

ORAÇÃO DE AMORIZAÇÃO

A cura do coração

NOVA APRESENTAÇÃO

A *Oração de Amorização: a Cura do Coração* chegou ao número imprevisível e admirável de 74 edições, só no Brasil. E continua a ter uma procura constante. São vendidos aproximadamente 12 mil exemplares por ano, o que significa uma média de mil exemplares por mês, prosseguindo na sua trajetória de bem-fazer aos seus leitores.

Este livro, pequeno, simples e fácil de ser lido, é tão procurado por dois motivos: primeiro, porque as pessoas vivem muito feridas nas suas emoções, no seu coração. As esposas são feridas pelos seus maridos, pelos seus filhos, pelos seus familiares; os maridos são feridos pelas suas esposas, pelos seus filhos e pelos seus familiares; os filhos são feridos pelos seus pais, pelos seus irmãos; os alunos são feridos na escola, e por sua vez ferem os professores; os operários são feridos pelos seus patrões, e estes pelos seus trabalhadores.

Na verdade, vivemos num mundo tenso, agressivo, impaciente e violento. Muitos, muitíssimos, vivem com os seus corações feridos pelo desamor, magoados por relacionamentos dolorosos.

Em segundo lugar, este livro é tão procurado por apresentar soluções para curar as feridas emocionais, para curar os corações. Efectivamente, ele é uma panaceia; ensina a terapia para curar o coração; dá a pomada para ser aplicada nas feridas; ensina a fazer os curativos eficazes para curar o coração emocional. Os resultados são rápidos e surpreendentes.

Em face disso, o autor percebeu a necessidade e a oportunidade de fazer um trabalho de aperfeiçoamento deste livro. Não foi mexido no essencial, nem na metodologia da terapia para curar as feridas do coração. Nem poderia sê-lo.

O autor retirou a comparação das «fichas pretas e fichas brancas» para facultar uma explicitação mais existencial, quando se refere às experiências dolorosas guardadas, tendo, para este fim, introduzido um novo capítulo: «As feridas do coração».

Ele percebeu, ainda, a necessidade de acrescentar um capítulo sobre o autodesamor, sobre as feridas feitas em si mesma pela própria pessoa. São feridas que geram condenação, punição, vergonha, raiva, ódio, mágoa ou vingança contra si mesma. É ensinada a metodologia do autoperdão para curar essas feridas e para sanar os seus sintomas tão prejudiciais.

Todo o livro recebeu retoques de aperfeiçoamento. Que a *Oração de Amorização: A Cura do Coração* possa continuar a levar a cura emocional a muitas

pessoas, assim favorecendo a sua saúde espiritual, emocional, física, familiar e social.

CAPITULO I

CORAÇÕES FRIOS E FERIDOS

É cada vez mais difícil amar. Justamente quando o mundo está tão carente de amor, e quando o amor poderia ser a solução para todos os problemas da humanidade, é tão difícil amar! Cada vez mais difícil.

A grande crise da família é uma crise de amor. Infidelidades, traições, agressões, separações disfarçadas, divórcios; divisões e agressões entre pais e filhos; o incrível aborto. Tudo revela a grande crise do amor familiar.

Numa pesquisa feita entre 5000 jovens americanos, sobre o relacionamento com os pais, 45 por cento, ou seja 2250, responderam: «eu odeio os meus pais.» Incrível! Mas se perguntássemos aos seus pais que tipo de sentimentos têm em relação aos filhos, talvez nos respondessem: «os filhos são o nosso grande problema e, até, o nosso tormento.»

A imensa crise religiosa do mundo actual é uma crise de amor. Porque já não se crê em Deus, não se lhe tem amor, nem a nada do que lhe pertence: o homem e o mundo criado. Daí surgirem todas as devastações: do homem e da natureza. E a falência do amor.

Vivemos num mundo ao mesmo tempo fascinante e aterrador. Fascinante, se olharmos para todo progresso científico e tecnológico; aterrador, se volvermos o olhar para a situação do homem. As guerras por interesses económicos; a fome de dois terços da humanidade; a exploração do homem pelo homem; as doenças dizimando milhões de seres humanos; o terrível fantasma dos tóxicos; a imoralidade e a violência invadindo os lares; as leis incríveis para destruir o que há de mais sagrado: a vida. O homem lança-se desenfreado a toda sorte de prazeres: os imorais, as riquezas, o poder, a vaidade; a subversão e a corrupção; a automentira; a destruição dos valores do passado; causar sofrimento aos outros.

Desenfreado, o homem busca a felicidade onde ela não se encontra. o próprio desenfreamento é sintoma de que o homem se sente infeliz. Infeliz porque não tem amor. Não ama em profundidade. Não se sente amado. Não vive o amor como mola mestra da sua vida, dos seus relacionamentos.

Nesta situação, os corações ficam cada vez mais frios e feridos. Frios, pela falta de amor na família, na escola, na Igreja, na sociedade, no mundo. Feridos, por tantas e tão graves violências contra o seu ser, os seus ideais, a sua necessidade de amar e ser amado, contra os seus direitos mais naturais e fundamentais.

Que esperar de um ser humano com o coração frio e ferido? Que esperar de uma família cujos componentes têm os corações frios pelas carências afectivas e feridos pelos relacionamentos dolorosos?

Que se pode esperar de uma comunidade religiosa, de qualquer tipo, na qual os seus componentes têm os corações frios pela falta do cultivo da caridade e feridos por relacionamentos sem amor?

Que se poderia esperar de uma comunidade, de uma sociedade, de uma cidade, de um país, de um mundo, em que seus componentes e habitantes estão com seus corações tão frios e tão feridos?

O pior é que ninguém vê, ninguém toma consciência, não abraça, nem aplica a solução. Nem ao nível pessoal, nem familiar, social, nacional e mundial.

Jesus apontou a solução. Ensinou-a e determinou-a, até como mandamento. A solução é o amor. Sim, o amor como Jesus o viveu, ensinou e determinou. O amor é a solução para todos os problemas e situações dolorosas do ser humano.

O amor cristão aquece os corações frios e cura os corações feridos. Alias, essa foi e continua a ser a missão de Jesus: salvar o ser humano do desamor sob todas as formas e de todas as suas consequências. E, ao mesmo tempo, plenificá-lo na sua capacidade de amar.

Por que é que o homem, a sociedade, a Igreja, o país, o mundo não percebem e não lançam mão da solução de todos os problemas? Por que é que nós — tu e eu — não aplicamos a solução? — Tu não precisas de ser infeliz. Não deves ser infeliz. Tu não podes ser uma pessoa de coração frio e ferido.

— Mas vivo neste mundo. É impossível escapar à sua influência!

— E verdade! No entanto, tu podes superar as influências e seres feliz, como tantos outros que conhecemos. Há famílias muito felizes. Concordas? Há casais felicíssimos. Pais imensamente felizes com os seus filhos. Filhos muito felizes com os seus pais. Jovens e adultos maravilhosamente felizes. Sacerdotes e religiosas plenamente felizes. Confesso que sou um desses. E tu, és feliz? Louvo ao Senhor pela tua felicidade. Mas se tu não és feliz, por que não o és? Como está a tua capacidade de amar? Como está a saúde do teu coração emocional?

Nestas páginas desejo conversar contigo para te apresentar a Oração de Amorização. Ela é um grande meio para aquecer os corações frios, imaturos e carentes, bem como para curar os corações feridos.

CAPÍTULO II

FACTOS E TESTEMUNHOS

«O meu problema é grave. Sou casada pela segunda vez. Fiquei viúva, bastante jovem, com um filho de seis anos. Dois anos depois, surgiu uma nova oportunidade de casamento. Era um homem da minha idade, trabalhador, honesto e livre. Casámos. No começo ia tudo muito bem. Com o correr do tempo comecei a sentir-me mal com a presença dele. O nosso relacionamento tornou-se mau. Actualmente não o suporto. Ele

irrita-me até com a sua presença. O pior é que ele gosta muito do meu filho, e o meu filho gosta dele. Aliás, o meu marido também gosta muito de mim. Faz de tudo para me agradar. Mas estou nesta triste situação. Não gosto dele. Sinto-me mal perto dele. A nossa vida íntima é horrível. Que faço? Como resolvo o meu problema?»

Após um diálogo de esclarecimento, ensinei-lhe a Oração de Amorização. Pedi-lhe que a iniciasse imediatamente e a fizesse uma vez por dia, durante uns 15 dias seguidos. Procurei convencê-la de que seria possível tirar do seu coração toda a aversão pelo marido e enchê-lo de renovado amor.

Bastaram alguns poucos dias para que o coração de D. Dina fosse mudando, abrindo-se e aceitando o marido. As primeiras boas constatações animaram-na a prosseguir na realização dessa oração. E, para a felicidade da família, D. Dina voltou a amar o seu marido e a ter em bom relacionamento com ele.

«Fazia um ano e nove meses que eu estava zangada com a minha irmã. Jovens, ambas trabalhávamos. Em casa, dormíamos no mesmo quarto. Não nos falávamos, a não ser para discutir e brigar. Havia aversão uma pela outra. À medida que o tempo passava, o nosso relacionamento piorava, agravava-se.

Era-me dolorosa essa situação, pois via-me numa situação de contratestemunho de vida cristã. Participava na Legião de Maria, frequentava a minha comunidade com alegria, onde estava vivamente inserida, mas o problema com a minha irmã sufocava-me. Percebia muito bem a minha parte da culpa. Realmente, eu não era inocente. Queria resolver o problema, mas o meu coração amachucado e revoltado não ajudava. Sentia repulsa e revolta contra ela.

Numa experiência de oração no Espírito, o pregador falou sobre a Oração de Amorização e ensinou a fazê-la. Senti que seria a minha oportunidade. Aprendi que o meu coração estava ferido e que eu precisava de o curar para poder fazer as pazes e voltar a amar a minha irmã.

Comecei imediatamente a fazer essa oração. Graças a Deus, muito antes do que esperava, consegui amar a minha irmã. Fizemos as pazes e, hoje, somos muito amigas. Glórias a Jesus por ter ensinado o perdão para a cura do coração!»

«Não suporto mais o meu pai. Ele já me fez tantas, mas tantas, que o detesto. Sabe o que é ter alergia a alguém? É o que tenho ao meu pai. Que faço?»

O jovem desabafou mil coisas negativas do seu pai. Conversámos muito e pude mostrar-lhe que o seu coração estava bastante ferido, bastante amargurado, pelo tipo de comportamento do seu pai. Mostrei-lhe que seria quase impossível voltar a amá-lo se antes não curasse as feridas e as mágoas do seu coração de filho. Ensinei-lhe a Oração de Amorização e convenci-o a fazê-la com perseverança.

Os resultados? Tu não precisas de acreditar. Experimenta, como centenas já experimentaram, e verás os resultados. Faz como São Tomé: «Quero

ver, para crer!» Experimenta! É exactamente o que desejo: que experimentes. Então curarás o teu coração, ensinarás a outros a curarem-se e — Glória a Deus! — muitos vão amar mais e melhor. É exactamente o que pretendo com este escrito: que muitos fiquem curados e amem mais e melhor.

2.1 Curar o coração: todos precisam

Já há anos que falo em encontros, cursos e retiros sobre a Oração de Amorização. Muitas vezes, a palestra torna-se o ponto alto, exactamente pela sua necessidade, simplicidade e eficácia. É que todos — sem excepção — precisamos de curar o nosso coração. Todos temos o coração ferido por acontecimentos dolorosos, relacionamentos desagradáveis, lembranças lamentáveis. Quem não sofreu já, alguma vez, por incompreensões, injustiças, por acusações, por mexericos, por mentiras, por traições, por brigas, por ameaças, por violências, por causa do orgulho, da inveja, do ciúme, do egoísmo, do perfeccionismo e tantas outras imperfeições das pessoas com quem convivemos? Quem não sofreu por causa das próprias falhas, as quais fizeram com que os outros nos rejeitassem, acusassem ou agredissem? Uns mais, outros menos, todos temos o coração ferido. E por isso não amamos. Ou amamos muito menos do que gostaríamos. Ou desagradamos, aborrecemos, temos raiva, ressentimento, ódio. Até mesmo para com pessoas mais chegadas e familiares.

Eis a razão por que me tenho dedicado a desenvolver e a ensinar a Oração de Amorização: porque todos precisamos de curar o nosso coração. Curado o coração, teremos maior capacidade de amar afectiva e efectivamente.

Aliás, há outro motivo. Jesus ordenou-nos: «Amai-vos uns aos outros como Eu vos amei» (Jo 15,17). Mas como podemos amar alguém, tendo o nosso coração ferido? Tenho necessidade de explicar-te algumas palavras usadas neste livrinho. Procurarei ser claro — o mais que puder — para poderes entender tudo.

2.2. Oração de amorização

Antes de tudo, trata-se de uma oração. Não de uma oração escrita, formulada, que vais ler, repetir, decorar. Trata-se de uma oração dinâmica, feita na presença de Jesus. Oração que tu mesmo vais criando, falando, realizando. Muito personalizada. Na verdade, a que faço para mim não serviria para ti. E a tua não serviria para mim, pois os meus problemas do «coração» são outros, diferentes dos teus.

2.3. Amorização

É uma palavra formada por «amor» + «zar - ização». Amorizar significa produzir amor. Fazer o coração produzir e jorrar amor como de uma fonte permanente.

Amorização é o trabalho de fazer o teu coração produzir amor para amadurecer as imaturidades, preencher as carências afectivas, curar as feridas, encher os vazios de amor, e transbordá-lo para outros que tu ainda amas pouco, ou não consegues

amar. Esse trabalho de fazer o teu coração produzir amor será executado por ti e por Deus, num esforço conjunto.

2.4. A cura do coração

Evidentemente, não se refere à cura do coração físico, esse órgão que está no teu peito; essa bomba que faz jorrar o sangue para todas as direcções do teu corpo. Não se trata, repito, desse coração.

Trata-se do «coração-centro emocional», que está situado no teu cérebro, no lado direito, e é responsável pela produção, conservação e manifestação de todas as tuas emoções. É o centro de comando que recebe, conserva, elabora e emite todas as boas ou más impressões emocionais. Quando o teu coração emocional recebe informações, impressões, manifestações agradáveis, proporcionadoras de prazer, ele sente gozo, alegria, prazer, felicidade e realização. Ele faz com que tu sintas todas essas mesmas emoções.

Quando o coração emocional recebe impressões ou informações dolorosas, dizemos que ele fica ferido. Ferido, ele sofre e faz sofrer. Aliás, na linguagem popular, ouvimos muitas vezes termos semelhantes: «Doeu-me o coração ao ver aquela criança a sofrer», «Tu feriste-me o coração ao tratar-me daquela forma».

É este coração que precisa de ser curado. É para a cura dele que proponho a Oração de Amorização.

2.5. Oração de amorização: a cura do coração

Analisando melhor este título, deves entender que, por meio da Oração de Amorização, manifestas o desejo e pedes a Jesus que, pelo seu poder e para a glória do Pai, venha unir a sua graça de cura ao teu esforço pessoal, para poderes curar as feridas do teu coração e de todas as lembranças dolorosas guardadas nele.

Durante a leitura destas páginas, perceberás a realidade, a lógica, a simplicidade e a possibilidade da oração de amorização. Pondo-a em prática, experimentarás a sua eficácia. E simples: Jesus veio para curar os corações feridos (Lc 4,18). Quando te diriges a Jesus para lhe apresentar o coração ferido e lhe entregar as tuas feridas emocionais, pedindo-lhe que as cure, ficas curado, pois, em se tratando de curar o coração, Jesus atende sempre. Experimenta! Ele quer e pede, apenas, que faças a tua pequena parte. Qual é a tua parte? A Oração de Amorização dar-te-á a resposta. Realizar essa oração é fazer — e muito bem — a tua parte.

AMAR, EIS O PROBLEMA!**AMAR, EIS A MARAVILHA!**

Fúlvio, um jovem marido, pai de um lindo casal de crianças, casado há nove anos, tem procurado conduzir o seu matrimónio de forma cristã, no amor de Deus, no diálogo aberto, num clima de criatividade. Nos dois últimos anos, porém, o seu matrimónio entrou em crise crescente. Problemas de ciúmes doentios por parte da esposa, manifestados em constantes explosões e atritos, têm abalado o relacionamento entre eles. Chegar a casa um pouco para além da hora habitual é motivo suficiente para ter de suportar agressões dolorosas. Já nem podem visitar amigos ou receber visitas frequentes de casais amigos, como anteriormente faziam, pois a esposa tem sempre algum motivo para reclamar, agredir, acusar. Fúlvio está cansado. Abalado. As crianças percebem e sofrem. Marina não melhora, apesar de tantas tentativas do marido. Ela fica cada vez pior. Os seus ciúmes crescem. Fúlvio desabafa:

«Sinto que já não amo a minha esposa. Tento suportá-la. As vezes, nem suportá-la eu consigo. Sabe o que é aguentar, por vários anos, uma esposa ciumenta? E tudo o que faço para a ajudar, para melhorar a nossa situação, é interpretado de modo errado e, às vezes, maldosamente.»

Amar Marina, eis o problema!

O coração de Fúlvio está tão ferido que já não consegue amar. Mas ele precisa de amar! Marina é a sua esposa! Eles têm dois filhos! São unidos pelo sacramento do Matrimónio! São cristãos, filhos de Deus! Ele precisa de amar! Mas já não consegue.

Tu sabes, por experiência pessoal, como algumas vezes é difícil amar. As esposas sabem como é difícil amar o marido que bebe e que faz das suas; o que tem outros amores; ou o marido autoritário, egoísta, sobranceiro, infiel, depravado, preguiçoso.

Os maridos têm experiência da dificuldade de amar a esposa quando é nervosa, ciumenta, neurasténica, desligada, fútil, mexeriqueira, infiel. Sabem os filhos como lhes é complicado amar os pais que vivem em conflito, pais reservados, autoritários, infiéis, complexados. Conhecem os pais as dificuldades que encontram para amar os filhos rebeldes, ingratos, revoltados, preguiçosos, acomodados, bêbados ou drogados.

Bem, sabem as religiosas como é doloroso viver com irmãos de comunidade, anos e anos, em clima de tensão, segregação, perseguição, rejeição e desamor. Quantas não abandonaram a vida religiosa decepcionadas pelo clima de desamor.

Experimenta o sacerdote a dificuldade de amar aqueles paroquianos, alunos, colegas que lhe provocam toda a sorte de dificuldades, de oposição, de desmoralização e desprestígio.

Amar, precisar de amar, obedecer ao mandato do amor, eis um problema. Um problema de todos.

Jesus deu-nos um só mandamento: «Este é o meu mandamento: amai-vos uns aos outros como Eu vos

amei» (Jo 15, 12). Aos que são dele, dá ordens de amar. «O que vos ordeno é que vos ameis uns aos outros» (Jo 15,17).

3.1. O mandamento do amor

Amar é um mandamento, uma ordem. Para o cristão, amar não é uma opção. Não é facultativo. O cristão ou ama, ou não é cristão. Não há outra alternativa. Amar, aliás, deve ser a característica distintiva do cristão: *«Nisso todos conhecerão que sois meus discípulos: se vos amardes uns aos outros como Eu vos amei»* (Jo 14,15).

Quando Jesus manda amar, Ele fala a sério. É para amar mesmo! Não diz que é para suportar apenas. Ou só aguentar, fingir, fazer como se estivéssemos amando. Quando Jesus dá ordens para amar, não afirma que é para amar só os amigos, só os que nos amam, só os que nos querem bem, abraçam e beijam, elogiam e incentivam. Jesus ordena que amemos a todos. Também os que não gostam de nós. Também os que nos criticam, caluniam, detestam. Até os inimigos.

«Tendes ouvido o que vos foi dito: amarás o teu próximo e poderás odiar o teu inimigo. Eu porém, digo-vos: amai os vossos inimigos. Fazei o bem aos que vos odeiam. Orai pelos que vos maltratam e perseguem. Deste modo, sereis os filhos do vosso Pai do céu. Pois Ele faz nascer o sol tanto sobre os maus como sobre os bons. Se amais só os que vos amam, que recompensa tereis? Não fazem isto também os pagãos?» (Mt 5,43-47).

