenção não está apenas saindo. Quem persevera em cultivar essa atitude de acolhimento, verá que pouco a pouco descobre forças e amores em seu coração que sempre estiveram lá e o governaram sem que se desse conta. Viver com cuidado é uma condição de discernimento espiritual.

**O fruto espontâneo de estar atento aos sinais do amor de Deus é a gratidão**, que por sua vez



**Que coisas concretas  
do dia de hoje,  
agradeço a Deus?**



gera generosidade para com Deus, com o próximo e consigo mesmo. Gratidão sincera e cordial não é apenas uma questão de boas maneiras, mas é acima de tudo um reconhecimento admirado da bondade do outro. Quem sabe reconhecer e aceitar os presentes será generoso porque deseja retribuir, e não porque precisa. A pessoa agradecida chega ao passo da necessidade do outro sem pedir, e serve com genuína bondade, que não pesa sobre o destinatário.

Essas três atitudes ou virtudes — atenção, gratidão e generosidade — são a maneira humana de viver a gratuidade. Estamos acolhendo e aceitando os dons gratuitos de Deus e isso nos ensina a entrar nessa mesma atitude de amar sem exigir nada em troca.

A contemplação pode então ser definida como a aceitação do amor que Deus oferece de modo gratuito, e evangelizar é dar o mesmo presente impagável sem qualquer pagamento: *De graça recebestes, de graça daí!* (Mt 10, 8).

Depois de Jesus, a imagem mais bonita de gratuidade é a Virgem Santíssima, o evangelizador contemplativo por excelência. Ela saúda a proclamação do amor, descobre-se graciosa aos olhos do Mais Alto e é coberta por sua Sombra. Com seu Fiat absolutamente livre, ela empresta todo o seu ser para que Ele o habite, se deixa inundar com os dons de Deus e responde dando-se inteira.

## Fazer silêncio para contemplar e evangelizar

Para aprender a receber e dar de graça, ou seja, ser contemplativos e evangelizadores, o silêncio é um grande aliado. A atenção, que falamos no número anterior, pressupõe isso.

É verdade que vivemos imersos em uma infinidade de ruídos externos e que todos os dias somos atingidos por inúmeros impactos que chamam nossa atenção, e que não é fácil ficar em silêncio mesmo em nossos tempos de intimidade com Deus, com os outros, com nós mesmos. Mas quanto desejamos e precisamos desses espaços.

O silêncio interior nos leva às profundezas do nosso ser e nos permite olhar de lá para os outros. Trata-se de fazer uma viagem ao coração como o caminho oposto para a dispersão a que o ativismo nos leva. Viajar para o coração não significa se perder no emaranhado de sentimentos, mas acessar o centro vital do ser, a fonte interior, para encontrar o sentido do que fazemos. **O silêncio se abre para a possibilidade de vida interior, e a vida interior, por sua vez, leva à descoberta do sentido da vida.**

Aqueles que se exercitam em silêncio interior sentem que estão abrindo um espaço “físico” dentro de si mesmo, um espaço que Deus pode preencher, tocar e transformar. Em profundo silêncio nos tornamos conscientes do nosso ser, deciframos nossa necessidade e a dos outros,



*Quando foi a última vez que fiz um momento de silêncio? O que descobri? O que escutei?*



descobrimos com espanto que é a ação de Deus em nós que às vezes não é apreciada à primeira vista. Quando parece que Deus não age, não nos transforma, ele não está conosco... Descobrimos que é exatamente o contrário! Mas precisamos ir fundo e abrir esse espaço de silêncio interior para perceber que Deus está presente nos transfigurando.

Fazer silêncio também é uma decisão livre para escutar, para querer escutar. Não é um mero silêncio, mas colocar-se em espera, disposto a receber o dom do outro, da realidade, de Deus. A escuta é atenção, perceber como as coisas estão aqui e agora, para descobrir o que devemos fazer. A atenção supõe tomar consciência das próprias habilidades, condicionamento, possibilidades, carências, limitações, inclinações, ideais, do que acontece conosco, do que é importante e do que é secundário e da presença dos outros. Implica, portanto, uma abertura da alma e do coração.

Há um elemento curativo no silêncio: nos leva a pensar - descobrir! - que não somos os protagonistas no acompanhamento, evangelização ou contemplação. Isso nos permite ser verdadeiramente abertos e dispostos ao imprevisto. O silêncio nos liberta de toda autoconfiança ou desejo de impressionar. Não nos permite esquecer que somos limitados, mas que nos acompanha Aquele que abençoa e multiplica nossos cinco pães e dois peixes.

