

Irmã Francisca - Mocidade

Tema: Auto-conhecimento

Objetivo: ajudá-los a se assumirem como seres espirituais e individualizados;
ajudá-los a perceber não só o que eles são, mas também o que eles não são;
Ajudá-los a perceber que nós somos escritores da nossa história, do nosso destino, e responsáveis por eles, também.

1. Ambientação - música e prece;

2. Escolher um evangelizando e perguntar se ele conhece um determinado colega. Exemplo: Mônica, você conhece Kelly? Em seguida, pedir que o interrogado diga algumas características positivas do outro. Após isso, sugerir que seja dita uma característica não tão boa do companheiro de turma. Indagar como o colega poderia ser definido, do que ele gosta e do que ele não gosta. Fazer isso com mais de um evangelizando. Caso os colegas não se conheçam bem, pedir que falem sobre um irmão, primo ou amigo. Respondidas as questões, perguntar a quem estava respondendo:

Você conhece o ... (nome dele mesmo)?

Se feita para vários jovens, essa pergunta provocará reações diversas. Um ficará sem graça; outro dirá algo como "é claro que sim"; alguém não saberá como responder e poderá haver os que tentem se esquivar da pergunta.

2.1. Perguntar: o que vocês perceberam com essa introdução? Costumamos saber muito a nosso respeito?

* Ouvir e comentar respostas. Se não concluírem sozinhos, ajudá-los a ver que geralmente sabemos mais sobre os outros que a respeito de nós mesmos, porque vivemos prestando atenção ao que os que estão a nossa volta fazem, mas paramos muito pouco tempo pensando em nossas próprias atitudes e características.

2.2. Não nos conhecemos automaticamente, já que vivemos conosco mesmos o tempo todo?

* O fato de estarmos conosco mesmos o tempo todo não implica em auto-conhecimento. Há pessoas que nunca param para se observar; outras são bastante superficiais ao se analisarem.

3. Para que serve o auto-conhecimento?

O autoconhecimento serve, dentre demais coisas, para desenvolver nosso amor próprio. Amar-se é essencial para ser feliz. Ninguém é feliz de verdade se não se amar, e ninguém ama verdadeiramente aquilo que desconhece.

E, na proposta do auto-conhecimento, nós não nos amaremos para justificar nossos erros e fugir da responsabilidade deles, mas para sentir por nós um amor tão grande, tão verdadeiro, tão notável, que adoremos investir em nós mesmos, no nosso crescimento, no nosso aprendizado, no nosso aprimoramento moral.

Outro fator muito positivo do auto-conhecimento é a possibilidade que ele nos dá de nos melhorarmos. Ao nos conhecermos, teremos uma chance de perceber em que estamos errando e por quê; Se formos sinceros conosco, chegaremos a importantes conclusões sobre quais más características nossas estão nos prejudicando ou a outrem e, se nosso auto-conhecimento estiver baseado nos ensinamentos cristãos e na busca pela melhoria, buscaremos eliminar nossas tendências negativas.

Além disso, o auto-conhecimento nos permite um maior controle sobre nossa existência, já que, através do exercício de nos observar, perceberemos as nossas falhas e poderemos chegar a uma idéia do porquê elas ocorrem. Se eu, por exemplo, me irrita e tento me conhecer, não direi apenas: "ah, eu me irritei porque sou irritável e pronto", mas tentarei buscar as matrizes da minha irritação. Encontrando as matrizes, posso compreender minha atitude e, compreendendo-a, posso buscar uma nova forma de reação.

4. Perguntar se alguém recorda o que falamos do determinismo. Caso ninguém recorde, falar brevemente sobre ele e falar no chamado "determinismo genético", sobre crerem que nós "puxamos a essa ou aquela pessoa".

Com o tempo, a gente acaba incorporando estas coisas, e isto nem é bom, nem é certo, nem é construtivo.

5. Como conseguir o Auto-conhecimento?

Em primeiro lugar, temos que admitir que não é uma coisa que se consiga do dia para a noite, assim, num piscar de olhos. É um trabalho contínuo, um "projeto de vida". Olivro dos espíritos, na questão 919 A, sugere que, antes de dormir, pensemos nas nossas atitudes.

