

15 de março de 2021

Solidão

Podemos estar fisicamente sozinhos, mas o sentimento de solidão é uma opção individual.

A timidez não deve ser um escudo. Tentemos nos esforçar para superar essa inibição. Também podemos pensar, em conjunto, em algumas maneiras de atenuar essa sensação de vazio e isolamento:

- A leitura edificante de diversos gêneros pode nos ser excelente companhia.
- Filmes podem nos levar a vivenciar suas histórias, seus encantos.
- Músicas podem nos elevar, acalmar, transportar, emocionar.
- Hobbies - desenhos, pinturas, cerâmicas, instrumentos musicais, arranjos de plantas....Talvez descubramos habilidades nunca sonhadas.
- Trabalhos voluntários - cortar e pentear cabelos, ler um texto, cantar, ensinar algo, costurar, dirigir, fazer entregas, cozinhar, ajudar a organizar documentos, enfim, doar algo de nós mesmos.
- Conversar - podemos conversar com alguém a nosso redor. Seja pessoalmente, seja por telefone. Não para nos queixarmos. Façamos um esforço para que nossa mensagem seja sempre positiva. Nossa irradiação deverá ser calma, projetando o lado melhor das situações. Se não tivermos essa possibilidade de conversarmos com alguém, façamos um diálogo mental, uma irradiação para aqueles locais onde sabemos que há pessoas doentes, talvez sem visitas, e que necessitam de reconforto. Coloquemos em nossa tela mental esse cenário e nos imaginemos a dialogar com elas, dando-lhes apoio, motivação, confiança em dias melhores. Se pudermos, façamos desse exercício diário uma rotina.
- Evangelho no Lar - Estamos realizando? No mesmo dia e horários pre-determinados, pois, assim, outros espíritos poderão se organizar e estudar conosco. Fazendo a leitura e, se possível, alguns comentários sobre os textos lidos, em voz alta. Sim, pois dessa forma, reiteramos, estaremos estudando no coletivo.

Todas essas possibilidades transformarão o estado de solidão em alegria interior para nossa alma. Lembremos, também, que nunca estamos sós. Há sempre a presença amiga de nosso Pai Maior. Estabeleçamos a sintonia!

Não desista, se não conseguir resultados efetivos de imediato.

Persista! Dará certo!

Muita Paz!

Conselho Superior/Diretoria do Lar de Tereza