Para entender melhor o significado desse silêncio

contemplativo, Deus nos deu de presente o exemplo de São José. Não há palavras na boca de São José em todos os Evangelhos. No entanto, a partir de sua condição de pai e chefe da Sagrada Família, São José olha para o Menino Jesus na manjedoura e descobre nele a ternura divina que é revelada na fragilidade humana. Ele então testemunha a adoração dos pastores e dos Magos e ouve com espanto e dor a profecia de Simeão. Anos depois, após três dias de busca angustiante, São José enfrenta a admiração dos doutores da lei diante da inteligência e das respostas de Jesus. Finalmente, da casa e da oficina de Nazaré, São José contempla Jesus enquanto *ia crescendo em sabedoria, idade e graça diante de Deus e diante dos homens* (Lc 2,52). A discreta e cotidiana contemplação de São José de seu filho Jesus permitiu que ele o conhecesse e, ao mesmo tempo, conhecesse a si mesmo, a fim de descobrir e cumprir corajosamente a missão que a Providência lhe havia confiado.

## Apaixonados segundo o Coração de Cristo

O estilo evangelizador do Regnum Christi tem um caráter de paixão e urgência. O número 10 dos Estatutos da Federação descreve essa experiência carismática ao apresentar o estilo de entrega ao qual nos sentimos chamados: Gostaríamos de ser homens e mulheres que assumem o combate espiritual como parte do seguimento de Cristo, lutando, com perseverança e confiança no Senhor, contra o mal e o pecado em nossas vidas e na sociedade. **Gostaríamos de empreender com**



*O mundo de hoje me move? O que desejo fazer para responder e ajudar a que o Reino esteja mais presente no meu país, na minha família e ao meu redor?*



**um coração magnânimo, entusiasta e criativo aquelas ações que fazem o Reino presente com maior profundidade e extensão.** Nos sentimos chamados a sair ao encontro das necessidades mais urgentes do mundo e da Igreja. Desejamos enfrentar com força e coragem os desafios na vida pessoal e no apostolado. Pretendemos aproveitar com audácia cristã as oportunidades que surgem na própria vida para proclamar o amor de Cristo e cumprir as responsabilidades assumidas, buscando dar o nosso melhor.

Depois de haver aprofundado em nosso chamado para sermos contemplativos e evangelizadores, compreendemos esse ideal como um fruto do amor de Cristo. Não podemos pular diretamente nas características desse estilo de entrega e propor vivê-los sem parar para considerar sua fonte e beber dela. Tal estilo de entrega só pode nascer da experiência de ter sido encontrado e amado gratuitamente por Aquele que diz *como o Pai me enviou, eu também vos envio* (Jo 20, 21). Portanto, esse estilo de entrega só é compreendido se pararmos para considerar sua fonte e pudemos beber dela; essa fonte é a experiência de encontro e amor gratuito de quem nos diz: *Como o Pai me enviou, eu também vos envio* (Jo 20,21).

O que não podemos fazer por nossas próprias forças, Cristo pode fazer em nós. Com o apoio de nossos talentos, cairíamos facilmente no voluntarismo ou na mania da grandeza. Mas quando nos deixamos ser encontrados por Cristo, nossa fraqueza torna-se uma necessidade íntima,

ou seja, obra da graça na alma.

Trata-se do paradoxo da nossa vocação cristã, o fato de ser um irmão mais, ferido pelo pecado, frágil, em busca perene... e, ao mesmo tempo, estar cheio de vida esperança, ser um portador de Cristo que venceu a morte e conta conosco para experimentar e comunicar ao mundo esta Boa Notícia.

Quando estamos “vivos”, quando vivemos conscientes de que *a esperança não decepciona porque o amor de Deus foi derramado em nossos corações pelo Espírito Santo que nos foi dado* (Rm 5,5), nos sentimos impelidos a assumir essa paixão na entrega que é uma característica do membro do Regnum Christi. É um anseio ao qual os nossos corações continuam aspirando, mesmo que todos os dias experimentemos nossa própria fraqueza. É uma chamada que nunca nos deixa cansados de recomeçar.

A aparente contradição entre nossa debilidade e o desejo de viver com paixão apresenta-nos a sabedoria do Evangelho, que descobre a beleza do amor não em realizações pessoais ou em uma vida impecável, mas na humildade e sinceridade do coração; não no aparente, mas no que Deus vê; não na lógica do mundo, mas na de Cristo que não veio para ser servido, mas para servir.

