

## ALEGRIA E HUMILDADE, ANTÍDOTOS SOBERANOS

São Francisco de Assis sofreu muito por causa dos demónios. Ele recomendava aos seus frades a humildade e a alegria espiritual como antídoto contra o poder do diabo e dizia: «O diabo exulta sobretudo quando pode roubar aos servidores de Deus a alegria do espírito». Esforça-se por lançar poeira nas dobras da nossa consciência e, assim, sujar a candura do espírito e a pureza da vida. Mas, se o coração estiver cheio da alegria do Espírito Santo, em vão tentará injectar em nós o seu veneno mortal. A alegria é sinal de santidade e os demónios não a conseguem vencer!

Os cristãos que cultivam a alegria interior tornam-se cada vez mais fortes contra o Mal, mas se deixarem entrar neles a tristeza, a melancolia e a desolação enfraquecem e facilmente cedem ao inimigo.

São Francisco «esforçava-se por permanecer sempre alegre e conservar a unção da alegria. Evitava com grande cuidado a melancolia, que ele denominava o pior de todos os males. Logo que notava algum sintoma de tristeza, recorria sem demoras à oração para não dar ocasião a Satanás» (Tomás de Celano, Vida de São Francisco, cap. 88)

São Tomás de Aquino, comentando o Salmo 2, ensina que existem três meios eficazes para repelir os assaltos de Satanás: a alegria espiritual, a oração ardente e o trabalho realizado com espírito de fé: «A alegria espiritual arma o homem contra Satanás; o louvor de Deus é uma força que contribui muito para repelir o diabo; o trabalho bem feito elimina o ócio, terreno propício para a acção dos demónios».

Na luta contra Satanás, é de grande importância a alegria espiritual, fruto da presença do Espírito Santo: «os frutos do Espírito: amor, alegria, paz, paciência, benignidade, bondade, fidelidade» (Gal 5, 22). A alegria é a característica fundamental dos santos que se deixam conduzir pelo Espírito, fonte inesgotável de profunda alegria. A alegria é fruto da humildade, da sinceridade do coração e da obediência, três virtudes que nos asseguram na graça de Deus.

A humildade previne-nos, sobretudo, contra a presunção e o desespero. Ajuda-nos a formar uma ideia clara e, ao mesmo tempo, muito simples e honesta acerca de quem nós somos - um nada, pequenas criaturas sem grande importância, um tanto tolas, outro tanto ridículas - e de quem é Deus: o nosso Criador, infinitamente sábio e poderoso, que nos ama com um amor eterno, disposto a ir até às últimas consequências, capaz até de dar a vida por nós.

A humildade traduz-se em oração, numa oração confiante e filial, descomplicada. Rezando, e rezando muito, dar-nos-emos conta de que nada podemos sem a ajuda de Deus, nem sequer, resistir à mais trivial tentação, nem levar a bom termo qualquer trabalho ou projecto.