IAA

O PODER TRANSFORMADOR DA GRATIDÃO

PARA COM DEUS

O TESTEMUNHO

23 MARÇO

O PODER TRANSFORMADOR DA GRATIDÃO

GRATIDÃO A DEUS - O TESTEMUNHO DE FÉ

23 MARÇO 2021

"CRISTO PODERIA TER NASCIDO MIL VEZES EM BELÉM, MAS SE HOJE NÃO NASCEU NO VOSSO CORAÇÃO, NASCEU EM VÃO.

No seu livro "O poder da gratidão", Pascal Ide relata um acontecimento surpreendente.
A cena tem lugar num restaurante em Filadélfia. Dois amigos acabaram de almoçar. Quando chega a altura de pagar a conta, a empregada diz-lhes que um casal que acabou de sair já a pagou. Os amigos ficam atordoados e, tocados pela generosidade, decidem fazer o mesmo para outros clientes noutra mesa. Lynn Willard, uma das empregadas de mesa, testemunha esta efusão de generosidade com lágrimas nos olhos: "Aquilo continuou durante as cinco horas seguintes". De facto, as pessoas não só pagavam pelos outros, como também não se preocupavam com o preço e muitas vezes acrescentavam uma gorjeta generosa!

A GRATIDÃO É A RESPOSTA A UM BENEFÍCIO: É UM ACTO QUE SE REALIZA EM 3 PASSOS E COM 3 GRAUS

3 PASSOS

— Primeiro: **ADMITIR - Reconhecer que recebi um benefício.**
Tomo consciência de ter recebido uma ajuda, um presente de outros.
— Segundo: **ACOLHER - Sentir, ser tocado pela emoção.**
Sinto uma emoção (gratidão, admiração, reconhecimento, alegria...) e dou-me o tempo necessário para saborear essa emoção.
— Terceiro: **AGRADECER - Responder, decidir livremente fazer o mesmo.**
Sou levado interiormente a agir. Tento retribuir, de acordo com o meu poder e nas circunstâncias mais favoráveis, presente por presente.

3 GRAUS

São Tomás de Aquino na Summa Theologica fala de 3 graus: "A gratidão conhece vários graus. "A gratidão conhece vários graus.
— O primeiro é que o homem reconhece o benefício recebido;
— O segundo é que dá graças;
— O terceiro é que ele retribui, de acordo com as circunstâncias e de acordo com as suas possibilidades".

UM PRESENTE GRATUITO GERA MUITAS VEZES UMA CASCATA DE GRATIDÃO!

O que é que se passa? A pessoa que sente gratidão sente-se como que obrigada a dar - dando livremente - por sua vez não só ao seu benfeitor, mas ainda mais a estranhos.

1. **RECONHECER E SABOREAR**

   Podemos viver num estado de gratidão permanente.
   O Padre Lionel Dalle no seu livro O Milagre da Gratidão apresenta **"Cinco verdades que nos permitem estar em gratidão em todas as circunstâncias":**

1ª — O mundo é governado por Deus que é bom!

"Não tenhas medo, estou contigo". Não olhes à tua volta com ansiedade. Sim, o teu Deus sou eu. Eu faço-te forte, venho em teu auxílio e protejo-te com a minha mão poderosa e vitoriosa" (Isaías 41,10)

2ª - A vitória do amor é certa, mesmo que não seja visível.

"Creio, de facto, que não há comparação entre os sofrimentos do tempo presente e a glória que nos será revelada" (Romanos 8,18)

3ª - Pelo seu omnipotente poder, Deus tira o bem do mal.

"Sabemos que quando os homens amam a Deus, Ele próprio faz que tudo contribua tudo para o seu bem, uma vez que são chamados segundo o desígnio do seu amor" (Romanos 8,28)

4ª - Deus ama-me com um amor eterno e envolve-me na sua misericórdia...

"Estou certo de que nem a morte nem a vida, nem os anjos nem os principados celestes, nem o presente nem o futuro, nem as potestades nem as alturas nem os abismos, nem qualquer outra criatura, nada nos pode separar do amor de Deus que está em Cristo Jesus nosso Senhor" (Romanos 8, 38-39)
"Agora, assim fala o Senhor: (...) 'Não tenhas medo, porque eu te resgatei, eu te chamei pelo teu nome, tu és meu. Quando atravessares as águas, eu estarei contigo, os rios não te submergirão. Quando caminhares no meio do fogo, não te queimarás, a chama não te consumirá. (…) Porque és precioso para mim, porque és valioso e porque te amo, dou reinos em troca de ti, nações em troca da tua vida. Não temas, pois eu estou contigo. "(Isaías 43 1-5)

5ª - Deus dá-me a sua graça em cada momento e quer a minha felicidade

"*Sim, eu, o Senhor, conheço os planos que faço para vós. Declaro: não são planos de infelicidade, mas planos de felicidade. Quero dar-vos um futuro cheio de esperança*" (Jeremias 29,11).

