






## PAUSA INACIANA 01

	<b>[1] DISPOR-SE:</b> Escolho um texto bíblico. Defino a duração da oração. Busco um <b>lugar</b> tranquilo e agradável que ajude a me concentrar. Encontro uma boa <b>posição</b> corporal.
	<b>[2] PREPARAR-SE:</b> Faço <b>silêncio</b> interior e exterior. Respiro lentamente, suavemente. Tomo <b>consciência</b> de que estou na presença de <b>Deus</b> .
	<b>[3] SITUAR-SE:</b> <b>Peço a Deus</b> Nosso Senhor para que todos os meus desejos, pensamentos e sentimentos estejam voltados unicamente para o seu louvor e serviço. <b>Peço a graça</b> que verdadeiramente <b>desejo</b> receber de <b>Deus</b> .
	<b>[4] MEDITAR:</b> <b>Leio</b> o texto devagar, saboreando as palavras que mais me "tocam". <b>Reflico</b> por que esta frase, palavra, ideia me chama a atenção. <b>Converso</b> com Deus como um amigo: falo, escuto, peço, louvo, pergunto, silêncio, seguindo os sentimentos experimentados na oração.
	<b>[5] REVISAR:</b> Recordo o meu encontro com Deus. Anoto o que foi mais importante na oração: o texto mais significativo (palavras, frases, imagens); os pensamentos predominantes; os sentimentos de consolação ou desolação; se houve apelos e como me senti diante deles.

## A DOLOROSA FERIDA DO MEDO

**"Quem for medroso e tímido volte para trás" (Jz 7,3)**

Chegamos à pós-modernidade com uma enorme carga de medo. Somos atormentados o tempo todo pelo medo, um medo sem nome, um fantasma sem rosto, escuro como uma sombra e rápido como uma tempestade. **Medo cruel que afeta os corajosos e agride os ousados.** Há um verdadeiro pânico permanente envolvendo pessoas, grupos e instituições.

No medo, as pessoas encaram os outros como inimigos, e as oportunidades como ameaças. A vida se torna um campo de batalha. **Uma longa cadeia de medos**, da primeira à última respiração, nos ameaça nesta terra de sombras. Diferentes medos congelam nossas relações, atormentam nossa vida, quebram nossa serenidade, obscurecem o nosso próprio ser, matam nossos sonhos e intuições: medo do fracasso, da velhice, medo de mudanças, medo de decidir, medo de não corresponder às expectativas dos outros, medo de perder o emprego, medo de se comprometer, medo da situação social-econômica, medo da violência, medo do diferente, medo do vazio, medo do outro, medo da solidão, medo do novo, medo de viver e de morrer, medo de dizer a verdade (dá medo porque também se tem medo da verdade), medo do futuro. Há um medo silencioso que se manifesta na falta de sentido da vida: o medo que abala as razões para viver. Nada mais terrível do que ter medo de tudo.

O medo deixa as pessoas vulneráveis à manipulação

Grandes medos não aparecem com frequência. São os pequenos medos que surgem dos encontros diários com a realidade e podem tirar da pessoa sua alegria de viver com os outros no mundo. **O medo inibe o pensamento**, impede a concentração, a criatividade e é, portanto, muito vezes é responsabilizado por se fazer as coisas de modo medíocre, sem grande empenho ou valor, abaixo das possibilidades, fazendo sempre as coisas "pelo menos". O medo não é um ato da nossa vontade ou do nosso querer. Sem ser convidado, ele cresce no coração humano. Em tal atmosfera de medo, a imaginação e todas as energias criativas podem se atrofiar.

**O medo é um mal que ameaça a fé, o amor e a esperança** de pessoas e das instituições. Ele se acha capaz de corroer as fibras humanas, asfixiar talentos, esvaziar a vida e matar a criatividade. Ele impede o discernimento

*"Promover educação de excelência, inspirada nos valores cristãos e inacianos, contribuindo para a formação de cidadãos competentes, conscientes, compassivos, criativos e comprometidos."*

e a busca da solução mais inteligente para os problemas. Longe de resolvê-los, pode agravá-los a médio e longo prazo.

Esses vários medos tiram o brilho tão próprio do amor e **seca as fontes da esperança**, ele acovarda e nos enterra na acomodação mesquinha. Será que estamos condenados, como pessoas e como instituição, a viver no medo?

