

*Vasco Pinto de Magalhães, sj*

## **FAZER O BEM, BEM FEITO**

*O discernimento.  
Lidar com estados de espírito  
e saber escolher*



EDITORIAL AO

**Na Capa**

Pintura de João Sarmento

**Capa**

Romão Figueiredo

**Paginação**

Editorial AO

**Impressão e Acabamentos**

Sersilito – Empresa Gráfica

**Depósito Legal n.º**

539284/24

**ISBN**

978-972-39-0995-1

Novembro de 2024

*Com todas as licenças necessárias*

©

SECRETARIADO NACIONAL DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO  
Rua S. Barnabé, 32 – 4710-309 BRAGA | Tel.: 253 689 443  
[www.redemundialdeoracaodopapa.pt/livraria](http://www.redemundialdeoracaodopapa.pt/livraria) | [livros@snao.pt](mailto:livros@snao.pt)

*«Fazer o Bem, bem feito».*

Amadeu Pinto, sj

*«Na vida espiritual não há linha reta».*

José Craveiro, sj

*«O “herói”, o ator principal da minha história,  
não sou eu, é Deus».*

António Vaz Pinto, sj



## **Introdução, agradecimento e homenagem**

### ***Para fazer o Bem, bem feito***

Para fazer o Bem há que escolher o bem maior entre vários bens possíveis. Mas não basta! É preciso, também, escolher o melhor modo, o mais humano, de o pôr em prática: fazê-lo «bem feito», isto é, do modo mais construtivo.

E mais ainda: para escolher o maior bem ou o caminho mais humano, seja qual for a circunstância, é necessário cultivar a liberdade interior. Este é o Segredo!

Mas há também o caminho, o discernimento na sua dupla aceção: primeiro identificar, distinguir e lidar com a variedade dos estados de espírito e, depois, o processo de ponderar alternativas para chegar a uma boa decisão.

Este livro resulta de três conferências em pleno tempo de COVID, realizadas na Brotéria,

por *zoom*, com o título «Discernimento em tempo de pandemia» (a 16, 17 e 18 de fevereiro de 2021).

Agradeço vivamente e mais uma vez o enorme trabalho do João Azevedo Mendes e da Inês Pereira Coutinho, cada um com a sua paciência, entusiasmo e amizade. O João fez a edição do texto a partir das gravações e a Inês fez a sua revisão.

É importante que a Brotéria promova iniciativas na área da espiritualidade. Obrigado.

Dedico este livro a três amigos e companheiros jesuítas, homenagem pelo bem recebido através deles. O P. António Vaz Pinto, amigo desde os «bancos da escola» e que morreu mais recentemente (2022), pelo diálogo corajoso nas tomadas de posição. Ao P. José Craveiro, diretor espiritual, devo o que pode ser a ponderação e a liberdade criativa. Por fim, fui buscar ao P. Amadeu Pinto o título deste livro. «Fazer o Bem, bem feito» era a sua regra de vida que propunha a todos, em particular nos tempos mais desafiantes de Superior Provincial. Acredito que não levará a mal este «plágio».

Quem não gostaria de fazer o Bem e de o fazer de modo certo, no tempo certo? Esse ideal humano parece bem difícil! É possível? Sim, podemos tornar-nos capazes, o segredo está em cada um se tornar Livre. Está na sabedoria e na disciplina de não se «deixar levar» por quaisquer condicionamentos e pressões, interiores e exteriores.

É verdade, mas não é desculpa: somos seres condicionados, sempre e de muitos modos. Mas podemos sempre e cada vez mais e melhor conhecer e lidar com todas essas pressões, interesses, desejos, apetites e medos... Para isso serve o discernimento, que tem de começar por uma tomada de consciência alargada e crítica sobre a realidade. É a disciplina e o treino do «exame» ou do «pensamento crítico», para o qual devíamos ser educados, sobretudo aquilo que nos vem de dentro e nos rodeia: situações, relações, valores, o espaço e o tempo, a previsão das consequências.

A acompanhar a consciência crítica, importa cultivar a força de vontade para seguir – ainda que por vezes sozinhos e por entre muitas «vozes» e «ofertas» – a Voz maior da nossa responsabilidade histórica.

Uma coisa é certa: a Vontade libertada não se alcança sem o Amor maior, que nos cria, recria e ultrapassa. Ou seja: sem aquilo a que os cristãos chamam «graça divina», que bate à porta de todos os homens e mulheres de boa vontade.

O verdadeiro discernimento leva ao compromisso. O compromisso traz consigo a alegria e manifestará a identidade e a missão de quem está no mundo, não para o ver passar, mas para o deixar melhor e com mais lugar para todos.