Pensemos se repreenderíamos se outros fizessem o que nós fizemos. É uma sugestão muitíssimo válida, sobretudo no começo.

Normalmente, observamos muito o outro. Julgamos suas atitudes, e até acreditamos saber das suas motivações. Observamos criticamente seu modo de vestir, falar e se comportar. Mas, raramente, olhamo-nos com a mesma honestidade.

Convém perguntarmo-nos, francamente, quem somos, de que gostamos, por que gostamos, de que não gostamos, por que não gostamos, a fim de conseguirmos compreender não apenas nossas emoções, mas também nossas ações, para que não nos tornemos muito vulneráveis às circunstâncias, modismos e companhias.

Não visamos, com isto, a tornarmo-nos policiais, juízes severos de nós mesmos, ameaçando, assim, a leveza e a alegria de viver. Contudo, acreditamos que uma postura que visa à busca do auto-conhecimento incita a assumirmos nossas responsabilidades diante de nossas ações, nossas escolhas... E a termos cada ação e escolha com o máximo de consciência possível...

Reconhecer-se como um ser espiritual vivendo na Terra, como um filho de Deus fadado à evolução, como alguém que merece ser tratado com respeito e com carinho, e que tratará aos outros da mesma forma, é essencial para nossa felicidade.

O auto-conhecimento não serve, portanto, apenas para percebermos nossos defeitos, mas também para compreendermos nosso verdadeiro valor.

E, aprendendo a refletir assim sobre nós mesmos, mais facilmente poderemos refletir sobre o mundo e as pessoas ao nosso redor. Lembrando sempre que a diferença entre o inteligente e o sábio é que este é capaz de analisar por vários ângulos uma mesma questão.

Conhecermo-nos também nos ajuda a identificar o que nos agride e o que nos agrada; o que é realmente nosso, e o que foi simplesmente absorvido pelo conceito que outrem fazia a nosso respeito. Somos, sempre vale repetir, seres individualizados, únicos no infinito. Em um momento em que convém à economia de comércio que sejamos o mais iguais possível, que tenhamos quanto possível os mesmos gostos e as mesmas tendências, é cada vez mais importante sentirmo-nos seres singulares, que precisam, obviamente, da presença de outros... Mas não para ser-lhes cópia e modelo, e sim para partilhar experiências e crescer juntos.

O ser humano é um ser instintivamente gregário, mas não para perder sua individualidade, e sim para os homens apoiarem-se, compreenderem-se e evoluírem na convivência comum.

6. O que nos acontece se não estamos nem aí para essa história de conhecimento de nós mesmos?

* Vamos remando conforme a maré, seguindo o ditado "Na Roma como os romanos". Na vida social, somos o típico indivíduo comum, que adere a modismos e conveniências. Provavelmente não teremos dificuldades para termos colegas de atividades.

Entretanto, acabamos por abrir mão de algo fantástico que Deus nos deu: a individualidade, nosso grande diferencial. Seguindo a maioria, seremos sempre medíocres e nossa evolução espiritual será retardada. Se não sabemos quem somos, seguimos quem tem mais influência sobre nós. Se a influência é boa, melhoramo-nos um pouco; se é má, caímos, sem nem saber por quê; seguindo a maioria, seremos sempre o tipo comum, que caminha lenta, lentamente.

Acontece que não só gregariamente vive o homem. Há momentos na vida em que não temos outra opção, a não ser estar conosco. As grandes decisões de nossa vida não podem ser tomadas por colegas ou parceiros disso ou daquilo. Nos grandes lances da existência, vamos precisar do máximo conhecimento de nós para nos sairmos bem.

Quem não se conhece usa uma série de máscaras e foge de si mesmo. Ocorre que o encontro consigo é inevitável e tanto mais será doloroso quanto menos estivermos preparados. Na hora das doenças, da solidão, das perdas, é que nos vemos frente a frente com nosso eu. Conhecer esse "eu" é fundamental para que sejamos pessoas equilibradas.

Pontos de apoio: O livro dos espíritos: 919 e 919 A;

Poemas de Carlos Drummond de Andrade: Eu, etiqueta e o homem, as viagens.

Renovando Atitudes - Hammed

(enviado por Vinicius e esposa - Participantes da sala Evangelize CVDEE)