

SUMÁRIO

| | |
|----------------------------------|----|
| PREFÁCIO..... | 7 |
| MOINHOS DE VENTO | 9 |
| RESPOSTAS | 10 |
| INTEIREZA..... | 11 |
| DESEJO DE ETERNIDADE | 12 |
| CONHECER A DEUS..... | 13 |
| DIGNIDADE..... | 14 |
| BORDANDO A VIDA..... | 15 |
| UM NOVO OLHAR | 16 |
| SABOR DAS COISAS..... | 17 |
| UNIDADE..... | 18 |
| IR JUNTOS | 19 |
| DESERTOS | 20 |
| PROBLEMAS | 21 |
| TESTEMUNHAR A VIDA | 22 |
| A FILOSOFIA DA TRILHA | 23 |
| A VIDA A PARTIR DO INTERIOR..... | 24 |
| ESCURIDÃO | 25 |
| VÍCIOS E APEGOS..... | 26 |
| DOAR AQUILO QUE SOMOS..... | 27 |
| CONHECER A SI MESMO(A) | 28 |

| | |
|-----------------------------------|----|
| SUPORTAR | 29 |
| CICLOS E ESTAÇÕES..... | 30 |
| CONTRATO | 31 |
| EQUILÍBRIO INTERNO..... | 32 |
| COMO USAR O FAROL? | 33 |
| O QUE TEM DENTRO? | 34 |
| A PEDAGOGIA DA ESCUTA | 35 |
| ENTRE CRÍTICAS E ELOGIOS | 36 |
| FALAR AO CORAÇÃO..... | 37 |
| PACIÊNCIA COM A MEDITAÇÃO | 38 |
| O QUE AMAMOS?..... | 39 |
| SE NÃO AMAR, MORRE | 40 |
| A VIDA É MUITO ESTRANHA | 41 |
| LIBERDADE E RESPONSABILIDADE..... | 42 |
| SOBRE EXPECTATIVAS..... | 43 |
| DOIS GUERREIROS | 44 |
| NÃO SE SEPARE DE VOCÊ | 45 |
| TEMPESTADES DE PAZ | 46 |
| LUZ DA FÉ | 47 |
| O TEMPO PRESENTE | 48 |
| RESPEITO | 49 |
| QUE O PESO SEJA O AMOR..... | 50 |
| ESTAMOS DE PASSAGEM | 51 |
| QUAL É O SEU PODER? | 52 |
| AMIZADE | 53 |

| | |
|--------------------------------------|----|
| SOBRE O PENSAR..... | 54 |
| UM AMOR SADIO | 55 |
| PAUSA PARA A REFLEXÃO..... | 56 |
| QUANTOS ANOS VOCÊ TEM? | 57 |
| SOBRE O SABER DE SI..... | 58 |
| O SEGREDO DA EXISTÊNCIA HUMANA | 59 |
| TEMPO DE TRAVESSIA..... | 60 |
| FERRÃO E MEL..... | 61 |
| DOR E CORAGEM..... | 62 |
| NUNCA MAIS SEREMOS OS MESMOS..... | 63 |
| ERRAR É HUMANO, PENSAR TAMBÉM | 64 |
| MINIMALISMO..... | 65 |
| SOBRE O EGOÍSMO | 66 |
| COMO VOCÊ VIVE HOJE?..... | 67 |
| AMIGO DE MIM MESMO..... | 68 |
| SER O QUE SOMOS..... | 69 |
| O CUIDADO | 70 |
| PRISÕES | 71 |
| PENSAR POR SI MESMO(A)..... | 72 |
| PALAVRAS QUE ILUMINAM | 73 |
| POSFÁCIO | 75 |

PREFÁCIO

Os documentos fundacionais de nossa instituição nos afirmam que em 14 de março de 1959, um sábado, no auditório do Colégio Marista Santa Maria, em Curitiba/PR, ocorria um ato solene com uma conferência cujo tema foi “Universidade e Civilização Brasileira”. Ao final da cerimônia, o então Arcebispo de Curitiba, Dom Manuel da Silveira D’Elboux (1904-1970), anuncia a fusão de sete instituições de ensino que, a partir daquele momento, comporiam a Universidade Católica: Faculdade Católica de Filosofia de Curitiba, Faculdade Católica de Direito, Faculdade de Ciências Médicas do Paraná, Faculdade de Ciências Econômicas, Escola de Serviço Social, Escola de Enfermagem Madre Léonie e o Círculo de Estudos Bandeirantes. Nascia, ali, a Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR).

