

# O 'poder' da fragilidade

FOLHA DE APOIO AO MOMENTO DE PARTILHA NO PEQUENO GRUPO

## LEITURAS

Isaías 58, 7-10

Salmo III (112)

1Coríntios 2, 1-5

Mateus 5, 13-16

## Orientações para o grupo

- O importante é a experiência pessoal, sem medo de expor as próprias fragilidades;
- A vulnerabilidade cria laços de confiança e amizade.

## Catequese

Andar às escuras (*dentro da sala*) e/ou comer algum alimento insosso (*e que seja habitual comer salgado*)

Aprofundar a 'fraqueza' e o 'poder' do sal e da luz (*fazer uma lista sobre as 'fraquezas' e os 'poderes' do sal e da luz*)

Relacionar com a experiência pessoal (*quando é que nos sentimos 'fracos' e 'poderosos'*)

Dinâmica complementar para o grupo de catequese.

## “Apresentei-me cheio de fraqueza”

A fragilidade aproxima, é o que mais une as pessoas. Nascemos vulneráveis, expostos à fragilidade. Apresentar-se aos outros «cheio de fraqueza» é um ato tremendamente poderoso. Aproxima, gera empatia e acolhimento, transforma o estado de espírito, abre à esperança, renova a vida. As nossas relações dependem do modo como decidimos

tratar a vulnerabilidade dos outros. Temos duas opções: aproveitarmo-nos da fragilidade do outro, ou cuidar dela com compaixão e misericórdia. Distraídos, preferimos evitar os corações feridos. Atentos, dispostos a ser sal e luz à maneira do Mestre, agarramos a primeira oportunidade para pôr em prática as obras de misericórdia.

## Questões para os pequenos grupos

### Q1

#### Qual foi a maior alegria da tua vida?

Questões auxiliares: Como foi? Quem te deu essa alegria? Quando foi? Porque é que foi uma alegria?

### Q2

#### Descreve o último gesto gentil que alguém teve contigo e que melhorou o teu humor?

Questões auxiliares: Quando foi? Como foi? Onde foi? Foi feito por um conhecido ou um desconhecido? Como é que esse gesto alterou esse teu dia?

### Q3

#### Qual é a 'fraqueza' que tens coragem de assumir e desejas melhorar?

Questões auxiliares: Como é que descobriste essa tua fraqueza? É antiga ou recente? Que ações concretas podes fazer para a superar?

### Q4

#### Como é que testemunhas o 'poder' da fragilidade?

Questões auxiliares: Costumas dar testemunho da tua vulnerabilidade? Como é que o fazes? Qual é o impacto que causa nos outros? Qual é o impacto que causa em ti?