O Cofre das Palavras

TIPO

Dinâmica

MODALIDADE

Individual

Antes da tua próxima refeição ou conversa com alguém (o próximo café, o próximo jantar, o próximo encontro do dia), pega em algumas moedas ou botões pequenos e mete-os num bolso.

Durante esse momento único, sempre que sentires vontade de dizer algo simpático em voz alta, um elogio, um "obrigado", um comentário meigo, não o digas: troca-o por uma ação real e silenciosa, sem explicares nada. Por exemplo: se ias dizer "obrigado por teres feito o jantar", em vez disso levanta-te e lava a loiça sem dizer nada. Se ias elogiar alguém por algo bem feito, em vez disso ajuda-a a continuar essa tarefa, ou traz-lhe algo que precise, sem comentário.

Sempre que o fizeres, passa uma moeda do bolso onde está para o outro, sem contares nem olhares, só como forma física de marcar que uma palavra se tornou obra. Antes de agir, pergunta-te se este gesto exprime verdadeiramente aquilo que tens no coração. No fim desse momento único, não abras a mão para contar as moedas. Guarda-as assim, trocadas de bolso, como sinal silencioso de que algo mudou de lugar em ti, sem precisares de saber exatamente quanto. Pode ser que te aconteça que repitas esta operação mais vezes ao longo do dia.

Questões para Reflexão

• O amor cristão não é uma coleção de boas ações: é uma forma de viver. Foi fácil ou difícil resistir à vontade de dizer em vez de fazer? Em que momento senti mais essa tensão?

• A pessoa presente notou algo diferente, mesmo sem eu ter explicado nada? Que tipo de pessoa desejo tornar-me através destes gestos?

• Se todas as minhas boas intenções faladas se tornassem, a partir de hoje, gestos reais, o que mudaria primeiro na minha forma de amar quem está mais perto de mim?