Como percebes, amar não é fácil. Amar como Jesus ama e ordena aos seus, a ti, a mim, a todos, não é fácil. Aliás, Jesus sabia e sabe que amar não é fácil. Também para Ele não foi fácil. Realmente não foi, agradável para Jesus amar os que o perseguiam, caluniavam, maltratavam, flagelavam, crucificavam. Não foi fácil, tu percebes. Mas Ele amou!

Mesmo não sendo fácil amar, Jesus continua a afirmar: *«Dou-vos o meu mandamento: Amai-vos.»* *«Isto Eu vos ordeno: que vos ameis.»* *«Nisto todos conhecerão que sois meus: se vos amardes.»* *«Ami os vossos inimigos.»* Poderias perguntar: «Porque ordena Jesus, dá ordens para amar? Porque é que Ele é tão exigente, rigoroso, quase intransigente quanto ao amor?»

Sem dúvida, Jesus ordena amar porque o amor é o alimento mais importante para o coração humano; o amor é a maior potência, a maior força para se viver feliz, realizado, bem como para realizar sempre e só o bem; porque o amor é a maior solução para todos os problemas pessoais, familiares, comunitários e universais; porque o amor cura as feridas do coração, liberta de todas as escravidões do desamor: ódio, vingança, raiva, mágoa, tristeza e outras; porque o amor, só o amor, constrói a verdadeira felicidade do coração, faz a realização do ser humano, favorece a saúde espiritual, psicológica, emocional, física e familiar. Enfim, Jesus ordena amar porque o amor é o oxigénio necessário para a felicidade e a realização do ser humano, que foi criado para o amor, para «ser amor». Eis por que Jesus ordena amar.

Aliás, essas afirmações poderiam ser amplamente explicadas e exemplificadas para se compreender exactamente e em maior profundidade porque Jesus ordena amar. Jesus não poderia ter ordenado mandamento mais importante, mais sublime, mais maravilhoso..

Mesmo sendo o amor uma realidade tão maravilhosa, necessária e importante para a realização humana, muitas vezes é difícil amar como Jesus ordenou. Contudo, quero dizer-te que não é impossível. Jesus não teria sido tolo para ordenar o impossível. Se Jesus ordena amar, amar a todos, em qualquer circunstância, até os inimigos, é porque Ele sabe que é sempre possível. Principalmente quando recorreremos à sua graça e ao poder do Espírito Santo.

Aquilo que é difícil e quase impossível para nós toma-se possível e fácil com a intervenção do poder de Deus. Eis por que pretendo apresentar-te a Oração de Amorização: porque por meio dela consegues todas as luzes e forças da graça de Deus, toda a intervenção do sangue de Jesus, todo o poder do Espírito de Amor, para venceres as barreiras e amar como Jesus amou e ordenou que amasses.

A Oração de Amorização resolveu o problema de Fúlvio e Marina, e o de tantos outros maridos e esposas, pais e filhos.

3.2. Jesus abençoa a quem faz essa oração

Jesus tem abençoado muito os que fazem essa oração. Nós testemunhamo-lo pela cura de muitos corações feridos e pelo restabelecimento de um novo amor onde este já havia falido, ou estava para falir. Louvado seja o Senhor!

Tenho experimentado muitas vezes, nestes últimos anos, esta verdade consoladora e feliz. Todas as vezes que uma pessoa esteve em dificuldades para amar, ou porque o seu coração estava ferido e não aceitava o outro, ou porque sentia mágoa, raiva, ressentimento, ódio, e se propôs fazê-lo como Jesus ensina, ela conseguiu-o. Com o auxílio da graça de Jesus, pôde amar.

Uma coisa é certa: se Jesus ordena que tu ames a todos, até os inimigos, podes contar com sua ajuda e a acção poderosa do Espírito Santo. Já afirmei e volto a fazê-lo: Jesus não ordenaria algo impossível.

Tenho observado também como a Oração de Amorização tem sido um instrumento eficaz e poderoso para juntar o esforço da pessoa ao auxílio de Deus. Nesta soma de esforços divinos e humanos está o segredo do sucesso no amor.

É necessário dizer-te que a Oração de Amorização não é algo mágico. Aliás, no relacionamento com Deus — na religião do Deus vivo, do Deus-Amor— nada é mágico. A Oração de Amorização exige conhecimento, aceitação, empenho e perseverança em realizá-la, sempre com os olhos fixos em Jesus, pois sem Ele e sem a força do seu Espírito nada conseguiremos de profundo e duradouro. «*Quem permanece em mim, e Eu nele, esse dá muito fruto. Porque sem mim nada podeis fazer*» (Jo 15, 5).

Outra coisa. Para que a dinâmica da Oração de Amorização fique muito clara e possas penetrar nos seus segredos espirituais, propus-me explicá-la detalhadamente, em todas as partes. Nela terás a oportunidade de descobrir belos e importantes segredos do seu íntimo psicológico e emocional, bem como alguns segredos do amor de Jesus.

CAPÍTULO IV

AS FERIDAS DO CORAÇÃO

No relacionamento com as pessoas que te cercam, e em particular com aquelas com quem tens convivência mais frequente e próxima, podem ocorrer momentos de sofrimento causados por desentendimentos, incompreensões ou por outros compor-tamentos carregados de desamor.

Esses desencontros de desamor deixam sempre alguma marca negativa, algum sofrimento no teu coração. Ficas ferido. Marcado. Amachucado. E sofres.

E muito frequente ouvir afirmações como estas:

- O meu marido *feriu-me* muito, quando me traiu.
- O meu pai *magou-me* tanto, tanto, quando me disse aquelas palavras tão pesadas.
- Tu *ofendeste-me* muito, ao tratares-me daquela forma.
- Fiquei muito *maguada* com aquela humilhação a que me submeteste.

Ferir; magoar; amachucar; ofender são quatro verbos muito usados para exprimir exactamente o que ocorre com o teu coração emocional, quando alguém o trata com desamor. Ficas ferido, magoado, ofendido, amachucado no coração emocional. Naquele coração que está na parte direita do teu cérebro. Onde ficam gravadas todas as emoções saudáveis, boas, agradáveis, causadas pelo amor que as pessoas te dão. Onde ficam gravadas também todas as emoções negativas, desagradáveis, dolorosas, causadas pelo desamor das pessoas.

4.1. As feridas do coração são reais e dolorosas

As feridas do coração emocional causadas pelo desamor são reais. São verdadeiras, mas não são feridas físicas, é claro. Não são lesões físicas. São feridas psicoemocionais. São marcas emocionais dolorosas.

As feridas do coração são sempre dolorosas. As vezes, muito dolorosas! Quem já sofreu injustiças, calúnias, traições, maldades, agressões morais, físicas ou familiares, sabe bem como são dolorosas. Como são penosas as lágrimas de uma esposa desprezada, maltratada ou traída. Como são dolorosas as feridas do coração de um pai desprezado, injustiçado por um filho. Como são amargas as lágrimas de um filho rejeitado, envergonhado por um pai que bebe ou por um pai que maltrata a sua mãe. Enfim, todos sabem quanto são dolorosas as feridas do coração.

Tais dores, de acordo com a sua intensidade ou repercussão, recebem nomes diferentes: mágoa,

raiva, ódio, vingança, ressentimento, amargura, tristeza, etc. Quando uma pessoa te diz: «eu estou muito magoado», o que está a sentir? Sem dúvida, está acusando uma dor persistente no coração emocional.

Na verdade, *mágoa* é dor presente, permanente, persistente, que deixa a pessoa em estado de sofrimento emocional. *Raiva* é dor forte que alguém sente por ter sido ferido, e que lhe causa mal-estar, agressividade, desassossego.

Ódio é dor tão forte, por causa de uma ferida tão dolorosa, que envolve todo o ser da pessoa no desamor, às vezes tirando-lhe o bom senso e o equilíbrio. *Vingança*, por sua vez, é dor tão viva e intensa que leva a pessoa a querer causar sofrimento ainda maior ao seu agressor.

Ressentimento é dor emocional presente e permanente que cria todo um estado de tristeza e de desgosto, de agressividade e mau humor. Como percebes, as dores do coração ferido pelo desamor manifestam-se de formas diversas e damo-lhes nomes diferentes.

4.2. As feridas do coração são muito prejudiciais

As feridas do coração, por causa das suas dores e das suas consequências, são muito prejudiciais ao bem global da pessoa humana. Noutras palavras: mágoa, raiva, ódio, vingança, ressentimento, amargura, tristeza, decepção, agressividade e outras dores, tudo proveniente das feridas do coração, são muito nocivos à pessoa humana. Prejudicam a sua vida espiritual, a saúde psíquica e emocional, a saúde física, a vida familiar e social. Além de serem por si mesmas um grande mal, tais feridas causam muitos outros males.

Prejuízos espirituais

As dores do coração ferido são produzidas pelo desamor. Ao mesmo tempo, elas tornam-se fonte jorrante de muito desamor. Basta um exemplo: um marido muito ofendido e ferido no ambiente de trabalho acaba por se comportar com desamor em casa, com a esposa e os filhos. É ferido, e acaba por ferir exactamente por estar fétido.

Porque produzem o desamor — raiva, ódio, vingança, mágoa, etc. —, as feridas do coração, conservadas e não tratadas não curadas, prejudicam muito a vida espiritual cristã. Precisamente porque geram o desamor. O desamor é o contrário do amor.

Ora, Deus é amor, e a vida com Deus só pode ser uma vida de amor. Por isso, a presença do desamor no coração distancia da união com Deus, esfria a oração, tira o gozo espiritual, rotiza toda a acção religiosa. As pessoas que se queixam de dificuldades na vida espiritual têm, quase sempre, como obstáculo principal exactamente as feridas do coração, por causa do desamor que estas produzem.

Curar as feridas do coração é, pois, necessário para uma boa vida cristã de amor a Deus, aos irmãos e a si mesmo.

Prejuízos psicológicos e emocionais

As feridas do coração são igualmente muito nocivas ao equilíbrio e à boa saúde psicológica e emocional. As pessoas feridas, principalmente as muito feridas, e as que mantêm chagas antigas podem passar a ter diversos problemas psicológicos: depressão, angústia, tristeza permanente, desequilíbrio, agressividade constante, mau humor, impaciência aguda, críticas compulsivas e sempre negativas, pessimismo, negativismo, falta de gosto pela vida, fechamento sobre si mesmas, isolamento, etc.

Essas manifestações, por sua vez, interferem na vida espiritual, na convivência familiar ou comunitária, na saúde física. Curar as feridas do coração e eliminar as suas dores é necessidade imperiosa para que haja um bom estado psicológico e emocional.

Prejuízos para a saúde física

Hoje sabe-se que grande número de doenças físicas é de origem psicológica e emocional. Há afirmações de que 60, 70 e até 80 por cento das doenças físicas poderiam ter como causa, origem, raiz, os problemas psicológicos e emocionais. As dores de cabeça frequentes, gastrites, ulcerações estomacais e duodenais, problemas intestinais, vasculares como os do coração, de pressão alta, obstrução de artérias, diabetes, falta de circulação, trombozes; males da coluna, de artrite ou de artrose; problemas oculares, até de cegueira; varizes, dores lombares, dores nas pernas, etc., podem ter como causa ou origem as feridas do coração, os problemas emocionais. Fala-se até em causas emocionais de cancro.

Curar o coração ferido é favorecer a própria saúde física. Há pessoas que só conseguiram um bom estado de saúde quando curaram as feridas dos seus corações.

Prejuízos familiares e comunitárias

Porque as feridas do coração produzem desamor — raiva, mágoa, ódio, tristeza, vingança, etc. —, criam problemas de relacionamento familiar. É fácil compreender. Se o marido, ou a esposa, ou algum filho, ou todos forem feridos devido ao desamor que nasce nos seus corações, o relacionamento familiar toma-se complicado. Como já foi mostrado, as pessoas feridas tomam-se facilmente agressivas, impacientes, tensas, nervosas, tristes, negativas, fechadas sobre si mesmas, o que torna mais difícil a convivência em clima de amor. Pior ainda, quando as feridas foram feitas pelas pessoas da própria família.

O mesmo se pode dizer de pessoas que vivem em comunidades de vida, como os religiosos, os sacerdotes e outros. A presença de pessoas feridas — e por causa do ferimento, com desamor no coração — é um problema a mais para uma sadia e amigável vida comunitária. E a dificuldade é maior quando as próprias pessoas da comunidade já se feriram mutuamente.

Prejuízos apostólicos

Quando as pessoas que se dedicam a missões apostólicas são feridas e carregam nos seus corações as consequências do desamor, as dores do desamor, têm naturalmente maior dificuldade no desempenho do seu trabalho. Exactamente porque a presença do desamor nos seus corações toma mais difícil um trabalho paciente, compreensivo, misericordioso, alegre, animado, optimista, perseverante, como é exigência de toda missão apostólica.

Quantos agentes apostólicos, padres, religiosos consagrados e leigos, poderiam ter muito mais sucesso, dar testemunho muito mais luminoso, produzir muito mais, se fossem pessoas curadas nos seus corações! Quantas vezes, nas pastorais, o trabalho não tem tanto êxito ou encontra maiores dificuldades por causa de agentes pastorais agressivos, impacientes, nervosos, rancorosos, fechados, conflitivos! Não os estamos a acusar de nada. Podem ser vítimas do desamor dos outros, mas os seus corações feridos causam-lhes não poucos problemas na acção pastoral.

Curar as feridas do coração, encher o coração de saúde e amor é necessidade sempre importante para o sucesso do trabalho pastoral.

4.3. É preciso curar as feridas do coração

Eis uma tarefa importantíssima para todos: curar as feridas do coração. Desde as menores até às mais graves. Desde as mais recentes até às mais antigas.

Onde encontrar o remédio? O remédio, a pomada, a terapia foram-nos ensinados e dados pelo *divino médica*, pelo *divino psiquiatra*, pelo *divino psicólogo* — Jesus Cristo.

Não existe remédio mais eficaz do que aquele ensinado por Jesus vivo. Não há terapia nem pomada que possa ser comparada, em eficácia, àquela ensinada por Jesus ressuscitado. Terapia, pomada ou remédio ao mesmo tempo tão simples, barato e tão eficaz!

Qual é a terapia de Jesus? Qual é a pomada, o remédio para curar todas as feridas do coração e, conseqüentemente, as suas dores tão prejudiciais? *A terapia, o remédio, a pomada de Jesus chama-se «perdão». Exactamente isso: o perdão. O perdão dado e repetido muitas vezes. Repetido, repetido, até sarar a ferida.*

4.4. O que é perdoar?

Há muitas ideias erradas quanto ao perdão. Há quem diga que este é covardia. Que perdoar é ser fraco, covarde. Perdão não é fraqueza nem covardia, mas «sabedoria». Sabedoria divina. Quem não perdoa fica carregando feridas, curtindo as suas dores tão nocivas, prejudicando-se a si mesmo, tornando-se doente espiritual, psicológica, emocional, física e familiarmente. Por aí se percebe que não perdoar é um tremendo prejuízo e que perdoar é sabedoria divina.

Há outros que pensam que perdoar é ceder a razão ao agressor, é dar razão ao ofensor, é dar o braço a torcer àquele que o ofendeu. Nada disso. Perdoar é reconhecer que tu estás ferido, que as feridas te fazem grande mal, e, por isto, tomas a decisão de curá-las pelo perdão dado, e repetido muitas vezes.

Perdoar é, em primeiro lugar, *reconhecer* que alguém te feriu, e, por isto, ele é culpado das tuas feridas e das tuas dores, tão prejudiciais; e em segundo lugar, *decidires-te* a dar absolvição, perdão generoso, miseri-cordioso, total e absoluto, *para poderes ficar curado* das feridas e das suas conseqüências tão danosas.

Perdoar é curares-te. Perdoar é libertares-te. Perdoar é fazer autoterapia. Perdoar é cuidar da saúde do coração e de todo o teu ser. Gostaria de poder gravar no teu coração, com letras de ouro, esta verdade: *perdoar não é fazer um favor um bem, um serviço ao ofensor Perdoar é, antes de tudo, fazer um grande bem a si mesmo.* Perdoar é amar-se, é querer-se bem, é curar-se das feridas do próprio coração.

O perdão elimina o desamor, com todas as suas conseqüências tão negativas, e enche o coração de um renovado amor. Perdoar é passar pomada nas feridas do coração para as curar. Por isso escrevi acima que o *perdão é sabedoria divina.*

Aliás, é por ser sabedoria divina, é por ser pomada, terapia, remédio tão necessário a todos os seres humanos que Jesus Cristo, no seu grande amor, ensinou, aconselhou e até ordenou o exercício do perdão. Jesus foi muito rigoroso quanto à obrigatoriedade do perdão.

4.5. O perdão ensinado por Jesus

Precisamos de compreender o ensinamento de Jesus sobre o perdão. Nada melhor do que irmos ao texto bíblico de Mateus 18,21-22, em que Jesus ensina o perdão. Certo dia, como o assunto da conversa de Jesus com os Apóstolos deveria ser exactamente este, Pedro perguntou:

— Mestre, quando um irmão pecar contra mim, quando me ferir, ofender, magoar, quantas vezes devo perdoar? Até sete vezes?

Pedro, talvez, até esperasse um elogio de Jesus por dizer «sete vezes»: Pois, de facto, não vamos naturalmente além de duas ou, no máximo, três vezes. Jesus respondeu:

— Pedro, não até sete vezes. Mas até setenta vezes sete.

Quanto é setenta vezes sete, na linguagem de Jesus? Com certeza não é quatrocentos e noventa. Nem é «sempre», como se costuma afirmar.

Na verdade. Jesus quis dizer: «Quando o teu irmão te fizer uma ferida, repete o curativo do perdão tantas vezes quantas forem necessárias até te sentires totalmente curado, sem ressentimentos, sem mágoas.»

Para melhor entender a linguagem de Jesus, precisamos de lembrar que na linguagem daqueles tempos, presente na Bíblia, certos números tinham, às vezes, sentido simbólico.

Aliás, entre nós também. Lembra-te, por exemplo, dos números: sete, treze e outros. Na linguagem da época, o número sete significava «totalidade», globalidade, inteireza, algo completo, acabado, «inteiro».

Já o número setenta era o superlativo do sete. Isto é, algo supertotal, supercompleto, superinteiro, superacabado.

Quando, por exemplo, se fala de Madalena possessa de sete demónios e libertada dos sete demónios, quer-se dizer que «Madalena era totalmente possessa, inteiramente dominada pela força do maligno. E, depois, foi total, inteira e completamente libertada do espírito do mal».

Dessa forma deve-se entender a linguagem de Jesus. Perdoar setenta vezes sete significa perdoar total, inteira e completamente, com perfeição, a ponto de não sobrar nenhum tipo de mágoa ou ressentimento. Perdoar até curar plenamente. Repetir o perdão tantas vezes até te sentires totalmente curado das feridas do coração.

Digamos com outras palavras o que Jesus respondeu: «Pedro, quando alguém ferir o teu coração, faz tantos curativos com a pomada do perdão, quantos sejam necessários até que a tua ferida fique completamente curada.»

Não é exactamente assim que fazemos com as feridas físicas? Se num acidente fizeres um corte numa, perna, quantos curativos farás para curá-la? Com certeza não dirás: vou fazer dez, quinze, vinte... Mas dirás: até que a ferida fique completamente curada. Exactamente assim é o perdoar setenta vezes sete. E repetir o perdão tantas vezes quantas for necessário até que o teu coração fique completamente curado das feridas. Até te sentires limpo de toda a mágoa, dor ou desamor. Até poderes estar com a pessoa que te ofendeu como se nada houvesse acontecido.

Que maravilha! Que sabedoria é o perdão! Felizes os que a compreendem e realizam o perdão na sua vida, em todas as feridas da sua história pessoal.

Na repetição do perdão está o segredo do sucesso e da cura das feridas do coração, bem como da eliminação de todas as suas dores, tão prejudiciais à nossa vida.

A oração de amorização é uma forma simples, concreta e eficaz de passar a pomada do perdão muitas vezes, todos os dias, nas feridas do teu coração, até as curares todas.

