 Tempo de leitura: 3 min.

(continuação do artigo anterior)

10. Vamos planejar?

Quando era jovem estudante, Francisco de Sales (ele tinha 22 anos) percebeu que os perigos para a alma e para o corpo ameaçam a todo momento; com a ajuda de seu confessor, Padre Possevino, ele esboçou um Programa de Vida ou Plano Espiritual para saber como deveria se comportar a cada dia e em cada ocasião. Ele o escreveu e o lia com frequência. É o seguinte:

1. Todas as manhãs, fazer o Exame de Previsão: que consiste em pensar em que trabalho, que reuniões, que conversas e ocasiões especiais podem surgir naquele dia e planejar como se comportar em cada um desses momentos.

2. Ao meio-dia, visitar o Santíssimo Sacramento em alguma igreja e fazer o Exame Particular sobre meu defeito dominante, para ver se estou lutando contra ele e se estou tentando praticar a virtude contrária a ele.
Há um detalhe interessante aqui: durante 19 anos, seu Exame Particular será sobre o "mau gênio", aquele defeito muito forte que é sua inclinação para ficar com raiva. Quando alguém, já bispo e maravilhosamente gentil e bom, perguntar a ele o que fez para chegar a um grau tão elevado de autodomínio, ele responderá: "Durante 19 anos, dia após dia, examinei-me cuidadosamente quanto à minha intenção de não tratar ninguém com dureza". Esse Exame Particular foi uma prática extremamente seguida por Santo Inácio de Loyola, com verdadeiro sucesso espiritual. É como um eco daquele ensinamento de Kempis: "Se a cada ano você atacar seriamente uma de suas faltas, chegará à santidade".

3. Nenhum dia sem meditação.
Durante meia hora, dedico-me a pensar nos favores que Deus me concedeu, na grandeza e na bondade de Nosso Senhor, nas verdades que a Bíblia Sagrada ensina ou nos exemplos e ensinamentos dos santos. E, no final da meditação, escolho alguns pensamentos para repassá-los em minha mente durante o dia e faço uma breve resolução sobre como me comportarei nas próximas 12 horas.

4. Rezar o Santo Rosário todos os dias
Não descuidar de rezá-lo em nenhum dia de minha vida.

Essa é uma Promessa que ele fez à Santíssima Virgem num momento de grande angústia e, durante toda a sua vida, ele a cumpriu à risca. Mais tarde, porém, ele diria a seus discípulos que nunca fizessem esse tipo de promessa durante toda a vida, porque elas podem trazer angústia. Tomar resoluções sim, mas promessas não.

5. Em minhas relações com os outros, ser gentil, mas moderado.
Estar mais preocupado em fazer com que os outros falem sobre o que lhes interessa do que eu falar. O que eu digo eu já sei. Mas o que eles dizem pode me ajudar a crescer espiritualmente. Ao falar, não aprendo nada; ao ouvir com atenção, posso aprender muito.

6. Durante o dia, pensar na presença de Deus.
"Os teus olhos me veem, teus ouvidos me ouvem. Se eu for até os confins da terra, lá estás, meu Deus. Se eu me esconder na mais terrível escuridão, ali a tua luz me vê como se fosse de dia" (Cf. Salmo 138). "O Senhor pagará a cada um de acordo com suas obras. Todos terão de comparecer diante do Tribunal de Deus para prestar-lhe contas do que fizeram, das coisas boas e das coisas ruins" (Cf. São Paulo).

7. Todas as noites, antes de me deitar, farei o Exame do Dia: lembrarei se comecei meu dia recomendando-me a Deus.
Se durante minhas ocupações eu me lembrei de Deus muitas vezes para oferecer a Ele minhas ações, pensamentos, palavras e sofrimentos. Se tudo o que fiz hoje foi por amor ao bom Deus. Se tratei bem as pessoas. Se não procurei, em minhas ações e palavras, agradar ao meu amor-próprio e orgulho, mas agradar a Deus e fazer o bem ao meu próximo. Se fui capaz de fazer algum pequeno sacrifício. Se me esforcei para ser fervoroso em meu discurso. E pedirei perdão ao Senhor pelas ofensas que lhe causei neste dia; tomarei a resolução de me tornar melhor de agora em diante; e implorarei ao céu que me conceda forças para ser sempre fiel a Deus; e recitando minhas três Ave-Marias, me entregarei pacificamente ao sono.

Escritório de Animação Vocacional