

## SENTIR-SE ABENÇOADOS

- *Sentir-se abençoados*
- Abençoar é dar vida
- *Tornamo-nos insensíveis às bênçãos*
- *Todos precisamos de uma bênção*
- *A bênção diz a verdade e a maldição diz mentiras*
- ***Como reconhecer às bênçãos? Oração e Presença***
- ***Ser abençoado para abençoar***

*Sentir-se «abençoados»* é um facto muito importante. Significa sentir-se amados, aceites assim tal como somos, ser amados gratuitamente, sem condições. Quando andamos tristes, ansiosos e inseguros, quando estamos fechados dentro das paredes do nosso isolamento interior e dos nossos problemas, precisamos duma bênção. Sim, precisamos de uma bênção: como filhos, precisamos da bênção dos nossos pais; como pais, da bênção dos filhos. Como casados, da bênção do marido ou da mulher. Como sacerdotes das bênçãos dos fiéis. Sim todos precisamos de uma bênção, de nos sentirmos abençoados, de nos abençoarmos uns aos outros, marido e mulher, professores e alunos, bispos e padres, médicos e doentes.

*Abençoar (bendizer) em latim, benedicere.* A palavra «bendizer» significa literalmente: dizer (dicere) bem (bene), ou seja, dizer bem de alguém. Eu preciso de ouvir dizer coisas boas sobre mim. Tu também tens a mesma necessidade. Precisamos de afirmar a nossa personalidade é boa, de nos sentirmos valorizados, apreciados, aceites como pessoas positivas; precisamos de nos sentirmos acolhidos e amados, isto é, abençoados.

### ***Abençoar é dar vida.***

Quem se sentir abençoado está cheio de vida, quem se achar amaldiçoado está triste, sem vida. Sentir-se abençoado é viver, por isso, o ato mais significativo e poderoso que podemos fazer sobre alguém é abençoá-lo. Abençoar é muito mais que dizer uma simples palavra de louvor ou apreço; é muito mais que enaltecer as qualidades ou as boas obras; é muito mais que pôr alguém em destaque. Abençoar é afirmar a vida, é dizer «sim», ao facto de que alguém é um «ser amado» não pelas suas qualidades ou méritos, mas simplesmente por ele existir.

Abraão e Sara, Isaac e Rebeca, Jacob, Lia e Raquel receberam a bênção de Deus e se tornaram pais e mães da nossa fé. A sua vida, nem sempre foi fácil, mas nunca se esquecerem que foram «abençoados», escolhidos, prediletos e enviados a tornar-se «bênção» por toda a

humanidade. Jesus, também Ele, foi abençoado depois de sido batizado por João Baptista no rio Jordão. Veio uma voz do céu que dizia: «*Tu és o meu Filho Amado, em Ti pus a minha complacência*».

Jesus recebeu a bênção do Pai. Foi abençoado, não por ter algum mérito, mas simplesmente por Ele existir, por Ele ser filho. Ele sentia-se amado, com amor gratuito, incondicional. A bênção do Pai marcou o início da Sua missão e sustentou todos os momentos da Sua vida terrena, até à cruz. Ele foi acolhido por uns e rejeitado por outros, louvado e criticado, acusado injustamente embora reconhecido inocente, mas Ele passou fazendo o bem e perdoadando porque foi abençoado por Deus. Como a Abraão e Sara, Jesus viveu a íntima certeza de ter sido abençoado por «Aquele» que nunca abandona.

Tornamo-nos insensíveis às bênçãos

Estamos distraídos, ocupados e preocupados e, por isso, tornamo-nos incapazes de receber as bênçãos dos nossos irmãos. A nossa instabilidade emocional condiciona-nos: um dia sentimo-nos em grande forma e no dia seguinte uma nulidade. Um dia somos criativos, cheios de novas ideias e, no dia seguinte, tudo nos parece sem sentido. Um dia, de manhã achamo-nos capazes de desafiar o mundo inteiro e à tarde ficamos tão fracos que a mais pequena dificuldade nos paralisa. As nossas mudanças de humor revelam que nos tornamos insensíveis às bênçãos recebidas por Abraão e Sara, Isaac e Rebeca, Jacob, Lia e Raquel e Jesus de Nazaré; bênçãos que também nós deveríamos receber.