Oração de amorização é a terapia divina do perdão, repetido 70x7, para curar as feridas do coração, eliminar delas todas as dores e fazer renascer o amor, a paz e saúde completa.

CAPÍTULO V

IMAGEM E AMOR

«Chamo-me Vânia. Sinto-me envolvida numa situação desagradável. Já não consigo amar a minha mãe. De há uns meses para cá, a gente não se entende de maneira nenhuma! Discutimos muito.

Tudo começou quando, há dois anos, a minha mãe teve um esgotamento nervoso. Vivia reclamando de tudo e de todos. Nada do que fazíamos era bom. Ela vivia irritada e irritando. O meu pai, coitado, é quem levava sempre a pior. A nossa casa transformou-se numa confusão geral. Já ninguém se entendia. E esta situação durou bastante tempo. Felizmente, um dia a minha mãe foi levada para uma clínica de repouso, onde ficou três meses.

Voltou melhor. Muito melhor! Mas é aqui que começa o meu drama maior: eu não consigo mais amá-la! Sofro muito com isto e não me aceito assim. Afinal, a minha mãe está melhor, e eu deveria colaborar para a sua completa cura. Mas não consigo. Não adianta. Já fiz mil propósitos e mil vezes fracassei. O meu pai conversa comigo, explica, pede que eu colabore, que eu mude. Eu compreendo, mas não consigo viver bem com ela. As vezes, só de ouvir a sua voz, fico logo irritada. E incrível! Que faço?»

Aqui está um facto verdadeiro que nos revela algo importante para compreender o funcionamento do nosso coração emocional e saber como realizar a sua cura.

Percebeste como a Vânia queria amar a sua mãe e não o conseguia? Percebeste como a sua mãe havia melhorado, e Vânia não conseguia mudar o seu comportamento? Por que é que a Vânia não podia amar a sua mãe, mesmo desejando-o?

É simples. Todos nós nos relacionamos com os outros, bem ou mal, de acordo com a imagem que temos deles. Se tu tens no coração uma boa imagem de alguém, ao vê-lo, ouvi-lo, lembrá-lo sentes-te bem e podes relacionar-te agradavelmente com ele. É por isso que tu gostas de estar com pessoas amigas: porque tens delas uma boa imagem. Ao contrário, se a imagem de alguém dentro de ti é má, desagradável e dolorosa, ao ouvi-lo, ao vê-lo ou lembrá-lo, tu terás reacções desagradáveis. E, por isso, não gostas de estar e de conversar com tal pessoa.

Era assim com a Vânia. A imagem da mãe estava deformada e era-lhe desagradável por causa dos tempos turbulentos vividos no período da sua doença. Todo aquele tempo difícil, os atritos, a convivência dolorosa deformaram a imagem da mãe no coração de Vânia. Por isso já não conseguia amá-la, mesmo que o quisesse.

— E algum dia o conseguiste? — perguntas tu.

— Sim. Quando a Vânia curou o seu coração. E pela Oração de Amorização refez e embelezou a imagem da mãe dentro do seu coração.

Não esqueças. O teu relacionamento, as tuas reacções boas ou negativas ao lidar com as pessoas,

depende da imagem que tens guardada no coração. A boa imagem produz boas reacções e bom relacionamento; a imagem dolorosa provoca reacções negativas e relacionamento difícil.

— O que deforma a imagem das pessoas em ti, no teu coração?

E o que forma imagens belas das pessoas?

— O que forma ou deforma as imagens são as lembranças boas ou as lembranças desagradáveis que tens delas. Faz um teste. Procura, neste momento, lembrar-te de uma pessoa muito querida: o teu pai, a tua mãe ou um amigo muito caro. Recorda muitos momentos bons que viveste com ela, desde criança ou desde que a conheceste.

Se essa pessoa foi amorosa, aberta, fiel, te proporcionou muitos momentos bons e saudosos, te deu muito apoio, te fez surpresas, te deu presentes, te ofereceu bons exemplos e momentos de alegria, a imagem que tens dela é muito boa, pois tu tens muitas lembranças boas. Por isso, pensar nela, telefonar-lhe, vê-la, falar com ela, estar com ela, é um prazer para o teu coração.

Continua o teste. Imagina-te frente a frente com uma pessoa que foi muito desagradável, que só soube desaproveitar, criticar e aborrecer a tua vida. Como é a imagem dela em ti? Com toda a certeza é negativa, pois tens muitas lembranças desagradáveis ou até dolorosas dessa pessoa. Por certo, não terás muito prazer em estar com ela, viajar, conviver e conversar.

Percebeste como funciona o teu coração emocional?

Percebeste a força da imagem de alguém em ti, nas tuas reacções e relacionamentos? A imagem boa, positiva, desagradável produz relacionamentos bons e gratificantes; a imagem negativa, dolorosa, produz relacionamentos difíceis e dolorosos.

Vou fazer uma comparação um pouco mecânica, por certo, mas útil para compreenderes o funcionamento do teu coração emocional, na formação da imagem das pessoas. Comparo-o a um computador, àquele aparelho maravilhoso inventado pelos homens que realiza tarefas imensas. O operador fornece ao computador dezenas de milhares de informações para serem armazenadas e elaboradas. O aparelho recebe-as, guarda-as, compara-as e elabora-as. Quando o operador lhe pede alguma informação, basta digitar algumas teclas e o computador será capaz de lhe fornecer inúmeras informações, numa questão de segundos.

Comparativamente, assim funciona o teu psíquico, e nele, o teu coração emocional. O teu psíquico é capaz de formar imagens maravilhosas a respeito de todas as pessoas que conheces. Ele vai recebendo todas as boas ou más informações a respeito de alguém, guarda-as todas, e com elas forma a imagem da pessoa dentro de ti. Tal imagem é que determina o teu bom relacionamento ou a tua dificuldade de convivência com essa pessoa. E a imagem que produz as tuas reacções boas ou dolorosas, agradáveis ou desagradáveis, que surgem espontaneamente quando vês, ouves ou te lembras dessa pessoa. Se tiveres uma imagem boa, feita por muitas lembranças boas, as tuas reacções serão

instantaneamente positivas ao estabeleceres contacto com essa pessoa. Se a imagem é negativa, porque as lembranças são dolorosas, ao contactares com essa pessoa, as tuas reacções serão desagradáveis.

Criemos agora um exemplo vivo, vivido por ti. Suponhamos que estás a passear numa rua muito movimentada, numa grande cidade. De repente, no meio da multidão, vês uma pessoa amicíssima que há anos não vias. Qual a tua reacção? Na rapidez de um segundo, o teu «centro emocional» — o teu coração — provoca em ti as reacções correspondentes à imagem que tens dessa pessoa. Porque tens uma imagem maravilhosa, instantaneamente corres para abraçá-la, sentes-te feliz em revê-la, sois e emocionas-te. Bastou vê-la para que o teu coração se alegrasse. Exactamente por causa da imagem boa que tens dela.

Qual seria a tua reacção se visses, na mesma rua, uma pessoa que te ofendeu muito, caluniou, agrediu? Naturalmente irias desviar-te. Sentirias ressentimento ou raiva, ou até vontade de tirar satisfações. Porquê, essas reacções? Exactamente por causa da imagem negativa que se formou em ti. Tudo ocorre instantaneamente. Basta ver, ouvir, lembrar, ouvir falar dessa pessoa para o teu coração reagir imediatamente. As vezes, de modo tão forte que nem o consegues controlar, por mais que o queiras. É de dentro de ti que vem a facilidade ou a dificuldade de amar alguém.

O computador recebe as informações por meio de dados: letras, números, imagens digitadas. Recebe-os e guarda-os na memória, elabora-os, compara-os e, quando for solicitado, fornece todas as informações.

Assim é o nosso psíquico-coração. Recebe as informações das pessoas por meio de relacionamentos bons ou dolorosos, de informações boas ou negativas das pessoas com quem convives.

Se no teu coração houver muitas lembranças boas de alguém, tu o amas, gostas de estar com ele, de conversar e de te relacionares. Mas se tiveres muitas lembranças desagradáveis, tu não o amas, não gostas de estar na sua presença, nem de te relacionares com ele.

Fixemos muito bem estas ideias.

As lembranças agradáveis que tens guardadas no coração formam a boa imagem das pessoas. Quando tens uma boa imagem de alguém, naturalmente o vosso relacionamento é bom. Gostas de estar, de conversar, de conviver com essa pessoa e dela te lembrares. Tu a amas. Tens facilidade em conviver com ela.

As lembranças dolorosas, desagradáveis, as feridas do coração que guardas de uma pessoa formam a imagem negativa dela. Não terás, por causa disto, facilidade de amá-la e de te relacionares com ela. Nesse caso, é preciso reconstruir a imagem deformada, até tomá-la agradável e bela. Só então, começarás a amá-la.

Aliás, essa é a obra a ser feita por meio da Oração de Amorização. Por um trabalho pessoal, unido ao poder de Jesus, irás curando as feridas, tirando as más impressões, eliminando as lembranças negativas que

formam uma imagem desagradável e, ao mesmo tempo, vais restaurando, refazendo, recriando e embelezando a imagem da mesma pessoa dentro de ti, para te sentires curado e poderes amá-la melhor e conviver alegremente com ela. A partir de então, passarás a amar e a poder relacionar-te muito bem com ela.

Pela Oração de Amorização, Vânia curou todas as feridas do seu coração, eliminou todas as lembranças dolorosas que haviam deformado a imagem da sua mãe dentro de si e, ao mesmo tempo, foi criando uma nova imagem, restaurada e bela.

CAPÍTULO VI

PORQUE É TÃO DIFÍCIL AMAR?

«Nara e eu — Júlio — começámos tão bem o nosso namoro e caminhámos por mais de um ano, maravilhosamente. Agora, porém, não está a ser fácil. De há uns meses para cá, vem surgindo uma série & problemas que abalam o nosso relacionamento. Por exemplo: eu não aceito as imposições do pai de Nara. Sinto que ela é escrava dos seus caprichos egoístas. Quando quero fazê-la perceber essa realidade, revolta-se contra mim e acusa-me de não gostar da sua família.

Por outro lado, o meu modo de encarar o sexo, no namoro, é diferente do dela. Nisso reconheço que sou um problema para ela. Pior é o facto de que está a aparecer um ciúme, às vezes incontrolável, que tem gerado vários atritos. Por essas e outras — e pelos choques que já tivemos anteriormente —, eu percebo que o nosso amor esfria. Porque é tão difícil amar?»

Analisa o problema de Júlio e Nara. As imposições do pai de Nara, as acusações da moça, o sensualismo e o ciúme de Júlio tornam difícil o amor. Agrava o problema o facto de que, por causa desses males, surgem choques, atritos, agressões, acusações e, com tudo isto, os corações ficam feridos, sensibilizados, contrariados. Quanto mais feridos estiverem os corações, mais difíceis se tornam o relacionamento e o amor.

Há duas causas principais que dificultam o exercício do amor, criam barreiras e até geram o desamor:

A primeira: as múltiplas tendências negativas que penetraram no coração, desde a origem da criação humana, e que se transmitem por geração. É o que chamamos de «consequências do pecado das origens».

A segunda: os sofrimentos pessoais na caminhada de cada ser humano, desde a sua concepção até o momento actual. Noutros termos, as múltiplas feridas sofridas no percurso da vida, e não curadas.

6.1. A presença das tendências negativas

As dificuldades que surgem no amor são devidas, em primeiro lugar, a todo o tipo de tendências negativas que penetraram no teu ser mais profundo. O ser

humano está cheio de raízes do mal e de feridas por este provocadas.

Todos têm tendências negativas de orgulho, ciúme, inveja, vaidade, complexo, recalçamento, ressentimento, ódio, raiva, calúnia, mexerique, impureza, bebedeira, adultério, luxúria, materialismo, politiquerice traumas de toda a espécie, medo, insegurança, exploração, mentira, fingimento, hipocrisia, traição e outras mais. E a presença destes males, das suas raízes e das suas consequências nos corações que dificulta o amor.

Todos, sem excepção, experimentam algumas dessas tendências para o mal presentes em cada coração. Ninguém é imune à sua experiência. Presentes nuns e noutros, em todos com os quais convives, presentes em todas as pessoas, essas tendências acabam por provocar choques, conflitos, desgastes, desentendimentos, divisões, discórdias e, como consequência, corações feridos. O orgulho, o autoritarismo, o alcoolismo e as asperezas do marido criam problemas de relacionamento à esposa e aos filhos. Quantas feridas... O nervosismo, a vaidade, o egocentrismo da esposa geram problemas ao marido e aos filhos. Mais feridas... A desobediência, a auto-suficiência, a irresponsabilidade de um filho, nos estudos ou no trabalho, causam problemas aos pais.

Outras feridas... As dificuldades de relacionamento professores-alunos, patrões-trabalhadores. autoridades-subalternos, etc., todas têm origem nas tendências negativas presentes no ser humano. São tão fortes, às vezes, que arrastam o ser humano para onde não quer. O grande São Paulo já afirmava: «Há uma força em mim que não me deixa realizar o bem que desejo fazer, e me arrasta para o mal que não quero fazer.»

Tais tendências para o mal, presentes em todos os corações, são a maior causa das dificuldades de amar em profundidade, afectiva e efectivamente, em todas as circunstâncias. São um mal ainda maior, já que elas acabam gerando toda a sorte de conflitos e, destes, toda a sorte de feridas do coração. Por causa dessas tendências, todos nós temos os corações feridos. Uns mais, outros menos. Somos todos passíveis de, a cada momento, recebermos novos ferimentos. Hoje podes estar bem. Amanhã alguém, movido pela sua maldade, injustiça, prepotência, ganância, pode ofender-te gravemente. E o teu coração, que ontem estava tão bem, hoje está ferido.

6.2. A presença das feridas do coração

Outra grande causa da dificuldade de amar em plenitude, de amar com toda a variedade de provas afectivas e efectivas, é a presença das feridas do coração. Exactamente porque elas doem muito; porque essas dores que denominamos de raiva, ódio, mágoa, revolta, ira, etc., são o próprio desamor presente no coração; porque esse desamor produzido pelas feridas que doem gera todo o tipo de problemas no relacionamento do amor, é que se torna difícil amar. Se examinarmos concretamente os problemas de amor existentes entre as pessoas, descobriremos, sem dúvida, que em grande parte são causados pelas feridas dos corações. Os seus corações estão feridos pelo desamor de outros.

Há outro problema ligado à presença das feridas do coração. Todos temos a tendência de conservar, de guardar as lembranças dolorosas, de manter abertas as feridas do coração. O que, aliás, é muito mau e prejudicial. O porquê tu sabê-lo: quanto mais ferido estiver o teu coração, pior será o teu relacionamento, maiores as dificuldades para o exercício pleno do amor.

Nisto não somos inteligentes. Não fazemos com o coração o que fazemos com o corpo. À menor ferida física, ao menor corte no dedo, ou arranhão na perna, fazemos de imediato bons curativos, até ficarmos totalmente curados. Com o coração, não procedemos assim. Deixamos que os ferimentos aconteçam, permitimos mais feridas, em vez de procurar logo a cura de cada ferida, à medida que forem surgindo.

6.3. Tendência para manter as feridas abertas

É outra dolorosa realidade presente em muitos corações: a tendência para manter vivas, abertas, sangrando, as feridas do coração. Há pessoas que gostam de ficar «passando as unhas» nas feridas do coração. Deste modo, não as deixam cicatrizar, e até as tomam maiores e mais vivas. São as pessoas que ficam ruminando, remoendo o seu ressentimento, a sua mágoa, o seu ódio, o seu mau humor. São os que cultivam nos seus pensamentos, nos seus maus desejos, nas suas emoções feridas, todo o tipo de desamor, de desafecto, de sentimento ferido, de mágoa. Em vez de curar as suas feridas, agravam-nas mais e mais.

Há outros que também cultivam as suas feridas. São os que gostam de dizer e lembrar a toda a gente o que sofreram e sofrem. Não têm outro assunto a não ser os seus sofrimentos, os seus problemas de relacionamento, as injustiças sofridas. Todos precisam de saber dos seus dramas de sofrimento. Nem percebem que todas as vezes que falam, que comentam e lamuriam, estão a aumentar os sofrimentos, avivando as feridas. Tu deves conhecer pessoas deste tipo.

Alguns tomam-se masoquistas. Gostam de sofrer! Por isso, passam a vida a contar, dramatizar, lamuriar para toda a pessoa que encontram. Adoram falar dos seus sofrimentos! Adoram chorar! Adoram fazer-se de vítimas, ser os coitadinhos!

Tenho encontrado algumas pessoas muito masoquistas. Mas quando se lhes aponta o masoquismo, não aceitam. Revoltam-se. E evidente que tais pessoas não conseguem amar e ser amadas de verdade, em profundidade.

Chamo a tua atenção para a realidade de que todos temos tendência para conservar as feridas emocionais. Aliás, o que é um erro, e um dos maiores obstáculos ao amor pleno, profundo, total, como Jesus ordena. Ferido, tu amas com reservas. Ou não amas. Ou rejeitas. Ou detestas. Ou odeias. Quanto mais ferido, menos amas, mais te afastas da pessoa que te feriu.

Faz com o teu coração o que fazes com o corpo. Quando acontecer receberes um ferimento no coração, trata de curá-lo imediatamente. Não esperes que se somem muitas feridas. Evita pensar,

remoer, falar aos outros sobre as feridas que tens, sobre as ofensas recebidas, as incompreensões, os problemas de relacionamento. Falar agrava mais. Principalmente quando falas com ressentimento. Aplica esse tempo para ficar a sós e realizar o perdão que cura os teus sofrimentos.

Quanto mais tu falas mal do marido, da esposa, da filha, do sócio, do aluno, de quem quer que seja, mais te afastas do seu amor. Menos amas. Mais agravas o problema.

— Não estou a falar mal! Estou a contar a verdade!
— Não importa! Mesmo assim estás a agravar a ferida do teu coração. Estás a prejudicar-te.

— Mas preciso de desabafar! Assim fico aliviado!
— Desabafando, anestésias a ferida. A anestesia não cura, sabias? Quando passa a anestesia, continua a dor. Procura não apenas anestésiar. Procura curar.

— Como?

— Quero ensinar-te esta fórmula: a Oração de Amorização.

Ela é especial para a cura do coração. Insisto! Não conserves as feridas do coração. Cura-as! Tu deves conhecer pessoas que não gostam de ninguém e não são benquistas por ninguém. São aquelas que guardam as mínimas ofensas e lembranças dolorosas, ou inventam defeitos em toda a criatura. Elas têm queixas guardadas de todas as pessoas que conhecem: Não sabem falar do lado bom dos outros. Só falam do negativo, que nem sempre o é realmente.

É horrível! Como sofrem e fazem sofrer! Como são pessoas desagradáveis! É pena que nunca tenham aprendido a curar o seu coração.

Queres amar intensamente? A todos? Até aos que te fizeram algum mal? Aos que te fazem oposição? Até aos inimigos? Começa por curar todas as feridas do teu coração. Uma por uma. Até às mais antigas. Este trabalho será o início de uma nova fase da tua vida emocional.

Mais à frente, aprenderás uma fórmula prática para curar o teu coração. É a Oração de Amorização.

ORAÇÃO DE AMORIZAÇÃO

Digamos, então, depois de todas as explicações dadas, o que é a Oração de Amorização.

Oração de Amorização é um modo dinâmico e pessoal de orar, modo concreto, sábio e profundo, pelo qual tu e Jesus vão curando todas as feridas do teu coração. A cura acontece com o perdão que vai sendo dado, realizado, repetido, durante a oração. Esta oração de perdão vai fazendo desaparecer todas as dores do desamor sofrido, e faz renascer um novo ou renovado amor para com a pessoa que te feriu, bem como para com os demais com quem convives.

Disse: *tu e Jesus*. Exacto. Sem os dois não se faz oração! E sem a presença de Jesus e a do poder do Espírito Santo, o resultado ou será pequeno, ou não acontecerá.

É importante que seja «oração». Isto é, um encontro entre ti e Jesus vivo, para realizarem juntos a cura de todas as tuas feridas.

