

SER FILHO AMADO

Depois do batismo, logo que Jesus saiu da água, os céus se abriram e viu o Espírito de Deus descer como uma pomba e pousar-se sobre Ele. E uma voz vinda do céu dizia: “Este é o meu Filho muito amado, no qual pus toda a minha complacência”. (Mt 3, 16-17; cf. Mc 1, 10-11; Lc 3,22). Durante muitos anos, tinha lido estas palavras, mas as conversas que tivemos levaram-me à convicção íntima de que as palavras “Tu és o meu amado” revela a mais profunda verdade sobre todos os seres humanos. (24)

Tu és amado

O que te quero dizer é que “tu és amado”. Espero que possas ouvir estas palavras como ditas a ti com toda a ternura e força que o amor pode conter. O meu único desejo é que estas palavras vibrem em todos os recantos do teu ser: “tu és amado”. Sim, nisso se manifesta aquela voz que fala do «alto» que, de dentro do nosso coração, sussurra com doçura ou proclama em voz alta: «Tu és o meu amado, em Ti pus a minha complacência». Não é fácil ouvir essa voz num mundo cheio de vozes que gritam: Tu não és bom, és feio, não vales nada, és desprezível, não és ninguém... a não ser que consigas demonstrar o contrário».

A armadilha da auto-rejeição

Estas vozes negativas são tão fortes e persistentes que facilmente acabamos por acreditar nelas. É essa a grande armadilha. É esta a maior cilada da nossa vida! Se acreditarmos nestas vozes, que nos tratam como gente que não vale nada e que é indigna de ser amada, então sim, o sucesso, a popularidade e o poder são facilmente percebidos como solução alternativa e atraente. É a armadilha da auto-rejeição.

Fico impressionado com a forma como, tantas vezes e tão depressa, me deixo cair nesta tentação. Logo que alguém me acusa ou critica, logo que me sinto rejeitado, abandonado e só, dou comigo a pensar: Bem, isso está a provar mais uma vez que não sou ninguém. Em vez de tomar uma atitude crítica, em vez de procurar compreender as minhas próprias limitações e as dos outros, tenho a tendência a culpabilizar-me, não propriamente pelo que fiz, mas pelo o que sou. O meu lado obscuro diz-me: Não sou grande coisa... por isso, mereço ser posto de lado, esquecido, rejeitado e abandonado.

Espero que tu sejas capaz de descobrir em ti mesmo a tentação da auto-rejeição, pois ela é o pior inimigo da vida espiritual, porque contradiz a voz sagrada que nos chama «amados». Ser amado exprime a verdade central da nossa existência.

Ser amado: a verdade central da nossa existência

Sempre tive a experiência de ser amado, mas nunca a considerei como verdade central da minha vida, por isso continuei a procurar alguém que me convencesse da minha situação de ser amado. Era como se eu me recusasse a ouvir a Voz que dizia no mais íntimo do meu ser: «Tu és o meu amado, em ti pus a minha complacência». Essa voz sempre esteve aí, só que eu estava preocupado em ouvir outras vozes, mais fortes, como: «Demonstra que vales alguma coisa; faz algo de relevante, espectacular ou poderoso, e então ganharias o amor por que tanto anseias». Entretanto, não escutava aquela voz doce e calma que fala no silêncio e na solidão do meu coração, pois parecia-me menos convincente.

Uma voz que fala no coração e que te chama “amado”

Muitas pessoas, de muitas maneiras, fizeram-me perceber essa voz que me chamava amado. Os meus pais, amigos, professores e muitos desconhecidos que se cruzaram no meu caminho. Fui tratado com ternura e gentileza. Ensinaaram-me com muita paciência e perseverança. Encorajaram-me a não desistir, quando estava para o fazer, estimularam a tentar de novo quando errava. Recebi prémios e fui louvado... mas tudo parecia insuficiente para me convencer de que era «amado». Demonstrando uma autoconfiança sólida apenas na aparência, punham-me sempre esta questão: “Se todos os que me dedicam tanta atenção me pudessem ver e conhecer no mais íntimo, será que ainda continuariam a amar-me? Esta pergunta angustiante continuava a perseguir-me e a fazer-me fugir daquele único lugar onde era possível escutar a voz d’Aquele que me chamava «amado».

