

# TRÊS DICAS PARA BEM VIVER O ANO QUE SE INICIA

A mudança de ano é uma boa oportunidade para ter novos propósitos ou resoluções. O arcebispo de Los Angeles (Estados Unidos), Dom José Gómez, é um dos que sugerem realizar essa prática, já que fazer resoluções de ano novo é um hábito profundamente cristão.

## 1 COLOCAR JESUS NO CENTRO DE NOSSAS VIDAS

O prelado indicou que a melhor forma de se aproximar de Jesus é lendo o Evangelho diariamente. A cada dia, durante alguns minutos, leia uma passagem, pode ser da leitura diária da Missa. Depois, “peça a Jesus que abra sua Palavra para você. Não se pergunte o que a passagem do Evangelho diz ‘no geral’ ou o que poderia significar para outras pessoas. Pergunte pessoalmente a Jesus: ‘Senhor, o que está me dizendo? O que quer que eu faça? O que devo mudar em minha vida se quero te seguir mais de perto?’”, disse Dom José.

Ele sugeriu aplicar o que a passagem diz a cada um durante o dia, “assim, começamos a ver nossas vidas como Ele as vê, a partir de sua perspectiva”.

## 2 MELHORAR A VIDA DOS OUTROS

A segunda resolução é ter a disposição e a intenção diária para servir, de melhorar a vida de alguém. O arcebispo de Los Angeles indicou que o amor “começa com aqueles que nos exigem mais coi-

sas, com os que representam um desafio para nosso egoísmo”, com aqueles que estão mais perto. Por isso, sugeriu ter mais paciência, ser mais compreensivo, não julgar imediatamente sem dar o benefício da dúvida, aceitar as pessoas como são, também deixar de criticar e fazer com que as conversas sejam positivas. “Temos que nos tratar uns aos outros com ternura e amor. Algumas vezes, podemos mudar todo o curso do dia das pessoas apenas sorrindo para elas, apenas escutando o que têm a dizer”, manifestou.

## 3 PERDOAR OS OUTROS COMO DEUS NOS PERDOA

Este propósito consiste em pensar em alguma pessoa com a qual se está aborrecido ou que não lhe agrada: “em silêncio, pensemos em alguma pessoa com a qual estamos chateados, com as quais estamos com raiva, em alguém de quem não gostamos. Pensemos nessa pessoa e rezemos por essa pessoa e nos tornemos misericordiosos com ela”. “Não perdoamos o suficiente. Isso danifica nossas famílias, prejudica nossas relações. As pessoas vão nos causar danos e vão nos ofender todos os dias, mas, permanecer com raiva ou ressentidos não cura nada. Só faz com que as coisas nos entristeçam por mais tempo”, indicou o arcebispo de Los Angeles. ●

Fonte: ACI Digital

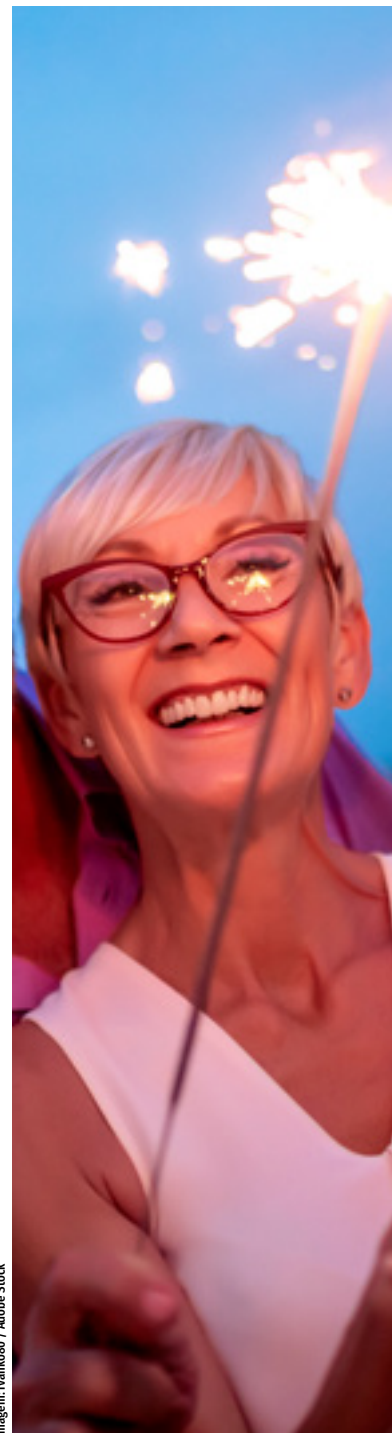


Imagem: ivankostov / Adobe Stock



## INTENÇÕES DE ORAÇÃO



“Que Nossa Senhora de Guadalupe  
abençoe meus filhos e família!”

(Zuleica Silva)

“Senhor Jesus Cristo misericordioso, eu confio  
em vós! Proteja e conduza nossos caminhos  
na perseverança da oração e conversão”

(Anaci Gomes)

“Peço pela minha saúde, pela dos meus familiares  
e amigos. Pela minha ex-nora Elline Lara e seus  
familiares. Pelo meu netinho, Kalleb José.”

(Bia Morais)

### QUER GANHAR LIVROS DA EDITORA AVE-MARIA?

Todos os meses sorteamos  
prêmios em nossas redes  
sociais. Participe!



### QUEREMOS SABER A SUA OPINIÃO

Envie uma mensagem pelo  
nosso site ou uma carta para  
Rua Martim Francisco, 636, 2º andar, Santa Cecília,  
São Paulo, CEP 01226-002

Revista Ave Maria | Janeiro, 2023 • 7

# CONSAGRE SUA VIDA E SUA FAMÍLIA AO CORAÇÃO DA MÃE DE DEUS!



ESTA OBRA APRESENTA O OFÍCIO DE  
CONSAGRAÇÃO AO IMACULADO  
CORAÇÃO DE MARIA, COM DIVERSAS  
ORAÇÕES QUE PODEM SER REZADAS  
EM DIVERSOS MOMENTOS DO SEU DIA,  
QUE TE AJUDARÃO A SE ENTREGAR  
AINDA MAIS AO MATERNAL AMOR DA  
SANTA MÃE DE DEUS.

**M**  
EDITORA  
AVE-MARIA

Siga-nos nas Redes Sociais      
À venda nas melhores livrarias ou no site:  
[www.avemaria.com.br](http://www.avemaria.com.br)