*Arrastados pelas ondas de uma existência superficial, tornamo-nos vítimas fáceis dum mundo manipulador, mas, se o quisermos, podemos prestar atenção a voz calma e profunda d’Aquele que fala e continuamente nos abençoa. Com a Sua bênção podemos atravessar o deserto da vida com uma sensação arraigada de bem-estar interior. Podemos viver bem assentes na vida presente e recetivos às bênçãos de Deus e dos nossos irmãos.*

*Todos precisamos de uma bênção*

Muita gente sofre do sentimento profundo de sentir-se amaldiçoado. Basta pensar nas conversas negativas que acontecem durante o jantar, nos restaurantes ou durante os intervalos no trabalho: lamentações e queixas misturadas com um espírito de resignação passiva. Muitos, e também nós às vezes, sentimo-nos vítimas dum mundo hostil que não podemos mudar, e os jornais certamente não nos ajudam a contrariar esta sensação de impotência. **A sensação de sermos amaldiçoados ataca-nos com mais facilidade do que a certeza de sermos abençoados.** A maldição tem muitos argumentos: gente a morrer de fome, refugiados, prisioneiros, doentes e moribundos ... pobreza, injustiça e guerras ... torturas, homicídios ... dificuldades constantes

para manter o trabalho, dívidas, relações familiares fragilizadas, dificuldades de cuidar da saúde, etc ... A sensação de sermos amaldiçoados ataca-nos e, com facilidade caímos, porque quase espontaneamente damos mais importância às vozes negativas que nos qualificam de maus, corruptos, inúteis, sem valor, condenados à doença e à morte, do que as vozes que nos abençoam. Parece mesmo que, de facto, é mais fácil acreditar que somos amaldiçoados do que abençoados.

### *A bênção diz a verdade e a maldição diz mentiras*

A vozes da maldição falam mais alto e com argumentos convincentes, mas não estão a dizer a verdade. Há uma verdade que resiste e permanece: **Tu, como filho amado de Deus, és também abençoado.** A Palavra de Deus, a Palavra da Verdade vence todas as maldições do mundo, porque, por mais barulhentas e tumultuosas que sejam - não dizem a verdade. São mentiras que falam alto, às quais é mais fácil acreditar, mas são sempre mentiras.

### *Como reconhecer às bênçãos? Oração e Presença*

Se a bênção diz a verdade e a maldição é mentira, como reconhecer as bênçãos na nossa vida? Se a nossa condição de «seres abençoados» não é só um sentimento, mas uma verdade, como é que as podemos reconhecer e experimentar na nossa vida quotidiana. Se às bênçãos são verdades devemos ser capazes de ver e experimentar duma forma inequívoca.

Eis algumas sugestões que nos ajudam a reivindicar o nosso «ser abençoado»: a oração e a presença.

*A oração é uma forma de receber a bênção.* A oração é a forma mais eficaz de receber a bênção. O «trabalho» da oração é **saber fazer silêncio para escutar a voz que d'Aquele que Te abençoe, isto é, que te diz coisas bonitas a teu respeito.** Isto pode parecer um trabalho fácil, mas não é; na prática, a oração é exercício difícil. De facto, não é fácil controlar os medos, não é fácil silenciar as muitas vozes mentirosas que questionam a nossa bondade e que nos amaldiçoam. Mas se confiamos em Deus e entramos na oração uivaremos a voz d'Aquele que sempre nos abençoa, embora, isto requer um verdadeiro esforço.

Não é sempre fácil passar uma meia hora em silêncio para escutar o Senhor, sem rádio ou televisão, sem livros ou pessoas com quem falar, sem ter pressa, sem nenhum projeto a concluir. É precisamente nesse tempo vazio que a mente fica perturbada, lembramos de tantas coisas que ainda devemos fazer, e o silêncio parece uma perda de tempo, por isso, preferimos deixar esse silêncio “terrível” e voltar ao trabalho.

**Não é fácil entrar no silêncio e fazer calar as vozes barulhentas e exigentes deste mundo. Não é fácil descobrir perseverar no silêncio e dar atenção a essa voz interior que suavemente te diz: «Tu és o meu filho amado, em ti eu ponho a minha complacência».** Contudo, se tivermos a coragem de abraçar a nossa solidão, enfrentar e acolher o nosso silêncio, chegaremos com certeza ao conhecimento dessa voz.

Com frequência, parece que nada acontece na tua oração e dirás: *«O que acontece é que me limito a estar para ali sentado e distraído»*. Mas, se perseverares, se fores fiel a tua meia hora por dia à escuta da Voz do Amor, descobrirás gradualmente que algo de novo está a acontecer realmente. Algo que te surpreende! Talvez, só olhando em retrospectiva é que irás descobrir essa Voz que te abençoa. Poderás passar esse tempo de silêncio como uma luta, como uma enorme confusão, mas é no meio dessa luta e não sem ela, que encontrarás a paz. O que acontece dentro de ti merece toda a tua atenção porque te ajuda a conhecer-te melhor e te prepara para receber as bênçãos d'Aquele que te acompanha com Infinito Amor. Esta descoberta levar-te-á a ficar no teu silêncio, aguardando “com ansiedade” a paz e sentir a sua Voz quando não o podes programar.