Estar à espera de alguém

Não estas tu, como eu, também, à espera que alguém, alguma coisa ou qualquer evento apareçam para te dar a sensação final do bem-estar que desejas? Não esperarás com frequência que este livro, esta ideia, este curso, esta viagem, este emprego, este país ou esta relação realizem os teus mais profundos desejos? Só que, enquanto estiveres à espera desse momento mágico, andarás desnortado, ansioso e sem paz e nunca totalmente satisfeito. Esta é a força compulsiva que nos mantém sempre em movimento e ocupados, sem sabermos para onde estamos a caminhar. Este é o caminho que acaba por queimar e exaurir a vida espiritual. Este é o caminho que leva à morte espiritual. Por isso, é que precisamos ter presente que somos os «amados». Fomos intimamente amados, muito antes de os nossos pais, professores, cônjuges, filhos e amigos nos terem amado ou ofendido. Esta é a verdade da nossa vida. Esta é a verdade que eu gostaria que tu assumisses para ti mesmo. Esta é a verdade sussurrada pela Voz d’Aquele que te diz: «Tu és o meu amado».

Amados desde sempre e para sempre

É a voz que fala no íntimo de mim mesmo e diz: «Chamei-te pelo nome desde o princípio. Tu és meu e eu sou teu. Tu és o meu amado, em ti ponho a minha complacência. Moldei-te nas entranhas da terra e teci-te no seio da tua mãe. Esculpi-te nas palmas das minhas mãos e abriguei-te na sombra do meu abraço. Olho para ti com ternura infinita e preocupo-me contigo com uma atenção mais íntima que a da mãe para com o seu filho. Conteí todos os cabelos da tua cabeça e guiei-te em todos os teus passos. Para onde quer que vais, eu vou contigo, e onde quer que descanses, eu fico a vigiar. Dar-te-ei um alimento que satisfaria todas as tuas fomes e uma bebida que apagam todas as tuas sedes. Não esconderei de ti a minha face. Tu conheces-me como a ti mesmo e eu conheço-te como a mim mesmo. Tu pertences-me. Eu sou teu pai, tua mãe, teu irmão, tua irmã, teu amante e teu cônjuge... e até mesmo teu filho... Onde quer que estejas, aí estou eu. Nada nos separará jamais. Nós somos UM».

Sempre que escutares com atenção a Voz que te chama «amado», descobrirás no mais íntimo de ti o desejo de tornar a ouvir essa voz, ainda por mais tempo e com maior profundidade. É como descobrir uma fonte de água no deserto: logo que se encontra terra húmida, dá vontade de cavar ainda mais fundo.

Remover a terra árida

O que é preciso é, talvez, remover a areia árida que cobre a fonte de água, mas Aquele que tanto deseja matar-nos a sede ajudar-nos-á a remover essa areia. O que precisamos é de um grande desejo de encontrar água e de beber.

Eu tenho menos anos à frente de mim que atrás de mim. Seja como for, gostaria de te dar a certeza, desde já, de que não és obrigado a ser vítima de procuras que só causam confusão. Também não és obrigado a ser vítima dum mundo manipulador ou de deixar-te enredar em nenhuma espécie de dependência. Podes optar agora mesmo por chegar à verdadeira liberdade interior e por descobri-la cada vez mais plenamente. (pp. 23-32)

2. TORNAR-SE AMADO

Caro amigo, o «ser amado» é a origem e a plenitude da vida do Espírito. A partir do momento em que assumirmos essa verdade, somos logo confrontados com uma chamada interior a tornarmo-nos naquilo que já somos. Tornar-se «o amado»: é essa a viagem espiritual que temos a fazer. (34)

Procuro porque já encontrei

O facto de estar à procura de Deus, numa tensão contínua para descobrir a plenitude do Amor, com o desejo ardente de chegar a verdade completa, diz-me que já me foi dado saborear alguma coisa de Deus, do Amor e da Verdade. Só posso procurar alguma coisa quando já a tiver encontrado.

Como poderia procurar a beleza e a verdade a não ser que essa mesma beleza e verdade já fossem conhecidas no mais profundo do meu coração? Parece que todos nós, seres humanos, alimentamos uma profunda e íntima lembrança do paraíso que perdemos. É na profundidade do coração que está escondido o tesouro que procuramos. Conhecemos o seu valor e sabemos que contém o dom que mais desejamos: uma vida mais forte do que a morte.

