

# Serei feliz se... eu vencer o mal com o bem

“Felizes os mansos, porque possuirão a terra!” (Mt 5,6)



## Objetivo

Aprender a reconhecer e administrar de modo pacífico as situações que provocam o comportamento violento em nós e nos outros.



## Qual foi o resultado?

Na fase de acolhimento, deixar espaço para o diálogo e a comunicação de quanto cada um viveu, das experiências feitas e dificuldades vividas. Podemos lembrar os objetivos que nos foram colocados no último encontro: “Qual foi o resultado que obtivemos?”



## Atividade inicial

### DRAMATIZAÇÃO

Os participantes se dividem em 3 grupos, onde refletirão sobre uma das seguintes situações:

**SITUAÇÃO 1:** Max é meu colega de sala de aula e todos implicam com ele porque é gordo e antipático. Quando ele fica com raiva, na maioria das vezes, se comporta de modo violento com os outros. Como posso agir diante dele?

**SITUAÇÃO 2:** Em casa, não é fácil entrar de acordo com a minha irmã mais nova. Frequentemente ela vem me perturbar enquanto estou estudando ou estou com os meus amigos. Ela não deixa espaço para que eu faça aquilo de que gosto e ainda, na maioria das vezes, vai contar aos meus pais aquilo que estou fazendo. Como posso administrar o meu relacionamento com ela?

**SITUAÇÃO 3:** Eu tive uma briga feia com um dos meus amigos que faz parte do meu grupo. Acho que ele estava errado, mas nem todos no grupo pensam da mesma forma. Agora, o clima no grupo está tenso e está se dividindo em pequenos grupos de oposição. O que posso fazer para que o clima no grupo volte a ser como era antes?

Em cada grupo, depois de ouvir a opinião de todos, será preciso se colocar de acordo sobre uma estratégia comum para resolver a situação.

No final, em uma plenária, cada grupo poderá “encenar” a própria situação juntamente com a decisão comum para resolvê-la.



## Vivemos assim

Desde pequena comecei a fazer um jogo que chamo de "mudar o mundo com um sorriso". Participo da Mariápolis todos os anos desde que nasci e aprendi a importância de ver Jesus em todos. Percebi que a maneira mais fácil e muitas vezes mais eficaz de colocar isso em prática é simplesmente com um sorriso.



Lembro que um dia, depois da missa, estava voltando para casa de bicicleta, quando encontrei uma senhora idosa que estava caminhando. Ela tinha um olhar triste e cansado, mas quando lhe dei um sorriso e a cumprimentei com alegria, o seu rosto ficou sereno e ela até mesmo me retribuiu um sorriso. Eu a vi transformada, mais linda e feliz.

(T. K. Nova Zelândia)

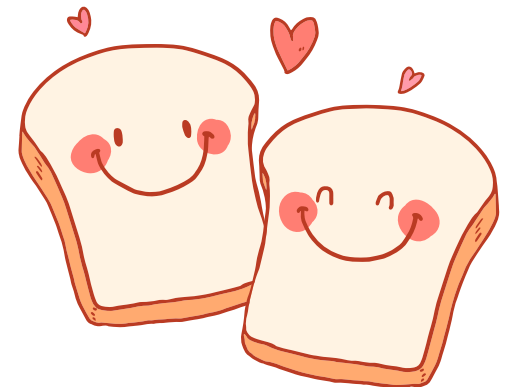


Na minha sala de aula, tinha uma menina que me parecia muito antipática pois ela sempre se gabava de tudo. A certa altura, a professora a colocou como minha companheira de carteira, e eu definitivamente não fiquei feliz com isso. Um dia, no entanto, percebi alguma coisa de errado. Tive a tentação de ignorá-la, porém senti que Jesus me dizia "Felicizes os mansos, porque possuirão a terra". Assim, me aproximei e perguntei se ela estava com algum problema. Descobri que ela não tinha tomado café, porque perdeu o seu ticket e que estava com mui-

ta fome. Eu já tinha tomado o meu café, logo, não tinha como dividi-lo, porém dei a ela o meu ticket do café da manhã do dia seguinte, mesmo sabendo que eu não teria um outro.

Fiquei muito feliz de ter feito esse ato de amor para a minha colega, e daquele dia em diante nos tornamos grandes amigas.

(M.T. USA)



Aconteceu  
comigo...



Em profundidade

## VENCER COM A DOÇURA



“Com todas as violências, sequestros, atos terroristas praticados também por adolescentes dos quais se fala todos os dias na televisão, nós, gen, sentimos que é necessário se colocar decididamente na via oposta dessa estrada: na via dos dóceis, dos quais fala Jesus. Esses, mesmo quando ofendidos, não se deixam levar pela raiva, pela vingança, mas vencem o mal com o bem.

Esses sabem que qualquer violência ou opressão significa ir contra Deus, portanto as renegam, suportando tudo com paciência,

deixando que Deus coloque as coisas no seu lugar.

