



# MEJ

MOVIMENTO EUCARÍSTICO JOVEM

**Brasil**



Roteiros  
Mensais para Grupos

JULHO 2025  
FORMAÇÃO PARA O DISCERNIMENTO

## Roteiro 2 – JULHO 2025

---

### PREPARAR O ENCONTRO

---

**TEMA:** Formação para o discernimento.

**OBJETIVO:** Estimular a reflexão e a formação para o discernimento à luz da nossa Espiritualidade.

**INTENÇÃO DO PAPA:** Rezemos para que aprendamos cada vez mais a discernir, a saber escolher caminhos de vida e a rejeitar tudo o que nos distancia de Cristo e do Evangelho.

**AMBIENTAÇÃO:** Em um espaço amplo, sentarem-se em círculo. No centro, preparar dois caminhos, um deve lembrar o caminho da Luz - com vela acesa, a Palavra de Deus, flores, espinhos e algumas pedras (visto que no caminho do bem também encontramos desafios a serem superados), e outro deve lembrar o caminho das trevas - com vela apagada, garrafas de bebida e outras coisas que recordem uma alegria passageira).

**MATERIAL PARA DINÂMICA:** Pedações de tecido amarrados em alguma haste de modo que representem duas bandeiras.

**ORAÇÃO INICIAL:** Sinal da Cruz, Oferecimento Diário e o Vinde Espírito Santo.

---

### MOTIVAÇÃO

---

Música *Sobre a dúvida* - Rosa de Saron. Disponível em [Rosa de Saron feat. Leonardo Gonçalves - Sobre a Dúvida \(Clipe Oficial\)](#)

---

### DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA E ANÁLISE DA DEMANDA

---

O coordenador/animador do encontro motiva os participantes a falarem o que compreendem por discernimento - a ambientação pode ajudá-los na partilha.

A intenção de oração do Santo Padre para este mês nos convida a orar, pensar e agir sobre a formação para o discernimento. Mas, afinal, o que é discernir?

Na Etimologia, Discernir vem do latim, formado pela junção dos termos *dis* e *cernere*, e significa separar, distinguir ou perceber algo de forma clara. Portanto, o discernimento tem a ver com escolhas, tomada de decisões e opções de vida, que na esfera religiosa conhecemos por discernimento espiritual, mas ele deve abarcar a totalidade do ser humano - como por exemplo discernir uma carreira profissional.

O MEJ, na sua base, busca essa formação integral e, no decorrer da sua história, tem se alimentado da Espiritualidade Inaciana para oferecer aos adolescentes e jovens essa formação plena que colabore nas suas escolhas de vida e, assim sendo, no seu discernimento.

Santo Inácio de Loyola, nos seus escritos, vai nos dizer que nunca se faz o discernimento entre o Bom e Ruim, entre o Bem e o Mal, haja vista que o ruim e o mal precisam ser descartados em todas as situações, mas se faz o discernimento entre o bom e o melhor para si e para aqueles que estão à sua volta. Para se chegar nesse discernimento, Inácio nos dá algumas dicas:

**Moções:** É o nome dado por Inácio para aquilo que sentimos dentro de nós. Cada moção, ou sentimento, desperta em nós algo bom ou não tão bom, o que chamamos de Consolação ou Desolação. Se, diante da dúvida, coloco-me a imaginar como seria estar nas duas ou mais situações que estão me questionando, busco sentir o que cada uma delas me traz. Se me sinto bem, em paz ou mais tranquilo, significa que estou me sentindo consolado. Se, por outro lado, me sinto aflito, agitado ou ainda mais indeciso, significa que estou sentindo uma desolação. Portanto, as moções nos ajudam a perceber aquilo que nos faz bem e o que nos inquieta.

**Bom e Mau Espírito:** Mas, é preciso tomar muito cuidado! A Consolação sempre virá de Deus, não pode partir de nós mesmos, enquanto a Desolação tem um caminho oposto. Por isso, Inácio chama a atenção para saber distinguir entre o Bom e o Mau Espírito. O Bom, é aquele que dá a Consolação, portanto, o que vem de Deus, enquanto o Mau Espírito, leva-nos à desolação e provém do Divisor. Por vezes, o Mau Espírito se reveste de Bom para tentar nos enganar.

**Desejos:** Outro aspecto realçado por Santo Inácio é a importância e o cuidado que damos aos nossos desejos, por vezes renegados ou taxados como tabu, e aqui vale a pena observar que os desejos estão para muito além de apenas afetivos e sexuais, mas abrangem o complexo da nossa existência. Saber reconhecer os nossos desejos, nomeá-los e direcioná-los, ajudam a sentir melhor a Consolação e a Desolação e a perceber o Bom Espírito ou o Mau Espírito.

Tudo isso nos conduz para o discernimento, e, para chegar até ele, falta o fundamental, que reúne todas as dicas: **A Oração**, de modo particular o Exame Diário, ou, como conhecemos o 3º momento do dia, a Revisão. É na oração que podemos experimentar tudo o que acima foi descrito. Na oração, falamos ao Senhor, mas também deixamos que Ele nos fale: no silêncio, na Palavra, na Contemplação, em algum sinal manifestado. Assim, o discernimento só pode ser feito à Luz do Senhor, que nos dá seu Espírito de Sabedoria e Discernimento. Santo Inácio aprofunda tudo isso nos Exercícios Espirituais, que são uma dica valiosa para os que desejam se aprofundar na oração.