O medo obscurece o sentido e a direção da vida

Do coração amoroso de Deus brota este convite: “Não tenhais medo”. Um convite com força libertadora, é a força da Graça de Deus que alavanca o passo para a frente: **o passo da mudança**, o passo importante para sonhar de novo, o passo do trabalho criativo. A fé é o contrário do medo. As nossas batalhas mais profundas conquistamos com o atrevimento da coragem, com a força da fé, com a imaginação solta, com a criatividade livre e desimpedida. “A mais bela vitória é vencer a si mesmo”, nos diz Santo Inácio de Loyola.

É preciso rastrear, identificar, compreender e exilar os medos de nossos corações. É urgente substituir a cultura do medo pela **Cultura da Coragem**. Precisamos sempre pedir ajuda a quem nos pode ajudar. Primeiramente na família, e depois aos educadores, e outros adultos que já passaram por caminhos do medo, e venceram porque foram ajudados. A coragem desbloqueia energias, impulsiona decisões, levanta projetos, reacende a criatividade e o gosto por viver feliz. Só assim poderemos trabalhar em liberdade e viver na alegria, recuperar a confiança no Deus que nos olha com ternura, viver a partir do amor que afasta todos os medos. De fato “*no amor não existe medo, pelo contrário, o amor perfeito lança fora o medo, quem sente medo ainda não está realizado no amor*” (1Jo 4,18).

Sem a superação cotidiana desse medo, nossa missão estará comprometida, perderá sua força inovadora, garantida pela novidade do **Projeto de Deus**. O compromisso com o Reino requer de todos uma forte dose de coragem e uma alma ágil, animada e vivificada pelo sabor da aventura e da novidade.

Vencido o medo, nós nos tornaremos autênticos, criativos e audazes **seguidores de Jesus**.

## REFLEXÃO/AÇÃO

Depois desta escuta a si mesmo, é hora de escutar a narrativa bíblica de Mateus 14,22-33

### ***Caminhando sobre as águas***

Naquele tempo, “Jesus mandou que os discípulos entrassem no barco e fossem adiante dele para o outro lado do mar, enquanto ele despediria as multidões. Depois de despedi-las, subiu à montanha, a sós, para orar. Anoteceu, e Jesus continuava lá, sozinho. O barco, entretanto, já longe da terra, era atormentado pelas ondas, pois o vento era contrário. Nas últimas horas da noite, Jesus veio até os discípulos, andando sobre o mar. Quando os discípulos o viram andando sobre o mar, ficaram apavorados e disseram: ‘É um fantasma’. E gritaram de medo. Mas Jesus logo lhes falou: ‘**Coragem! Sou eu. Não tenhais medo!**’ Então Pedro lhe disse: ‘Senhor, se és tu, manda-me ir ao teu encontro, caminhando sobre a água.’ Ele respondeu: ‘Vem!’ Pedro desceu do barco e começou a andar sobre a água, em direção a Jesus. Mas, sentindo o vento, ficou com medo e, começando a afundar, gritou: ‘Senhor, salva-me!’ Jesus logo estendeu a mão, segurou-o e lhe disse: ‘Homem de pouca fé, por que duvidaste?’ Assim que subiram no barco, o vento cessou. Os que estavam no barco ajoelharam-se diante dele, dizendo: ‘Verdadeiramente, tu és o Filho de Deus!’”

Considere a narrativa proposta por Mateus a partir da ameaça do medo e a oportunidade de contribuir para uma Cultura da Coragem.

Olhando para sua própria vida, neste tempo exigente de isolamento social, como você sente nossa proposta sobre o medo x Cultura da Coragem?

Que ações você pode fazer na perspectiva da superação gradativa dos seus medos?

Que atitudes você pode assumir no fortalecimento da Coragem?

***“Promover educação de excelência, inspirada nos valores cristãos e inicianos, contribuindo para a formação de cidadãos competentes, conscientes, compassivos, criativos e comprometidos.”***

Para encarar o medo, ao modo de Santo Inácio, sempre procure olhá-lo de frente, procurando saber o que o faz senti-lo, e procure primeiramente a ajuda da sua família. A família que vive à inaciana, nos fortalece na caminhada de superação dos nossos medos.

Em diálogo íntimo com Nosso Senhor Jesus Cristo, peça-lhe a graça de crescer e contribuir para a Cultura da Coragem. Escute o Senhor lhe dizer: ***“Coragem! Não tenhais medo! Eu estou contigo”***

Adaptado de: <https://magisbrasil.com/reflexoesinacianas85-20200408>

***Esperamos que seu exercício tenha sido proveitoso. Até o próximo!***