**A experiência de sermos fracos, mas de estar vivos por amor, vai introduzindo-nos na sabedoria pascal de morrer para viver e dar**

**vida.** Então nos sentimos chamados a viver com um coração apaixonado, não de forma sentimental e instável, mas como um fruto maduro do descobrir que Deus “faz nova todas as coisas” (cf. Ap 21,5). Acreditamos no Amor e, embora caiamos uma e outra vez, mesmo que sejam os fracassos nossos companheiros de caminho, mesmo que caminhemos “por vales escuros” (cf. Sl 23,4) e o sentido de muitos acontecimentos tantas vezes nos escape, vivemos sempre o milagre de seu olhar amoroso que ressuscita em nós um coração apaixonado.

Este é o combate espiritual que assumimos para colaborar com a graça para que Cristo possa ser conhecido e amado. Esse é o motivo que nos impede de viver acomodados em uma postura de indiferença e motiva-nos a empreender com um coração magnânimo, entusiasta e criativo as ações ao nosso alcance que fazem o Reino presente com maior profundidade e extensão. Este é o Amor que não se cansa de nos fazer bons samaritanos que saem ao encontro das necessidades urgentes do nosso próximo. A fidelidade de Cristo, seu perdão constante é o que mantém viva em nós a certeza de saber “em quem confiamos” (cf. 2Tm 1:12), que nos leva a enfrentar com força e coragem os desafios que a vida nos apresenta, colocando toda a nossa pessoa em jogo e oferecendo nossa própria pobreza e fragilidade, porque não temos a confiança depositada em nós mesmos, mas nEle. A relação com Ele nos permite descobrir nas situações da vida oportunidades de fazer experiência e anunciar o amor de Deus. E é o que nos leva a



ser responsáveis por nossos compromissos e com nossa própria formação; porque o amor de Deus nos torna cada vez mais realistas, ou seja, mais comprometidos com a realidade.

Esse estilo de entrega nasce de um coração contemplativo e evangelizador. Ao mesmo tempo, podemos considerá-lo como uma maneira de formar esse coração. Aqueles que por temperamento já vivem com magnanimidade, criatividade, força e coragem, podem novamente entrar em si mesmo para enraizar sua atividade no mistério de Cristo. Quem sente que o estilo de apóstolo descrito no número 10 do Estatuto o supera, pode parar para olhar com Cristo para as necessidades urgentes, desafios e oportunidades que existem ao redor para lançar-se de modo concreto e realismo para as ações que surgem do amor.

## **Contemplando a vida no Evangelho e o Evangelho na vida**

A maneira mais óbvia de aprender a ser contemplativo é a vida da oração. É verdade que seria um erro reduzir a dimensão contemplativa a momentos de oração, mas também é verdade que “não se pode orar” “em todos os momentos” se não se ora, com especial dedicação, em alguns momentos” (CIC 2697). E a vida de oração, segundo o Catecismo, nada mais é do que “a relação viva e pessoal com o Deus vivo e verdadeiro” (CIC 2558), que é justamente o que nos torna contemplativos e evangelizadores.

Atravessando pelas páginas do Evangelho encontramos a verdadeira face de Jesus de Nazaré, cujos amigos e apóstolos queremos ser. Contemplar a Cristo no Evangelho é muito mais que refletir sobre suas palavras e relembrar de seus atos de dois mil anos atrás. Nada do que Ele viveu pertence simplesmente ao passado. “Tudo que Cristo é e tudo o que Ele fez e sofreu pelos homens participa da eternidade divina e, portanto, domina todos os tempos e neles mantém permanentemente presente” (CIC 1085). **Portanto, ao rezarmos sobre o evangelho, nos fazemos realmente presentes a Ele e Ele a nós.** Acompanhamos em seus percursos pela Galileia e Judéia até chegar a estarmos juntos com Ele na cruz e ressuscitado. Ao contemplarmos os mistérios de sua vida, aprendemos o “conhecimento interior do Senhor” (CIC 2715). Só se olharmos para Ele podemos conhecê-lo de verdade. Só se o conhecermos, acreditaremos no Seu amor. Só se acreditarmos no Seu amor podemos evangelizar.

Outro momento e forma de orar é a revisão orante da própria vida. O exame de consciência diário não é uma preparação antecipada da confissão. Em vez disso, é uma oportunidade de contemplar a própria vida para descobrir os sinais da presença e ação de quem quer evangelizar-nos e enviar-nos para aos demais.

Se acompanharmos Jesus Cristo em sua própria vida, contemplando o Evangelho, deixaremos ser acompanhados por ele em nossas vidas. Tudo o

que Ele viveu, quer viver em nós (cf. CIC 521).