Apresento-te, em seguida, um roteiro prático da «Oração de Amorização», explicar-to-ei detalhadamente, parte por parte. Seguindo este roteiro farás a tua oração pessoal para curar o teu coração. Por fim, mostrar-te-ei um exemplo vivo, falado e concreto, que será como se estivesses ouvindo alguém a fazê-la. Compreenderás, desta forma, toda a sua dinâmica e observarás a sua facilidade.

7.1. Roteiro prático

1 — Invoca a presença de Jesus. Faz um momento de oração espontânea com Ele: adora-o, louva-o, agradece-lhe por todas as bênçãos recebidas.

2 — Torna presente, na tua imaginação, uma pessoa que te feriu.

3 — Realiza os passos do perdão. (Só os que forem necessários.)

— Perdoa a pessoa que te ofendeu.

— Pede-lhe perdão, se também a feriste.

— Perdoa-te a ti mesmo pelo erro cometido contra ela.

— Pede perdão a Jesus por ela e por ti próprio.

4 — Realiza os passos de louvor. Elogia.

— Louva, elogia a pessoa pelo seu lado positivo.

— Louva, elogia a Jesus pelo lado positivo dessa pessoa.

5 — Entrega as tuas feridas a Jesus e pede-lhe que as cure.

6 — Agradece ao Senhor a oração de amorização realizada.

7.2. Explicação de todas as partes

Para exemplificar concretamente, apresento pequenos momentos de uma oração de amorização

realizada com o próprio pai. Imaginemos que tens tido problemas com o teu pai, e este feriu o teu coração por comportamento nem sempre bom e justo.

1. INVOCA A PRESENÇA DE JESUS: faz um momento de oração espontânea.

Inicia a oração de amorização, entrando em clima de oração. Por exemplo: entra no teu quarto, fecha a porta, põe um fundo musical, senta-te numa cadeira, na cama, ou no chão, como preferires. Concentra-te uns instantes. Invoca a presença de Jesus, num gesto interior de fé. Porque Ele é Deus, é omnipotente e está, de facto, junto de ti. Se quiseres, poderás colocar uma cadeira à tua frente e visualizar Jesus aí sentado. Vê-o com os olhos do coração ou da imaginação. Contempla o seu rosto, o seu corpo, os seus olhos, o seu sorriso. Conversa com Ele uns momentos, louvando-o, agradecendo-lhe a presença. Elogia-o por algo de bom que te deu ou te fez nos últimos dias. Diz-lhe que queres amarizar tal pessoa para poderes curar o teu coração, pois desejas amá-la mais e melhor, como Ele ordenou. Pede-lhe a graça de poderes curar-te de todas as tuas feridas. Diz tudo com muito coração.

Se não consegues visualizar Jesus vivo, faz um acto de fé, crê que Ele está presente, pois Ele disse: «Estarei contigo todos os dias...» Portanto, também agora, quando tu o invocas e dele precisas. Poderias, como auxílio, colocar diante de ti um quadro ou um poster de Jesus vivo, para facilitar a tua concentração.

A teu modo podes orar:

«Jesus, Filho de Deus, meu salvador, vivo, ressuscitado, glorioso, invoco a tua presença junto de mim. Vem, Senhor Jesus! És Deus, e por isso podes estar presente em todos os lugares ao mesmo tempo. Portanto, também aqui, comigo, agora. Eu te adoro, Senhor Jesus. Reconheço-te como Deus, com o Pai e o Espírito Santo: Deus Uno e Trino. Louvo-te, Jesus ressuscitado, pois mesmo sendo um Deus infinito, poderoso, perfeitoíssimo, maravilhoso, és simples, amigo, aconchegado a nós, pequenas criaturas humanas. Que maravilha poder contar com a tua presença junto de mim. Muito grato, Senhor Jesus.

Senhor, preciso muito da tua presença agora, pois quero curar o meu coração das feridas que me foram feitas, como também das que fiz em mim mesmo, por meus próprios erros. Preciso de curar o meu coração para poder amar mais e melhor, para ter mais saúde, alegria de viver e disposição de servir. Quero usar o remédio que Tu me destes: o perdão. Quero usar a pomada do perdão, Jesus, hoje e por muito tempo, todos os dias, até sentir-me totalmente curado: Obrigado, Senhor, por nos teres ensinado uma terapia tão simples e tão prodigiosa. Amém.»

2. TORNA PRESENTE, NA TUA IMAGINAÇÃO, UMA PESSOA QUE TE FERIU

Toma presente na tua imaginação uma pessoa que feriu o teu coração e que escolheste para amarizar. Imagina que Jesus a recebe com alegria, pois a ama.

Eles sentam-se juntos, bem à tua frente, a olhar para ti. Sentam-se em cadeiras — ou na cama, ou no chão.

Se, porventura, não conseguires visualizar a pessoa, decide-te interiormente a realizar a oração, como se ela estivesse ali, oculta por uma cortina que não to deixa vê-la: a cortina escura da tua imaginação. Tu não a vês com a tua imaginação, mas ela está presente. Poderias também pôr uma foto dessa pessoa. Ou escrever o seu nome em tamanho grande e bem legível numa folha de papel, para a colocar diante de ti. O nome representa muito bem a pessoa.

Já estás na presença de Jesus e da pessoa. Estão em três: dois reais, vivos, presentes: Jesus e tu. A outra, está presente na imaginação.

Agora, tu conversas com a pessoa que se fez presente, agradecendo-lhe a presença e dizendo-lhe da tua vontade em te curares de todas as feridas feitas por ela, para amá-la mais e melhor. Fá-lo da maneira mais viva possível.

A teu modo podes dizer:

«Meu pai, tomo a liberdade de trazer-te à minha presença e à de Jesus vivo que está comigo, pois preciso de conversar contigo sobre alguns acontecimentos dolorosos que vivemos juntos, e que deixaram feridas no meu coração. Tenho a certeza, meu pai, que também tu queres este encontro, pois sei que me amas e que lamentas ter-me ferido. Sei que és bom e que desejas muito ver-me curado das minhas feridas.

Mas eu também, meu pai, desejo ver-te curado das feridas que te fiz; das tristezas, preocupações, desgostos que te causei. Será ótimo para nós este encontro, meu pai. Obrigado pelo teu amor por mim. Obrigado por aceitares o meu perdão e me dares o teu.»

A tua conversa com Jesus e com a pessoa a ser amorizada pode ser feita a meia voz. Isto é, falas de modo que possas ouvir a própria voz. Ouvires a própria voz, ouvires o que dizes, é dar um instrumento ao Senhor para agir dentro de ti. Ele irá usar a tua voz como instrumento para falar e atingir o teu coração.

3. REALIZA OS PASSOS DO PERDÃO

O perdão é o fogo que cauteriza as feridas do teu coração. O perdão generoso, forte, consciente, vivo e repetido muitas vezes é poderoso, infalível e eficiente para curar qualquer ferida emocional, por maior e mais antiga que seja.

Foi por isso que Jesus o ensinou, o ordenou e o pôs como condição necessária para sermos perdoados por Deus.

Pedro, Apóstolo, perguntou a Jesus:

— Senhor, quantas vezes devo perdoar ao meu irmão que pecar contra mim? Até sete vezes?

— Não te digo, Pedro, até sete vezes. Mas até setenta vezes sete (Mt 18,21-22).

Noutra oportunidade, Jesus afirmou: «Se não vos perdoardes uns aos outros os vossos pecados,

tampouco o Pai celestial vos perdoará os vossos» (Mc 11,26).

Na oração que Jesus nos ensinou, dizemos: «Perdoai-nos as nossas ofensas assim como nós perdoamos aos que nos ofenderam» (Mt 6,12).

Ah! Se compreendêssemos a profunda sabedoria e a importância destes ensinamentos e ordens de Jesus para a saúde espiritual, psicológica, emocional e física! Quantos já nem estariam mais doentes, nem traumatizados, nem destruídos emocionalmente, se tivessem aplicado às suas vidas essa sábia terapia do perdão.

Recorda que perdoar não significa desculpar, nem pôr panos quentes. Perdoar é reconhecer que a pessoa errou, e decidiste dar-lhe o perdão pelo erro cometido contra ti.

Quando Deus perdoa, ele não afirma: «Filho, tu agiste mal, mas não importa, não tem importância. Tu, afinal, não erraste muito.»

Pelo contrário, Deus diz: «Tu erraste. Mas porque estás arrependido, eu perdoo-te, todo o erro com toda a sua culpa.» Deus não minimiza. Não encobre. Ele perdoa. Perdoa como foi o erro, sem mudar nada. Sem minimizar nem aumentar. Deus age assim porque é justo.

Como o perdão de Deus, assim deve ser o teu. As vezes, é difícil perdoar. Principalmente quando a ofensa foi maliciosa, ou muito covarde, ou muito grande, ou muito repetida. Sim, é difícil, mas não impossível. Quando se trata de perdoar, Jesus vem sempre em auxílio, com o poder do fogo do Espírito Santo. Este sabe queimar todos os nós de ódio, de mágoa ou de ressentimento que trazemos.

Encontrei algumas pessoas que eram incapazes de perdoar, de dizer que perdoavam, mesmo que o quisessem. As palavras não lhes saíam da boca, por mais que o quisessem e se empenhassem.

Um jovem, filho de um oficial militar, estava profundamente traumatizado pela dureza e despotismo do seu pai. A sua personalidade estava destruída. Não conseguia sequer estudar, trabalhar, sair de casa, fazer amizades ou conversar com raparigas da sua idade. Ao orar por ele, pedi-lhe que perdoasse o pai. A sua voz não lhe saía da boca. As cordas vocais eram bloqueadas pelo desamor. Disse-lhe:

— Repita estas palavras em voz alta: «Pai, eu perdoo-te...»

Ele foi incapaz de repeti-las. Gaguejava irresistivelmente: Pa-papa-pai e-e-e-e-eu — Não posso! Não consigo! — disse. O seu psiquismo ferido bloqueava totalmente a sua voz.

O mesmo ocorreu com uma religiosa. As palavras não lhe saíam da boca quando sugeri que perdoasse a um membro da sua família que a havia ferido muito.

Que fazer nestes casos? Simplesmente pedir a Jesus a força para poder falar e dar o perdão. Orar uns momentos, solicitando a força interior, a decisão da vontade para perdoar. Procurar, depois, repetir frases de perdão, mesmo que forçadas, ditas com o esforço da vontade. Tem a certeza de que o auxílio

de Jesus virá. Conseguirás perdoar. Pelo menos, poderás começar a perdoar. Depois, chegarás ao ideal.

A realização do perdão é feita em quatro direcções. São os quatro passos do perdão.

PRIMEIRO PASSO: Perdoar a quem te ofendeu.

Conversando com a pessoa a ser amorizada, realiza o perdão num acto de vontade, firme e decidido. Perdoa, envolvendo todo o teu ser. Perdoa com a maior profundidade possível. Perdoa repetidamente até perceberes o perdão envolvendo todo o teu ser, até à profundidade. Perdoa muitas vezes: dias, semanas, até sentires o efeito benéfico.

Podes orar desta forma:

«Meu pai, recordo-me de que, ainda criança, assisti a uma forte discussão entre ti e a minha mãe. Lembro-me que tu foste muito duro, gritaste demais e até ameaçaste bater-lhe. Aquilo feriu-me muito, muito. Lembro-me que chorei bastante ao ver a minha mãe tão agredida e tão triste; lembro-me da raiva que senti por ti. Meu pai, eu te perdoo por teres ferido a minha mãe e, por isso, a mim também. Eu te perdoo por teres gritado tanto e ameaçado a minha mãe. Eu te perdoo, pai, por todo o sofrimento que me causaste naquele dia. Sente-te perdoado.»

«Pai, lembro-me de que nos meus doze anos, por ter ido a uma festa de aniversário de uma colega, sem tua permissão, e por ter voltado muito tarde, tu me bateste diante dos meus colegas. Tu me ofendeste muito naquele dia. Quando me lembro, sinto-me mal, humilhado, até hoje. Pai, eu te perdoo de todo o coração. Perdoo-te pela humilhação que sofri, pela vergonha que me impuseste diante dos colegas. Eu te perdoo, meu pai. Sente-te perdoado, pai, para sempre.»

Deste modo, percorres todas as feridas do teu coração, feitas pelo teu pai, no decurso de toda a tua vida. Passas a pomada do perdão em todas, tratando uma por uma.

SEGUNDO PASSO: Pedir perdão à pessoa pelo mal que lhe fizeste.

Para curar as feridas do teu coração é preciso, às vezes, pedir perdão à pessoa pelas ofensas e feridas que lhe fizeste, quando ela te feriu. Trata-se de pedir-lhe perdão em oração, para que tu fiques curado. Fazê-lo pessoalmente seria ainda melhor, para uma reconciliação interpessoal.

Tiveste um desentendimento com alguém. Este agrediu-te, causou-te problemas e aborrecimentos. Ao seres assim tratado, tu retorquiste, acusaste, agrediste. Ambos ficaram feridos: tu e ele. Nesse caso, não basta tu perdoares-lhe. É preciso que lhe peças perdão também. Tu também o ofendeste, feriste, magoaste. Para a tua cura profunda é importante reconheceres a tua parcela de erro e pedires perdão.

— Mas foi ele quem começou!

— Não importa. Aqui não se trata de encontrar os culpados, mas sim de tu curares as feridas que ele te causou. Para isso é preciso perdoar-lhe, mas também pedir-lhe perdão.

Podes agir desta forma:

«Pai, aproveito para pedir-te perdão, pois naquela briga com a minha mãe, mesmo sendo tão pequeno, eu odiei-te. Desejei que desaparecesses, fosses embora para sempre, para não mais fazeres sofrer a minha mãe. E por muito tempo guardei ressentimento. Perdão, meu pai. Perdão pelos maus desejos alimentados contra ti, desejando que desaparecesses. Assim, como te perdoo, perdoa-me.»

«Eu te peço perdão, pai, porque naquela noite que voltei tarde da festa de aniversário e tu me bateste, eu fiquei cheio de ódio a ti e desejei-te muito mal. Muito mesmo! E fiquei a odiar-te, por muito tempo, esperando uma oportunidade para me vingar. Perdão, pai, pelo meu ódio, pelos maus desejos. Perdão, pai.»

Deste modo tu percorres todos os teus relacionamentos dolorosos com o teu pai e pedes-lhe perdão. Facto por facto. Ferida por ferida.

TERCEIRO PASSO: Perdoares-te a ti mesmo.

Trata-se de perdoares-te a ti mesmo daquilo que foste culpado em algum episódio, em que tu e o outro saíram feridos, magoados emocionalmente. Por exemplo: alguém te caluniou. Tu retorquiste, agredindo-o com palavras duras, com ameaças de vingança. Ambos ficaram prejudicados. Para curar o teu coração da calúnia sofrida, precisas de perdoar-te profundamente do teu erro de ter contra-agredido. Ele errou. Tu também.

É preciso, pois, perdoares-te por teres agido de forma errada. Muitos não aprenderam a perdoar-se. Nunca ouviram falar em semelhante perdão. Por isso vivem cheios de ódio a si próprios, de inaceitação da sua pessoa, carregados de vergonha, medo, remorso, por causa das suas falhas e pecados. Carregam um fardo pesado, desagradável, malcheiroso, pela vida fora, quando já deviam tê-lo atirado ao fogo do autoperdão.

Cuidado! Perdoar-se não significa desculpar-se. Nem convencer-se de que não errou. Isto seria desastroso. Seria esconder o lixo debaixo do tapete. Seria ocultar a ferida. Perdoar-se é reconhecer o erro e dar-se um perdão profundo. Como tu perdoas aos outros, da mesma forma perdoa-te a ti mesmo.

Algumas pessoas têm muita dificuldade em se perdoar. O orgulho não lhes permite reconhecer que erraram. Dão-se todas as desculpas para não ter de admitir os próprios erros. Por isso não reconhecem a necessidade de perdoar a si mesmas.

Outras não se perdoam por auto-punição. Como por uma vingança ou raiva contra si mesmas, não se perdoam, para continuar a sofrer. São pessoas obviamente enfermas.

Encontrei alguns casos de pessoas que — por mais que o quisessem — não podiam pronunciar uma palavra de perdão em favor de si mesmas.

Uma senhora que havia vivido unia vida irregular por mais de vinte anos, na sua conversão inicial, pôde perdoar e pedir perdão a todos os que a haviam ferido, em todos aqueles anos. Quando, porém, lhe sugeri que se perdoasse de todo o erro praticado, ela não conseguiu. Nem sequer pôde repetir frases de autoperdão, ditadas por mim. Após um apelo veemente a Jesus, para que interviesse com seu poder para desfazer aquele auto-ressentimento, é que pôde perdoar-se. Foi uma luta íntima muito grande. Com a ajuda de Jesus, venceu! Glória a Jesus!

Perdoa-te. Não deixes de fazê-lo. Se Deus te perdoa de tudo, seja qual for o erro, quando lhe pedes perdão; se perdoas aos outros e eles a ti, não é justo, nem razoável, nem compreensível e muito menos ainda sábio, tu não te perdoares a ti mesmo. Quem és, para não queres dar-te um perdão profundo a ti mesmo?

Podes agir desta forma:

«Eu, Mário, me perdoo, de todo o meu coração, por ter desejado que o meu pai desaparecesse para sempre, por ter brigado com a minha mãe. Eu me perdoo por todo o sentimento de raiva guardado e até cultivado em mim, por tanto tempo. Eu me perdoo por lhe ter desejado mal. Sim, eu me perdoo de todo o meu coração.»

«Quero perdoar-me, agora, por todo o ressentimento em relação ao meu pai, guardado e cultivado, por causa daquela sova. Eu me perdoo por não ter pedido licença para ir à festa; por ter voltado tão tarde, sabendo que ele não suportava isso. Eu me perdoo por até ter desejado a sua morte. Eu me perdoo de todo o coração.»

Deste modo, tu percorres as feridas do teu coração, feitas por ti em ti mesmo quando agiste de forma inconveniente e errada contra quem te ofendeu, e perdoas-te a ti mesmo com toda verdade e generosidade.

QUARTO PASSO: Pedir perdão a Jesus, por ti e pelo outro.

O quarto passo consiste em pedires perdão a Jesus por ti e pela pessoa que estás amorizando. Tu o fazes, conversando com Jesus, apresentando-lhe o teu erro e humildemente pedindo-lhe perdão. Pedir-lhe, também, que perdoe a pessoa que estás amorizando. Essa atitude humilde de pedir perdão para ambos trar-te-á uma abertura total do coração para receberes a ajuda poderosa do Senhor Jesus, a fim de ficares realmente curado das tuas feridas.

Podes realizar este passo da seguinte maneira:

«Jesus, eu te peço que perdoes a meu pai e a mim por nos termos ferido mutuamente. Perdoa a meu pai por aquela briga que teve com a minha mãe; por a ter ofendido tanto, entristecido tanto. Perdoa-lhe, pois agindo daquela forma, ele feriu-me profundamente.»

Perdoa-lhe Jesus, pois eu já lhe perdoei. Mas perdoa-me a mim também, pois errei contra o meu pai, desejando-lhe tanto mal, desejando até que desaparecesse da nossa vida. Perdão, Jesus.»

«Peço perdão também para mim e para meu pai, por nos termos ferido tanto naquela oportunidade em que me bateu. Perdoa-lhe, Senhor, por ter agido daquela forma diante dos meus colegas, por me ter humilhado tanto. Mas perdoa-me também; pois guardei-lhe tanto ódio, desejei-lhe tanto mal, e até esperava a oportunidade para me vingar. Perdão Jesus. Perdoa-nos por nos termos ferido tanto.»

Deste modo falas calmamente com Jesus, pedindo perdão para o teu pai e para ti mesmo.

7.3. Realizar os passos de louvor

Para amar é preciso, antes, fazer curativos nas feridas do coração. É preciso, porém, completar a obra, por meio do louvor, ou seja, do elogio à própria pessoa, e a Jesus, pelas qualidades dessa pessoa dentro do teu coração e, por isto, traz uma nova realidade de amizade e bem-querer.

O elogio e o louvor têm a capacidade de nos levar a reconhecer, a descobrir e a admirar muitas qualidades espirituais, psicológicas, morais e físicas das pessoas e, com isso, leva-nos a admirá-las e amá-las.

