



# A Santa Sé

---

PAPA FRANCISCO

## **AUDIÊNCIA GERAL**

*Praça São Pedro*

*Quarta-feira, 5 de outubro de 2022*

**[Multimídia]**

---

**Catequeses sobre o discernimento 4. Os elementos do discernimento. Conhecer-se a si mesmo.**

*Prezados irmãos e irmãs, bom dia!*

Continuamos a abordar o tema do discernimento. Na semana passada considerámos como seu elemento indispensável o da oração, entendida como familiaridade e confiança com Deus. Oração, não como os papagaios, mas como familiaridade e confiança com Deus; oração dos filhos ao Pai; oração com o coração aberto. Vimos isto na última Catequese. Hoje gostaria de salientar, de maneira quase complementar, que o bom discernimento exige também o *conhecimento de si*. Conhecer a si mesmo. E isto não é fácil. Com efeito, o discernimento envolve as nossas faculdades humanas: a memória, o intelecto, a vontade, os afetos. Muitas vezes não sabemos discernir porque não nos conhecemos de modo suficiente, e assim não sabemos o que realmente queremos. Ouvistes muitas vezes: “Mas aquela pessoa, por que não se ocupa da sua vida? Nunca soube o que quer...”. Sem chegar àquele extremo, mas também a nós acontece que não sabemos bem o que queremos, não nos conhecemos bem.

Na base de dúvidas espirituais e crises vocacionais encontra-se não raro um diálogo insuficiente entre a vida religiosa e a nossa *dimensão humana, cognitiva e afetiva*. Um autor de espiritualidade observava que muitas dificuldades a respeito do tema do discernimento remetem para problemas de outro tipo, que devem ser reconhecidos e explorados. Assim escreve este autor: «Cheguei à convicção de que o maior obstáculo para o verdadeiro discernimento (e para o

verdadeiro crescimento na oração) não é a natureza intangível de Deus, mas a constatação de que não nos conhecemos suficientemente a nós próprios, e de que *nem sequer queremos* conhecer-nos como verdadeiramente somos. Quase todos nos escondemos por detrás de uma máscara, não só perante os outros, mas também quando nos olhamos ao espelho» (Th. Green, // *grano e la zizzania*, Roma, 1992, 25). Todos temos a tentação de usar máscaras inclusive diante de nós mesmos.

O esquecimento da presença de Deus na nossa vida anda de mãos dadas com a ignorância sobre nós mesmos – ignorar Deus e ignorar-nos – ignorância sobre as características da nossa personalidade e sobre os nossos desejos mais profundos.

Conhecer-se a si próprio não é difícil, mas é cansativo: exige um *paciente trabalho de escavação interior*. Requer a capacidade de parar, de “desativar o piloto automático”, de tomar consciência da nossa maneira de agir, dos sentimentos que nos habitam, dos pensamentos recorrentes que nos condicionam, e muitas vezes sem que saibamos. Exige também que se distinga entre as emoções e as faculdades espirituais. “Sinto” não é a mesma coisa que “estou convencido”; “apetece-me” não é a mesma coisa que “desejo”. Assim chegamos a reconhecer que a visão que temos de nós próprios e da realidade é às vezes um pouco deturpada. Compreender isto é uma graça! Com efeito, muitas vezes pode acontecer que convicções erradas sobre a realidade, baseadas nas experiências do passado, nos influenciem fortemente, limitando a nossa liberdade de apostar naquilo que realmente conta na nossa vida.

Vivendo na era da informática, sabemos como é importante conhecer as *passwords* para poder entrar nos programas em que se encontram as informações mais pessoais e preciosas. Mas até a vida espiritual tem as suas “*passwords*”: há palavras que tocam o coração, porque remetem para aquilo a que somos mais sensíveis. O tentador, isto é o diabo, conhece bem estas palavras-chave, e é importante que também nós as conheçamos, para não nos encontrarmos onde não gostaríamos. A tentação não sugere necessariamente coisas más, mas muitas vezes coisas desordenadas, apresentadas com importância excessiva. Deste modo, hipnotiza-nos com a atratividade que tais coisas suscitam em nós, coisas bonitas, mas ilusórias, que não podem cumprir o que prometem, e assim no final deixam-nos uma sensação de vazio e de tristeza. Aquela sensação de vazio e tristeza é um sinal de que empreendemos uma estrada que não era correta, que nos desorientou. Por exemplo, podem ser o título de estudos, a carreira, os relacionamentos, tudo em si louvável, mas em reação ao que, se não formos livres, corremos o risco de alimentar expectativas irreais, como por exemplo a confirmação do nosso valor. Por exemplo, tu quando pensas num estudo que estás a fazer, pensas nele apenas para te promover a ti mesmo, para o teu interesse, ou também para servir a comunidade? Nisto pode-se ver qual é a intencionalidade de cada um de nós. Deste mal-entendido derivam com frequência os maiores sofrimentos, dado que nada disto pode ser a garantia da nossa dignidade.

