MEJ

MOVIMENTO EUCARÍSTICO JOVEM

Brasil



Roteiros

Mensais para Grupos

NOVEMBRO 2026

VALE A PENA VIVER? ALEGRIAS DESSA AVENTURA!

Roteiro 2 – NOVEMBRO 2026

PREPARAR O ENCONTRO

Objetivo do roteiro:

Levar o mejista a reconhecer a vida como um presente valioso de Deus, descobrindo as pequenas e grandes alegrias do cotidiano e compreendendo que, mesmo diante das dificuldades e desafios, a caminhada com Jesus é uma aventura transformadora que vale a pena ser vivida.

Preparar o encontro:

- **Ambiente:** O animador deve preparar um ambiente acolhedor e dinâmico. No centro da sala, colocar uma Bíblia aberta no Salmo 16 (15) ou em Jo 10,10. Ao redor, colocar uma **Mala de Aventura** aberta (Com itens de viagem como bússola, mapa, lanterna, garrafa de água) e o terço missionário do MEJ. Montar também um painel com o título *"Alegria de ser MEJ"*, e pedir para que os mejistas escrevam motivos pessoais que lhes trazem alegria na vida.

- **Oração Inicial:** Oferecimento Diário.

Oferecimento Diário

Deus, nosso Pai, eu te ofereço todo o dia de hoje: minhas orações e obras, meus pensamentos e palavras, minhas alegrias e sofrimentos, em reparação de nossas ofensas, em união com o Coração de teu Filho, Jesus, que continua a oferecer-se a Ti, na Eucaristia, pela salvação do mundo. Que o Espírito Santo, que guiou a Jesus, seja meu guia e meu amparo neste dia para que eu possa ser testemunha do teu amor.
Com Maria, Mãe de Jesus e da Igreja, rezo especialmente pela intenção do Santo Padre para este mês.

Rezemos pelo bom uso das riquezas, para que se resista à tentação do egoísmo e elas estejam sempre a serviço do bem comum e da solidariedade com os mais necessitados.

Pai Nosso... Ave Maria... Glória ao Pai...

MOTIVAÇÃO

Dinâmica: A Folha Amassada e o Mapa das Alegrias

Material: Apenas uma folha de papel (Pode ser sulfite, caderno ou rascunho) e uma caneta ou lápis para cada jovem.

Desenvolvimento:

1. **O Peso e as Dificuldades:** Entregue uma folha em branco a cada jovem. Peça para pensarem em momentos difíceis, preocupações, cansaço da rotina ou tristezas que, às vezes, tiram a vontade e o ânimo. Em silêncio, peça para amassarem a folha com toda a força, formando uma bolinha bem apertada e dura na palma da mão.
2. **A Experiência do Aperto:** Peça para segurarem essa bolinha com o punho fechado por alguns segundos. Comente como a dor, a angústia e o foco exclusivo nos problemas nos fecham, deixam o coração pesado e nos fazem duvidar se "vale a pena viver tudo isso".
3. **Desdobrar e Mudar o Olhar:** Peça agora para abrirem a folha e tentarem deixá-la reta de novo. Explique que as marcas e vincos continuam ali (São as marcas naturais da nossa história e das batalhas da vida), mas a folha agora tem muito espaço livre.
4. **O Mapa das Alegrias:** Peça para cada jovem desenhar ou escrever nos espaços abertos da folha **3 alegrias simples e reais** que fazem a vida valer a pena (Ex.: uma amizade verdadeira, a família, um momento no MEJ, a natureza, um abraço, a presença de Deus).
5. **Reflexão:** Conclua mostrando que as marcas do papel não o inutilizaram: ao contrário, abrir o coração e olhar para as bênçãos de Deus nos faz perceber que a vida é uma grande aventura cheia de sentido, onde a alegria sempre tem a última palavra.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

Deixar os jovens livres para falar sobre a dinâmica, estimulando os membros a falarem o que os levou a pensar, se em algum momento já se sentiram cansados da caminhada e o que costuma renovar sua alegria de viver o cotidiano.