No início deste livro afirmava-te que o nosso amor, a nossa amizade e bem-querer para com alguém dependem da imagem que temos desse alguém dentro de nós. Se a imagem é boa, gostamos; se a imagem é desfigurada, não gostamos. Dissemos, ainda, que aquilo que faz ou desfaz a imagem de alguém em nós são as boas ou más lembranças que guardamos das pessoas.

Podes perceber a importância do louvor, do elogio. Ele refaz a imagem. Toma-a bela. Sempre mais bela, quanto mais tu elogias e louvas, pois pelo louvor vais descobrindo e acrescentando qualidades, belezas.

Compreendeste? Elogiando, vais embelezando a imagem da pessoa dentro do teu coração. Quando a imagem fica bela, tu gostas, amas.

Não te aconteceu já, alguém dizer-te: «Eu já gostava de ti, antes de te conhecer pessoalmente!» Por quê? Porque alguém falou bem de ti a essa pessoa. Falando bem de ti, fizeram bela a tua imagem nesse coração, e ela passou a gostar de ti, mesmo sem te conhecer.

Aqui está mais um dos tão belos ensinamentos de Jesus. Mandou falar bem das pessoas. Isto é, mandou elogiar. Jesus mandou falar bem de todos. Falar sempre e só bem. Uma das maneiras mais fáceis e perfeitas de amar, de crescer no amor, é elogiar. Jesus mandou amar, elogiando.

MODO PRÁTICO DE REALIZAR OS PASSOS DO LOUVOR, DO ELOGIO.

É simples, como o fazes na conversa de todos os dias, entre amigos. Voltemos ao quarto onde estás

amorizando o teu pai. Após passar a pomada do perdão em todas as feridas, tratando uma por uma, fazes elogios ao teu pai, por todas as suas qualidades, virtudes e boas acções.

Podes agir desta forma:

«Meu pai, se é verdade que houve acontecimentos dolorosos que nos feriram; se é verdade que tu me feriste e me fizeste sofrer, e que eu te feri, é bem verdade também que eu vejo e admiro o teu lado bom, o teu lado positivo, as tuas qualidades e virtudes.»

Pai, sabes, eu admiro-te muito, como marido. Tu és um bom marido! Se é verdade que houve aquele incidente, e alguns outros momentos de desamor com a minha mãe, é também verdade que mil vezes eu vi-te amar, alegrar, acariciar, fazer a minha mãe feliz. Quero elogiar-te, pois tu és um bom esposo. Digo, até, que és um exemplo que posso seguir no futuro. Fico tão feliz ao ver-te sempre tão unido, delicado, bondoso, amante. A minha mãe é muito feliz por ter-te como marido.»

«Jesus, muito obrigado pelo exemplo do marido que é o meu pai. Sabes, Senhor, isto faz-nos um bem tão grande, a todos, em casa? Obrigado, Jesus! Quero louvar-te, Senhor, por todos os muitos momentos bons que o meu pai deu à minha mãe, pelos meses e anos vividos em tanto amor. Abençoa-os, e que tenham muitos anos de vida, vividos sempre num amor maior. Obrigado, Jesus.»

Desta maneira fazes elogios ao teu pai, e depois a Jesus vivo, por todas as qualidades que reconheces nele: qualidades espirituais, morais, físicas. Elogia-lo pelos bons momentos que te proporcionou, pelas surpresas e presentes.

7.4. Entregar as feridas a Jesus

Jesus está muito interessado em que cures o teu coração. Ninguém está tão interessado como Ele, pois sabe quanto é importante para a tua saúde espiritual, psicológica, emocional, física, familiar e comunitária a cura do teu coração. Aliás, ao iniciar a sua missão, Jesus afirmou que veio também para «curar os corações feridos» (cf. Lc 4, 14-22).

Já Isaías profetizava: «É por suas feridas que nós somos curados» (cf. Is 53,5).

Entrega a Jesus vivo as feridas do teu coração para que apresse a cura. Falando com Ele, entrega as tuas feridas, as dores que sentes ou sentiste, as suas consequências. Suplica que as toque e as cure.

Podes orar assim:

«Senhor, entrego-te agora as feridas do meu coração para que as cures. Entrego-te, Jesus, aquela ferida tão dolorosa feita em mim por meu pai, quando ameaçou bater na minha mãe. Entrego-te toda a tristeza que senti, toda a tristeza que percebi na minha mãe, toda a raiva e mágoa que senti e alimentei em mim. Toca, Senhor, nesta ferida, e cura-a profundamente, totalmente.»

«Entrego-te, Senhor, aquela ferida tão dolorosa que o meu pai me fez, ao me bater diante dos meus colegas. Entrego-te, Jesus, toda a dor, toda a tristeza sofrida, toda a vergonha daquele momento, toda a raiva, e até o ódio que senti pelo meu pai. Toca, Jesus, nesta ferida tão dolorosa e cura-a totalmente. Cura, Jesus, todas as consequências que permaneceram em mim, por aquela sova recebida. Cura, Senhor, toda a vergonha, toda a humilhação. Cura, Jesus. Muito obrigado, Senhor, porque estás tocando e aprofundando a minha cura. Obrigado pelo teu amor redentor.»

Desta forma, entregas as feridas, uma por uma, e pedes ao Senhor que as toque e as cure.

7.5. Agradece a oração de amorização realizada

Após teres feito todo o processo de perdão e de louvor, termina este período de oração com uma palavra de agradecimento a Jesus, pela sua presença e pela ajuda que te proporcionou. No caso de perceberes alguma modificação íntima, como paz, alegria ou libertação, não deixes de agradecer imediatamente ao Senhor. Que esta oração seja bem pessoal e íntima, concreta e criativa.

Podes orar assim:

«Senhor Jesus, agradeço-te de todo o coração pela tua presença tão benéfica e tão desejável. Agradeço-te, de modo todo particular, por esta terapia maravilhosa que nos ensinaste, a terapia do perdão. Que maravilha. Senhor, poder curar as feridas do coração, por meio do perdão. Muito agradecido, Senhor, por este momento de oração, no qual pude aprofundar a minha cura emocional. Agradeço-te todo perdão que pude dar, que pedi e que dei a mim mesmo. Muito agradecido, Senhor, pois sinto o quanto este momento me fez bem. Afirmo-te que áspero contar com a tua presença, o teu poder e à tua bênção de cura, sempre que voltar a fazer os curativos às feridas do meu coração. Espero poder fazê-lo todos os dias. Obrigado, Senhor. Amén.»

Por certo percebeste a importância, a facilidade, a riqueza e até a beleza de poderes curar a tua, história, de poderes cicatrizar todas as tuas feridas emocionais. Basta, agora decidires-te a realizar a oração de amorização. cada dia um pouco; todos os dias, até que estejas curado, inteiramente curado.

No próximo capítulo, terás um exemplo vivo de Oração de Amorização, todo falado, passo por passo, momento por momento.

UM EXEMPLO VIVO, FALADO

«Chamo-me Júnior. Sou casado há nove anos. A minha mulher chama-se Marinalva. Temos três filhos. Ao ouvir falar da Oração de Amorização, percebi que, embora a minha vida matrimonial tenha sido uma maravilha, houve alguns acontecimentos dolorosos que deixaram marcas em mim. Não foram coisas extraordinárias, mas feriram-me. Quando delas me lembrava,

percebia que não me haviam feito bem. Nas nossas conversas e diálogos ão tocávamos em determinados assuntos, pois acabaríamos, invariavelmente, a discutir.

Aprendi que a Oração de Amorização era eficiente para curar o meu coração. Propus-me experimentar. Afinal, não teria nada a perder. E se desse resultados, eu cresceria no amor para com a minha mulher. Era o que eu queria.

Feliz o dia em que comecei. Graças a Deus! Vou falar-te de como faço a minha Oração de Amorização, pois é isto que me pedem. Faço-o de bom grado. Alegro-me por poder ajudar.

Seria interessante — ao iniciar — que tivesses, à mão, o roteiro prático que está no início do capítulo anterior, para poderes acompanhar toda a sequência da Oração de Amorização. Vamos iniciar.»

8.1. Oração na presença de Jesus e da pessoa: Marinalva

Entro na sala. Fecho a porta para as crianças não entrarem, para que me sinta só e não haja interrupções. Gosto de um fundo musical suave, orquestrado. Ligo o aparelho. Sento-me numa poltronazinha que fica voltada para o sofá maior. Fecho os olhos. Faço um momento de concentração, imaginando-me envolvido pelo olhar amoroso de Deus, meu Pai. A sua luz envolve-me, O seu amor penetra-me. Sinto-me amado por Ele. Procuo perceber que eu também o amo.

Imagino Jesus presente. Visualizo-o, sentado à minha frente. Visualizo o seu belo rosto sorridente, os seus olhos, os seus cabelos, o seu corpo todo, as suas mãos. Sinto-me amado por Ele. Percebo que também o amo. Falo com Ele livremente. Falo-lhe em voz audível.

«Jesus, obrigado pela tua presença. Sei que estás comigo, pois afirmaste que estarias connosco todos os dias, até ao fim dos tempos. Eu creio na tua presença. Aliás, Tu és o Emanuel, o Deus-connosco. Aquele que se delicia em estar com os filhos dos homens. Eu te adoro, meu Senhor e meu Deus! Proclamo-te, declaro-te e quero-te como meu Deus. Louvo-te, meu Senhor, louvo-te com todas as forças do meu coração, por poder conhecer-te, amar-te, bendizer-te.

Louvo-te pela felicidade que me invade neste momento. Louvo-te, Senhor, pela maravilha de ter aprendido a curar-me pelo perdão. (E continuo louvando e agradecendo livremente por alguns momentos.)

Jesus, tomo a liberdade de pedir a tua ajuda, a graça do teu amor, e o poder do teu Espírito, para que eu possa amarizar Marinalva, a minha mulher. No nosso matrimónio, Senhor, houve milhares de momentos felizes, mas, infelizmente, Senhor, houve momentos dolorosos também. Senhor, eu quero, eu preciso curar-me, para amá-la melhor.

(Deixo que o meu coração diga, livremente, o que sente.)

Peço-te. Senhor, que aceites trazer Marinalva à nossa presença, para podermos realizar esta cura pelo perdão.

(Imagino que Marinalva entra na sala. Jesus recebe-a com amor. Sentam-se um ao lado do outro, defronte a mim. (ficamos, assim, voltados um para o outro.)

«Obrigado, Marinalva, por teres vindo. Estava justamente a dizer a Jesus que desejo amar-te mais, muito mais. Por isso, decidi fazer a Oração de Amorização. Sabes, meu bem, quero curar as minhas lembranças, o meu coração, para poder amar-te ainda mais, muito mais.

(Digo-lhe, por alguns momentos, o que me vai no coração. Sempre em voz audível.)»

8.2. Realizo os quatro passos do perdão: faço os curativos

Primeira ferida:

«Marinalva, quando éramos namorados, deves lembrar-te, prometi, certa dia, que te levaria ao cinema, e marquei as sete da noite, para o encontro. Quando cheguei eram nove, e tu estavas muito nervosa e aborrecida. Nem me quiseste receber, discutiste muito comigo e, pior, acusaste-me de ter andado com outras, antes de ir ter contigo. Quando quis explicar-te que tinha havido um problema com a minha mãe, e que precisei de levá-la, com urgência, ao posto & socorros, tu não quiseste ouvir-me. Lembrou-me de ter voltado para minha casa muito triste e magoado com a tua agressão e desconfiança.

Eu te perdoo, Marinalva. Perdoo-te de todo o meu coração. Perdoo-te por não me teres ouvido, quando quis explicar-te as razões do meu atraso. Perdoo-te, por me teres acusado de ter procurado outras. Perdoo-te, por não queres saber do problema que tinha havido com a minha mãe.

Eu te perdoo. Sente-te perdoada definitivamente. Quero que te sintas perdoada.»

«Jesus, perdoa Marinalva. Ela feriu-me muito, naquela noite. Eu perdoo-lhe e peço-te que também lhe perdoes. Obrigado. Senhor!»

Segunda ferida:

«Marinalva, lembras-te da festa do nosso noivado? Aquele problema surgido com os convites marcou-me muito, sabes! Não quiseste que eu convidasse alguns dos meus melhores amigos, só porque tinhas algumas coisas contra eles. Eu senti-me muito injustiçado. Os teus amigos vieram todos! Mas os meus não puderam vir. O teu egoísmo e incompreensão marcaram-me muito, naquele dia.

Eu hoje perdoo-te. Perdoo-te de todo o meu coração. Perdoo-te pela tua intransigência e pelo teu egoísmo. Sente-te perdoada daquele erro que cometeste, da injustiça que cometeste contra mim.

Peço-te que também tu me perdoes, pois, na discussão que tivemos, eu também te magoei e

te disse umas palavras bem duras e ofensivas. Perdão, Marinalva! Perdoa-me como eu te perdoo, de todo o coração.»

Eu, Júnior, perdoo-me, quero-me perdoar, pois naquele dia eu não me calei. As coisas que disse foram pesadas, e feri Marinalva. Sim, eu, Júnior, perdoo-me de todo o meu coração. Eu me perdoo para sempre daqueles erros cometidos contra Marinalva.

«Jesus, perdoa-nos por aquelas ofensas mútuas, por nos termos ferido, por todo o desamor praticado. Perdão, Jesus, perdão!»

Terceira ferida:

«Meu bem, quando éramos casados há alguns meses, tu deves lembrar-te, fomos à festa de casamento do Luís Fernando. Havia ali tantos casais jovens, amigos nossos.

Em determinado momento deste a desculpa de que te estavas a sentir mal e forçaste o nosso regresso a casa. A festa mal havia começado. Ao chegar ao carro para irmos embora, acusaste-me violentamente, numa cena de ciúmes incrível. Fizeste-me acusações descabidas, que eu nunca esperara. Depois de tentar explicar-me e sem tu me queres ouvir, discutimos muito, brigámos e fomos para casa muito aborrecidos. Sabes, aquela cena marcou-me muito. A partir de então, não me sinto à vontade quando estamos reunidos com outros casais. Temo o teu ciúme. Fico intranquilo, entendes?

Marinalva, eu te perdoo de todo o coração. Perdoo-te de todas as acusações e insinuações que fizeste. Eu te perdoo por teres criado em mim medo dos teus ciúmes. Quero que te sintas perdoada. Tão perdoada como se aquele problema nunca tivesse ocorrido.

Perdoa-me também, pois errei, discutindo e agredindo-te como fiz, com palavras duras. Perdão Marinalva, perdão!»

Eu, Júnior, quero perdoar-me por a ter agredido. Sim, quero perdoar-me do que fiz. Foi errado. Devia ter-me calado. Mas perdoo-me. Definitivamente.

«Jesus, perdoa-nos. Perdão por aquela noite dolorosa de desamor. Nós nos ferimos tanto, Senhor. Perdão! Queremos ser perdoados e curados. Senhor Jesus, livra-nos deste sofrimento! Cura os nossos corações. Tira toda a dor provocada pelas nossas ofensas.»

Desta forma vou repassando todas as lembranças dolorosas. Vou fazendo curativos com a pomada do perdão em todas as feridas, uma por uma.

Só se deve fazer aquele passo de perdão que seja necessário. Por exemplo: na primeira ferida tratada, eu não pedi perdão a Marinalva nem me perdoei, pois naquele dia calei-me. Não a ataquei, nem a feri. Por isso, não precisava de pedir perdão nem de me perdoar. Mas, ao tratar as demais feridas, eu precisei de fazer os quatro passos de perdão. Entendeste? Se, por acaso, tiver ficado alguma dúvida, relê esta parte até ficar tudo bem esclarecido.

8.3. Realizo os passos de louvor: a Marinalva e a Jesus

Primeiro elogio:

«Marinalva, meu amor, se é verdade que houve aqueles problemas todos, os quais já não existem porque nós nos perdoámos, é verdade também que tenho muitos e grandes motivos para elogiar-te. E quero fazê-lo, diante de Jesus, com toda a sinceridade.

Quero elogiar-te, Marinalva, pela esposa maravilhosa que tens sido. És a grande graça de Deus na minha vida. Sou muito feliz por te ter encontrado, amado e casado contigo. O teu carinho, a tua compreensão, os teus cuidados por mim, o teu espírito de companheirismo, tudo faz de ti a melhor das esposas.»

«Obrigado, Jesus, por esta esposa maravilhosa que tenho. Obrigado pelo grande dom que recebi em Marinalva. Senhor, jamais mereceria tão grande bênção: a minha esposa. Obrigado, Senhor!»

Segundo elogio:

«Meu bem, quero elogiar-te pela mãe que sabes ser. Felizes são os nossos filhos, pela mãe que Deus lhes deu! Admiro a tua capacidade materna de estares, de brincares, de promoveres, de aconselhares os nossos filhos. Fico até com amorosa inveja quando te vejo a brincar com eles, tal como uma criança grande.»

«Obrigado, Jesus, pela mãe maravilhosa dos meus filhos. Obrigado, Jesus, porque assim os nossos filhos crescem em clima tão favorável de amor. Senhor, por mais que o quisesse, jamais agradeceria o bastante por mãe tão maravilhosa.»

Terceiro elogio:

«Marinalva, outra coisa muito bonita em ti é o teu amor pelos pobres e doentes. Sentimos o teu coração sair pela boca, pelos olhos, pelas mãos, quando estás com eles. A tua alma generosa e caridosa é algo invejável.»

«Jesus, louvado seja o teu santo nome pelo coração generoso de Marinalva. Ela sim, Senhor, sabe ver-te, amar-te e servir-te nos pobres. Obrigado, Senhor Jesus.»

(Desta forma, conversando em voz audível, vou realizando muitos elogios, louvando Marinalva por todas as boas lembranças, pelas suas qualidades morais, espirituais, psicológicas e físicas. Pelos seus trabalhos, sucessos, momentos de alegria, de ajuda. Pelos presentes, surpresas, enfim, por tudo quanto possa lembrar de bom. Quanto mais elogios fizer, tanto melhor, pois os louvores irão embelezar a imagem de Marinalva em mim. Quanto melhor a imagem, maior o amor por ela.)

8.4. Entrego as feridas a Jesus

«Senhor Jesus, meu Salvador, eu te entrego as feridas do meu coração. Entrego-te, hoje, de modo particular, as que me foram feitas por minha mulher. Entrego-te, Jesus, aquela que foi

tão dolorosa quando ocorreu, na noite em que por ter levado a minha mãe ao posto de socorros, e por isso ter chegado tarde, Marinalva não compreendeu, e me acusou tão injustamente. Entrego-te toda a decepção, toda a dor, toda a tristeza e toda a mágoa que senti. Cura, Senhor, aquela ferida. Cura-a totalmente, não deixando nem cicatrizes.

Entrego-te também, Jesus, a injustiça que Marinalva cometeu contra mim, na festa do nosso noivado. Entrego-te toda a decepção, toda a impressão de egoísmo intransigente, toda a mágoa que gerou em mim. Cura, Senhor, toda aquela ferida com as suas consequências.

Entrego-te ainda, Jesus, toda a marca dolorosa que Marinalva deixou em mim, com aquela cena de ciúmes, com toda a agressão verbal. Entrego-te todo o medo que ficou em mim de que ocorra alguma vez outro problema como aquele. Cura totalmente todo o meu sofrimento, todo o medo, toda a insegurança que ficou em mim quando me encontro espontaneamente na presença de outros casais. Cura, Senhor. Eu te peço que me cures, pois o Senhor é meu Salvador. Faz chegar até àquelas áreas feridas a tua redenção, para me resgatares, para curares todo o mal. Obrigado, Senhor, por me estares curando. Obrigado, Senhor, por me estares restaurando e dando novas possibilidades de amar mais e melhor a minha mulher. Obrigado, Senhor.»

8.5. Conclusão da amorização

«Senhor, ao terminar a minha Oração de Amorização, deixo-te o meu muito obrigado pela tua presença, pela tua colaboração, pela tua graça. Sinto, Senhor, a tua graça a penetrar no meu coração. Sei, Senhor, que estas lembranças dolorosas estão a ser curadas. Sinto que o meu coração ama muito mais. Mais livremente. Percebo, Senhor, que algumas amarras interiores estão a desaparecer, e o meu coração se sente mais livre. Sei, Senhor, que vou amar muito mais a minha mulher. Obrigado, Senhor!»

