

julho 24

pausa espiritual

COMUNICAÇÃO
E SOLITUDE

Jesus passa a noite em oração
(Lc 6,12)

GT ESPIRITUALIDADE

Os Grupos de Trabalho (GTs) se consolidam como um caminho de participação e melhor desenvolvimento das atividades da Pascom Brasil. Cada GT corresponde a um eixo da Pascom e é composto por coordenadores regionais e assessores eclesiais, membros da Coordenação Nacional, e também conta com colaboradores pasconeiros de diversas realidades do Brasil.

O eixo da espiritualidade é o fundamento de toda ação enquanto comunicadores católicos, já que se anuncia o próprio Jesus Cristo, Palavra Eterna do Pai (cf. Jo 1, 14). Ele é fundamental para que os comunicadores não “se tornem vulneráveis diante das dificuldades que se apresentam ao longo do caminho” (DCIB, n.332) e se entendam como participantes do Povo de Deus e não apenas organizadores dos instrumentos de comunicação da Igreja nas suas realidades.



EXPEDIENTE

Comissão Episcopal para Comunicação Social

Presidente: Dom Valdir José de Castro, ssp.

Bispos membros: Dom Amilton Manoel da Silva, cp
e Dom Edilson Soares Nobre

Assessores: Osnilda Lima e Pe. Tiago Síbula

Pastoral da Comunicação ©2024

Coordenador-geral: Marcus Tullius

Vice-coordenadora geral: Janaína Gonçalves

Secretário-geral: Alex Ferreira

Produção do Subsídio - GT Espiritualidade

Coordenador: Ruan Carlos Pereira

Membros: Pe. Jerffeson Adelino, Adriano Israel,
Andréia Gripp, Layla Kamila, Alessandra Miranda Pinto,
Edigley Duarte da Costa, Glaucia Patricia Bravin de Sá,
Ingridy Rossely Dioclécio Mendes Ribeiro, Palloma
Suellem da Silva Santos, Pe. Francisco Galvão,
Rosângela da Graça Martinski e Vanusa Linhares.

Projeto Gráfico

Layla Kamila

Diagramação e Edição de Arte

Marcelo Godoy

Dúvidas? Fale conosco!

coordenador@pascombrasil.com.br

secretaria@pascombrasil.com.br

pascombrasil.org.br



pascom.brasil



sumário

- 02** **GT Espiritualidade**
O que é?
- 05** **Pausa Espiritual**
Por que?
- 07** **A Cultura do Encontro**
Motivação Inicial
- 08** **Os Horizontes do Espírito**
- 09** **A vida se faz história**
Recordação da vida
- 10** **Escutar com o ouvido do coração**
- 10** **Uma história que se renova**
Reflexão e Partilha
- 13** **Falar com o coração**
- 14** **Informar é Formar**
- 15** **Gastar as solas dos sapatos**

Por que “Pausa espiritual”?

Após escutar os anseios e necessidades dos agentes da Pascom para cada eixo, chamou-nos atenção a recorrência de pedidos para que tivéssemos subsídios para viver a espiritualidade. Pensando nisso, o GT Espiritualidade se debruçou para desenvolver um subsídio mensal com roteiros de oração e práticas de espiritualidade a ser utilizado em suas reuniões ordinárias e momentos específicos pelos grupos de Pascom.

Mais do que um conjunto de fórmulas e orações prontas, a proposta é levar o pasconeiro a uma intimidade com a pessoa de Jesus Cristo. Parar um pouco o fazer para viver a beleza do encontro com Cristo e com os irmãos, em oração.

Definida a natureza e o objetivo do subsídio, veio um desafio. Qual o nome? Fizemos uma tempestade de ideias com os membros do Grupo de Trabalho e dos demais. Foram muitas sugestões interessantes e que apontaram para a pausa espiritual.

Muitos de nossos agentes e nossas Pascom's, de maneira geral, são muito marcados pelo ativismo. As Diretrizes Gerais da Ação Evangelizadora atuais, inclusive, apontam que é preciso superar a ideia de que o fazer já é uma forma de oração. *“Muitas atividades podem facilmente levar os cristãos a caírem em tentações como ativismo, vaidade, ambição e desejo de poder. Nessa perspectiva, os agentes de pastoral correm o risco de se esquecer da dignidade batismal, como verdadeiros sujeitos eclesiais, reduzindo-se a meros voluntários”* (n. 97).

