

# VIDA DISCIPLINADA

## 1. Viver para a medalha de ouro

Ao ler a conclusão do capítulo nono da primeira carta de S. Paulo aos Coríntios, posso imaginar facilmente que ele teria acabado de assistir aos jogos olímpicos. Escreve ele: «Não sabeis que os que correm no estádio correm todos, mas só um ganha o prémio? Correi, pois, desse modo para o conseguirdes alcançar. Todo o atleta se concentra completamente para vencer uma coroa corruptível, ao passo que nós o Fazemos para alcançar uma coroa incorruptível. Eu não corro sem um rumo definido e não luto como quem açoita o ar. Antes pelo contrário, castigo o meu corpo e mantenho-o sob controlo para que não aconteça que, tendo atuado como mensageiro para os outros, venha eu próprio a Ficar desclassificado» (1 Cor 9, 24-27).

Mais de dois mil anos depois, estas palavras parecem acertar ainda mais no alvo do que quando foram escritas. Ao ver na televisão as Olimpíadas de Barcelona de 1992, fiquei profundamente impressionado, ate talvez um tanto «esmagado», pela dedicação incondicional e pela vigorosa disciplina com que os atletas se treinavam para vencer as medalhas de ouro. Centenas de corredores, saltadores, mergulhadores, ginastas e outros atletas dedicaram todos os momentos da sua vida para conseguirem aquele pequeno patamar do supremo sucesso.

Segui com especial atenção o francês Gatier e o sueco Waldner na final de ping-pong. A questão responsável pela tensão quase insustentável entre os jogadores e nos milhares de espectadores, incluindo o rei Gustavo da Suécia e a sua esposa, era a seguinte: «Quem destes dois homens conseguirá o ouro e quem terá que se contentar com a prata?».

Com incrível virtuosismo, os dois rivais dançaram à volta da mesa acertando na pequena bola amarela de longe e de perto, ultrapassando-se um ao outro e surpreendendo constantemente os fãs que não, se cansavam de gritar. A energia, a rapidez, a agilidade e a exatidão com que Waldner e Gatier faziam os seus pontos mantiveram a expectativa, sem se saber até ao último segundo quem seria o vencedor.

E eis que, finalmente, o sueco conseguiu desfazer o terceiro empate e, com o jogo em 25/23, a sua face tensa e séria explodiu num sorriso enorme enquanto se lançava nos braços do seu treinador. Foi a primeira medalha de ouro para a Suécia nos jogos olímpicos de Barcelona. A ensurdecadora

ovação no complexo desportivo e o entusiasmo dos suecos sugeria que algo de importância suprema acabava de acontecer.

Quando S. Paulo viu uma competição semelhante ficou a cismar como é que também nós poderíamos ser tão dedicados e disciplinados para vencer a glória eterna, como os atletas o fazem para ganhar a saúde ou a sua medalha. Talvez fosse útil pensar no coro dos santos, anjos e arcanjos como se se tratasse de entusiásticos espectadores e compreender que o próprio Rei está a ver-nos e espera poder dar-nos o ouro do seu amor eterno.

## 2. Um objetivo claro

Teremos nós um objetivo claro na vida? Para os atletas cujo objetivo é a obtenção da medalha olímpica tudo o resto é secundário. A maneira de comer, dormir, estudar e treinar, tudo é determinado por esse objetivo claro.

Isto é tão verdade na vida espiritual, como o é na vida dos desportistas de competição. Sem um objetivo definido, estaremos sempre distraídos e gastaremos as nossas energias em coisas secundárias. «Tem os olhos postos no prémio», dizia Martin Luther King ao seu povo. O que é o nosso prémio? É a vida divina, a vida eterna, a vida com e em Deus. Jesus propôs-nos essa meta, esse prémio celeste. Disse a Nicodemos: «... Deus amou de tal modo o mundo que lhe entregou o seu Filho para que quem acreditar n'Ele não pereça, mas tenha a vida eterna» (Jo 3, 16).