1.º DIA

## DISCERNIMENTO INACIANO

### ***O Rei Lear: a tragédia de uma má escolha e uma definição de discernimento***

O discernimento é uma capacidade, que podemos cultivar, de lidar com a realidade na sua complexidade para encontrar caminhos. Não é, portanto, nada teórico nem é só para determinados momentos ou determinadas circunstâncias.

O discernimento é uma ferramenta intelectual, de vontade e de coração, para o confronto com as situações e as escolhas conforme Deus quer. Todos nós, no fundo, sabemos alguma coisa sobre este assunto. Se nos perguntassem «O que é discernir?», toda a gente diria alguma coisa.

O verbo «discernir» significa distinguir, cortar, separar corretamente. Originariamente, a palavra latina *discernere* significava ajuizar, se-

parar águas para analisar a realidade e encontrar caminhos. Discernimento é, assim, distinguir e analisar de forma correta as situações com que nos deparamos, para encontrar a decisão adequada a fazer, para escolher bem um caminho.

É uma capacidade ou talento, mas também uma graça e uma sabedoria dadas pela fé, para nos sabermos orientar em cada momento num percurso de vida.

Na tragédia do *Rei Lear*, de Shakespeare (ato I, cena IV), o rei já idoso é levado a fazer «uma má escolha!». Enganado pelas duas filhas mais velhas, Goneril e Regan, ingratas, mas bajuladoras, acaba por expulsar e deserdar a filha mais nova, Cordélia, a única fiel, mas frontal. O rei está perdido e confuso. Apenas tem um amigo, que tinha rejeitado por defender Cordélia, e o bobo. Este chega a dizer-lhe: «Sabes ver a diferença entre um bobo amargo e um bobo doce?». E o amigo, o conde de Kent, oferece-lhe ajuda: «Ensinar-te-ei a distinguir» («I'll teach you differences»).

Esta frase ficou célebre no campo filosófico. Ludwig Wittgenstein (1889-1951) tomou-a como o princípio de toda a investigação filosófica. A filosofia, para ele, começa assim: apren-

der a distinguir. E, confrontando-se com Hegel (1770-1831), escreveu: «Hegel pretende mostrar que coisas que parecem diferentes, na realidade, são iguais. O meu propósito é mostrar que coisas que parecem iguais, na realidade, são diferentes» – «I'll show you differences».

O discernimento é a sabedoria de distinguir que leva a boas escolhas.

Na primeira conferência, vou abordar como entender, distinguir e lidar com os nossos estados de espírito, os nossos estados de alma: estou triste, estou contente, não percebo o que se passa comigo, entrei numa ansiedade... O que é isto? Como é que lido com isto?

Encontramos respostas para estas questões no livro *Exercícios Espirituais* de Santo Inácio de Loiola. Vou concentrar-me naquilo que Santo Inácio tem de mais original, que são as «Regras de discernimento dos espíritos», ou dos estados de alma.

Na segunda conferência, vou tratar do processo concreto de encontrar o caminho para uma decisão bem tomada numa dada situação. Ou seja, como chegar a uma decisão para fazer uma escolha segundo o Espírito Santo.

Na terceira conferência, falarei do discernimento moral e político: de como encontrar o caminho cristão nestes âmbitos, distinguindo os legalismos dos situacionismos, de como se faz um verdadeiro discernimento cristão na procura da vontade de Deus, nas escolhas éticas e políticas.

## **As regras de Santo Inácio**

Santo Inácio apresenta no seu livro *Exercícios Espirituais* as chamadas «regras de discernimento dos espíritos», que divide em dois grupos. No primeiro grupo, as de «primeira semana», regras para o dia a dia, um pouco mais fáceis. Depois, apresenta um segundo grupo, de «segunda semana», regras que são mais especializadas, para situações mais complexas.

Vamos ver primeiro as regras de discernimento de «primeira semana», as mais comuns, que vou comentar.

Santo Inácio começa por uma espécie de regra zero. É normal na vida de cada um de nós existirem altos e baixos. A vida é feita de altos e baixos, nós é que, às vezes, achamos que não deveria ser assim, mas de facto é. É próprio da

vida estas alternâncias, o coração também bate com o seu ritmo, e estes são os ritmos da vida. O pior é quando os ritmos se estragam...

A vida é cheia de altos e baixos... Ou «na vida espiritual não há linha reta», como dizia um mestre de espiritualidade, o P. José Cra-veiro, que foi meu diretor espiritual na Companhia de Jesus e me acompanhou muito. E é uma grande verdade! A linha reta é uma abstração. Nem sequer no universo existem linhas perfeitamente retas, muito menos na vida espiritual. Por isso, é preciso aprender a apanhar a onda certa. Todos nós precisamos de nos tornar «surfistas espirituais».