ANÁLISE DA DEMANDA

Vale a pena viver? Alegrias dessa aventura!

Essa intenção nos convida a refletir sobre o valor inestimável da nossa existência e como a fé transforma a nossa visão sobre o mundo. No nosso dia a dia, passamos por momentos de crise, ansiedade, cansaço e incertezas. Nesses momentos, Jesus nos lembra de que a vida é uma linda aventura e que não estamos caminhando sozinhos.

- **Reconhecer o dom da vida:** A vida não é um mero acaso ou um fardo a ser carregado, mas um presente de Deus. Cada dia é uma nova oportunidade de começar, aprender, amar e se encantar com as pequenas coisas do cotidiano.

- **Olhar para as alegrias simples:** Muitas vezes focamos apenas nos problemas e nos esquecemos das bênçãos diárias. A verdadeira alegria cristã não significa ausência de problemas, mas a certeza de que Deus está presente em cada detalhe da nossa história.

- **A vida como uma aventura com Jesus:** Toda aventura tem subidas íngremes, obstáculos e momentos de cansaço, mas também tem paisagens incríveis, descobertas e a alegria da chegada. Seguir a Jesus é viver uma aventura cheia de sentido e propósito.

- **Superar o desânimo e o isolamento:** Quando nos fechamos em nós mesmos, os problemas parecem maiores. Ao abrirmos o coração e partilharmos nossa caminhada em comunidade, descobrimos que a alegria se multiplica e a dor se divide.

- **Testemunhar a alegria de ser de Deus:** Em um mundo onde muitos jovens perdem a esperança, o mejista é chamado a ser um sinal vivo de alegria e entusiasmo, mostrando pelas suas atitudes que vale a pena viver e amar.

- **Jovens apaixonados pela vida:** Para nós do MEJ, Jesus é o companheiro de viagem. Por meio da Eucaristia e da oração, Ele renova as nossas forças e nos faz enxergar que viver a Sua proposta é a maior e melhor aventura.

DISCERNIMENTO CRISTÃO

Iluminação bíblica: Evangelho de João (Jo 10, 7-11) ou Salmo 16 (15), 11.

Sl 16,11: Vós me ensinareis o caminho da vida; há abundância de alegrias na vossa presença e delícias à vossa direita para sempre.

Jo 10,10: O ladrão não vem senão para roubar, matar e destruir; eu vim para que tenham vida e a tenham em abundância.

Chaves de reflexão: Nesse momento, um pouco de silêncio para reflexão pessoal e, em

seguida, motivar a participação do grupo. Cada um pode dizer o que entendeu dessa passagem e como ela se conecta com a sua vida.

Chaves de questionamento: Elencar questionamentos se achar necessário, como:

- O que costuma roubar a sua alegria no dia a dia?
- Como você percebe a presença de Jesus nos momentos difíceis da sua caminhada?
- Como você pode contagiar outros jovens com a alegria de viver o Evangelho na escola, em casa e nas redes sociais?

GESTO CONCRETO E ORAÇÃO FINAL

GESTO CONCRETO

Cada mejista é convidado a escolher uma atitude concreta para valorizar o dom da vida e espalhar a alegria durante a semana.

Exemplos: Reservar um momento do dia para agradecer a Deus por 3 coisas boas do seu dia, escrever uma mensagem de carinho e incentivo para um amigo que está passando por dificuldades, realizar um gesto de serviço na família ou comunidade, ou sorrir e acolher com carinho as pessoas no seu ambiente de convivência.

ORAÇÃO FINAL

Canto: Oração de Santo Inácio de Loyola ou Cântico de Exultação.

Tomai, Senhor, e recebei / toda a minha liberdade / e a minha memória também.

O meu entendimento / e toda a minha vontade, / tudo o que tenho e possuo / vós me destes com amor.

Todos os dons que me destes / com gratidão vos devolvo. / Disponde deles, Senhor, / segundo a vossa vontade.

Dai-me somente o vosso amor, / vossa graça. / Isto me basta, / nada mais quero pedir.

Amém.