

Nº 5 - Julho de 2026

O momento presente

Espiritualidade e carisma da Venerável
Madre María Güell para hoje



*Agradecer é aprender a olhar a vida
como um dom recebido de Deus.*

APRENDER A AGRADECER

A GRATIDÃO TRANSFORMA O OLHAR

Todos os dias recebemos muito mais do que somos capazes de reconhecer.

Muitas vezes vivemos atentos ao que nos falta, ao que não saiu como esperávamos ou àquilo que ainda não conseguimos alcançar. Sem perceber, nosso olhar pode ficar preso à preocupação, à pressa ou ao desânimo.

A gratidão nos convida a olhar a vida de outro modo.

Não se trata de negar as dificuldades nem de fingir que tudo vai bem. Agradecer é descobrir que, mesmo no meio dos dias simples ou dos momentos difíceis, Deus continua sustentando a nossa vida.

Há pequenos dons que facilmente passam despercebidos: o pão de cada dia, uma conversa serena, um sorriso, o descanso, a fé que nos sustenta, uma pessoa que nos escuta, a beleza da criação ou a força para recomeçar.

Madre Maria Güell contemplava a obra de Deus com admiração e dizia:

«Como é possível que haja incrédulos quando tudo nos fala da sabedoria, da formosura e do amor de Deus? Que beleza! Quem senão Deus pode realizar estas maravilhas?» (CR 37)

Quando o coração aprende a agradecer, a realidade não muda de repente; o que muda é a nossa maneira de olhá-la.

A gratidão nos torna mais humildes, porque nos recorda que a vida é um dom. Torna-nos mais simples, porque nos ajuda a valorizar as pequenas coisas. E nos abre à confiança, porque descobrimos que Deus nunca deixa de nos acompanhar.

Agradecer é também uma maneira de viver a fé.

É dizer a Deus: *«Reconheço a tua presença em minha vida, mesmo quando não compreendo tudo.»*

A GRATIDÃO TRANSFORMA O CORAÇÃO

Quem aprende a agradecer deixa de viver apenas a partir daquilo que lhe falta e começa a descobrir a vida como um presente.

Nem tudo será fácil. Nem sempre teremos aquilo que desejamos. Mas sempre podemos encontrar algum sinal da bondade de Deus. Madre Maria Güell nos deixou uma expressão cheia de confiança:

«Como Jesus é bom para as almas que tudo esperam d'Ele! Quando considero o que Jesus e Maria fizeram por mim, tudo me parece pouco.» (CR 36)

A gratidão e a confiança caminham juntas. Quem agradece reconhece o que recebeu. Quem confia coloca também nas mãos de Deus aquilo que ainda não compreende. Por isso, agradecer não é apenas olhar para o passado e recordar o que vivemos. É também viver o presente com o coração mais aberto e olhar para o futuro com esperança.

A gratidão fortalece nossas relações. Ajuda-nos a reconhecer o bem que os outros fazem por nós, a valorizar os pequenos gestos e a não considerar nunca o amor recebido como algo garantido. Também nos torna mais generosos. Quem descobre que recebeu muito aprende também a partilhar mais.

PARA REFLETIR

O que ocupa hoje mais espaço no meu coração: aquilo que me falta ou aquilo que recebi?

Sei agradecer às pessoas que me ajudam e me acompanham?

Encontro, a cada dia, um momento para dar graças a Deus?

Nesta semana. Ao terminar cada dia, procure três motivos concretos para dar graças a Deus.

Podem parecer pequenos.

Mas, pouco a pouco, você descobrirá que toda a vida está cheia de sinais do seu amor.

APRENDER A AGRADECER TODOS OS DIAS

Madre Maria Güell viveu com um olhar profundamente confiante. Em meio ao trabalho, às dificuldades e à entrega de cada dia, soube reconhecer a presença de Deus e abandonar-se plenamente em suas mãos.

«Devemos nos alegrar e dar graças a Deus quando experimentarmos os efeitos da pobreza e nos faltar alguma coisa.» (CR 11)

A gratidão não precisa de grandes acontecimentos. Muitas vezes nasce das coisas mais simples: uma palavra que anima, uma ajuda recebida, um dia vivido em paz, uma dificuldade superada ou uma pessoa que caminha ao nosso lado.

Ao final do dia, podemos parar por alguns instantes e nos perguntar:

- Que dom recebi hoje?
- Quem foi para mim motivo de alegria ou de ajuda?
- Que dificuldade me ajudou a crescer?
- Dei graças a Deus por algum fato concreto?

Quando agradecemos, o coração se alarga e aprendemos a viver com mais paz, mais humildade e mais confiança.

Agradecer é descobrir que Deus continua caminhando ao nosso lado.

O momento presente
mariaguell.org
Baixe esta Folha no site
Disponível em vários idiomas.
Missionárias Filhas do Coração de Maria
corazondemaria.org