Por isso, estimados irmãos e irmãs, é importante conhecer-se, conhecer as *passwords* do nosso

coração, aquilo a que somos mais sensíveis, para nos protegermos de quem se apresenta com palavras persuasivas para nos manipular, mas também para reconhecer o que é realmente importante para nós, distinguindo-o das modas do momento ou de slogans vistosos e superficiais. Muitas vezes o que se diz num programa de televisão, nalguma publicidade que se faz, comove-nos o coração e faz-nos ir numa direção sem liberdade. Estai atentos a isto: sou livre ou deixo-me influenciar pelos sentimentos do momento, ou pelas provocações do momento?

Uma ajuda para isso é o *exame de consciência*, mas não falo do exame de consciência que todos fazemos quando vamos à confissão, não. Isto é: “Mas cometi este pecado, aquele...”. Não. Exame de consciência geral do dia: o que aconteceu no meu coração neste dia? “Aconteceram muitas coisas...”. Quais? Porquê? Quais traços deixaram no coração? Fazer exame de consciência, ou seja, o bom hábito de reler com calma o que acontece no nosso dia, aprendendo a observar nas avaliações e escolhas aquilo a que damos mais importância, o que procuramos e porquê, e o que afinal encontramos. Aprendendo sobretudo a reconhecer o que sacia o meu coração. Pois somente o Senhor nos pode dar a confirmação de quanto valem os. Diz-nos isto todos os dias da cruz: morreu por nós, para nos mostrar quão preciosos somos aos seus olhos. Não há obstáculo nem fracasso que possa impedir o seu terno abraço. O exame de consciência ajuda muito, pois assim vemos que o nosso coração não é uma estrada onde acontece de tudo sem que nós o saibamos. Não. Ver: o que ocorreu hoje? O que aconteceu? O que me fez reagir? O que me entristeceu? O que me alegrou? O que foi desagradável e se pratiquei algum mal aos outros. Trata-se de ver o percurso dos sentimentos, das atrações no meu coração durante o dia. Não vos esqueçais! Na semana passada falámos sobre a oração; hoje falámos da consciência de si mesmo.

A oração e o conhecimento de nós mesmos permitem-nos crescer na liberdade. Eis, é para crescer na liberdade! São elementos básicos da existência cristã, elementos preciosos para encontrar o próprio lugar na vida. Obrigado.

### Saudações:

Queridos peregrinos de língua portuguesa, sede bem-vindos! Saúdo-vos a todos, nomeadamente os grupos brasileiros de Goiânia e da arquidiocese de São Paulo, bem como os fiéis portugueses de Alcanena e da paróquia de São Paulo em Setúbal, convidando-vos a pedir ao Senhor uma fé grande para verdes a realidade com o olhar de Deus, e uma grande caridade para vos aproximardes das pessoas com o seu coração misericordioso. Confiai em Deus, como a Virgem Maria! Sobre vós e vossas famílias, desça a bênção do Senhor.

## Resumo da catequese do Santo Padre:

Para um bom discernimento, além da oração (vivida em familiaridade e confiança com Deus), requer-se o conhecimento de nós mesmos e dos nossos desejos mais profundos. Isto só se consegue com um paciente trabalho de introspecção, para tomarmos consciência do nosso modo de agir, dos sentimentos que nos animam, dos pensamentos que frequentemente nos condicionam, mesmo sem nos darmos conta. Precisamos de aprender a distinguir entre emoções e impulsos da alma; por exemplo: «ouço» não é o mesmo que «estou convencido», como não o é «apetece-me» e «quero». O problema é que não nos conhecemos suficientemente e, assim, não sabemos aquilo que verdadeiramente queremos. Para superar tal ignorância é de grande ajuda o exame de consciência, ou seja, aquele hábito bom de repassar, calmamente, aquilo que fizemos durante o dia, aprendendo a notar, nas avaliações e nas decisões, aquilo a que demos maior importância, o que procuramos conseguir e porquê, e qual foi o resultado; aprendendo sobretudo a reconhecer aquilo que sacia o nosso coração. Pois o tentador nem sempre nos sugere coisas más, mas apresenta-nos-las com uma importância excessiva, hipnotizando-nos com o fascínio que as mesmas exercem sobre nós: são coisas belas mas ilusórias, que no fim nos deixam um sentimento de vazio e tristeza. Só o Senhor é que nos pode confirmar na avaliação justa que fazemos das coisas. Fixemo-Lo na cruz; lá morreu Ele por nós, para nos mostrar quão preciosos somos a seus olhos. Não há obstáculo nem falimento que possam impedir o seu terno abraço.