Tornar-se amado significa deixar que a verdade de «ser amado» se incarne em tudo o que pensamos, dizemos ou fazemos. O «ser amado» não pode ser simplesmente um belo pensamento, é preciso aplicar esta mesma realidade à vida do dia-a-dia. Se estamos convencidos de que o «ser amado» é a verdade central da nossa vida, a nossa maior alegria será reivindicar essa verdade e torná-la visível e palpável na forma como comemos e bebemos, falamos e amamos, nos distraímos e trabalhamos. Assim, no meio das nossas lutas, podemos desenvolver uma disciplina capaz de ouvir a Voz que nos chama «amado» e de lhe responder com as nossas acções.

3. TOMADOS - ESCOLHIDOS

Para nos tornarmos «os amados», devemos, antes de mais, reivindicar o facto de que fomos «escolhidos». Como filhos de Deus, nós somos os seus escolhidos. (41)

Ser escolhido não significa que os outros sejam excluídos. É muito difícil imaginar esta realidade num mundo tão competitivo como o nosso. Todas as recordações que tenho de ter sido escolhido estão relacionadas com o facto de que outros foram excluídos. A competição e o confronto estavam sempre presentes.

Neste mundo, ser escolhido quer dizer simplesmente ser «posto à parte», em contraposição aos outros. As pessoas olham para os «escolhidos» com uma atenção especial. Revistas inteiras são dedicadas aos «heróis» do desporto, do cinema, da música, do teatro, e a outras formas de celebridade. São eles «os escolhidos» do mundo; os outros deverão contentar-se de encontrar algum prazer compensatório no facto de os conhecerem e de poderem eventualmente estar perto deles.

Ser escolhido como «amado» de Deus é algo de radicalmente diferente. Os outros, em vez de excluídos, são «incluídos»; em vez de rejeitados como gente que vale menos, são aceites na sua unicidade individual. Trata-se não duma escolha em termos de competição, mas sim em termos de compaixão. A nossa mente tem muita dificuldade em compreender uma tal realidade. Aliás, talvez nunca consiga compreendê-la. **Se calhar, só o coração é capaz de a compreender.** Ao ouvirmos falar de «pessoas escolhidas», «talentos escolhidos» ou «amigos escolhidos», começamos a pensar quase automaticamente em «elites» e dificilmente somos capazes de afastar sentimentos de inveja, raiva ou ressentimento. E, por isso, não é raro que o sentimento de os outros serem escolhidos leve à agressão, a violência e à guerra.

Alimentar em nós a certeza de sermos “escolhidos”

Não deixes que o mundo se aproprie da palavra «escolhido», mas reivindica-a como tua, mesmo sendo constantemente mal compreendida. **Continua a alimentar a certeza de que tu és «escolhido». Essa verdade é a rocha em que podes construir a tua vida.** Se perderes o contacto com a realidade de «ser escolhido», expões-te à tentação da auto-rejeição e isso põe em perigo a possibilidade de cresceres sempre como «amado».

As vozes obscuras do mundo

As vozes obscuras do mundo sussurram: «Tu não és nada de especial; não passes duma pessoa entre milhões de outras; a tua vida é apenas mais uma boca a alimentar; as tuas necessidades são apenas mais um problema a resolver». Muitas crianças nunca se sentem realmente desejadas neste mundo. Por detrás de um sorriso nervoso, esconde-se com frequência a seguinte pergunta: «Serei realmente desejado?». Alguns jovens chegam mesmo a ouvir da sua própria mãe: «Já não te esperava, mas, quando descobri que estava grávida, decidi apesar de tudo, dar-te à luz... Tu foste uma espécie de incidente». Palavras ou atitudes como estas em nada contribuem para que alguém se sinta «escolhido». O nosso mundo esta cheio de gente que se questiona sobre se não teria sido melhor não ter nascido. **Quando não nos sentimos amados pelos que nos deram a vida, sofremos com frequência, durante toda a vida, a perda da auto-estima pode levar facilmente à depressão, ao desespero, inclusive ao suicídio.**

Andar contra-corrente

Seja como for, apesar desta realidade extremamente penosa, temos que ter a coragem de reivindicar a certeza de que somos os «escolhidos» de Deus, mesmo que não seja essa a escolha do mundo. *Não podemos deixar a decisão aos outros.*

Não podemos permitir que sejam os nossos pais, conhecidos, professores, amigos e namorados a decidir se somos escolhidos ou não; assim, ficaremos apanhados nas malhas deste mundo sufocante, que nos aceita ou nos rejeita, de acordo com

os parâmetros da sua própria utilidade e controlo. **Cultivar em nós a certeza de “ser escolhido” é uma tarefa árdua que dura toda a vida, porque o mundo persiste nos seus esforços para nos empurrar para as trevas da dúvida, da auto-rejeição e da depressão.** As pessoas inseguras, são mais facilmente usadas e manipuladas pelos poderes que nos circundam.

