

*Fr. Tarcila Tommasi, fsp*

# GRATIDÃO

*Segredo de um amor maior*



**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Tommasi, Tarcila  
Gratidão : segredo de um amor maior / Tarcila Tommasi. –  
São Paulo : Paulinas, 2020.

24 p. (Coleção Vida Cristã)

ISBN 978-85-356-4631-3

1. Gratidão - Aspectos religiosos - Cristianismo 2. Vida cristã  
I. Título II. Série

20-1486

CDD 284.4

**Índice para catálogo sistemático:**

1. Gratidão : Vida cristã 284.4

Angélica Ilacqua - Bibliotecária - CRB-8/7057

Direção-geral: *Flávia Reginatto*

Editora responsável: *Marina Mendonça*

Copidesque: *Mônica Elaine G. S. da Costa*

Coordenação de revisão: *Marina Mendonça*

Revisão: *Equipe Paulinas*

Gerente de produção: *Felício Calegare Neto*

Capa e diagramação: *Tiago Filu*

1ª edição – 2020

---

*Nenhuma parte desta obra poderá ser reproduzida ou transmitida por qualquer forma e/ou quaisquer meios (eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia e gravação) ou arquivada em qualquer sistema ou banco de dados sem permissão escrita da Editora. Direitos reservados.*

---

**Paulinas**

Rua Dona Inácia Uchoa, 62

04110-020 – São Paulo – SP (Brasil)

Tel.: (11) 2125-3500

<http://www.paulinas.com.br> – [editora@paulinas.com.br](mailto:editora@paulinas.com.br)

Telemarketing e SAC: 0800-7010081

© Pia Sociedade Filhas de São Paulo – São Paulo, 2020

“Deem graças por tudo.  
Porque esta é a vontade de Deus  
para vocês em Cristo Jesus”  
(1Ts 5,18).

# APRESENTAÇÃO

Gratidão é muito mais que dizer “obrigado” para alguém. É sentir dentro de seu coração um lindo sentimento que reconhece o bem que outra pessoa lhe fez e que ajudou em qualquer momento da vida. Este sentimento suscita em nós uma espécie de “dívida”, que se traduz no reconhecimento, e pode ser expresso em palavras, atitudes, boas ações, ou outras iniciativas de seu coração.

Este sentimento também nos remete ao maior benfeitor da vida: a Deus que nos chamou à vida e nos deu as condições para sustentá-la. Diante dele todo ser humano para, reconhece e, em vez de pedir, agradece...

Este agradecimento se estende também a outras pessoas que nos beneficiaram.

Mas este é o seu segredo de gratidão...

*A autora*

# GRATIDÃO É...

*Cultivar a memória agradecida...*

*Despertar para o positivo...*

*Reconhecer o valor dos outros...*

*Celebrar o bem recebido...*

*Descobrir novo modo de interpretar os acontecimentos...*

*Perceber certas maravilhas invisíveis aos olhos...*

*Devolver-nos a alegria de viver...*

*Descobrir o maior benfeitor de nossa existência:*

*A Trindade:*

*Pai Eterno,*

*Jesus Cristo, nosso Salvador*

*e o Espírito Santo, nosso Iluminador.*

# SONHO DE DEUS

Todo ser humano é um projeto de Deus, que nos fez semelhantes à sua imagem. Colocou-nos neste mundo para que nos deixemos conduzir por ele e para que, assim, possamos ser felizes.

A vida é, na realidade, um milagre. Para percebê-lo, experimente tomar consciência do movimento de inspirar e expirar... Sinta o contato dos pés com o chão, ao andar... Sinta o roçar do vento no corpo... Perceba o calor do sol que aquece... Escute os vários sons que chegam a seus ouvidos... Olhe para o imenso céu azul...

Essas percepções nos fazem tomar consciência de estarmos vivendo em meio a inúmeras maravilhas. Elas nos dão alegria de viver.



## *Atitude oracional*

Obrigado, Senhor Deus criador, pela vida que nos destes. Tudo nos leva ao sentimento de gratidão. Evitemos a pressa que nos impede de perceber essas maravilhas.

## DE BEM COM A VIDA

A pessoa agradecida pensa com o coração. Reconhece e valoriza o ser humano que ela é, o mundo em que vive; é capaz de se relacionar bem com os outros, com a família, com o grupo de trabalho; é feliz ao participar de alguma comunidade.

Para ela, a gratidão não é apenas um sentimento, mas uma disposição interior que leva a uma vivência feliz todos os dias.



### *Atitude oracional*

Senhor Deus, nós desejamos ser e viver como pessoas agradecidas. Sabemos que tudo é dom divino, mas que é preciso haver empenho pessoal e amor-doação ao próximo.

Qualifica nossa vida, Senhor e Pai.

# HÁ DIREITOS?

Muitas pessoas têm dificuldade de ser agradecidas... Elas acham que têm direitos a receber muitas coisas: um reconhecimento, um presente de aniversário, uma lembrança de amizade, até mesmo uma gratificação devida a algum favor realizado.

O cristão age de modo diferente: procura aumentar seu sentimento de gratidão porque se baseia nas promessas de Deus, e nelas se alicerça para fazer seus pedidos. Aquele que crê na Palavra divina, confia na fidelidade de Deus e nas suas promessas. Diz a carta aos Hebreus: “Pela fé eles viram cumpridas as promessas” (Hb 11,33). O apóstolo Paulo escreveu a seus discípulos: “Sois filhos da promessa” (Gl 4,28).



## *Atitude oracional*

Com o orante do Sl 119, nós também dizemos a Deus: “Alegro-me nas vossas promessas”. Confiamos na vossa fidelidade porque sempre fostes fiel às vossas promessas de salvação.



# A HISTÓRIA DA VIDA

De vez em quando, faz bem recordar a história da vida: reconhecer tudo o que recebemos de nossos pais. Neles, também encontramos seus limites e fraquezas, mas isto é muito normal porque eram e são humanos. Deram-nos a vida, o sustento, a dedicação, o carinho. Houve momentos menos bons, que reconhecemos; mas ao mesmo tempo agradecemos a correção que nos aplicaram. Isto não nos impede de aceitar as consequências positivas que colaboraram para nosso crescimento moral.



## *Atitude oracional*

Senhor Deus, nós vos agradecemos por sermos criaturas, e, como tal, dependermos de vós. Somos vossos filhos (cf. 1Jo 3,1).

Ser filho de Deus é motivo de alegria. E quem pode vangloriar-se desse título que nos foi doado por amor e misericórdia?

# QUEM AMA DE VERDADE

Nas comunicações atuais, fala-se muito em amor, mas pouco em gratidão. Na realidade, porém, o amor supõe a gratidão. Certo é o provérbio: “Quem não sabe agradecer, não sabe amar”.

É a gratidão que torna presente o passado; torna positivo o pensamento e o educa para o reconhecimento e a amizade.

Jesus era muito sensível ao agradecimento. Ao curar os dez leprosos, ficou triste ao ver que só um deles voltou para agradecer: “Não são dez os curados? Nenhum outro voltou para glorificar a Deus senão este estrangeiro?” (Lc 17,11-19).

Ele mesmo agradecia ao Pai eterno ao realizar algum prodígio: “Pai, dou-vos graças, porque me ouvistes” (Jo 11,41).



## *Atitude oracional*

Admirável é a comparação bíblica: “Palavras amáveis são favo de mel: doce ao paladar, saúde para os ossos” (Pr 16,24). Senhor e Pai, que nossas palavras sejam sempre pensadas, antes que as pronunciemos, e que correspondam sempre à verdade.