Não é fácil manter os olhos fixos na vida eterna, especialmente num mundo que continua a dizer-nos que há coisas mais imediatas e urgentes em que concentrar a atenção. Raramente há um dia que não distraia a nossa atenção da meta e no-la faça parecer vaga e nebulosa. Mas, mesmo assim, sabemos por experiência que, sem um objetivo claro, a nossa vida se fragmenta em muitas tarefas e obrigações que nos esvaziam e nos deixam com uma sensação de exaustão e inutilidade. Como manter então o objetivo claro, como fixar o nosso olhar no prémio? Através da disciplina da oração; a disciplina que nos ajuda a trazer Deus de volta, para o centro da nossa vida, quantas vezes for preciso. Mesmo assim, continuaremos a cair em distrações, continuaremos constantemente ocupados com muitos assuntos urgentes, mas, quando programamos um pouco de tempo e espaço para voltar para Deus que nos oferece a vida eterna, gradualmente chegamos a conclusão de que as muitas coisas que temos que fazer, dizer ou refletir já não nos distraem, mas, em vez disso, nos conduzem para mais perto da nossa meta. É importante, no entanto, que a nossa meta seja clara. A oração mantém a meta clara e se, porventura, o objetivo se tornar vago, a oração volta a dar-lhe definição.

### 3. Vida eterna

Vida eterna. Onde é que está? Quando será? Por muito tempo, pensei na vida eterna como numa vida depois de todos os meus aniversários se terem esgotado. Durante a maior parte dos meus anos, falei de vida eterna como o «pós-vida», como «vida depois da morte». Mas, a medida que vou ficando mais velho, menos interesse tenho pelo «pós-vida». Preocupar-me com o amanhã, com o próximo ano, com a próxima década, e também com a próxima vida, parece-me uma falsa preocupação. Cismar sobre como e que tudo será para mim depois de morrer parece-me, em grande parte, uma distração. Se a minha meta é a vida eterna, então essa vida deve ser atingível já agora, onde eu estou, porque a vida eterna é a vida em e com Deus, e Deus está onde eu estou, aqui e agora.

O grande mistério da vida espiritual - a vida em Deus - é que não temos de esperar por ela como algo que acontecera depois. Jesus diz: «Estai em Mim como Eu estou em vós». É este divino «estar em» que é a vida eterna. É a presença ativa de Deus no centro do meu viver - o movimento do Espírito de Deus dentro de nós - que nos dá a vida eterna.

Seja como for, o que será a vida depois da morte? Quando vivemos em comunhão com Deus, pertencemos à própria casa de Deus, onde não lia mais nenhum «antes» ou «depois». A morte deixa de ser a linha divisória. A morte perde o seu poder sobre aqueles que pertencem a Deus, porque Deus é o Deus dos vivos e não dos mortos. Logo que tenhamos provado a alegria e a paz que vem do facto de sermos abraçados pelo amor de Deus, sabemos que tudo está bem e estará bem. «Não tenhais medo», disse Jesus, «Eu venci as forças da morte... vinde morar comigo e ficai a saber que, onde Eu estou, aí está Deus».

Se a vida eterna é a nossa meta, então não é uma meta longínqua. É uma meta que se pode alcançar no momento presente. Quando o nosso coração compreende esta verdade divina, estamos a viver a vida eterna.

### 4. Leitura espiritual

Um exercício importante na vida do Espírito é a leitura espiritual. Através da leitura espiritual, temos uma palavra a dizer sobre o que entra na nossa mente. Todos os dias a nossa sociedade nos bombardeia com uma miríade de imagens e sons. Conduzir pela Yonge Street, na Baixa de Toronto, é como guiar entre as folhas dum dicionário: em cada metro há uma palavra a exigir a nossa atenção; em todos os tamanhos e cores e com todo o tipo de gestos e sons. As palavras gritam para nós: «Come-me, bebe-me, compra-me, aluga-me, olha para mim, fala comigo, dorme comigo!» Mas, quer

queiramos quer não, não é essa a questão; simplesmente não podemos ir longe sem ser engolfados por palavras e imagens que assaltam à força a nossa mente.

Mas quereremos realmente que a nossa mente se torne o cesto do lixo do mundo? Queremos que a nossa mente seja preenchida com coisas que nos confundem, nos excitam, nos deprimem, nos revoltam, nos causam repulsa, nos atraem, mesmo sabendo que são boas ou não para nós? Queremos que sejam outros a decidir o que entra na nossa mente e o que determina os nossos pensamentos e sentimentos?

Certamente que não. Mas é necessária uma autêntica disciplina para deixar que seja Deus o Senhor da nossa mente, e não o mundo. Mas isso não exige só que sejamos simples como pombas, mas também espertos como serpentes] E, por isso, que a leitura espiritual é um exercício tão útil. Há algum livro que estejamos a ler presentemente, algum livro que tenhamos escolhido porque alimenta a nossa mente e nos aproxima de Deus? Os pensamentos e sentimentos seriam profundamente influenciados se trouxéssemos sempre connosco um livro que nos coloca, muitas vezes, na direção para onde queremos ir. Há tantos livros bons sobre homens e mulheres santos, sobre comunidades que dedicam a vida aos pobres e aos oprimidos, e sobre a vida espiritual em si mesma! Mesmo que só tenhamos a possibilidade de os ler durante quinze minutos por dia, depressa descobriremos que a nossa mente se torna cada vez menos o cesto do lixo e cada vez mais um vaso cheio de bons pensamentos.

