

Semana 22/05 a 28/05 • **Desafio da semana:** Faça um “retiro” particular de silêncio por 10 minutos.

A disciplina da solitude

“Naqueles dias, Jesus se retirou para um monte a fim de orar; e passou a noite toda orando a Deus”. Mateus 6.12.

”

NA CONTRAMÃO DE UM MUNDO BARULHENTO

Dentro do estudo das disciplinas exteriores, de acordo com Foster, no livro *“Celebração da Disciplina”*, temos, dentre outras, a solitude — preenchimento do nosso interior pelo silêncio — prática cada vez mais difícil em um mundo como o nosso, de muitos ruídos. O uso excessivo da tecnologia mostra como somos dependentes de coisas externas para preenchermos o vazio e o sentimento de solidão

A SOLITUDE PODE SER A PORTA PARA A CURA DA SOLIDÃO

É possível alguém estar só e não se sentir vazio, assim como estar com muitas pessoas e se sentir solitário. A solitude revela o que está em nosso coração e nos ajuda a orar por aqueles pensamentos que vêm e vão em nossa mente quando estamos sozinhos. Podemos, através dessa prática, ficar consciente de nós mesmos e sermos curados das feridas internas pelo Pai.

APRENDENDO A ORAR OUVINDO

Através do silêncio podemos desenvolver um diálogo com Deus. O tempo em que nos dedicamos na relação com Ele não pode ser sempre um monólogo de nossa parte. Podemos encontrar no silêncio a prática de ouvir o que o Espírito Santo deseja comunicar aos nossos corações.

A DISCIPLINA DA SOLITUDE NOS REORIENTA

A solitude cristã, que é o silêncio em busca de Deus, nos proporciona colocar nossas preocupações e buscar o enchimento do Espírito Santo, pode nos ajudar a entender por quais caminhos o Senhor deseja nos levar. Assim, somos reorientados sobre nossos objetivos.

CONCRETIZANDO O AMOR PELAS PESSOAS

Pela solitude podemos concretizar o nosso amor às pessoas, que muitas vezes se manifesta pelo ouvir. Muitos de nós, tem o costume de, em um aconselhamento, falar para tentar curar o outro ou achar uma solução, porém, nem sempre conseguiremos encontrar as palavras certas ou o ato adequado (como um abraço) se não estivermos prontos para, realmente, ouvir.