

Pilgrim House

Perguntas de avaliação e registo diário

Muitos parabéns !! Você concluiu a sua viagem do Caminho de Santiago. Desfrute do momento e celebre! Quando estiver pronto, tire também algum tempo para descansar e refletir sobre a sua peregrinação. Para ajudá-lo, pode responder a algumas destas perguntas. Pode escrevê-las num diário para uma reflexão pessoal ou usá-las como linhas de orientação para conversar com outra pessoa sobre o seu Caminho.

Reflexões gerais sobre o Caminho

- Escreva três coisas que gostou acerca do “Caminho”,
- Escreva três coisas que não gostou mesmo sobre o “Caminho”
- Quais são as três coisas que nunca irá esquecer acerca desta peregrinação?

Antes e durante a peregrinação

- Quais eram as suas expectativas para esta experiência do Caminho? No que é que estas expectativas divergem da realidade?
- Quais eram as suas principais preocupações ao iniciar o Caminho? Elas se confirmaram? Como lidou com elas?

Explorando questões mais profundas

- Quando começou o Caminho, tinha dúvidas acerca da fé, a espiritualidade, a peregrinação ou propósito de vida? O que aprendeu?
- Gostaria de continuar a explorar estas questões quando chegar a casa? Se sim, o que pensa fazer para continuar a buscar as respostas? (ex: livros para ler, pessoas com quem falar)

Mudanças

- Tem sido desafiado em algumas das seguintes áreas? Se sim, diga como:
 - A sua visão de si próprio?
 - A sua visão sobre as outras culturas?
 - Os seus planos para o futuro?
 - O seu entendimento acerca de Deus/Espiritualidade?
- Baseado nas suas respostas, quais são as mudanças que gostaria de fazer no seguimento da sua experiência do Caminho.
- Para cada uma das mudanças defina um ou dois passos que pretende fazer.
- Quais são as 3 pessoas a quem gostaria de comunicar estas mudanças?

Conectando e recordando

- Quem estava na sua mente enquanto fazia o Caminho? Se essas pessoas ainda estiverem vivas, gostaria de entrar em contacto com elas? Faça uma nota para não esquecer e agende uma data para o fazer.
- Se elas já faleceram, existe algo especial que gostaria de fazer para recordar e/ou celebrar as suas vidas quando chegar a casa?

Encontrando paz com Deus e com os outros

- Em que área precisa de pedir perdão, quer seja da parte de Deus, quer de familiares, amigos ou colegas.
- Quais serão os primeiros passos que irá tomar para encontrar paz nestes relacionamentos?

Voltando para casa

- Com que estado de espírito pensas tu voltar para casa?
- Até que ponto te encontras ansioso acerca de voltar para casa?
- A partir da tua experiência do Caminho, em que áreas irás tu ser tentado a criticar a cultura da tua casa? Como podes tu lidar com estes sentimentos agora mesmo?
- Ao terminar o Caminho, tem sentimentos de superioridade sobre aqueles que ficaram para trás? Se sim, como pode fazer para permanecer humilde e grato?

Lições para continuar caminhando

- Se tivesse de passar novamente pela experiência do Caminho, o que é que faria diferente?
- O que fará para descansar intencionalmente e continuar a processar a sua experiência do Caminho?
- Como irá celebrar o fato de ter conseguido terminar o Caminho quando chegar em casa?