Desta maneira termino a minha primeira Oração de Amorização. Durou trinta minutos, talvez. Depois, em cada dia, volto a repeti-la, renovando os curativos nas mesmas feridas, pelo perdão, e criando uma nova imagem positiva por meio do louvor ou dos elogios.

A ti que lês estas páginas, dou-te a certeza de que, pela Oração de Amorização, verás acontecerem curas maravilhosas no teu coração e perceberás o grande crescimento no teu amor.

Jesus ama-te muito!

CAPÍTULO IX

RESPOSTAS ESCLARECEDORAS

Procurarei responder a dúvidas que naturalmente surgem após o exemplo vivo, falado. As respostas a essas dúvidas, aliás, tão naturais e comuns, ajudamos a deixar bem esclarecido tudo sobre a Oração de Amorização.

9.1. A oração de amorização deve ser feita muitas vezes?

A Oração de Amorização não é mágica. As coisas não acontecem com um estalar de dedos. Os seus resultados surgirão mais ou menos rápidos, mais ou menos fortes, de acordo com várias circunstâncias.

Se tu amorizares com profundidade espiritual a alguém que pouco te feriu, de quem tenhas poucas lembranças dolorosas, o resultado poderá surgir após a primeira Oração & Aniorização, e firmar-se-á mais, muito mais, à medida que fores repetindo a oração.

Se amorizares a alguém que te feriu muito, de quem tens muitas mágoas e fortes ressentimentos, o resultado, obviamente, será mais demorado. Talvez, só após oito ou dez períodos de oração é que surgirão os primeiros efeitos.

É exactamente como no tratamento das feridas do teu corpo: as pequenas ficam curadas mais depressa, as mais graves demoram mais para ficarem totalmente curadas. É bom guardar bem, na memória, esta comparação. Servir-te-á, sem dúvida, para perseverar nos curativos das feridas do teu coração.

Os resultados da Oração de Amorização dependem também da seriedade e sinceridade com que for feita, bem como do grau de fé e abertura ao auxílio de Jesus. O ideal, ou melhor, o lógico é fazê-la até que te sintas curado no coração.

9.2. Será preciso seguir sempre o mesmo roteiro?

É muito importante usar a inteligência e o poder criativo na Oração de Amorização. Ao compreenderes a dinâmica do método, irás realizando a tua oração conforme te sugerir a tua capacidade iluminada por Deus.

Um exemplo. Estás amorizando a tua mãe. Há, em ti, poucas feridas. Após fazê-lo três ou quatro vezes, percebes que o teu coração lhe perdoou em profundidade. Ao realizares mais períodos de oração de amorização, já podes omitir os passos do perdão. Já não são necessários, pois já curastes as tuas feridas e sentes o teu coração aliviado e curado. Continuarás, porém, o louvor para criar uma imagem ainda mais bela da tua mãe e para encheres, ainda mais, o teu coração de amor por ela. Não basta não ter mágoas. E preciso amar. Não basta ser indiferente. E preciso sentir amor.

9.3. Não basta perdoar uma só vez?

É preciso repetir o perdão? Entende. Na comparação das feridas do corpo, já compreendeste que para curá-las não basta fazer um único curativo, por melhor que seja a pomada. Repetes os curativos,

renovando-os todos os dias, até alcançar a cura completa. Compreende que, com as feridas do coração, é preciso agir da mesma forma. E preciso repetir o perdão tantas vezes quantas forem necessárias até te aperceberes que o coração está curado.

A medida que repetires o perdão, este entrará na profundidade do teu ser, até atingir e curar as tuas feridas, e eliminar as emoções dolorosas. E exactamente como os curativos com a pomada: aplicá-los-ás até ficares curado.

Às vezes bastam três aplicações. Outras vezes serão necessárias sete, dez, quinze aplicações. A norma é: perdoar, repetir o perdão, até se sentir curado. Ou, como disse Jesus: perdoar setenta vezes sete. O que, aliás, significa exactamente repetir o perdão até sentir-se totalmente curado.

9.4. Não basta realizar os passos do perdão? É preciso realizar os passos de louvor?

Sem dúvida. O perdão repetido cura as feridas e as suas dores. Curando as feridas, o perdão elimina o ressentimento, a raiva o ódio, a indiferença e outros sentimentos de desamor. O louvor produz uma imagem boa da pessoa, produz amor. Quanto maior o número de elogios, melhor se tornará a imagem, e maior será a simpatia e o amor pela pessoa elogiada.

Não esqueças que os elogios são feitos por causa de lembranças boas, de momentos felizes, de valores positivos que conheces ou descobres e valorizas em alguém. Por isso, é muito importante fazer muitos elogios para fazer crescer o amor.

Por exemplo: se não tiveres nenhuma lembrança negativa de alguém, mas também não tiveres lembranças boas, marcantes, como te sentes em relação a essa pessoa? Com certeza, indiferente. Neutro. Não tens nada contra, mas também nada a favor. Portanto, não basta perdoar. Para amar como Jesus mandou, como amou e ensinou, é preciso realizar os passos de louvor. E preciso ver o lado bom das pessoas, valorizá-las e elogiá-las.

9.5. Não se pode fazer a oração de amorização com a pessoa fisicamente presente? Pode-se, sim. Aliás, fazê-lo a dois produz frutos muito mais rápidos e profundos. Por exemplo, fazendo a oração de amorização juntos, marido e mulher.

E preciso, porém, algum cuidado, prudência e sabedoria, para não criar novos problemas com revelações dolorosas surpreendentes, revelações totalmente desconhecidas por parte de um. Quanto àquelas lembranças dolorosas comuns, conhecidas por ambos, podem recordá-las juntos, com óptimos resultados.

Quanto ao louvor, é ainda mais indicado fazê-lo a dois, quando possível. Faz muito bem ao coração do elogiado ouvir elogios sinceros de outra pessoa.

Conheço um casal que se propôs fazer a Oração de Amorização a dois, de noite, no quarto. Depois de entrar em oração na presença do Senhor, iam lembrando os momentos dolorosos havidos, desde o namoro, perdoando-se mutuamente, fazendo os passos de perdão ao vivo.

Aquele que havia errado, falava do seu erro que havia ferido o coração do outro, e pedia-lhe perdão. O outro dava-lhe o perdão solicitado e confortava-o. Revezavam-se nos pedidos de perdão. Depois de se terem perdoado de alguns factos dolorosos ocorridos, repassavam todos os momentos bons, elogiando sinceramente a quem era devido o elogio. Os resultados foram maravilhosos, é claro.

9.6. Se eu fizer oração de amorização por uma pessoa que me odeia, ela também me irá amar?

A Oração de Amorização existe para tu te poderes curar e para saberes e poderes amar. E realizada para a «tua» cura, para a cura do «teu» coração. Entende que o facto de tu, em três semanas, chegares a curar-te das feridas feitas por alguém no teu coração, e por isso chegares a amar alguém, não te garante o amor da outra pessoa, que não fez Oração de Amorização em relação a ti. Se ela te odeia é porque está muito ferida. Para poder chegar a amar-te, ela precisa de te perdoar até se curar.

Como o amor é uma força muito poderosa e comunicativa, o que pode ocorrer com o tempo é que, amando-a tu sinceramente, pensarás bem dela, terás bons desejos a seu favor, irás tratá-la muito bem, com amor. Esses bons sentimentos, acompanhados de tratamento bondoso, poderão comunicar-lhe o teu amor, o qual, aos poucos, poderá curar as suas feridas, tirar o seu ressentimento e produzir amor.

9.7. Se a pessoa que me feriu já faleceu, como posso fazer a oração de amorização?

Há casos em que a pessoa que nos feriu já faleceu. Podemos, e até devemos, fazer a Oração de Amorização com ela, da mesma forma como faríamos se estivesse viva, para não deixarmos o nosso coração ferido para sempre.

Nos passos de perdão e de louvor, imaginá-la viva, alegre, feliz, ao lado de Jesus, e na tua frente. Ou, de outra forma, dirigir-lhe o perdão e o louvor para onde ela esteja, ali do outro lado do mundo material, no mundo espiritual de Deus. Parece-me que o primeiro modo, ou seja, a visualização, é mais fácil e eficiente.

Não esqueças que a Oração de Amorização é feita para curar o teu coração ferido, o teu coração emocional. E se para o curar é necessário perdoar e louvar, será válido e necessário fazê-lo também quando a pessoa já tiver sido chamada para a eternidade.

Seria óptimo, se determinados filhos realizassem a Oração de Amorização para curar o seu relacionamento com os pais falecidos. Após o passamento deles, permanecem, às vezes, ressentimentos, reservas, até mágoas, por determinados factos dolorosos ocorridos no passado. Outras vezes, os filhos guardam ressentimentos pessoais, sentimentos de culpa e remorsos em relação aos pais falecidos. A Oração de Amorização poderá curar todos esses relacionamentos dolorosos.

O mesmo poderíamos afirmar em relação aos cônjuges, quando um deles já faleceu. Ou, aos pais,

em relação a filhos falecidos, e em todos os demais casos semelhantes.

Mesmo que o outro tenha falecido, qualquer lembrança dolorosa que tenhas dele é uma ferida no teu coração. Guardar feridas não é sabedoria. Sabedoria é aplicar imediatamente os remédios curativos. No nosso caso, sabedoria é realizar a Oração de Amorização o quanto antes, até à cura completa do coração.

9.8. Não existe outro modo de curar o coração?

«Eu já fazia alguma coisa semelhante a essa Oração de Amorização, mas não era bem assim. E sentia-me muito bem», disse-me alguém.

É claro que existem outros modos. Muitos outros, felizmente. Por exemplo, a oração de cura interior, tão procurada hoje e tão bem difundida pelo Renovamento Carismático Católico. Através dela também se faz a cura do psiquismo e do coração. Através dela, pelo poder de Jesus, muitas pessoas já se curaram. Outras estão em processo de cura. Graças a Deus!

O uso da visualização dinâmica das pessoas, procurando vê-la com os olhos do coração, com amor e perdão, pôde também curar lentamente as nossas emoções, o nosso coração.

Propus-me escrever-te sobre a Oração de Amorização porque tenho visto os seus efeitos maravilhosos em centenas de pessoas. Não é tão importante que seja pela Oração de Amorização que cures o teu coração.

Sumamente importante é que os corações feridos sejam curados, para que os ressentimentos cessem, haja muito amor em cada coração, em todos os corações, no mundo inteiro.

CAPÍTULO X

AS FERIDAS FEITAS

AO PRÓPRIO CORAÇÃO

Francisco José, casado há dez anos, sempre fora muito fiel à esposa. Viviam um amor maravilhoso no casamento. Ao realizar uma viagem de negócios, pressionado por colegas de viagem, acabou envolvendo-se e passou uma noite com uma mulher, tal como fizeram os seus colegas.

Já na viagem de retomo, pensando na esposa e nos filhos, caiu em si e percebeu o mal, a infidelidade, a injustiça cometida contra o amor e a fidelidade da sua esposa. O remorso, a tristeza, a raiva de si próprio por ter se deixado seduzir pelos colegas, a sensação de injustiça contra a sua esposa, tão amorosa, tão carinhosa e fiel, tomaram conta do seu coração. Ela jamais poderia saber do ocorrido, pois causar-lhe-ia um sofrimento imenso, uma decepção sem limites.

José Francisco feriu-se profundamente pelo erro. A autocondenação. a vergonha de si mesmo, a raiva de si e dos colegas que o seduziram, corroem-lhe o coração. Essa realidade está a afectar a sua vida familiar.

Jeanine nasceu numa família numerosa. Era a segunda de sete irmãos. Aos sete, oito, nove anos, dava a sua ajuda, cuidando de um irmãozinho de três anos, levando-o a pequenos passeios, brincando com ele para entretê-lo, dando-lhe banho, alimentando-o. Movida por uma curiosidade sexual natural, brincou com o sexo algumas vezes, atraindo e usando o seu irmãozinho, em imitações de relação genital.

Passados muitos anos, Jeanine entrou em crise de auto-condenação. Acusava-se de ter usado e prejudicado o seu irmão com aqueles actos. Suspeitava ter causado ao irmão traumas de precocidade sexual e danos à sua vida sexual matrimonial. Sentia um remorso tão grande que já não conseguia visitá-lo, encará-lo e conversar com ele. Estes sentimentos de remorso, de auto-condenação, de vergonha eram um martírio para Jeanine.

Germano era filho único numa família de classe média alta. Foi mal educado, por excesso de regalias, direitos e exigências pessoais. Dominava totalmente os pais.

Casou-se. Teve dois filhos e uma filha. Como educador dos filhos foi um fracasso. Todo o egocentrismo, autoritarismo, incapacidade de convivência com outras pessoas, de confronto com ideias diferentes ou opostas, herdados exactamente por ser filho único, levaram-no a agir de forma a ferir os seus filhos, e a criar neles muita revolta. Adolescentes, depois jovens, os filhos já não o podiam suportar. Criou-se entre o pai e os filhos um relacionamento muito doloroso, desrespeitoso, agressivo e, por vezes, violento.

Germano, um dia, caiu em si. Reconheceu ser a causa de todo o desafecto, de toda a revolta e de todo o desamor dos seus filhos. Percebeu que eles também criavam problemas na escola, no trabalho e no namoro. Transpiravam, nos seus relacionamentos, todo o problema vivido com o pai.

Germano entrou num profundo processo de depressão, causado pela consciência de ser culpado do problema dos filhos, por uma forte autocondenação e por uma consciência aguda de fracasso na sua conduta de pai.

Este é outro tipo de feridas do coração, muito dolorosas, muito prejudiciais. São as feridas feitas a si mesmo, por comportamentos infelizes, equivocados, errados contra si mesmo, contra Deus ou contra os outros. São as feridas do coração que produzem as dores da autocondenação, da autopunição, da vergonha das acções erradas do passado, da raiva e da mágoa de si mesmo, do ódio e da vingança contra si próprio.

Há pessoas que trazem profundas autocondenações. Condenam-se por atitudes, palavras, comportamentos, fraquezas ou fracassos ocorridos. Esse sentimento causa-lhes muito sofrimento interior. É a realidade do Francisco José, cujo problema foi mencionado.

Outros vão mais longe. Autopunem-se, castigam-se, maltratam-se como forma de castigo por erros cometidos. A autopunição tende a criar um clima interior ainda mais doloroso.

Outros trazem fortes sentimentos de vergonha por erros cometidos no passado. Esse sentimento causa-lhes um clima interior deprimente. É o problema de Jeanine.

Outros, ainda, experimentam sentimentos de ódio, de raiva, de mágoa, de ira contra si mesmos por causa dos erros passados, de fracassos pessoais ou em relação a outras pessoas. É o caso de Germano, já citado.

As feridas causadas a si próprio, que geram os sentimentos dolorosos descritos acima, são muito prejudiciais à saúde espiritual, psíquica, física, familiar e social.

Os que se autopunem, autocondenam, têm vergonha de si mesmos, têm sentimentos de desamor, encontram dificuldades para uma vida espiritual mais profunda, viva e alegre. Porque não se detestam, também não conseguem sentir-se amados por Deus, por Nossa Senhora. Eles têm dificuldades na experiência viva do Deus Uno e Trino. A sua oração é difícil. Os seus actos de relacionamento com o Deus vivo são quase sempre frios, com sensação de insucesso.

Os portadores desses sentimentos têm problemas de saúde e equilíbrio psicológico e emocional. Em geral manifestam-se agressivos, impacientes, nervosos. São candidatos à depressão, à angústia.

A sua saúde física pode ficar prejudicada. Poderão advir problemas de estômago, de intestinos, de fígado; dores de cabeça, cansaços não normais, dores na coluna; problemas de circulação, de varizes, etc.

Os seus relacionamentos humanos são, em geral, difíceis, exactamente porque estão em desamor ou em guerra contra si mesmos. O seu nervosismo, o seu mau humor, o seu negativismo tornam difícil a convivência.

10.1. É preciso curar essas feridas

As feridas causadas no próprio coração precisam de ser curadas. Mas com tanto cuidado, com tanta dedicação, com toda perseverança, como devem ser curadas as que são causadas por outros no nosso coração.

A terapia, a pomada, o remédio para curá-las foram ensinados por Jesus, o divino médico. Aliás, é a mesma terapia, o mesmo remédio usado para curar as outras feridas do coração: o perdão. Exactamente o perdão. Mas aqui, em forma de autoperdão. Perdoar-se a si mesmo. Profunda e prolongadamente. Com toda a perseverança. Setenta vezes sete. Perdoar-se até que a ferida, com as suas dores, desapareça totalmente.

Há muita gente que nunca ouviu falar do autoperdão! Que nunca aprendeu a perdoar-se a si mesmo! Que nunca conheceu essa terapia maravilhosa e, por não conhecê-la, nunca a usou. Por não a ter aprendido e usado, carrega tantos sofrimentos, tanto desamor de si mesmo, com as suas consequências tão danosas.

É preciso perdoar-se a si mesmo. Perdoar-se de todos os erros do passado que estejam presentes em forma de lembranças dolorosas de si mesmo. E

preciso dar-se a si próprio um perdão generoso, misericordioso, compreensivo, benévolo. Se Deus, que é infinitamente santo, perfeito, grande e poderoso, nos perdoa sempre e de tudo, quando lhe pedimos perdão sincero, quem somos nós para não nos perdoarmos? Quem somos nós para nos condenarmos a nós mesmos? Quem somos nós para não nos quisermos absolver dos nossos próprios erros, fraquezas e misérias?

O perdoar-se a si mesmo cura as chagas do coração ferido pelos próprios erros. Perdoar-se não é apenas desculpar-se, racionalizar, pôr panos quentes. Para perdoar-se é preciso reconhecer que o erro cometido deixou feridas no coração, reconhecer que elas são muito prejudiciais a si mesmo, e decidir dar-se um perdão pelo erro cometido.

10.2. Como realizar o autoperdão para curar-se

Apresento-te um pequeno roteiro para mostrar como se pode realizar o autoperdão, a fim de facilitar a tarefa de tratares as tuas feridas.

1. Invoca a presença de Jesus vivo: adora-o, elogia-o, agradece-lhe pelas bênçãos já recebidas.
2. Conta a Jesus o teu problema de remorso, de vergonha, do desamor de ti mesmo, de autocondenação, etc.
3. Fala contigo mesmo — diz o teu nome — perdoa-te profundamente, falta por falta, erro por erro.
4. Entrega a Jesus as tuas feridas e as dores causadas por elas e pede-lhe que provoque a cura rápida e profunda.
5. Louva a Jesus pelo teu lado bom, pelas boas acções, pelas tuas qualidades, dons, sucessos e pelo bem realizado.

Com certeza que, por aquilo que leste no capítulo sétimo, o qual exemplifica como realizar a Oração de Amorização, e no capítulo oitavo, que apresenta um exemplo vivo, estarás apto a desenvolver estes cinco passos do autoperdão para a cura do teu coração.

Não esqueças: o segredo da cura profunda e total está na repetição do autoperdão. Como para curar uma ferida no teu corpo não basta um curativo, mas são necessários muitos, e tu só paras de fazê-los quando ela está curada, assim também deves agir em relação às feridas do coração: repetir o autoperdão até que te sintas curado, livre de todas as emoções dolorosas do autodesamor.

AMORIZAR A DEUS

E AOS SEUS SANTOS

Alfeu tinha um filho maravilhoso: Valdir, 25 anos, no quarto ano de Medicina. Era o orgulho e a esperança do pai.

Numa temporada de veraneio na praia. Valdir morreu *afogado*. Alfeu desesperou-se e acusou violentamente Deus por ter permitido a morte do filho.

«Deus não podia ter permitido a morte do meu filho! Nós somos uma família honesta e cumpridora dos deveres! Valdir era um filho exemplar em todo o sentido! Porque é que Deus fez isto conosco? Há tanta gente ruim, tantos marginais, que vivem fazendo o mal! Porque é que esses não morrem? Porque é que teve de morrer justamente o Valdir?»