No dicionário, pausa indica uma breve interrupção, descanso, intervalo. **Nesta pausa é importante escutar o coração, escutar os seus sentidos e buscar neles a presença de Deus.** Como afirma o cardeal Tolentino, *“podemos reencontrar Deus, em um encontro com nossos próprios sentidos”*. Pausar porque é o tempo suficiente para se abastecer e continuar o caminho. É bom estar no monte, assim como queriam os discípulos no Tabor, mas o desafio é pausar, fazer a experiência e seguir o caminho com o coração cheio de Deus para a vivência pastoral.

“Em meio a tanta interatividade, conexões e entretenimento, você ainda encontra tempo para o cultivo espiritual? Ou será que a pressa e as muitas preocupações diárias têm lhe roubado o sabor da pausa e da escuta? Para estar inteiro em Deus é urgente aprender a estar inteiro em si mesmo; e isto exige a disciplina do silêncio e da pausa”.

Desejamos que cada agente e cada Pastoral da Comunicação em sua comunidade, paróquia, diocese e regional possa usufruir desta pausa como um momento de verdadeiro encontro, de partilha e de fé.

No dia 24 de cada mês será disponibilizado o pausa espiritual para o mês seguinte. A data escolhida é uma referência ao dia de São Francisco de Sales, padroeiro dos jornalistas, celebrado em 24 de janeiro, a quem o Papa Francisco dedicou longa reflexão na mensagem para o Dia Mundial das Comunicações Sociais deste ano.



COMUNICAÇÃO E SOLITUDE

*Jesus passa a noite
em oração (Lc 6,12)*





A CULTURA DO ENCONTRO

MOTIVAÇÃO INICIAL

Queridos irmãos e irmãs sejam todos bem-vindos ao nosso encontro. Diante das ocupações e afazeres diários, todos nós precisamos de uma “pausa espiritual”. Quando desaceleramos o corpo e a mente, a nossa conexão com Deus se fortalece. No encontro de hoje queremos falar sobre uma palavra pouco conhecida, mas cheia de significado, que é a solitude, esta capacidade de estar inteiro – recolhido, em silêncio e em paz – na presença de Deus. Para Henri Nouwen, um grande místico e escritor espiritual, *“solitude vem da palavra sollus que significa estar só. A solitude é uma disciplina na qual você lida com a sua solidão de tal modo que ela não destrói nem você nem aos outros, antes se torna um lugar da descoberta de quem você é”*. Quanto mais fizermos as pazes com a nossa solitude, mais a nossa comunicação será autêntica e profunda. Que este momento de pausa ajude-nos a reencontrar aquela Voz interior que nos conecta com o Mestre da comunicação, do silêncio e da solitude.



OS HORIZONTES DO ESPÍRITO

INVOCAÇÃO AO ESPÍRITO SANTO

POBRE SOLITUDE

(Santa Madre Teresa de Calcutá)

Precisamos encontrar Deus, mas ele não pode ser encontrado no ruído e na agitação.

Deus é amigo do silêncio. Veja como a natureza — as árvores, as flores, a relva — viceja no silêncio. Veja as estrelas, a Lua, o Sol, como se movem no silêncio.

Nossa missão não é levar Deus aos pobres? Não um deus morto, mas um Deus vivo, cheio de amor.

Quanto mais recebemos, em oração silenciosa, mais podemos dar em nossa vida atarefada. Precisamos de silêncio para tocar outras almas.

O essencial não é o que dizemos, mas o que Deus diz a nós e por meio de nós.

Todas as palavras serão inúteis se não brotarem do interior. As palavras que impedem o brilho da Luz de Cristo só fazem aprofundar as trevas.



A VIDA SE FAZ HISTÓRIA

RECORDAÇÃO DA VIDA

“Para viver uma vida espiritual, primeiro devemos ter coragem de entrar no deserto de nosso isolamento e transformá-lo, por meio de esforços sutis e persistentes, em um jardim de solitude” (Henri Nouwen).

Neste momento somos convidados a apresentar aquelas realidades desafiadoras do dia a dia que, muitas vezes, nos impedem de viver uma vida mais profunda e contemplativa na presença de Deus. Quais são as maiores fontes de distração da sociedade de hoje?



ESCUTAR COM O OUVIDO DO CORAÇÃO

PALAVRA DE DEUS

Jesus, após passar uma noite inteira em solitude e oração com o Pai, escolhe seus discípulos: Lucas 6, 12-16.