# Conclusão: Cristo está vivo

Cristo está vivo, amando e agindo agora em nós, através do seu Espírito para levar-nos ao Pai. Ele está vivo, agindo e amando em favor dos demais e do mundo. Queremos ser contemplativos e evangelizadores para estar cada vez mais em sintonia com Ele, acolhendo o seu amor, percebendo sua ação, descobrindo os brilhos de sua luz em nós e ao nosso redor, descobrindo a escuridão onde ele quer brilhar mais e emprestando-lhe todo o nosso ser para que Ele possa amar e agir por meio de nós.

# Exercícios

# Exercícios

1

## O Encontro que relata minha história como apóstolo

Cada apóstolo tem uma história de encontro e relação com o Senhor. Pedro deixou as redes para ser um pescador de homens, João não esquece que sua chamada foi às três horas da tarde quando ele conheceu o Senhor pela primeira vez. Histórias e encontros moldam como ser apóstolos, como transmitir e ser transformado por Cristo em todos os aspectos de sua vida.

### A. Perguntas para responder pessoalmente

1. Você se lembra do momento do encontro que está na origem ou é o fundamento de você ser um apóstolo? Pode descrever brevemente como tem configurado sua forma, seu estilo de ser um apóstolo?
2. Reconhece os dons, estilo, qualidades em seu modo de ser um apóstolo que estão ligados à sua relação com o Senhor?

Se você tivesse que destacar qualquer traço do seu modo de ser um apóstolo, do seu estilo evangelizador à luz desta história, quais seriam?

### B. Na comunidade

1. No pessoal, cada um responde às perguntas 1

e 2 da parte A.

2. Com base nas perguntas acima, cada um coloca em uma folha branca seu nome, e embaixo 3 adjetivos que ele sente descrever seu “estilo” evangelizador, ou seja, a própria maneira pela qual ele vive sua condição como apóstolo.

3. Cada membro do grupo escreve nas folhas de outros um adjetivo que, em sua opinião, responde ao “estilo” evangelizador dessa pessoa.

4. Quando todos escrevam nas folhas de todos, pode-se ter uma conversa a partir das seguintes perguntas:

Encontramos semelhanças em nossas experiências? quais? Eles têm a ver com o carisma do Regnum Christi? Em que nos diferenciamos? Como pode essas diferenças favorecer a evangelização? Como nos complementamos, somos necessários uns para os outros?

Qual é o nosso estilo como equipe? Até que ponto vivemos em comunhão nossa missão?

Para que somos chamados?

Até que ponto nossos encontros, nossos diálogos, nossos apostolados... nossa vida em equipe é contemplativa e evangelizadora?

## 2 Contemplativos e evangelizadores na realidade.

Dizemos que, desde que Deus se tornou homem, desde a encarnação, não há nada que não possa ser penetrado pela realidade do Reino, pelo próprio Deus. Para o Apóstolo, toda realidade é uma possibilidade do Reino. As situações mais cotidianas podem ser momentos profundamente contemplativos, que quando são evidenciados para os outros, tornam-se oportunidades de evangelização.

### a) No pessoal

1. Você pode encontrar uma notícia, uma situação atual que você acha que pode ser iluminada pelos valores do Reino? Como?
2. Que sinais, incipientes ou óbvios, do Reino, você encontra nesta notícia?
3. Como alguém pode ser um apóstolo no meio desta situação? Como essa situação nos chama de apóstolos de Cristo?

### a) Na comunidade

Escolha uma notícia ou situação atual entre todos. Fale sobre como acreditamos que essa realidade pode ser iluminada por Cristo, pelo evangelho. Há situações que refletem Cristo mesmo no meio da contradição? Podemos encontrar o Reino nesta



situação?

Olhe com olho de apóstolos. Quais são as possibilidades do Reino que encontramos nesta notícia ou situação? Como são as ocasiões para a contemplação e evangelização?

3

## O Evangelho na Minha Própria Vida: Contemplação e Ação.

Cristo é um eterno presente. Ele está conosco, em nós, na realidade, no hoje. Faz-se presente através de nossa maneira de olhar, escutar, acolher, entender, despertar... Por isso podemos, se pararmos um momento, encontrá-lo nos lugares onde menos imaginamos.

### a) No pessoal

1. Você já sentiu que o evangelho se torna atual e ganha vida em sua própria vida? Existe um momento específico na vida cotidiana ou inclusive no apostolado que pode relacionar com uma passagem evangélica?