Quando considero tudo o que Deus fez por mim, não só no passado, mas no hoje da minha história, tenho um profundo reconhecimento. Digo a mim mesmo: "*Tudo isto Ele – o Deus Todo-Poderoso, Infinito e Eterno - fez por mim*".
Então percebo quanto Ele me amou, quanto Ele ainda me ama hoje e saboreio este amor e só posso agradecer por tantas graças, por tantas bênçãos!
Vivo assim as duas primeiras etapas da gratidão como propõe o Salmo 34,9: **"Saboreai e vede como o Senhor é bom".**

2 Responder e retribuir

Mas no momento em que sinto o gosto deste amor, nesse preciso momento, surge em mim uma pergunta: "**Como retribuirei ao Senhor por todo o bem que Ele me fez?**" (Salmo 115,12).
Torna-se então claro que, no terceiro grau de gratidão, o dom recebido nos obriga, nos impele interiormente!
Como podemos fazer isto?

Uma vez que a gratidão nos obriga a tal, o que podemos fazer é dar glória e louvor a Deus, testemunhando àqueles que encontramos sobre o que Deus fez por nós.
O "testemunho de fé" é a gratidão em ação, porque os 3 passos da gratidão se manifestam num testemunho!

O testemunho é uma oportunidade de:
— **Reconhecer** as bênçãos de Deus,
— **Sentir emoção** (gratidão, admiração, alegria, etc.)
— **Responder ou dar** amor por amor!
Isto foi o que Jesus disse tão claramente: "Amai-vos uns aos outros; como eu vos amei, assim também vós deveis amar-vos uns aos outros" (João 13,34) e "recebestes de graça, dai de graça" (Mateus 10,8).

III PORQUÊ PARTILHAR O MEU TESTEMUNHO?

1 Para glorificar a Deus e permitir que outros o façam

O objetivo de testemunhar é glorificar a Deus e tocar os corações. Jesus disse-lhe: "*Recupera a tua vista; a tua fé te salvou. Imediatamente recuperou a vista e seguiu Jesus, glorificando a Deus. Quando todas as pessoas viram isto, glorificaram a Deus*" (Lucas 18,42-43).

2 Para obedecer a Jesus

Jesus disse-lhe: '*Vai para casa ter com o teu povo e diz-lhe tudo o que o Senhor fez por ti na sua misericórdia. Então o homem foi-se embora e começou a proclamar na região da Decápole o que Jesus tinha feito por ele, e todos ficaram admirados*" (Marcos 5,18-20).

"*Então abriu-lhes a mente ao entendimento das Escrituras, e disse-lhes: 'Assim está escrito que Cristo sofreria e ressuscitaria dos mortos ao terceiro dia, e que em seu nome seria proclamado o arrependimento para a remissão dos pecados a todas as nações, a começar por Jerusalém. Disso vós sois testemunhas*" (Lc 24,44-48)

3 Edificar os outros e provocar a esperança

"*A mulher, deixando lá o seu cântaro, voltou à cidade e disse ao povo: 'Venham ver um homem que me disse tudo o que eu tenho feito. Ele não será o Cristo"? Eles saíram da cidade, e iam na sua direção*" (João 4,28-30).

— Não contamos a história da sua vida: damos o seu testemunho. O objetivo do testemunho é dizer o que Deus fez na minha vida... (por isso já não é exatamente a minha vida).
— O testemunho envolve sempre duas coisas: uma narração dos factos e uma indicação do significado dos acontecimentos. "Deus estava lá e eu não o sabia!" Génesis 18,16.

IV COMO PREPARAR E DAR O SEU TESTEMUNHO?

1 Pontos a ter sempre presente:

— **O testemunho é sobre Jesus**
Não basta apenas contar a minha história. É preciso:
— Dizer o que Jesus fez na minha vida => a minha experiência
— Dizer o que mudou => a minha conversão

— Explicar (se possível) a graça que recebi => a minha leitura teológica. Deus quer dizer-me algo na forma como tem agido em mim.

— Dizer quem é Jesus para mim hoje => a minha fé

— Oferecer com o meu testemunho: um ensinamento de Cristo.

— O melhor testemunho é o dos Evangelhos.

— Os evangelistas oferecem – no seu testemunho – um itinerário espiritual que também nos faz descobrir Cristo. Eles oferecem uma experiência espiritual, ao mesmo tempo que nos fazem vivê-la.