Reivindicar o nosso “ser escolhido”

É a grande batalha da vida espiritual é precisamente o esforço constante de reivindicarmos o nosso «ser escolhidos». Antes que qualquer ser humano nos tenha visto, viram-nos os olhos amorosos de Deus. Antes que alguém nos tenha ouvido chorar ou rir, fomos escutados por Deus, antes que alguém tenha falado connosco neste mundo, Deus falou-nos com a voz do Seu amor eterno. **Não são as pessoas quem encontramos no arco breve da nossa existência terrena que fazem de nós seres valiosos, únicos e individuais, mas Aquele que nos escolheu com um amor eterno, um amor que existe desde toda a eternidade e durará por toda a eternidade.**

Mas como é que podemos manter-nos em contacto com o facto de «sermos escolhidos», quando somos, de facto, excluídos por meio de atitudes de rejeição? Não podemos esquecer que reivindicar a verdade de que somos «escolhidos» implica uma verdadeira luta espiritual. Haverá regras para travar esta luta? Gostaria de apresentar algumas: *desmascarar o mundo “manipulador; ”procurar os lugares e as pessoas que proclamam a mesma verdade; agradecer*

Desmascarar o mundo “manipulador”

É preciso desmascarar o mundo e vê-lo como ele é realmente: manipulador, controlador, sedento de poder e, a longo prazo, destrutivo. O mundo conta muitas mentiras sobre aquilo que tu és; mas tu tens simplesmente de ser de tal maneira realista que nunca te esqueças disso. Sempre que te sentires ferido, ofendido ou rejeitado, tens que ter a coragem de dizer a ti mesmo: «Estes sentimentos, por mais fortes que sejam, não me estão a dizer a verdade acerca de mim mesmo. **A verdade, mesmo que a não sinta neste preciso momento, é que eu sou um filho escolhido de Deus, precioso aos seus olhos, “o amado” desde toda a eternidade e salvo num abraço infinito.**»

Procurar pessoas e lugares que proclamem a tua verdade de «ser escolhido».

Em segundo lugar, tens que continuar à procura de pessoas e lugares que proclamem a tua verdade e te recordem a tua mais profunda identidade, que é a de «seres escolhidos». A igreja, os vários grupos de apoio que ajudam no relacionamento com a família, os amigos, os professores e estudantes podem tornar-se uma chamada de atenção para essa realidade.

Sim, temos que ter a coragem de optar conscientemente pela nossa condição de *seres escolhidos* e não deixar que as nossas emoções, sentimentos e paixões nos levem à auto-rejeição. Esta verdade não emerge simplesmente da nossa interioridade, é sobretudo uma verdade que nos é revelada continuamente por Aquele que nos escolheu. Eis por que temos que continuar a escutar os muitos homens e mulheres que, na história, pela sua vida e pelo seu trabalho, nos reportam a essa realidade.

Celebrar o facto de teres sido escolhido, isto é dizer «obrigado»

É preciso também celebrar constantemente o facto de teres sido escolhido. Isso significa dizer «obrigado» a Deus e dizer «obrigado» também a todos os que nos recordam a nossa realidade de «escolhido». **A gratidão é a maneira mais fecunda de avivar a consciência para o facto de não sermos um «incidente», mas uma escolha divina.** É importante descobrir como, com frequência, tivemos oportunidades de agradecer e não o fizemos. Quando alguém é gentil connosco, quando uma situação acaba bem, e quando um problema é resolvido, uma relação restabelecida, uma ferida curada, são razões muito concretas para estarmos agradecidos: quer seja com palavras, quer seja com flores, quer seja com uma carta, um postal, um telefonema ou um simples gesto de afecto.