2. Que coisas, atitudes, momentos, te ajudam a viver a realidade como um momento de contemplação? O que te ajuda a encontrar-se com Deus no meio da vida cotidiana?

### B. Na comunidade

Podemos lembrar como uma comunidade/equipe algum apostolado onde vivemos uma situação em que podemos dizer que o evangelho se encarnou novamente, onde as pessoas e circunstâncias deixaram claro para nós que uma passagem, ou várias, se atualizavam diante dos nós.

Como podemos ajudar-nos como uma equipe a criar momentos de oração no meio de nossas

atividades? Como podemos viver nossos momentos de ação como equipe, de modo que sejam momentos profundos de encontro com o Senhor? Temos alguma iniciativa?

Podemos também transformar nossos momentos de oração em momentos de apostolado? Quem pode ajudar a conseguir isso?

4

## Aprenda com Cristo

A tensão entre contemplativo e evangelizador é integrada quando vivemos dentro do Mistério de Cristo Apóstolo. É nele que encontramos a maneira unificada de viver essas duas dimensões. É no estilo de vida dele que encontramos as respostas.

1. Dobre uma folha em dois. Ele escreve de um lado “contemplativo” e de outro “evangelizador”. Em cada título, faça uma lista de ações e situações da sua vida que acredita correspondem a um ou outro.

2. Reflita sobre o que aconteceria se você ficasse apenas com ações de um lado - contemplativo ou evangelizador - o que aconteceria em sua vida?

3. Agora encontre possíveis tensões entre as duas “listas”. Por exemplo, preciso de algum tempo para rezar em frente ao Santíssimo Sacramento, mas tenho um horário de trabalho que não me permite ir a nenhuma capela. Ou, eu gostaria de poder ir a um apostolado, mas minha família agora precisa que eu esteja aqui todo fim de semana.

4. Leve esta lista para a oração. Pergunte a Cristo como suas tensões podem ser integradas. Olhe para Ele, como posso passar do “ou trabalhar ou rezar”, para “trabalhar e rezar” integração, por exemplo? Como eu teria feito isso? Como é que ele me convida para fazer isso?

## Um dia contemplativo e evangelizador

5

Cristo, como qualquer ser humano, “encheu” seu dia de atividades. Dormia, comia, ia a festas, trabalhava, ajudava em casa... Cristo era contemplativo e evangelizador. No mistério de Cristo, o Apóstolo, encontramos uma maneira de integrar essas duas dimensões em nossas próprias vidas.

1. Como é o seu dia? Escreva, o tipo de atividades que você normalmente faz em um dia. (Estudo, tempo em família, esporte, trabalho, oração...)
2. Tente procurar uma passagem evangélica onde Cristo fez a mesma atividade que você está fazendo. Se você não consegue encontrar nenhuma passagem, imagine Jesus fazendo isso.
3. Pergunte a si mesmo: Como Cristo faria essa atividade? Que características teria? O que estaria pensando enquanto fazia? Como os outros viam quando a fazia?

6

## Enviados pelo Espírito

Queremos ajudar a fazer o Reino presente em nosso mundo. Como entendemos que é o Espírito quem aponta o caminho para nós, queremos colocar nossa ação em suas mãos, para que Ele possa nos guiar e nos dizer para onde ir.

1. Comece com um tempo de oração na comunidade. Reunidos pelo Senhor, peçam ao Espírito Santo para mandá-lo para onde Ele acredita que você pode fazer um bem maior.

2. No final do momento de oração, cada um comente se é que tenha alguma necessidade, ou situação no coração em que crê que pode responder com alguma atividade apostólica.

3. Juntos, discirnam o modo e o momento de levá-lo adiante.

## Apostolado Contemplativo

7

Realizamos muitas atividades e ações evangelizantes. Todas elas exigem um trabalho, uma organização, recursos e tempo investidos. Como podemos ver essas atividades a luz das dimensões contemplativa e evangelizadora que falamos neste ensaio?

1. Escolha um apostolado existente.
2. Existe uma passagem evangélica onde Cristo faz algo assim, ou qualquer passagem das Sagradas Escrituras que você encontra relacionado a este apostolado?
3. Do ponto de vista da Palavra de Deus, como seria esse apostolado? Como Jesus faria isso?
4. Como queremos vivê-lo? Há alguma coisa que gostaríamos de mudar na forma como vivemos essa atividade? Há algo que nos faz felizes porque foi feito à luz da Palavra?
5. Como entra a dimensão contemplativa na realização desse apostolado? Há algum ponto que envolva a oração diretamente?