Essa era a característica de Jesus, dócil e humilde de coração, suportando as calúnias e as ofensas sem se revoltar, por amor a nós, e estas também foram as características de muitos dos primeiros cristãos que levavam a fé em Cristo justamente entre aqueles que os perseguiram, vencendo-os com a doçura: «Não tenho medo de você, mas o amo», eles às vezes diziam aos seus executores”. 💡

*Chiara Lubich,  
Rocca di Papa,  
20 de junho de 1975,  
Congresso gen 3,  
As Bem-aventuranças*

Serei feliz se...  
eu vencer o mal com o bem



## Reagir com humilde docilidade

«Felizes os mansos,  
porque possuirão  
a terra»

É uma frase forte, neste mundo que, desde o início, é um lugar de inimizade, onde se briga por todo o lado, onde há ódio em toda a parte, onde constantemente classificamos os outros pelas suas ideias, os seus costumes e até a sua forma de falar ou vestir. Em suma, é o reino do orgulho e da vaidade, onde cada um se julga no direito de elevar-se acima dos outros. Embora pareça impossível, Jesus propõe outro estilo: a mansidão. É o que praticava com os seus discípulos, e contemplamos na sua entrada em Jerusalém: "Aí vem o teu Rei, ao teu encontro, manso e montado num jumentinho." (Mt 21, 5; cf. Zc 9, 9).



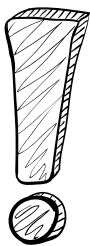
*Exortação Apostólica  
Gaudete et Exsultate [71 - 74]  
Papa Francisco*

Disse Ele: "Aprendei de Mim, porque sou manso e humilde de coração e encontrareis descanso para o vosso espírito" (Mt 11,29). Se vivemos tensos, arrogantes diante dos outros, acabamos cansados e exaustos. Mas, quando olhamos os seus limites e defeitos com ternura e mansidão, sem nos sentirmos superiores, podemos dar-lhes uma mão e evitamos de gastar energias em lamentações inúteis. Para Santa Teresa de Lisieux "a caridade perfeita consiste em suportar os defeitos dos outros, em não se escandalizar com as suas fraquezas".

Paulo menciona a mansidão como fruto do Espírito Santo (cf. Gal 5, 23). E, se alguma vez nos preocuparem as más ações do irmão, propõe que o abordemos para corrigi-lo, mas "com espírito de mansidão", lembrando-nos: "e cuide-se você também, para que não sejais tentado". (Gal 6, 1)" Mesmo quando alguém defende a sua fé e as suas convicções, deve fazê-lo com mansidão (cf. 1 Ped 3, 16), e os próprios adversários devem ser tratados com mansidão (cf. 2 Tm 2, 25). Na Igreja, erramos muitas vezes por não ter acolhido este apelo da Palavra divina. A mansidão é outra expressão da pobreza interior, de quem deposita a sua confiança apenas em Deus. De fato, na Bíblia, usa-se muitas vezes a mesma palavra "anawin" para se referir aos pobres e aos mansos. Alguém poderia objetar: «Mas, se eu

for assim manso, pensarão que sou insensato, estúpido ou frágil». Talvez seja assim, mas deixemos que os outros pensem isso. É melhor sermos sempre mansos, porque assim se realizarão as nossas maiores aspirações: os mansos «possuirão a terra», isto é, verão as promessas de Deus cumpridas na sua vida. Porque os mansos, independentemente do que possam sugerir as circunstâncias, esperam no Senhor, e aqueles que esperam no Senhor possuirão a terra e gozarão de imensa paz (cf. Sal 37/36, 9.11). Nello stesso tempo, il Signore confida in loro: "Ao mesmo tempo, o Senhor confia neles: é nos humildes de coração contrito que os meus olhos se fixam, pois escutam a minha palavra com respeito" Is 66, 2).

Reagir com humilde mansidão, isto é santidade..💡



## Vamos tentar!

“Aprende de mim, que sou manso e humilde de coração” disse Jesus. Chiara nos deu Jesus como modelo, como aquele que devemos seguir. Assim, neste mês, procurando viver como Jesus, tentarei:

1. Evitar agir e reagir impulsivamente, questionando-me antes de cada ação “o que faria Jesus se estivesse no meu lugar?”
2. Resistir com paciência à vontade de revidar a raiva com a raiva. Ao contrário, tentarei responder ao mal recebido com uma ação positiva.
3. Circular mensagens entre nós, todos os dias, que nos encorajem a viver dessa forma, e das experiências que mostram como as coisas estão andando.



## Em que ponto estamos?

Para **alcançar uma meta** é preciso treinar todos os dias. Escrever um diário pode nos ajudar a refletir sobre as dificuldades encontradas e perceber as mudanças positivas. Isso ajudará nos nossos propósitos até o encontro seguinte, quando teremos novamente um momento para troca de experiências.

VAMOS ESCREVER: em qual situação consegui responder o mal com o bem?

Consegui não ficar imediatamente com raiva, mas manter a calma diante das situações que normalmente me deixam nervoso/a?

Para o assistente



## Avaliação depois do encontro

- Qual era o clima entre nós? Experimentamos a alegria de nos reencontrarmos, e percebemos uma generosa atenção recíproca? Existia uma escuta respeitosa da parte de cada um, e comunhões sinceras? Podemos dizer que experimentamos a presença de Jesus entre nós?
- As atividades propostas suscitarão interesse por essas revolucionárias palavras de Jesus? Houve alguma dificuldade? O que seria útil ter em mente para melhorar na próxima vez?
- Surgiu algum contexto particular no qual é muito difícil ser manso? Podemos considerar o argumento concluído ou será necessário **aprofundar** alguma coisa no próximo encontro?