

## Jesus em solitude

A solitude é uma das disciplinas clássicas da vida espiritual, embora atualmente se ouça tão pouco a respeito dela. A palavra vem da mesma raiz de “solidão” e já indica que esta é uma disciplina de abstenção: nos abstermos da companhia das pessoas para estar a sós com o Eterno durante um período de tempo.

A solitude foi uma disciplina muito conhecida dos primeiros discípulos e amplamente praticada pelo próprio Jesus. O Redentor iniciou sua jornada ministerial passando quarenta dias sozinho no deserto (Mateus 4:1-11). Na ocasião da escolha dos doze apóstolos, o Senhor passou a noite inteira sozinho em um monte deserto, em profunda oração (Lucas 6:12). Logo depois do milagre da multiplicação de pães e peixes, Jesus mandou que os discípulos partissem pelo mar, despediu as multidões e “subiu ao monte a fim de orar sozinho...” (Mateus 14:23). Após curar um leproso, Jesus “se retirava para lugares solitários, e orava” (Lucas 5:16). Finalmente, quando estava prestes a enfrentar os sofrimentos da cruz, Jesus se recolheu em solitude e oração no jardim do Getsêmani (Mateus 26:36-46).

A solitude era o momento no qual Jesus mantinha a perspectiva clara das coisas, e geralmente antes ou depois de fatos e eventos cruciais ao longo dos Evangelhos, Jesus procurava estar só com o Pai. A solitude era a disciplina através da qual Jesus mantinha-se conectado com a perspectiva do Pai acerca das coisas, de maneira que nem os apelos das multidões para coroa-lo nem as acusações e ameaças dos líderes religiosos pudessem movê-lo de sua missão.

## A disciplina da verdade

A solitude é a decisão consciente de nos abstermos de relacionamentos com as pessoas<sup>1</sup> com a finalidade de nos concentrarmos em nosso relacionamento com o Pai. Para muitos escritores, como Bonhoeffer e Tomas Merton, a solitude é a disciplina que abre as portas para as demais e deve ser praticada regularmente ao lado da oração, da meditação e também do jejum.

Em grande parte somos fruto do nosso meio, somos moldados e formatados pelas relações que temos com as outras pessoas e não raras vezes esses relacionamentos nos levam para longe de um relacionamento profundo com o Pai. A solitude faz o caminho inverso, pois pretende nos levar à abstinência de todos os demais relacionamentos para estar com o Pai e assim fazer o caminho de influência inverso.

A solitude nos protege de sermos moldados e destruídos por nossas relações. Bonhoeffer escreveu sobre essa realidade: “Aquele que não pode estar sozinho, tome cuidado com a comunidade. Aquele que não está em comunidade, cuidado com o estar sozinho. Cada uma dessas situações tem, de si mesmas, profundas ciladas e perigos. Quem desejar a comunhão sem solitude mergulha no vazio de palavras e sentimentos, e quem busca a solitude sem comunhão perece no abismo da vaidade, da auto-enfatuação e do desespero”.<sup>2</sup>

Muitas vezes nos perdemos em nossos meios sociais. Perdemos nossa identidade, nossos referenciais, e lutamos para fugir de nós mesmos, de nossa dor e angústia em meio a conversações vazias, relacionamentos superficiais e até certo ponto pecaminosos. A solitude nos leva a um encontro conosco mesmos, com o Pai, com a verdade. A solitude é estar consigo mesmo para se ouvir, se conhecer, se ver.

No início de seu tratado sobre a fé cristã, as Institutas, Calvino dedica todo o primeiro capítulo para mostrar que o conhecimento de nós mesmos e o conhecimento de Deus são duas realidades interligadas.<sup>3</sup> Para Calvino, quanto mais nos conhecemos mais conhecemos a Deus, e quanto mais conhecemos a Deus mais compreendemos e conhecemos a nós mesmo num ciclo que não pode ser desligado. Em suas próprias palavras: “E assim na consciência de nossa ignorância, presunção, miséria, fraqueza, enfim, de nossa própria depravação e corrupção, reconhecemos que em nenhuma outra parte, senão no Senhor, se situam a verdadeira luz da sabedoria, a sólida virtude, a plena

<sup>1</sup>WILLARD, Dallas. *O Espírito das Disciplinas*, p.159.

<sup>2</sup>BONHOEFFER, Dietrich. *Vida em comunhão* – 3. Ed. Rev. São Leopoldo: Sinodal, 1997, p.57

<sup>3</sup>CALVINO, João. *As institutas*. São Paulo: Cultura Cristã, 2003, p.47-49.

abundância de tudo que é bom, a pureza da justiça, e daí somos por nossos *próprios* males instigados à consideração das excelências de Deus”.<sup>4</sup>

A solidão nos dá esse ambiente necessário ao crescimento do conhecimento de nós mesmos e do Pai, nos libertando da escravidão de atuarmos o tempo todo diante das pessoas com as quais nos relacionamos. A solidão é a disciplina da verdade, é o momento em que as máscaras não funcionam e somos confrontados com a realidade de nós mesmos, por que estamos a sós com a única pessoa para quem nossas máscaras não importam: nosso Pai.