Claro que podemos, apoiados em evidências históricas, definir quais foram as intenções e motivações de Dom Manuel naquele momento; entretanto, ousa afirmar que o Arcebispo da Curitiba de então teve tal gesto profético porque, primeiramente, cultivou sua interioridade. Foram suas reflexões, seus momentos de silêncio, de contemplação e de oração que possibilitaram que o desejo de uma Universidade Católica se instalasse em seu coração empreendedor.

Passaram-se 65 anos desde aquele 14 de março de 1959. A Universidade criada cresceu, consolidou-se, recebeu o título de “Pontifícia”, um dos maiores reconhecimentos da Santa Sé, e hoje se apresenta como uma das melhores Universidades do país, participando, também, de rankings internacionais. Fiel aos valores éticos, cristãos e maristas, a PUCPR pretende contribuir para o desenvolvimento e o cultivo da interioridade, compreendida como um ato de resistência em relação à superficialidade, à mera aparência e à corrente futilidade que impedem a nossa existência plena.

Desde 2018, por meio de seu “Programa de Meditação”, nossa Universidade vem oferecendo à comunidade momentos e subsídios para

educar a interioridade. Para celebrar, portanto, nossas “bodas de safira”, a Diretoria de Identidade de nossa Universidade traz a público a obra *Caminhos de Educação para a Interioridade PUCPR*; trata-se de 65 meditações redigidas por Valcir Moraes, Coordenador do Programa de Meditação, que nos apresenta, numa linguagem clara e simples, reflexões que nos permitem olhar para nossa história com gratidão e dirigirmos o olhar para o futuro com esperança.

Desejo a ti uma frutuosa leitura e um belo caminho de educação para a interioridade, trilhando os 65 passos aqui apresentados! Que esta leitura faça bem a ti como a mim o fez.

Fraternalmente,

Irmão Rogério Renato Mateucci
Reitor da PUCPR

MOINHOS DE VENTO

Foi no século XVII que se publicou pela primeira vez, sob autoria do espanhol Miguel de Cervantes (1547-1616), a famosa obra *Dom Quixote*, e quem o conhece sabe que falamos de um personagem épico, capaz de provocar as mais variadas reflexões em quem se aventura por suas páginas.

O velho e louco Quixote tinha por hábito enfrentar moinhos de vento, para os quais atribuía características de grandes feras, como dragões, por exemplo. Essas cenas povoaram minha imaginação de adolescente e hoje nos servirão de conteúdo para a meditação.

“Os cães ladram, Sancho. É sinal que estamos avançando”, dizia Dom Quixote para o seu escudeiro chamado Sancho. Se há o incômodo dos cães a ponto de fazerem barulho, é sinal de que não estão parados, mas, sim, em movimento, caminhando. Hoje, as perguntas que nos cabem são: onde nosso movimento está nos levando? Para onde a meditação diária que você pratica te conduz? Os que estão ao seu redor estão percebendo mudanças?

É um exercício difícil e cotidiano este de caminhar em direção ao nosso próprio interior, mas ele não pode ser feito por outra pessoa. Este não se pode terceirizar. E a despeito de todas as dificuldades que todos nós enfrentamos, ele ainda assim se torna possível e necessário. Inclusive se torna aliado no enfrentamento dos desafios.

Sejamos o tipo de gente que aproveita tudo o que o vento pode nos dar. Olhemos para os nossos moinhos de vento e os enfrentemos (se for o caso) ou apenas sigamos o nosso caminho, pois a jornada certamente é longa.