## 5. Ler espiritualmente

A leitura espiritual não consiste apenas em ler sobre pessoas ou coisas espirituais. É também ler espiritualmente, ou seja, de maneira espiritual! Ler de maneira espiritual e ler com o desejo de nos aproximarmos de Deus.

A maior parte de nós lê para adquirir conhecimentos ou para satisfazer a curiosidade. Se queremos saber como se repara um carro, como se prepara uma refeição, como se constrói uma casa, como se ajuda uma pessoa deficiente, como se dá uma lição, etc., temos que fazer muita leitura. Quando queremos continuar informados sobre as notícias do inundo, do desporto, do entretenimento, dos acontecimentos sociais, recorremos a jornais e revistas. A finalidade da leitura espiritual, porem, não é adquirir conhecimentos ou informações, mas deixar que o Espírito de Deus tome conta de nós.

Por estranho que pareça, a leitura espiritual tem por finalidade deixarmo-nos ler por Deus! Pode acontecer lermos a história do nascimento de Jesus com curiosidade e perguntar-nos a nós mesmos: «Isto aconteceu realmente?

Quem é que estruturou esta história e como?». Mas também podemos ler essa mesma história com atenção e maravilha espirituais: «Como e que Deus me fala aqui e me chama a um amor mais generoso?». Podemos ler os jornais diários simplesmente para ter algo sobre que falar no emprego. Mas também podemos lê-los para nos consciencializarmos mais da realidade do mundo que precisa da Palavra de Deus e das suas acções salvíficas.

A questão não é, pois, tanto o que lemos, mas como lemos. A leitura espiritual consiste em ler estando atentos interiormente as moções do Espírito de Deus na nossa vida exterior e interior. Com essa atenção, permitiremos a Deus que leia o livro da nossa vida e nos explique quem realmente somos.

## 6. A procura de sentido

O grande valor da leitura espiritual é ela contribuir para dar um sentido a nossa vida. Sem sentido, a vida humana depressa se degenera. A pessoa humana não só quer viver como quer também saber por que vive. Viktor Frankl, psiquiatra, que escreveu sobre as suas experiências num campo de concentração na Alemanha durante a II Grande Guerra, demonstra convincentemente que, sem um ído na vida, não podemos sobreviver por muito tempo. É possível viver passando por muitas dificuldades quando se acredita que ainda há alguém ou alguma coisa por que valha a pena viver. A comida, a bebida, a casa, o descanso, a amizade e muitas outras coisas são essenciais para a vida. Mas também o é o sentido!

É notável como grande parte da nossa vida é vivida sem reflectirmos no seu sentido. Não é, pois, nenhuma surpresa que tantas pessoas andem sempre ocupadas e, no entanto, levem uma vida insípida! Têm muito que fazer e andam sempre numa correria para acabar de fazer tudo, mas, por trás desta actividade febril, com frequência, perguntam a si mesmas se realmente acontece alguma coisa. Uma vida sobre a qual não se reflecta perde eventualmente o sentido e torna-se chata.

A leitura espiritual é um exercício que nos ajuda a continuar a reflectir sobre a nossa vida, tal como a estamos a viver. Quando nasce uma criança, quando os amigos se casam, quando um familiar morre, quando os jovens se revoltam, ou há pessoas a morrer de fome num país, não basta tomar conhecimento desses factos e celebrar, sentir pesar ou reagir da melhor forma possível. Temos que continuar a perguntar-nos a nós mesmos: «O que é que tudo isto significa? O que é que Deus está a querer dizer-nos? Como é que somos chamados a viver no meio de tudo isto?». Sem estas perguntas, a nossa vida torna-se entorpecida e monótona.

Mas haverá alguma resposta? Há, mas nunca a encontraremos a não ser que estejamos na disposição de aceitar primeiro as perguntas e de acreditar que, como diz Rilke, encontraremos a resposta sem sequer dar por isso. Se tivermos a Bíblia e os nossos livros espirituais numa das mãos e o jornal na outra, acabaremos sempre por descobrir novas perguntas, mas descobriremos também uma forma de as viver fielmente, esperando que, pouco a pouco, a resposta nos seja revelada.

HENRY J. M. NOUWEN, *Aqui e agora, Vida no Espírito, Paulinas, 2006, 4ª ed., cap. V, Vida disciplinada, pp. 65-74*