UMA HISTÓRIA QUE SE RENOVA

REFLEXÃO

Jesus chama-nos da solidão para a solitude. O medo de ficarem sozinhas petrifica as pessoas, e as impulsiona para o barulho e para as multidões. Conservamos uma constante torrente de palavras mesmo que sejam ocas. Compramos rádios que prendemos ao nosso pulso ou ajustamos aos nossos ouvidos de sorte que, se não houver ninguém por perto, pelo menos não estamos condenados ao silêncio.

Mas a solidão ou o barulho não são nossas únicas alternativas. Podemos cultivar uma solitude e um silêncio interiores que nos livram da solidão e do medo. Solidão é vazio interior. Solitude é realização interior. Solitude não é, antes de tudo, um lugar, mas um estado da mente e do coração.

Há uma solitude do coração que pode ser mantida em todas as ocasiões. As multidões, ou a sua ausência, têm pouco que ver com este estado atento interior. É perfeitamente possível ser um eremita e viver no deserto e nunca experimentar a solitude. Mas se possuímos solitude interior nunca teremos medo de ficar sozinhos, pois sabemos que não estamos sós. Nem tememos estar com outros, pois eles não nos controlam. Em meio ao ruído e confusão encontramos calma num profundo silêncio interior.

A solitude interior há de manifestar-se exteriormente. Haverá a liberdade de estar sozinhos, não para nos afastarmos das pessoas, mas para poder ouvi-las melhor. Jesus viveu em “solitude do coração” interior. Também frequentemente experimentou solitude exterior. Ele começou seu ministério passando quarenta dias sozinho no deserto (Mateus 4.1-11). Antes de escolher os doze, ele passou a noite inteira sozinho no monte deserto (Lucas 6.12).

(Extraído do capítulo 7 do livro “Celebração da Disciplina” de Richard J. Foster). No contexto da comunicação, São Pedro e São Paulo nos ensinam a importância de sermos autênticos e transparentes em nossa fé. Devemos falar a verdade com amor, sem medo de críticas ou perseguições. Também devemos estar dispostos a defender a fé com convicção, mesmo quando isso significa ir contra a corrente dominante.

No Evangelho que escutamos, Jesus instrui seus discípulos sobre como anunciar a mensagem do Evangelho. Ele os encoraja a serem corajosos e autênticos em sua missão, não temendo proclamar a verdade mesmo que isso signifique enfrentar perseguições.



UMA HISTÓRIA QUE SE RENOVA

PARTILHA

Pensemos por um instante:

- Por que nos custa tanto encontrar o verdadeiro silêncio?
- O que tem roubado a nossa paz de espírito?
- Por que a nossa vida anda tão barulhenta e agitada?
- Como fazer para encontrar novamente o silêncio interior e a solitude perdida?



FALAR COM O CORAÇÃO

Irmãos e irmãs, este é o momento de elevar a Deus as nossas preces e pedidos. O Senhor conhece as motivações mais profundas de nosso coração. Após cada prece (espontânea) rezaremos com fé:

R: Senhor Jesus, dai-nos a graça de aprender contigo a verdadeira solitude.



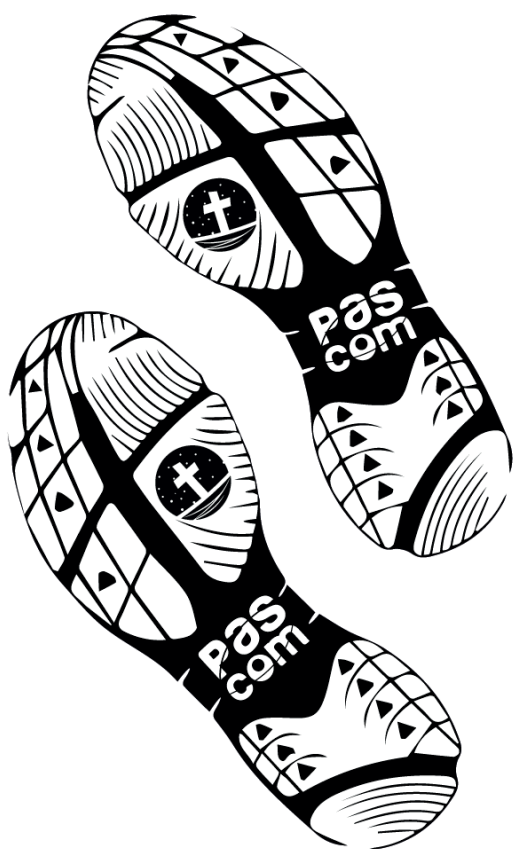
INFORMAR É FORMAR

Aprendendo com Maria a guardar no coração (do livro “O Cultivo Espiritual em tempos de conectividade, Padre Francisco Galvão)