2 Alguns passos para ajudar a preparar o meu testemunho

— Implorar o Espírito Santo

— Identificar as grandes etapas que marcaram e escalonaram a minha "história santa"

— as graças
— os tempos fortes espirituais e humanos
— os encontros-chave
— "marcos" da vida
— as obras de Deus que me conduziram a estar aqui hoje

3 Um método eficaz - Para não dizer banalidades...

Tente pensar em exemplos e detalhes específicos em resposta a cada pergunta:

— Que tipo de vida tinha eu antes de conhecer e aceitar Jesus Cristo como Senhor e Salvador?

— Qual era o meu comportamento, necessidades e problemas?
— À volta de que é que girava a minha vida? O que era importante para mim?
— Onde é que eu procurava segurança, paz, amor e felicidade?

— O que aconteceu que me levou a encontrar Jesus Cristo e a entregar-lhe a direção de toda a minha vida?

— Quando é que ouvi falar de Jesus/Deus pela primeira vez?
— Quando foi a primeira vez que descobri uma fé cristã dinâmica?
— Quais foram as minhas primeiras reações a Jesus Cristo?
— Qual foi o ponto de viragem para mim?
— Com que sentimentos me debati mesmo antes de tomar a decisão?

— Depois de ter escolhido Jesus Cristo, o que me aconteceu?

— Que mudanças observei eu na minha vida? Nas minhas ações?
— Quanto tempo demorei a perceber que tinham ocorrido mudanças?
— Agora o que significa Jesus para mim?
— Porque é que acredito em Deus? E o que é que Deus está a fazer na minha vida?

4 Algumas pistas

— Começar com uma frase de choque, uma frase que agarre ou relatar ou um incidente. Por exemplo: há 3 anos, eu não conhecia Cristo e não era batizado... (fica-se à espera de algo interessante).
— Ter um fio condutor, uma sequência lógica e se possível cronológica, A-B-C -D-E-F
— Nunca voltar atrás a meio da exposição.
— Há um centro para o nosso testemunho: Jesus.
— Não julgar moralmente a sua vida passada, nem a sua vida presente. Ex: Eu estava a tomar drogas, era errado! Julgamos imediatamente o toxicodependente que ali se encontra.

— Não criticar a Igreja, uma organização ou qualquer pessoa.
— Ser positivo desde o início até ao fim.
— Ser preciso. Dar bastantes pormenores para despertar o interesse.
— Ser realista. Não assumir que Jesus Cristo tira todos os problemas da vida, mas dizer como Ele acompanha mesmo em tempos difíceis.
— Treinar a narrativa do testemunho até se tornar natural. Praticar a partilha com um amigo cristão ou membro da família.
— Contar a história com entusiasmo, confiando na orientação do Espírito Santo.
— Sorrir frequentemente. Pedir ao Senhor que dê uma expressão agradável.
— Falar claramente com uma voz natural e descontraída. Fale alto o suficiente para ser ouvido.
— Remover o vocabulário "católico" que não significa nada para os não iniciados.

5 **Atenção!**

— Todos têm um testemunho a dar.
— Uma história mais focada também pode ser contada.
Ex: Gostaria de vos dizer como o pensamento da vida eterna me tem ajudado na minha vida pessoal e profissional… Vou simplesmente contar 3 eventos...

#18 EXERCÍCIO **Identificar as grandes etapas que marcaram e marcaram a minha "história santa":**

— as graças
— os momentos fortes espirituais e humanos
— os encontros chave
— os "marcos" da minha vida
— as obras de Deus que me conduziram a estar aqui hoje.

#19 EXERCÍCIO **Começar a responder às perguntas:**

— Que tipo de vida tinha eu antes de conhecer e aceitar Jesus Cristo como Senhor e Salvador?
— O que aconteceu e quem me fez conhecer Jesus Cristo e dar-lhe a direção de toda a minha vida?
— Depois de ter escolhido Jesus Cristo, o que me aconteceu?

#20 EXERCÍCIO **Começar a responder às perguntas:**

Pôr-se em grupos de 2 e partilhar durante 3 minutos parte do testemunho. (Recordando explicar como era a vida antes de conhecer Jesus Cristo, como O conheci, e como vivo agora).

#21 EXERCÍCIO **Escrever o seu testemunho a partir dos pontos apresentados na parte IV**

Esta caminhada de quaresma é animada pela Comunidade Emanuel e oferecida pelas Igrejas de Arroios e Anjos.
Se quiseres contribuir para as despesas das igrejas:

São Jorge de Arroios
PT50 0036 0052 9910 0315 8613 5
MBWAY 920 265 061

Nossa Senhora dos Anjos
PT50 0010 0000 5216 8030 0012 5
MBWAY 920 394 987