A Pedra Certa

TIPO	MODALIDADE
Dinâmica	**Individual**

Precisas de cinco pedrinhas pequenas (ou botões, tampas, moedas) e um alvo simples: um copo vazio, uma caixa, ou um círculo desenhado no chão, a uma distância que exija alguma pontaria. Colocar junto do alvo a frase "Eu vou contra ti em nome do Senhor..." (1 Sam 17,45). Escreve num papel pequeno um medo ou dificuldade concreta que sintas hoje como um "Golias" na tua vida (um exame, uma conversa difícil, uma decisão a tomar, uma insegurança antiga). Atribui a cada uma das cinco pedras um significado: confiança, oração, humildade, perseverança e esperança. Antes de lançares a primeira pedra, permanece alguns segundos em silêncio e pede a Deus a coragem que sozinho porventura não tenhas. Dobra o papel e coloca-o por baixo do alvo, a sustentá-lo, como se fosse a base sobre a qual o "inimigo" se ergue. Tens só cinco tentativas, nem mais uma, para derrubar o alvo com as pedrinhas, sem te aproximares entre tentativas. Assim que conseguires derrubá-lo (nessa tentativa ou nas seguintes, sem desistires antes das cinco), avança até ao alvo caído, pega no papel que sustentava, e sem o leres de novo, dobra-o ainda mais pequeno e guarda-o no bolso ou na carteira, para o levares contigo ao longo do dia como lembrete físico: este “inimigo” já não sustenta nada sozinho, e eu continuo de pé. Se, mesmo ao fim das cinco tentativas, não tiveres derrubado o alvo, faz na mesma esse gesto final: avança, derruba-o agora com a mão, retira o papel e guarda-o do mesmo modo, porque o objetivo não é a pontaria, é a disposição de ires até ao gigante e o desmontares com as tuas próprias mãos. Num papel, por fim, escreve outros “obstáculos interiores” que te impedem de agir com coragem e felicidade. Para cada “impossível”, escreve uma atitude ou pensamento que possa contrariar esse medo inspirado na coragem de David.

Questões para Reflexão

• Antes da primeira pedrada, senti mais confiança ou mais dúvida quanto a acertar? O que isso revela sobre como encaro os meus "inimigos interiores" antes mesmo de os enfrentar?

• David recusou a armadura de Saul, pesada e alheia a ele, e usou apenas o que já sabia manejar: a funda. Usei estratégias que são realmente minhas, ou tentei copiar uma "armadura" que não me serve?

• Levar o papel dobrado no bolso, mesmo após a queda do gigante, é diferente de o esquecer por completo. Porque será que o medo, mesmo vencido, ainda merece ser lembrado e não pode ser simplesmente apagado?