O autor dos *Exercícios Espirituais* era um exímio surfista, de apanhar a onda do bom espírito, mas nós tantas vezes apanhamos a onda errada, que não nos leva a lado nenhum: ou aquela que vai rebentar em cima de nós, ou aquela em que mais valia não ter feito nada e esperar por outra melhor. A imagem do *surf* parece-me muito acertada na vida espiritual e no processo de discernimento dos espíritos.

Santo Inácio não a utilizou com certeza, mas percebia que havia em nós muitas «ondas», internas e externas. Tudo se agita, tudo

muda e, se calhar, nós temos pena de que seja assim, pensamos que seríamos mais felizes na estabilidade. Mas a estabilidade pode ser enganadora, por ser estática. Há a estabilidade do lago e a estabilidade do rio que corre para a frente.

Esta é uma primeira ideia muito importante. Depois, Santo Inácio diz-nos que há duas atitudes de fundo: uma mais fechada em si mesma e outra mais aberta à realidade, aos outros e a Deus. E, conforme as nossas atitudes, assim trabalha em nós aquilo que ele chama o espírito de Deus, o bom espírito, e aquilo que ele chama o inimigo, o mau espírito, o espírito mundano.

Sentimos esta tensão dentro de nós, é uma realidade muito presente nas nossas vidas: «Apetece-me, mas não quero; quero, mas não me apetece». Santo Inácio diz que, quando estou numa atitude de «ir por água abaixo», de mal a pior, em desânimo, numa atitude derrotista, é próprio de Deus, do bom espírito, espicaçar-me, despertar-me, abrir-me os olhos, chamar-me a atenção. Mas, pelo contrário, nesses momentos é próprio do espírito mundano sugerir: «Bravo, continua, porque assim

vais ser feliz, vais ganhar muito dinheiro, vais instalar-te, vais ser importante». Já quando estou numa atitude positiva, de me abrir aos outros, tocado pelo amor, o mau espírito procura desanimar-me e fazer-me desistir.

Espiritualidade é a vida virada para fora, é o contrário do egocentrismo. A espiritualidade não é uma coisa etérea, desligada da realidade, «meio *zen*»: isso pode ser espiritualismo, mas não é a verdadeira espiritualidade. Espiritual significa movido por um sopro, segundo Deus. Deus é espiritual porque a sua vida é ir ao encontro dos outros, é amor; a única realidade espiritual é o amor. A espiritualidade é, portanto, tudo aquilo que eu vivo quando estou numa atitude de sair de mim. Como diria o Papa Francisco, e muito bem, é quando vivo numa atitude de «estar em saída».

Quando estou nessa atitude de ir ao encontro dos outros, é próprio de Deus dar-me umas palmadinhas nas costas e dizer: «Continua, estás a ir bem, não desistas, é difícil, mas vale a pena». E é próprio do mau espírito dizer: «Tu és um grande palerma, estás a deixar passar ao lado tantas oportunidades interessantes, tem cuidado com o que estás a fazer».

## ÍNDICE

<b>Introdução, agradecimento e homenagem .....</b>	7
<i>Para fazer o Bem, bem feito .....</i>	7
1.º DIA	
<b>Discernimento inaciano .....</b>	11
O <i>Rei Lear</i> : a tragédia de uma má escolha e uma definição de discernimento .....	11
As regras de Santo Inácio .....	14
Altos e baixos. Consolações e desolações .....	18
Duas histórias .....	22
Em tempos de desolação não se fazem mudanças .....	30
Não se instalar no tempo da consolação .....	34
Três avisos para o discernimento .....	35
É próprio de Deus dar a alegria e a paz .....	39
<i>Perguntas e respostas .....</i>	47
2.º DIA	
<b>Saber escolher .....</b>	63
1.º passo: Ver .....	67
2.º passo: Ponderar .....	73
3.º passo: Decidir .....	83
4.º passo: Pôr em Prática, Agir e Avaliar .....	89
<i>Perguntas e respostas .....</i>	94



3.º DIA

<b>O discernimento ético e político .....</b>	115
<b>Ponto 0 ou três alertas .....</b>	117
<b>Ponto 1.</b>	
<i>A parábola do pai pródigo .....</i>	121
<b>Ponto 2.</b>	
<i>A decisão conforme o Evangelho .....</i>	126
<b>Ponto 3.</b>	
<i>Colaborar para transformar o mundo .....</i>	127
<b>Ponto 4.</b>	
<i>Nem legalismos nem relativismos .....</i>	136
<b>Ponto 5.</b>	
<i>Quatro princípios do Papa Francisco .....</i>	140
<b>Conclusão .....</b>	147
<i>Perguntas e respostas .....</i>	148
<i>Sugestões de leitura .....</i>	163
<i>Índice .....</i>	165