## Solitude, não solidão

Como todas as disciplinas, a solidão possui suas ciladas e devemos estar atentos para essa realidade enquanto nos envolvemos nas disciplinas espirituais. A solidão é uma das disciplinas de abstenção do nosso cardápio de disciplinas, onde nos abstermos de relacionamentos com outras pessoas por algum tempo para dizer ao Pai que o principal relacionamento que temos é o Senhor. Por causa dessa abstinência a solidão pode acabar tomando ares de solidão espiritualizada. A solidão é a condição em que estamos desligados de relacionamentos relevantes e profundos devido ao abandono, à fuga, ao medo de relacionamentos. A solidão é o resultado de uma vida de egocentrismo, de vaidade. Segundo Foster, a “solidão é vazio interior. Solitude é realização interior”.<sup>5</sup>

A solidão é em si mesma, enquanto a solidão é uma disciplina realizada com o fim de estarmos com o Pai para podermos amar as pessoas que estão à nossa volta mais e melhor quando a disciplina terminar. James Bryan Smith mostra como podemos diferenciar a disciplina da armadilha da seguinte maneira: “Solidão é passar um tempo separado das outras pessoas. Geralmente experimentamos a solidão quando não há ninguém por perto, mas não é desse tipo de solidão que estamos falando. A solidão é um tempo que passamos intencionalmente conosco mesmos e com Deus. Então, Deus pode fazer algo poderoso dentro de nós na área da identidade”.<sup>6</sup>

A solidão se caracteriza pela insuficiência de interação e comunicação emocional e pela falta de aproximação afetiva que é fruto da superficialidade das relações. A pós-modernidade, tão marcada por grandes avanços científicos e tecnológicos e pela expansão dos meios de comunicação tem gerado, paradoxalmente, uma crescente sensação de solidão. Essa solidão é na verdade fruto de individualismo, de auto-proteção e de uma atitude pecaminosa e auto-centrada em que o indivíduo se recusa a se envolver em relacionamentos onde possa ser amado e por sua vez amar.

A solidão nos liberta da solidão, pois ao estarmos e sermos na presença do Pai, tirando nossas máscaras, estaremos cada dia mais aptos para sermos nós mesmos com as pessoas à nossa volta e nos conectarmos verdadeiramente com elas.

## A margem

A disciplina da solidão é mais uma prática que devemos trazer para dentro de nossos hábitos devocionais. Mas como conseguir tempo para poder estar a sós com Deus? Como implementar? Bem, creio que Smith nos dá uma dica muito legal para podermos conseguir implantar pequenos momentos de solidão ao longo da nossa semana: a margem<sup>7</sup>. Vivemos muitas vezes com nossas agendas no limite, enfiando coisas para fazer nos mínimos espaços para não termos nenhum tempo de ócio, afinal tempo é dinheiro. No entanto, por causa dessa nossa vida insana de coisas para fazer, não conseguimos separar pequenas porções de tempo para estar a sós conosco mesmos e com Deus.

A margem é programar-se para ter algum tempo livre entre as atividades de maneira que não seja necessário você sair correndo de uma coisa para a outra. É dentro da margem que você estará em solidão. Algumas possibilidades são: Separe um momento no seu dia para curtir você mesmo e estar com Deus; prepare uma xícara de café, sente-se, respire e esteja em solidão com o Pai; saia com margem de tempo para o trabalho, dirija tranquilamente e gaste alguns momentos dentro do carro antes de começar a trabalhar, em solidão com o Pai.

Outra possibilidade é separar um tempo maior de solidão, com um planejamento maior, como em um retiro espiritual. Separe um dia da semana para ir a um lugar que você gosta e ficar lá algum tempo, em solidão com o Pai.

A solidão também combina bem com momentos de contemplação que envolvem um contato com a natureza. Crie o hábito de assistir o cair da tarde, ou ver o pôr-do-sol de vez em quando. A admiração do mar ou o hábito de subir até um lugar alto também fornecem um momento ideal para a solidão.

Enfim, solidão é estar a sós com o Pai e consigo mesmo, encontrar o Pai e a si mesmo nesta hora de paz.

---

<sup>4</sup> CALVINO, João.

<sup>5</sup> FOSTER, Richar J. *Celebração da Disciplina*. p.79

<sup>6</sup> SMITH, James Bryan. *O Maravilho e bom Deus*, p.205.

<sup>7</sup> Idem, p.159