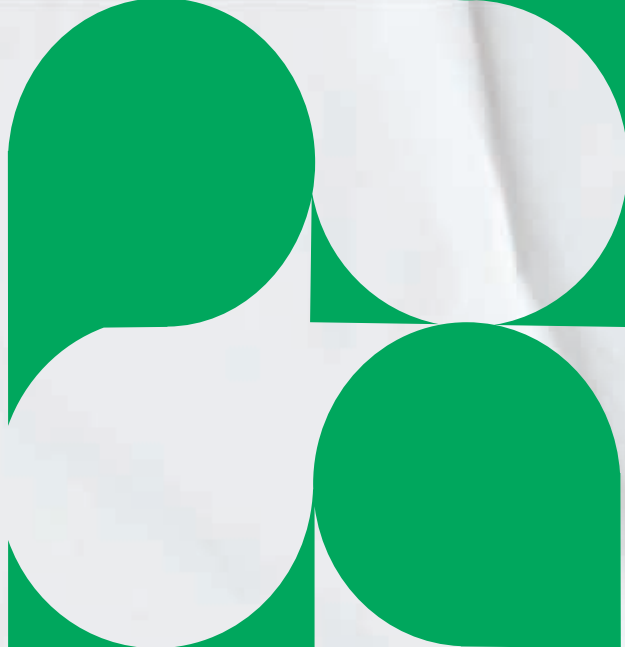
“Tudo o que se diz ou se escreve sobre Maria torna-se exagero quando não se leva em conta o lado discreto de sua santidade. Para além de sua importância na história da salvação, Maria tem muito a ensinar-nos como mulher simples, humana, discreta e silenciosa. Aliás, ninguém melhor que a mulher do silêncio para nos recordar a urgência de desconectar para reencontrar o sentido mais profundo de nossa interioridade. Em tempos de exacerbada informação e entretenimento, falar de silêncio é quase uma agressão aos “comunicadores”, justamente por confundirmos comunicação com excesso de palavras. Com seu exemplo, Maria nos ensina que, sem o silêncio e a escuta, não há verdadeira comunicação entre as pessoas. É o silêncio que dá sentido às palavras e aos encontros. Quantos sonhos abandonados por falta de escuta! Quantas dores e incompreensões causadas pelos “sins” e os “nãos” ditos na hora errada, para a pessoa errada. Quantas confusões e desentendimentos por não sabermos a hora certa de calar! Maria sofreu muito e de muitas maneiras, mas nunca sofreu por ter falado em demasia. Sinceramente, do mal da língua Maria não foi vítima. Maria é verdadeiramente a mulher do grande sim, daquele sim sem reservas, a que todos estamos chamados a dizer: o sim à vida, ao amor e a tudo o que nossa alma acredita ser do bem. Maria é a mulher da entrega total. Não reteve nada para si. Maria não sabia ser de Deus pela metade. Aliás, quem experimentou verdadeiramente o amor de Deus não sabe entregar apenas uma parte de sua vida, entrega tudo. Quem livremente ama, nunca busca recompensa pelo amor doado”.



GASTAR AS SOLAS DOS SAPATOS



Irmãos e irmãs, encontrar a solidude – em meio a tantas distrações – não é uma experiência fácil. Henri Nouwen dizia que, “muita coisa conspira contra ela, por meio de telefonemas tocando e outras conexões tecnologicamente avançadas, que nunca nos permitem afastar-nos de alguém que esteja solicitando nosso tempo e nossa atenção. Você já tentou sentar-se em uma cadeira por uma hora, sem televisão, sem jornal, rádio, telefone, tagarelice? Mesmo que você consiga isolar-se de uma sociedade barulhenta, no conforto de um lugar sossegado, vozes interiores poderão surgir para perturbar você ruidosamente”. Apesar das muitas conexões, procuremos reservar um tempo diário para ficarmos a sós com Deus. A verdade da nossa comunicação depende desse tempo de recolhimento, pois, como dizia Thomas Merton, “aqueles que não sabem estar sozinhos, não podem encontrar seu verdadeiro ser e ficam continuamente abaixo de seu próprio ser”.



pascombrasil.org.br