O movimento do Espírito de Deus é muito suave, discreto, quase impercetível e escondido. É um movimento que não depende da tua atenção, mas trata-se em todo o caso dum movimento muito persistente, forte e profundo. Muda os nossos corações radicalmente. **O exercício constante da oração revelar-te-á que és abençoado e dar-te-á o poder de abençoar os outros.**

*Uma sugestão concreta.* Um bom sistema para entrar no silêncio é deixar-se ajudar com a leitura dum texto sagrado, por exemplo, um salmo ou uma oração. Os padres do deserto, mestres de espiritualidade, ensinam que vale a pena aprender de cor um texto sagrado e repeti-lo devagar na própria mente, palavra por palavra, frase por frase. Assim, a escuta da Voz do Amor torna-se não apenas uma espera passiva, mas uma atenção activa à Voz que nos fala através das palavras da Escritura.

*Cultivar o exercício da presença*

A minha segunda sugestão para reivindicar o teu «ser abençoado» é cultivar o exercício da presença. Por presença eu quero dizer prestar atenção às bênçãos que vais recebendo dia após dia e ano após ano.

**O problema é que estamos demasiado ocupados e com isso bastante distraídos para percebermos que estamos a ser abençoados.** Com frequência, as pessoas dizem bem de nós, mas nós passamos por cima de tudo com observações deste género: *«Não tem de que! Esquece! Não é nada!»* ... e assim por diante. Estas observações que parecem expressões de humildade, de facto, são sinais de que não estamos realmente presentes para receber a bênção que nos é oferecida.

Não é fácil, para nós, pessoas ocupadas e preocupadas, recebermos as bênçãos de que somos alvos. O facto de haver pouca gente disposta a oferecer uma bênção real talvez seja o triste resultado da ausência de pessoas desejosas e capazes de as receber. Tornou-se extremamente difícil fazer uma paragem para escutar, estar atentos, para receber de bom grado o dom que nos é oferecido.

**O exercício da “presença”, isto é de estar atentos e receptivos permitir-nos-á ver que de facto temos muitas bênçãos a receber:** a bênção dos pobres que nos param na rua, a bênção dum árvore a vestir-se de folhas, a bênção dum flor a desabrochar, dos frutos que deles colhemos e comemos... a bênção da música, da pintura, da escultura e da arquitetura e, sobretudo, as bênçãos daqueles que chegam até nós através de palavras de gratidão, encorajamento, afeto e amor e tantos outros sinais que nos falam da esperança, dum nova vida a desabrochar.

Não temos de inventar as bênçãos, elas estão aí, rodeando-nos por todos os lados; mas temos que «estar presentes» para as receber, porque elas não se nos impõem à força. São por sua vez recordações dessa Voz bela e forte, mas escondida, d’Aquele que nos chama pelo nome e nos abençoa, que diz bem de nós.

**Se não reivindicares o teu «ser abençoado» cairás depressa na terra da maldição. Há pouco ou nenhum terreno neutro entre a terra dos abençoados e a dos amaldiçoados. Tu tens que escolher onde é que queres viver. É uma escolha que tens que continuar a fazer momento a momento.**

### *Ser abençoado para abençoar*

Se reivindicares a tua própria condição de «ser abençoado» terás um desejo profundo de abençoar os outros. A característica dos «abençoados» é que, para onde quer que vão abençoam, pronunciam sempre palavras de bênção. A pessoa abençoada e que tem consciência de ter sido abençoada, com muita facilidade abençoa os outros, diz bem deles, fazer emergir a sua beleza e verdade. **O abençoado abençoa sempre.** Em todo o lado encontro pessoas que querem ser abençoadas! É um facto tão evidente: todos precisamos de uma bênção. Ninguém é condenado a uma vida de maldições, murmurações e acusações. Infelizmente, há tanto disso à nossa volta, e isso só causa escuridão, destruição e morte.

Ser abençoados, eis a fonte da nossa felicidade: como «abençoados», podemos passar por este mundo distribuindo «bênçãos». Não é preciso um grande esforço, porque é algo que brota espontaneamente do nosso coração. Quando ouvimos dentro de nós a voz d’Aquele que nos chama pelo nome e nos abençoa, as trevas do mundo já não são capazes de nos distrair.

A voz que nos chama «amados» porá nos nossos lábios as palavras certas para abençoarmos os outros, e, para lhes revelarmos que eles não são menos abençoados do que nós.

A solidão, as angústias, as várias dependências são sempre evidentes, mas todos aspiramos por ser abençoadas. E essa bênção só pode ser distribuída por quem já a tenha também recebido.