



# 10 Dicas para formar a espiritualidade na família

*Que tipo de vida espiritual deseja quer para os seus  
filhos e como a pretende transmiti-lhes?*

A **espiritualidade**, na vida da família, é uma grande ferramenta para viver com maior plenitude e dar à vida um sentido transcendente.

Apresentamos, seguidamente, uma série de dicas muito concretas e práticas que podem servir de apoio para os **pais de família**, avós, educadores, catequistas e para todas as pessoas envolvidas na formação integral, precisamente para “formar” esta **espiritualidade** em todos os membros da **família**:

**1.** Reveja suas próprias crenças. Questione a sua própria fé. Pergunte-se, frequentemente, se está convencido daquilo em que crê, do que professa e com que intensidade e verdade o pratica na vida de todos os dias. A partir daqui, questione-se que tipo de **vida espiritual** você quer para os seus **filhos** e como lha dará. Lembre-se que o exemplo e aquilo que os seus **filhos** veem em si, são os fatores que mais educam. Educa-se mais com o testemunho do que com palavras. Você vai à Missa aos domingos? Reza com frequência? Vive constantemente na presença de Deus?

**2.** Inclua a **espiritualidade** na vida dos seus **filhos** desde cedo. As crianças muito pequenas não compreendem quem é Deus, mas se você lhes falar dele, começarão a familiarizar-se e a conhecê-lo. Conte-lhes a história sagrada ou a Sagrada Escritura em forma de conto (não faltam livrinhos em forma de conto que contam a História da Salvação); fale da vida dos santos; reze com os seus **filhos**.

**3.** Aproveite as atividades da vida quotidiana para os ensinar a viver uma **espiritualidade** natural e espontânea. Ensine-os a agradecer por tudo o que têm: **pais**, amigos, avós, brinquedos, talentos... Ensine-os a dar aos que têm menos, a partilhar, a amar.

4. Dê aos eventos sagrados e atos litúrgicos, realizados na Igreja, toda a importância que merecem: Batismo, Primeira Comunhão, Profissão de Fé, Festas da Catequese, Confirmação... Destaque a grandeza que eles merecem, ensine que o mais importante é receber a graça de Deus e que é por isso que preparam um evento bonito, alegre, com todos os amigos e familiares. Mostre que tais momentos precisam de preparação e alegria, porque Jesus é o melhor que há. Você, como pai ou mãe, precisa de estar convencido(a) disso para poder transmitir essa alegria, esse amor, essa importância.

5. Apoie-se em instituições, pessoas ou catequistas que possam colaborar consigo nesta formação espiritual. Recorra à sua paróquia, onde certamente haverá algum movimento bem estabelecido e organizado que lhe dê todos os elementos para alcançar isso com maior facilidade, conseguindo torná-lo interessante. Valorize a Catequese Paroquial, incentivando-os a frequentá-la com alegria. Participe nas reuniões de pais promovidas pela Catequese, dialogue com o/a Catequista acerca do crescimento na fé dos seus filhos.

6. Faça com que a educação cristã dos seus filhos seja divertida, atraente. Ajude-os a fazer os trabalhos de casa relativos à Catequese, questione-os acerca de cada sessão de Catequese, de formação escutista. Faça com que eles realmente gostem. Adapte a informação e a formação à idade dos seus **filhos**. Atualize-se: que seus comentários e exemplos se adaptem ao que eles vivem, escutam, percebem... Que não vejam a **espiritualidade** como algo do passado, coisa de velhinhos, que não tem relação nenhuma com sua vida. Pelo contrário: que a vejam como a arma maravilhosa que dá sentido às suas vidas.

7. Ensine-lhes uma forma simples de orar. Que conversem com Deus como conversam com um amigo. Que vejam Jesus como seu confidente, seu melhor amigo. Que reconheçam que Jesus pode escutá-los, ajudá-los, levá-los a ser melhores.

8. Confira um caráter “espiritual” a todas as festividades religiosas. Procure fazer um contrapeso com tanto materialismo e comercialização apresentados pela sociedade. O Natal é importante, porque é o nascimento de Jesus. A Páscoa é importante, porque Jesus ressuscita... E assim em cada festividade: preencha-as de conteúdo espiritual estas festividades, sem tirar os presentes, a diversão, é claro. Que os seus **filhos** entendam que é tudo muito bonito quando se tem Deus.

9. Com os jovens, aproveite as suas inquietudes intelectuais, a sua capacidade crítica, o seu comportamento rebelde, para que estudem, aprofundem, pesquisem e finalmente se convençam da grandeza de Cristo. É preciso desafiá-los para que percebam que Jesus é quem dará sentido às suas vidas.

10. Tudo isso com um grande amor e respeito pelos seus **filhos**, porque eles são merecedores do grande amor de Deus. Precisam conhecê-lo, senti-lo, amá-lo. Como **pais** católicos, este é o nosso dever e nosso compromisso com Deus.

*Texto inspirado na Exortação “A alegria do Amor” do Papa Francisco.*

Leia o Documento do Santo Padre. Está no Site da Paróquia e, em livro nos Serviços Centrais e na Sacristia. Procure-o lá.