Formar para o discernimento nos ajuda a escolhas de vida que nos aproximam do Evangelho, portanto, significa formar à Luz do Espírito Santo, e não apenas no MEJ e na Igreja, mas em toda a sociedade. O convite do Santo Padre neste mês é para que nossa oração inspire também toda a Sociedade Civil a escolher formar o discernimento saudável, que condiga com o Evangelho, e promova a Vida Plena.

A partir disso, podemos refletir:

- Que tempo tenho dedicado à oração pessoal?
- Como tenho buscado discernir as escolhas de vida?
- Que escolhas tenho feito? São condizentes com o Evangelho?
- Consigo escutar a Voz por sobre o monte - a Voz de Deus - na minha oração? Que atenção tenho dado a essa voz?
- Em que realidades da vida percebo que falta formação e esclarecimento sobre o discernimento?

#### **Dicas de textos para aprofundar na reflexão sobre o tema:**

Discernimento Inaciano.

[Discernimento — Escritório de Espiritualidade Inaciana](#)

O Discernimento em Inácio de Loyola: uma bússola para as nossas tempestades e brisas.

[O discernimento em Inácio de Loyola: uma bússola para as nossas tempestades e brisas - Instituto Humanitas Unisinos - IHU](#)

Discernimento na vida cotidiana: um caminho para a realização.

[Discernimento na vida cotidiana: um caminho para a realização – IGNATIANA](#)

---

## DINÂMICA

---

Dividir o grupo em duas equipes, cada uma deverá estar com sua bandeira. Separar o espaço em duas partes, como em dois campos.

Um dos grupos estará com a bandeira do Bem e da Verdade, o outro com a do Mal e da Falsidade. O grupo do Mal/Falsidade deverá tentar adentrar no campo oposto e retirar a bandeira do Bem/Verdade e colocar a sua bandeira no lugar. O grupo deverá tentar impedir que isso aconteça.

Após um tempo, o animador convida todos a sentarem-se novamente e pede que o grupo partilhe o que entendeu da dinâmica e depois pode propor a seguinte reflexão:

Nos Exercícios Espirituais, Santo Inácio propõe a reflexão das duas bandeiras (EE 136), aplicada no nosso contexto da formação para o discernimento podemos imaginar as duas bandeiras como o Bem e a Verdade, que provém de Cristo e do seu Espírito Santo, para nos ajudar a discernir por caminhos de Vida, e a outra bandeira como a do Mal e da Falsidade, das coisas ilusórias e superficiais que tentam atrapalhar nosso discernimento e nos afastar da Luz do Espírito Santo e dos caminhos do Bem. Em outras palavras, seria como a disputa interna que cada um de nós trava entre o Bom e o Mau Espírito, e o objetivo é deixar-se sempre conduzir pelo Bom Espírito e resistir ao Mau Espírito. E isso só será possível se dedicarmos tempo para a Vida de Oração, de Comunidade, na busca dos Sacramentos e na prática da Caridade, a fim de fortalecermos nosso “campo de defesa” e estarmos aptos a Discernir pelos caminhos de Vida e do Evangelho, nos afastando dos caminhos opostos.

---

## DISCERNIMENTO CRISTÃO

---

(Momento de olhar à Luz da Palavra de Deus e pedir para sermos configurados por ela).

### **Texto Bíblico: Jo 1, 35-39**

Diante do apontamento de João, dois de seus seguidores experimentaram um sentimento diferente dentro de si e resolveram seguir o Mestre. Questionaram Jesus: “Onde moras?”. Diante da pergunta, Jesus responde com um convite: “Vinde e Vede”.

O discernimento é fruto dos nossos sentimentos e desejos e da busca de resposta para eles, que encontramos em Jesus. É pessoal - Eles foram e passaram o dia com Ele - e a experiência de cada um é que levou à decisão de permanecer com Jesus. Contudo terá implicância no coletivo e pode ajudar outros a discernir o caminho, basta ler os versículos seguintes e perceberemos que o Discernimento feito por André conduziu Cefas (Pedro) a encontrar com o Senhor.

- Como meu testemunho de mejista pode contribuir no discernimento de quem está à minha volta?

Tempo para a partilha livre.

---

## ORAÇÃO, DESPEDIDA E COMPROMISSO

---

### COMPROMISSO

Diante da intenção do Papa, que tal dedicar um tempo maior à oração e ao estudo para ser uma pessoa de discernimento à luz do Evangelho?

### REZANDO O TEMA PARA CONCLUIR O ENCONTRO

Oração proposta pelo Click to Pray para o horário do encontro (manhã, tarde ou noite), seguida da Oração da Serenidade:

*Concedei-me Senhor, a Serenidade para aceitar as coisas que não posso mudar, Coragem para mudar as que posso e Sabedoria para discernir umas das outras.*

### Referências:

Martin, James. **A Sabedoria dos Jesuítas para (quase) tudo**. Editora Sextante, 2013.

Duas bandeiras. Magis Brasil.

Disponível em: [Duas bandeiras - MAGIS Brasil](#). Acesso em junho de 2025.

Discernimento, etimologia. Google, 2025.