Sem dúvida, as reacções de Alfeu revelam feridas profundas no seu coração, capazes de abalar toda a sua estrutura religiosa. Após estas acusações contra Deus, o seu íntimo tem dificuldades de voltar a um bom relacionamento com Ele. A imagem de Deus foi deformada no seu íntimo. Para o coração de Alfeu. Deus é o único culpado da morte do filho e de todas as consequências.

Realmente há ocasiões em que o íntimo da pessoa pode ficar revoltado contra Deus. O psiquismo poderá até ficar traumatizado. O coração pode ficar ferido e revoltado contra Deus. Isso ocorre, em geral, em pessoas de fé pouco sólida, de poucos esclarecimentos religiosos, de relacionamento superficial com Deus. Ou então, com pessoas que fazem de Deus o único e grande culpado de todos os erros que os homens cometem.

São reais as possibilidades de ficarmos feridos e magoados com Deus e os seus santos. Posso contar alguns, dos muitos casos concretos que poderia relatar.

Ferdinando tinha três filhas. Desejava muito ter um filho. Orou muito e muitas vezes a Jesus e Maria para alcançar a graça de ter um filho homem. Mas veio mais uma mulher. Nasceu uma quarta filha.

Ferdinando ficou muito decepcionado e descrente da validade da oração. Ficou magoado com Jesus e com a sua mãe, Maria.

Elvira fez novenas e mais novenas a Nossa Senhora para alcançar a cura do seu filho que é epiléptico. Não obteve a graça. O seu coração revoltou-se e ela foi procurar soluções em falsas religiões. O seu íntimo ficou ferido pelo facto de não ter sido atendida. São muitos os casos iguais ao de Elvira.

Joyce, jovem de vinte e um anos, percebeu que o seu noivado estava a fracassar. Amava muito o seu noivo. Ele, porém, estava a distanciar-se dela cada vez mais. Joyce começou a fazer novenas e promessas a Deus pedindo a solução do seu problema. Esperava obter a graça de uma renovação do amor entre ela e o seu noivo, O noivado, porém, foi rompido.

A jovem entrou em crise emocional e em conflito com Deus. Assumiu uma posição de doloroso confronto com Ele. Agrediu - violentamente, lançando-lhe uma porção de acusações e decepções. O coração de Joyce ficou muito ferido. A partir de então, o seu relacionamento com Deus tornou-se muito difícil.

Francisco de Assis estava lutando contra uma tendência viciosa íntima: o homossexualismo. Tomou consciência de que a causa era traumática. Aprendeu também que Jesus poderia curar o seu trauma e, então, a sua tendência tão indesejada desapareceria.

Começou a rezar e a pedir a oração da cura interior a muitas pessoas do seu grupo de oração. Nada de bons resultados. A sua angústia cresceu. Reforçou as suas orações com jejuns, abstinências e esmolas. Mesmo assim, não viu melhoras, não recebeu a graça da cura do seu problema.

Um dia, na hora da sua oração pessoal, sentiu um forte impulso de agressividade contra Jesus e acabou desentendendo-se com Ele, agredindo-o e demonstrando toda a sua decepção. Nessa oração, por causa das suas reacções, o seu coração ficou ferido. O seu relacionamento com Jesus piorou e tomou-se doloroso e difícil.

Poderíamos continuar a citar muitos factos concretos, muitos exemplos demonstrativos de problemas de relacionamento com Deus que surgem em momentos de grandes sofrimentos pessoais, em ocasiões em que não se é atendido com as graças solicitadas.

Como percebes, pode-se chegar ao incrível de se ter motivos de acusação contra Deus, de sentir o coração ferido por relacionamentos dolorosos com Ele, de perceber feridas atribuídas (erradamente) a Deus. O problema, aliás, é grave. Não por causa de Deus, mas pelas consequências que deixam nesses corações. Nesses episódios, os únicos grandes prejudicados somos nós. E as consequências são um maior afastamento de Deus, enfraquecimento da fé, afastamento dos sacramentos, empobrecimento da vida de oração, os bloqueios à graça de Deus.

Chamo a tua atenção para um facto comum. Após uma crise dessas, quando alguém quer voltar a ter bom relacionamento com Deus, encontrará dificuldades, pois o seu coração está ferido, magoado, decepcionado. Tão ferido, algumas vezes, até ao aparecimento de um trauma. A pessoa deseja e esforça-se para voltar a um bom relacionamento com Deus, mas o seu íntimo ferido, fechado e bloqueado cria-lhe grandes dificuldades.

Eis aí a necessidade de amarizar a Deus, de se reconciliar consciente e profundamente com Ele. Sim, verdadeira necessidade! Pois enquanto as feridas ou os traumas contra Deus não forem curados totalmente, serão difíceis tanto o bom relacionamento como o crescimento espiritual.

— E preciso perdoar a Deus? Não entendo! Ele não pode errar Ele é Deus e perfeito em todas as suas atitudes!

— Sim, é preciso perdoar a Deus, por incrível que pareça. Perdoar ao Pai, ou ao Filho, ou ao Espírito Santo, ou a Maria, ou ao Santo, contra quem o coração tem alguma queixa ou mágoa. Porque o

psiquismo o acusa de ter ferido o teu coração, para ficar curado e criar um novo relacionamento é preciso perdoar a Deus.

É preciso, porém, compreender uma verdade muito importante no que se refere ao perdão a Deus. E preciso compreender e saber que «Deus não precisa do teu perdão», mas «tu precisas de lhe perdoar» para que o teu coração fique curado. Deus não precisa do teu perdão, porque efectivamente Ele não errou, Ele não é culpado do teu problema. Mas tu precisas de lhe perdoar, pois o teu coração acusa-o de ser culpado do teu problema.

Perdoando, dando o perdão a Deus, o teu coração vai ficando curado e pode voltar a um bom relacionamento. Eis ali algo muito importante, um segredo subtil do nosso psiquismo que é preciso compreender muito bem ao decidir-se perdoar a Deus.

Ao psiquismo não importa que Deus — ou alguém — seja ou não culpado, que tenha feito de propósito para feri-lo ou não. O psiquismo não procura saber se é ou não culpado aquele que o feriu. Ele simplesmente afirma: «Eu estou ferido! Feriram-me! Estou magoado, traumatizado! Não me importa se fizeram de propósito ou não! O certo é o que me interessa é que eu estou ferido!»

Enquanto não houver perdão completo — mesmo para com Deus — não haverá cura verdadeira. Quero confirmar: na Oração de Amorização é preciso realizar os quatro passos do perdão também para com Deus ou para com os seus santos.

Tenho encontrado pessoas que se queixam de dificuldades de amar a Deus e de se sentirem amadas por Ele. Outras reclamam das dificuldades insuperáveis de orar com maior profundidade e com mais satisfação.

Em alguns desses casos foi necessária a Oração de Amorização para curar relacionamentos dolorosos anteriores. Os passos do perdão foram imprescindíveis.

Noutros casos, as dificuldades espirituais, no relacionamento com Deus, não ocorrem por causa de feridas supostamente feitas por Deus, mas por falta de envolvimento positivo com Ele.

Nos casos de não haver queixas de Deus, mas também de não haver amizade, amor, bom relacionamento com Deus, a Oração de Amorização é muito importante nos seus passos de louvor. O louvor a Deus, a Maria e aos santos, por todas as suas qualidades. por todo o seu ser maravilhoso, por tudo quanto nos proporcionaram de bom, por todos os seus gestos de presença e amor, é capaz de encher o nosso coração de amor.

Amorizar a Deus: eis uma óptima forma para crescer e desenvolver o seu amor nos nossos corações.

Roteiro prático

Proponho um roteiro prático, com alguns passos de sabedoria, para curar relacionamentos dolorosos com Deus ou com os seus santos.

1. Entra na presença espiritual daquela Pessoa divina ou daquele Santo com quem tens algum problema de relacionamento (o Pai, ou o Filho, Jesus, ou o Espírito Santo, ou Nossa Senhora, ou o Santo implicado no teu problema).

2. Conta-lhe o que ocorreu, fala-lhe do teu problema, pelo qual o teu coração ficou ferido, decepcionado, magoado.

3. Pede-lhe que compreenda e aceite que precisas de lhe perdoar para poderes curar o teu coração e voltar a um bom relacionamento.

4. Falando espontaneamente, perdoa-lhe tudo aquilo de que o teu coração a acusa, das queixas que tem, das decepções havidas.

5. Pede-lhe perdão profundo pelas tuas reacções de desamor contra ela. Pede perdão pelas tuas acusações, condenações, mágoas e ofensas.

6. Propõe-lhe uma reconciliação: diz-lhe que queres voltar a um novo amor, a um relacionamento amistoso, amoroso.

7. Louva essa Pessoa por tudo o que vês nela de grande, santo, bom e perfeito. Elogia-a pelas graças e bênçãos que te alcançou ou concedeu.

8. Agradece a reconciliação concedida. Agradece-lhe o perdão aceite e o que te é dado por ela.

Com certeza, lendo, reflectindo e aprofundando cada um destes passos do roteiro, conseguirás realizar essa oração de amorização com sucesso. Deves fazê-la em local reservado, em clima de oração, empenhando todo o teu íntimo, superando, com decisão e vontade, as possíveis emoções contrárias que não queiram, talvez, perdoar a Deus.

Podes realizá-la em voz audível, o que facilita e favorece tanto a realização madura da oração, como, principalmente, a rapidez da cura e da reconciliação.

ORAÇÃO DE AMORIZAÇÃO

PARA A CURA DO OUTRO

Milton e Helena estavam muito aflitos. A sua filhinha Michele, de três anos, começou a manifestar reacções traumáticas de rejeição materna. Michele manifestava-se com atitudes de revolta, de rejeição, de desgosto em relação à mãe. Reclamava constantemente das atitudes da mãe e, por palavras e gestos, chegava a ameaçar que a agredia. Dizia abertamente: «Eu não gosto de ti!» Michele rejeitava o colo da mãe. Chegou a ponto de querer agredi-la com pontapés. Aconteceu até o inacreditável, para uma menina de três anos: correu para a casa de banho, bateu com a porta, trancou-a e gritou para ser ouvida pela mãe: «Eu não fico mais nesta casa! Eu vou-me embora!»

Os pais estavam muito preocupados. Após consultas a um pediatra, recorreram ao aconselhamento de sacerdotes do Renovamento Carismático. Helena, num encontro de oração para casais, procurou falar com um dos sacerdotes mais experientes. Como não o conseguisse, à última hora do encontro veio solicitar-me auxílio.

Porque Deus os ama muito, porque Ele tinha planos de amor para com Michele, veio em meu auxílio e iluminou-me para ajudá-los.

Em oração, descobrimos a causa das rejeições de Michele. O Senhor no-la revelou. Descoberta a causa que, aliás, remontava ao tempo de gestação de Michele, movido pelo Espírito, senti-me impelido a aconselhar a Oração de Amorização como meio de cura para a filha.

«Helena, volte para casa e experimente agir desta forma: quando Michele estiver a dormir, acheque-se a ela, estabeleça um contacto físico carinhoso. Ponha a mão na sua cabecinha ou no peito. Melhor ainda, se puder tome-a ao colo, aperte-a carinhosamente contra o seu coração. Nesta atitude de amor, faça a Oração de Amorização.

Comece sempre invocando a presença de Jesus, louvando-o e agradecendo-lhe pela filha. Peça-lhe, também, a graça da sua ajuda para curar Michele. Em seguida, fale à sua filhinha com palavras do seu coração. Não fale emitindo sons, mas apenas palavras internas, com o coração. Faça-o com toda a sinceridade e amor. Fale com Michele pedindo-lhe perdão por tê-la rejeitado; por ter sido a causa do seu trauma; por ela estar a sofrer. Explique-lhe o que aconteceu na gestação, fale-lhe do seu problema de (ez)gravidez, dos perigos que você corria. Peça-lhe perdão pelo facto dos seus sentimentos de medo diante do perigo terem-na traumatizado. Peça-lhe perdão, ainda, por tudo o que já ocorreu de doloroso em relação a ela nas suas manifestações de desamor: repreensões, castigos, chamadas de atenção. Peça-lhe perdão de tudo o que se possa lembrar que ocorreu na sua casa e que ela não gostou.

Em seguida, declare-lhe todo o amor que tem por ela. Elogie-a por todas as suas qualidades, pela sua beleza, pela sua inteligência. Diga-lhe que a ama muito; que ela é linda; que todos a admiram; que ela é inteligente. Que você quer vê-la como uma menina maravilhosa, cheia de sucesso na vida. Enfim, diga-lhe tudo quanto, com a sua sinceridade de mãe, puder dizer-lhe, como expressão do seu carinho, do seu amor e dos seus sonhos para o futuro dela.

Faça essa oração mais vezes. Muitas vezes. Sempre em clima de oração, para que o poder de Jesus venha curar a sua filhinha.»

Helena e Milton acreditaram. Graças a Deus, acreditaram em algo tão simples, mas tão eficiente. Glória a Jesus! Três semanas depois, Michele estava curada. Helena e Milton testemunham essa graça com muita alegria. Michele continua curada, até hoje. Está curada para sempre.

O nosso aconselhamento ocorreu no dia 6 de Março de 1977. Logo no dia 21 de Abril, Milton e Helena foram a Campinas participar de um dia de louvor para agradecer a graça alcançada, quando também me contaram as maravilhas do Senhor Jesus em Michele.

Esse testemunho revela a maneira como o Senhor me ensinou a aplicar a Oração de Amorização para a cura dos outros. Nunca havia ensinado, nem sabia que poderia fazê-lo. Foi por um impulso do Espírito Santo. Hoje, sim, eu poderia contar inúmeros casos,

em vários lugares do Brasil, em que o Senhor tem agido fortemente, curando pela Oração de Amorização.

12.1. Como realizar a oração de amorização para curar outras pessoas

Os passos da Oração de Amorização são os mesmos:

- Estar na presença da pessoa a ser curada pela oração.
- Entrar em clima de oração e invocar a presença de Jesus.
- Realizar os passos do perdão.
- Elogiar a pessoa. Mandar-lhe muitas mensagens de amor.
- Entregar o problema a Jesus e pedir que a cure.
- Louvar e agradecer a Jesus pela graça pedida e que se crê estar a receber.

Expliquemos com mais detalhes e exemplos:

1. Estar na presença da pessoa a ser curada pela oração.

A melhor forma de fazer-se presente é quando a pessoa estiver dormindo, em sono mais profundo. Aproximar-se, em clima de oração e amor. Se possível, manter algum contacto físico: pôr a mão na face, ou na cabeça, ou no braço, ou no peito, mesmo que seja sobre as cobertas.

Porquê, dormindo? Porque quando alguém dorme, o seu consciente está em repouso, está desligado e, assim, não faz oposição, não opõe barreiras. Nessa circunstância, atinge-se o seu subconsciente e, até, o seu inconsciente, onde podem existir problemas maiores e mais enraizados. Se estivesse acordada, a pessoa nem aceitaria, talvez, essa maneira de orar. E se aceitasse a contragosto, haveria bloqueios para a acção da graça, pois Deus respeita absolutamente a liberdade de quem quer que seja.

2. Entrar em clima de oração e invocar a presença de Jesus.

Não nos podemos esquecer de que se trata de oração. Oração para suscitar a graça do poder de Jesus, que age pelo seu Espírito Santo e pode curar os problemas da pessoa por quem vamos orar. Não se descuide esse aspecto essencial. Se fizermos a Oração de Amorização apenas como uma técnica psicológica, alguns efeitos poderiam surgir, sim, mas muito fracos e demorados. Ou, talvez, nem surgissem.

Realizada em clima de oração na presença de Jesus, e crendo no seu poder e amor, haverá a presença da graça divina que tudo pode.

3. Realizar os passos do perdão.

Já os conheces: perdoar, pedir perdão, perdoar-se, pedir perdão a Deus. Os passos de perdão devem ser realizados conversando com a pessoa que dorme, com palavras do coração, com palavras internas. Não se deve falar baixinho ao ouvido daquele que dorme. Ao fazê-lo, falar com amor, com carinho, como quem quer fazer um grande bem à pessoa que sofre.

Percebe como D. Teresa fez os passos de perdão para curar o seu filho de 22 anos que bebia, não trabalhava, não estudava.

Sentada ao lado da cama do filho adormecido, em clima de oração, ela conversava com Alcir pedindo-lhe perdão, em seu nome pessoal, por tudo quanto se lembrava de tê-lo magoado, ferido, incompreendido, desde que o havia concebido. Facto por facto. Ferida por ferida. Depois, D. Teresa pedia perdão ao filho em nome do marido, por todos os erros que o pai havia cometido contra o filho. Facto por facto. Ferida por ferida. Em seguida, D. Teresa pedia-lhe perdão em nome dos irmãos, dos colegas, dos professores, das namoradas, por todos os erros e desgostos que, porventura, houvessem praticado contra ele. Pedia-lhe perdão, enfim, por tudo aquilo que sabia, que podia se lembrar ou imaginar que houvesse magoado Alcir.

Depois, falava-lhe de perdão. Ela perdoava-lhe em seu nome, em nome do pai, dos irmãos, dos colegas e amigos, por tudo aquilo que Alcir havia feito de errado. Perdoava-lhe facto por facto. Falava-lhe carinhosamente perdoando-lhe, fazendo com que se sentisse perdoado generosamente.

4. Elogiar a pessoa. Mandar-lhe muitas mensagens de amor.

São muito importantes os passos de louvor para a cura do coração do outro. Elogiar. Louvar muito. Mandar muitas mensagens de amor para dentro do coração ferido.

Como na Oração de Amorização, feita pessoalmente, é preciso fazer muitos elogios, enviar muitas mensagens positivas, muitas mensagens de amor. É importante também louvar a Jesus pela pessoa, pelas suas qualidades., dons, virtudes e boas acções. A oração de louvor atrai o poder redentor de Jesus sobre a pessoa por quem se está orando para a cura.

D. Teresa passava a elogiar Alcir com muitos e sinceros elogios. Fazia também muitos e bons desejos em favor do filho. Todos os bons desejos que uma mãe sabe fazer para bem de um filho, eia os fazia em favor de Alcir.

Elogiava-o pelo óptimo filho que havia sido quando criança, quando adolescente, e até começar a beber. Elogiava-o por todas as boas acções que havia praticado. Pelas suas qualidades físicas, capacidades intelectuais, espirituais, artísticas. Pelas alegrias que havia dado à família.

Afirmava-lhe, com palavras íntimas, que ele deixaria de beber, que seria tão bom quando isto ocorresse, pois poderia voltar a estudar, a trabalhar, a namorar. Dizia-lhe que, deixando de beber, poderia fazer um bom casamento e ser muito feliz. Enfim, todos os bons sonhos de mãe eram transmitidos a Alcir enquanto dormia.

D. Teresa teve fé no poder de Jesus. Mas também colaborou, servindo de instrumento para a graça do Senhor em favor do filho. Foi criativa, inteligente e muito perseverante. Fez Oração de Amorização durante trinta noites seguidas, num período de meia hora por noite. E depois? Sim, depois Alcir deixou de beber. Definitivamente.

Antes de tudo, «Glórias ao poder de Jesus»! E elogios a D. Teresa, pois ela acreditou em Jesus, e numa oração tão singela!

Felizmente há muitas pessoas orando para a cura de outras, através da Oração de Amorização. São esposas orando pelos maridos, sem que eles saibam. Orando para a cura & tantas feridas emocionais. São maridos orando pelas esposas e alcançando-lhes uma melhor saúde emocional. São pais orando pela cura dos seus filhos, como fizeram Milton e Helena.

Já são tantos os casos concretos que poderíamos testemunhar. Graças a Deus Graças a Jesus e ao poder do seu Espírito de Amor.

Por favor, entende bem o modo de falar descrito acima. Quando dizemos, por exemplo: «São maridos curando as esposas», debes entender que se trata apenas de um modo de falar. Realmente, quem cura é Jesus. Na Oração de Amorização isso é intocável: É Jesus quem cura. Os que fazem amorização servem como instrumentos, ministros, intermediários, intercessores, canais, ou como queiras chamar. Nós oramos, mas é Jesus quem cura. Só ele tem poder de curar, de verdade. Ele disse: «O Espírito do Senhor está sobre mim, porque me ungiu. Enviou-me para curar os corações feridos» (Lc 4,18).

Aconselho-te a reler as respostas esclarecedoras que estão no capítulo nono, para desfazer dúvidas de ordem prática.

CAPÍTULO XIII

TESTEMUNHOS CONFIRMAM

Íamos a uma cidade de Minas Gerais fazer um encontro do Renovamento Carismático. Entre os cinco componentes da equipa que organizava o encontro havia uma pessoa que, dias antes, me havia ferido ao tomar uma atitude tal que me desgostara. O meu íntimo estava rejeitando-a. Não me senti contente com a sua presença na equipa nomeada. Cheguei a desejar que acontecesse algo para que não fôssemos. Ou algo que a impedisse de ir.

Veio o dia da viagem e fomos cinco pessoas no carro. Durante a viagem, eu estava bloqueado. Elas conversavam, cantavam. Eu fechado. A certa altura da viagem, a própria disse-me:

— Você gosta tanto de cantar, de falar. Hoje está tão quieto. O que é que está a acontecer?

— Estou a contemplar a natureza, respondi. Bela mentira! O que eu estava era roendo as dores do meu coração, ferido exactamente por ela.

Chegámos lá. Entrei no meu quarto, arrumei a roupa e, ali, a graça atingiu-me, e tocou a minha consciência. Pensei comigo mesmo: «Que tipo de cristão sou eu, afinal, se venho para falar de Jesus, do Espírito Santo, do amor, e estou remoendo ressentimentos? Falo a outros de Amorização e eu, deste jeito? Pois bem. Se a Oração de Aniorização funciona para tantos, deverá curar-me também. O que não posso é ficar assim.»

Fiz uns quinze minutos de amorização. Bastou. Para alegria minha, senti-me envolto por uma atmosfera

de amizade e ternura por aquela pessoa, a ponto de sentir necessidade de procurá-la e demonstrar-lhe a minha amizade. Estava curada a ferida do meu coração. Glória a Jesus!

Sou religiosa.

Estava muito aborrecida e revoltada contra a minha superiora provincial. Senti-me seriamente injustiçada e humilhada com uma série de acontecimentos que culminaram com uma transferência injusta e inaceitável. Nem preciso de dizer como me sentia. O meu íntimo era um turbilhão de sentimentos contraditórios. De um lado, a minha formação religiosa que apelava pelo perdão. pela aceitação, pela humilhação assumida, pelo amor para com os que nos fazem mal; por outro lado, ressentimentos de toda espécie. Fortíssimos. Esse emaranhado de sentimentos contraditórios tomava conta de todo o meu ser, a cada momento. Não podia rezar com concentração; O trabalho era estafante.

Aprendi e fiz amorização durante um retiro de Renovamento Carismático. Graças a Deus, no final do retiro, senti-me curada.

A tal ponto me senti bem que decidi ir, alegre e espontaneamente, visitar a superiora provincial que, naqueles dias, estava doente e acamada. E fi-lo com naturalidade tal que me espantou. Estava realmente curada daquelas feridas tão desagradáveis.

Sei que preciso de continuar a passar essa tão boa pomada, até que as cicatrizes desapareçam de todo. Como experimentei os primeiros resultados, ser-me-á fácil prosseguir. Louvado seja Deus!

Sou Roberto,

jovem gaúcho, de uma cidadezinha do interior do Rio Grande do Sul. Tinha bloqueios antigos e fortes contra um senhor, vizinho de casa que, pelos meus quatro anos de idade, numa brincadeira de mau gosto, me havia assustado fortemente. Aquele susto transformou-se em raiva, mágoa, rejeição. Eu já não conseguia aceitar, olhar ou conversar com aquela pessoa.

Numa experiência de oração feita em Santa Catarina, coloquei-o em Oração de Amorização. Fiz oração durante uns trinta minutos. Foi o bastante. No final, senti o meu coração liberto, desamarrado. Dei conta de o meu coração se encher de boa vontade e amizade para com ele. Hoje, após ter aprofundado a minha cura pela repetição e perseverança na prática da Oração de Amorização, lamento que já tenha falecido, O meu prazer seria poder reencontrá-lo e conversar com ele. Sinto que seria capaz de me sentir à vontade e até teria satisfação em estar com ele e comentar alegremente o que acontecera.

Sou sacerdote.

Trabalhava com alguns colegas numa comunidade paroquial bastante grande. Trabalhava com muito entusiasmo e com toda a sinceridade do meu coração sacerdotal.

Procurava amar muito — como Jesus — os que mais precisam de salvação: as ovelhinhas desgarradas, isto é, os pecadores. Minha maior alegria era ver alguém, antes amarrado ao pecado, agora caminhar

com Jesus Salvador. Nunca me esqueço da alegria celestial que me envolveu quando alguém me disse:

— Padre, se hoje eu sou alguém, se sou-uma pessoa salva, foi porque Deus o colocou na minha vida.

Era verdade que hoje podia dizer-se uma pessoa salva. Pois a sua vida anterior estava a ser vivida longe de Jesus, nas trevas do pecado. Agora vivia toda a beleza da vida cristã consciente e actuante.

Mas o amor da salvação que eu sentia por essas pessoas foi mal interpretado pelos meus colegas. Justamente por eles. Resultado: cochicharam, incrivelmente, coisas do arco da velha! Felizmente o Senhor tirou-me da cova dos leões. Mas o meu coração estava muito ferido.

Agrediram-me justamente naquilo que me é tão sagrado e do qual não abro mão, jamais: o meu celibato. E as feridas eram mais dolorosas por terem sido feitas por colegas de sacerdócio.

Deus, no seu grande amor, aproximou-se muito mais de mim. Concedeu-me a graça da iluminação que me fez compreender a necessidade de curar o meu coração. Compreendi que o mais prejudicado seria eu mesmo se guardasse, se conservasse aquelas feridas tão profundas.

Aprendi a Oração de Amorização. Acreditei e pus-me a fazê-la diariamente, colocando em oração todos os que me haviam Dava a impressão de que Deus havia passado o apagador no ferido tanto. Realizei-a por muito tempo. Comecei logo a perceber o bom resultado, o que me levou a prosseguir. As vezes tinha a sensação de que estava completamente curado. Depois, por alguma circunstância qualquer, aparecia mais uma doninha. Continuava a passar a pomada de amorização com perseverança.

Feliz o dia que aprendi a Oração de Amorização. Felizes horas utilizadas fazendo aquela oração. Hoje estou totalmente curado, a ponto de louvar a Deus por tudo aquilo que sofri. Percebo que, daquele mal tão grande, o Senhor fez surgir um grande bem para mim. «Tudo concorre para o bem dos que amam a Deus.» Glórias e graças a Jesus.

13.1. Pomada da paz

Gostei imensamente de aprender a Oração de Amorização. Deus iluminou-me e eu compreendi uma coisa importante. A Oração de Amorização poderia ser um meio eficaz para curar todos os meus relacionamentos. Compreendi que, por melhor que tivesse sido o meu relacionamento com os meus pais, os meus irmãos, os meus parentes, amigos, professores, colegas, houve momentos dolorosos, houve atritos, rejeições e incompreensões. Compreendi que poderia curar todas essas lembranças mais ou menos dolorosas.

Estava numa fase da vida em que me sobrava um tempo razoável, todos os dias, para o meu cultivo pessoal. Resolvi utilizar parte desse tempo para amarizar todas as pessoas com quem convivera. Comecei por amarizar o meu pai. Repassei toda a nossa vida. Tudo quanto podia lembrar de desagradável nele, quer em relação a mim, quer em relação a minha mãe, aos meus irmãos ou a outros,

fui colocando em amorização. Passei dias, um pouco por dia, amorizando o meu pai.

Fiz o mesmo com a minha mãe, com cada um dos meus irmãos, com os cunhados, com os mestres, e com cada pessoa de quem tinha alguma lembrança desagradável. Que maravilha! Quantos resultados surpreendentes! Quanta paz e alegria! Quantas descobertas!

Dava a impressão de que Deus havia passado o apagador no quadro negro do meu coração e havia retirado todas as lembranças dolorosas. Aliás, passou mesmo. Pois o meu coração ficou totalmente curado. Foi uma reforma completa.

Melhor ainda, pelo louvor, na amorização, fiz grandes descobertas. Tomei consciência de muitas qualidades e virtudes que os meus pais e os meus irmãos tinham, as quais até então não havia percebido nem valorizado. Como também de muitos actos bons e provas de amor que me haviam prestado e feito, e eu não havia percebido, nem reconhecido, nem valorizado. Com essas descobertas, o meu amor e a admiração pela minha família e pelos meus familiares cresceu muito.

Sinto-me cheio de novo amor transbordante para com todos. Confirmo: a Oração de Amorização é uma pomada da paz.

CAPÍTULO XIV

CUIDA DA SAÚDE DO TEU CORAÇÃO

Todos criamos bons hábitos em defesa da saúde física. Aprendemos a cuidar muito bem do nosso corpo. Recorremos constantemente à Medicina, quer para prevenir problemas quer para controlar a saúde quer para solucionar problemas surgidos. Usamos muitos cuidados preventivos: vários tipos de vacina, exames ao sangue, à urina e outros tantos. Muitos também fazem *check-ups* periódicos para estarem atentos e prontos perante qualquer anormalidade que surja na sua saúde física. Ao menor sinal, recorremos ao nosso médico. Aprendemos, até, a usar determinados remédios para o bom estado do fígado, do estômago, para evitar gripes, etc. Numa palavra: damos muito valor à saúde física e, por isso, prestamos muitos cuidados ao nosso corpo.

Infelizmente não fazemos o mesmo com o nosso psiquismo, com o nosso coração. São muito raros os que sabem cuidar, e cuidam, de facto, da sua saúde psicológica e emocional. Actuamente existem muitos livros e muitos cursos práticos intensivos que ensinam a cuidar da saúde psicológica e emocional. Mas poucos os procuram e fazem. E destes, são poucos os que os põem em prática permanentemente.

De modo particular, o mesmo ocorre com o coração emocional, isto é, com o centro das nossas emoções. Pouco ou nada aprendemos, e se aprendemos não temos um cuidado racional e sistemático. Existem muitos modos de cuidar da saúde do coração. Um deles, simples, fácil, barato, que depende quase só de ti, ou somente de ti, é a Oração de Amorização.

Sim, para aquele que crê em Jesus, no poder do seu Espírito, a Oração de Amorização poderá ser um tratamento sempre à mão — e já receitado — para

curar todas as feridas do coração, apagar todas as lembranças dolorosas, sanar as emoções negativas do passado. Noutras palavras, a Oração de Amorização é uma forma de terapia espiritual para curar o coração emocional.

Assim como o corpo, a cada momento, está sujeito a sofrer algum mal, passível de algum ferimento, o mesmo ocorre com o coração. Hoje podes sentir-te plenamente em paz, com as tuas emoções todas sadias. Mas amanhã alguém pode ferir-te, agredir-te com palavras ofensivas, ou até com uma calúnia, com acusações injustas. O teu coração fica ferido, é claro. Guardar a ferida? Não! Curá-la! Curá-la logo que puderes. Quanto antes.

Percebeste como precisamos cuidar da saúde do nosso coração? Como a cada momento podes ficar ferido? Como as feridas podem ser guardadas ou curadas? Como fazes bem curar imediatamente o coração? Percebe — também — e experimenta a eficácia e a rapidez da cura do coração pela Oração de Amorização.

Realmente, a Oração de Amorização pode ser chamada de pomada da paz. Quando ocorre algo que te tira a paz, quando alguém te fere, rejeita, agride, faz a Oração de Amorização até sentires o coração curado, sadio, em paz.

Como é deliciosa a paz que vem do coração sadio e cheio de amor para com todos. Jesus quer a paz em todos os corações: «Eu vos dou a paz, Eu vos deixo a minha paz. Não vo-la dou como o mundo a dá» (Jo 14,17).

A paz de Jesus é edificada sobre o amor que perdoa, que pede perdão, que se perdoa. Amor que aceita, elogia, incentiva, promove, liberta, busca, constrói.

A Oração de Amorização é uma ótima pomada da paz e um bom tratamento para todas as feridas do coração.

CAPÍTULO XV

SOMA DE FORÇAS

DIVINAS E HUMANAS

Àqueles que não têm fé na presença e no poder de Jesus; àqueles que têm uma fé tradicional, morna e rotineira, a Oração de Amorização poderá parecer, simplesmente, um método psicológico para curar as lembranças dolorosas do passado.

Alguém poderia afirmar: Para quê chamar esse método de «oração»? Para quê envolver Jesus e o Espírito Santo nisso? Está claro que se trata somente de psicologia.

Discordo! Discordo totalmente. Percebe-se, sim, que há dados da psicologia. Não poderia ser diferente, pois trata-se de curar o psiquismo. Concordo até que, usada como método psicológico, a Oração de Amorização poderia produzir algum benefício. Discordo totalmente, porém, que realizada em forma de oração, ou seja, fazê-la instrumento ou meio ao serviço da graça e do poder de Jesus Salvador, nada acrescenta.

Tenho forte convicção e muitas experiências a respeito desta realidade: se a Oração de Amorização

for usada apenas como método psicológico, apenas como força humana, os resultados serão fracos como a fraca força humana. Se, porém, for usada à luz da fé, com o auxílio do poder de Jesus, os resultados serão outros, muito mais rápidos e profundos. Os resultados serão tão grandes como a «fraca força humana» somada ao «poder infinito de Deus». Torna-se, pois, todo-poderosa, porque Jesus vivo é todo-poderoso.

A Oração de Amorização é o esforço humano somado ao poder imenso de Jesus ressuscitado. Amorização psicológica será

— Não só! — respondi. — É psicoterapia mais o poder da graça apenas esforço humano. Compara a diferença.

Proponho-te essas reflexões, pois por minha convicção e experiências pessoais é fundamental que haja abertura ao poder de Jesus. É básico que haja um clima de fé e de oração. A fé transporta montanhas. Ela é a chave que abre o nosso ser para que o poder de Deus possa manifestar-se em nós, realizando maravilhas como nunca havíamos imaginado.

Não crer é não permitir a realização da obra maravilhosa de Deus. Não crer é manter fechado o nosso ser à sua acção prodigiosa.

Quanto maior for a fé na presença viva e no poder de Jesus ressuscitado, maior será a manifestação deste poder, em forma de maravilhas, em nós e, por meio de nós, nos irmãos e nos demais seres humanos.

Abramos a Bíblia e examinemos o Evangelho de São Marcos, 11, 12-14 e 20-24. Nessa passagem vemos Jesus amaldiçoar uma figueira. De um dia para outro, ela secou até às raízes. Pedro ficou muito surpreendido e disse:

«Olha, mestre, como secou a figueira que amaldiçoaste!» «Tende fé em Deus!» disse-lhe Jesus. «Em verdade, em verdade vos digo: se alguém disser a este monte, levanta-te e lança-te ao mar, se ele não duvidar, mas acreditar, ele obterá o milagre. Por isso eu vos declaro: tudo o que pedirdes na oração, crede que o recebereis e vos será dado.»

Vejamos no texto final a promessa do Senhor: «Tudo o que pedirdes em oração (também, portanto, na Oração de Amorização), crede que o recebereis e vos será dado.»

Quem realizar a Oração de Amorização, com fé e confiança, terá a garantia da presença e do poder da graça de Jesus Salvador, que tudo pode e prometeu atender a quem pedir.

Ao dar a palestra sobre a Oração de Amorização numa capital do nordeste, para um grupo de líderes do Renovamento Carismático, um sacerdote psicólogo, que, aliás, tem clínica, achegou-se e, com ar feliz por ter encontrado algo concreto e singelo, disse-me:

— Isto que o senhor nos ensinou é pura psicoterapia! de Jesus!

Realmente, a Oração de Amorização é a soma da boa vontade e esforço humano com o poder salvador de Jesus ressuscitado. Evidentemente os resultados serão muito maiores nesta soma.

15.1. A oração de amorização é evangélica

É bom observar que a Oração de Amorização baseia-se no mandato único de Jesus: «Este é o meu mandamento: amai-vos uns aos outros como Eu vos amei» (Jo 15, 9), e «Isto Eu vos ordeno: que vos ameis uns aos outros» (Jo 5, 17).

A Oração de Amorização é feita para curar o coração ferido, a fim de que se possa amar como Jesus ordenou. A própria essência da Oração de Amorização baseia-se neste mandato: Amar. E uma face do amor é o perdão. Jesus foi muito firme e forte quanto à obrigatoriedade do perdão.

«Senhor, quantas vezes devemos perdoar? Até sete vezes?» «Não te digo até sete vezes. Mas sim até setenta vezes sete.»

Na Oração de Amorização, o perdão em quatro passos é essencial. Jesus sabia que o exercício do perdão é fundamental na vivência do amor.

O segundo elemento essencial na Oração de Amorização é o louvor. Louvar é uma óptima forma de amar.

Se, pois, a Oração de Amorização se enquadra dentro do ensino fundamental de Jesus, deduzimos que Ele a quer. Se a quer, abençoa-a, por certo. Disso eu não tenho dúvida. Não pela lógica dos argumentos, mas pelas experiências múltiplas. Jesus abençoa sempre e age vigorosamente pela Oração de Amorização. Sempre.

Por isto, volto a repetir: ao realizares a Oração de Amorização, presta muita atenção ao clima de fé e oração no qual deves envolver-te. Noutras palavras: faz sempre muito viva, presente, amorosa, a pessoa de Jesus ressuscitado. Que a tua fé nele e na sua presença seja muito viva, forte e confiante. Quanto maior for essa presença, maior será o poder de Jesus em acção na tua Oração de Amorização.

CAPÍTULO XVI

BONS DESEJOS

Oxalá não necessites da Oração de Amorização. Seria tão bom se ninguém precisasse. Seria óptimo se todas as pessoas tivessem perfeita saúde no coração, se ninguém fosse ferido, se nunca tivesse passado por momentos de sofrimentos emocionais. Se assim fosse, o mundo seria bem diferente.

Todos precisamos de cuidar da saúde do coração emocional. Todos precisamos, em algum momento da vida, de curar feridas do coração. Todos. Uns precisam mais, outros menos. Mas todos precisamos. Precisamos sempre. Até ao fim dos nossos dias de caminhada neste planeta.

A cura completa e definitiva do nosso ser, espírito, psiquismo, coração e físico, dar-se-á somente na ressurreição para a glória do Céu. Enquanto aguardamos a hora, sempre precisaremos de curar feridas do nosso coração que nos sejam feitas por alguém.

Ao concluir estas páginas, sinto-me à vontade para formular bons desejos a teu favor.

— Desejo que tenhas percebido, ainda mais e melhor, a importância e a necessidade de cuidar constantemente da tua saúde emocional, da saúde do teu coração emocional. Desejo que cuides tão zelosamente da saúde do coração como cuidas da saúde física.

— Desejo que estas páginas tenham trazido alguma luz para um *check-up* do teu passado, e te tenham feito ver possíveis feridas do teu coração, ainda vivas, que precisam de ser saradas.

— Desejo que a Oração de Amorização seja experimentada por ti, para a tua cura. Sei que ao experimentá-la com fé e empenho, ela produzirá efeitos benéficos. Tu crerás nela. Utilizá-la-ás sempre. Ensiná-la-ás a outros.

— Desejo que tenhas acreditado na importância da união e colaboração homem-Deus, esforço humano e poder de Jesus. A luz da fé e em clima de oração, a Oração de Amorização é eficaz. muito eficaz. Teria

vontade de afirmar que é infalível! Não mágica, porém, pois depende da colaboração homem-Deus.

— Desejo, enfim, que utilizando-a, tu possas curar, sempre que seja necessário, o teu coração, para teres mais saúde emocional, física e espiritual, e assim seres mais feliz. Vivendo mais sadio e feliz, terás melhores condições de colaborar para a felicidade dos outros.

Senhor Jesus, Filho de Deus, cordeiro de Deus, vivo, presente, amável, amante e poderoso, derramai generosamente o vosso Espírito Santo de Amor no coração de todos aqueles que têm o coração ferido, para que, curados pelo vosso poder e ungidos pelo vosso amor, possam viver em abundância aquela vida que trouxestes, e quereis que a vivamos em plenitude. Só assim poderemos ser filhos sadios e santos do vosso Pai, que também é nosso. Amen.