Podemos optar por agradecer ou por demonstrar amargura. Podemos tomar a decisão de reconhecer a nossa condição de «ser escolhido», como podemos recusá-la. Se persistirmos em olhar apenas para o lado negativo, acabamos por cair na escuridão; mas se **continuarmos a anelar pela luz, tornar-nos-emos cada vez mais radiantes.** O que me fascina imenso é que, quantas mais vezes agradecemos, tanto mais fácil será descobrir novas coisas pelas quais agradecer. A gratidão gera gratidão, precisamente como o amor gera amor.

Fortalecer as nossas relações com os outros.

Se reivindicarmos a certeza de «sermos os escolhidos», descobrimos no nosso íntimo um **profundo desejo de revelar aos outros o facto de também eles «são escolhidos».** A convicção de sermos «escolhidos» não nos faz sentir melhores dos outros, antes, abre-nos os olhos para o facto de que também eles são escolhidos. Esta é fonte de grande felicidade. **Na casa de Deus há muitas moradas. Há lugar para todos - um lugar único e especial. Se acreditarmos profundamente que somos preciosos aos Seus olhos, então seremos capazes de descobrir também a valia dos outros e o lugar único que ocupam no coração de Deus.** Não é necessário entrar em competição para ganhar o amor de Deus. O Seu amor abraça a todos - cada um na sua própria unicidade.

4. ABENÇOADOS

Como filhos amados de Deus, somos abençoados. O termo «bênção» tornou-se muito importante para mim nestes últimos anos. Estou cada vez mais convencido de que nós, seres humanos tímidos, ansiosos e inseguros, precisamos duma bênção. Os filhos precisam de ser abençoados pelos pais e os pais pelos filhos. Todos nós precisamos de nos abençoarmos mutuamente - professores e alunos, rabinos e estudantes, bispos e padres, médicos e doentes. (57)

Precisamos de uma bênção

Muita gente sofre do sentimento profundo de ser amaldiçoado. Basta pensar no que as pessoas dizem durante o jantar, nos restaurantes ou durante os intervalos no trabalho. Constato que há lamentações e queixas misturadas com um espírito de resignação passiva. Muitos e também nós, às vezes, sentimo-nos vítimas dum mundo que não podemos mudar. **A sensação de sermos amaldiçoados assalta-nos mais facilmente que a sensação 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, a ter relações duradoiras e a cuidar da saúde. A sensação de ser amaldiçoado ataca-nos com facilidade. Damos mais facilmente

ouvidos à voz interior que nos qualifica de maus, corruptos, inúteis, sem valor, condenados à doença e à morte. Não será, de facto, mais fácil acreditar que somos amaldiçoados que abençoados?

A bênção diz a verdade e a maldição mente

Como filhos amados de Deus, somos abençoados. A palavra de Deus diz-nos a verdade. As maldições - por mais barulhentas e tumultuosas que sejam - não dizem a verdade, são mentiras em que é fácil acreditar, mas, em todo o caso, sempre mentiras. Mas como escutar e reivindicar a bênção? Gostaria de te deixar duas sugestões para reivindicar o teu «ser abençoado» e que têm a ver com a oração e a presença.

A oração é uma forma de receber a bênção

A oração é uma forma eficaz de receber a bênção. **O autêntico «trabalho» da oração é saber fazer silêncio para escutar a voz que diz coisas bonitas a meu respeito.** Isto pode parecer vaidade, mas, na prática, trata-se dum exercício difícil. Tenho tanto medo de ser amaldiçoado e de ouvir dizer que não sou bom ou pelo menos bastante bom, que depressa caio na tentação de começar a falar; afim de controlar os meus receios. Por de lado e silenciar as muitas vozes que questionam a minha bondade e confiar que hei-de ouvir a Voz da bênção... isso requer um verdadeiro esforço.

Não é fácil entrar em silêncio e esquecer as muitas vozes barulhentas deste mundo, para descobrir aí essa pequena voz interior que diz: «Tu és o meu filho amado, em ti eu ponho a minha complacência», mas se tivermos a coragem de abraçar a nossa solidão e acolher o nosso silêncio, iremos chegar ao conhecimento dessa voz.

O movimento do Espírito de Deus é muito suave, quase imperceptível e escondido. O exercício constante da oração revela-te que és abençoado e dá-te o poder de abençoar os outros.

Talvez seja útil apresentar agora uma sugestão concreta. Um bom sistema para escutar é ler um texto bíblico, como, por exemplo, um salmo ou uma oração. Passei muitas meias horas de oração sem fazer mais nada senão repetir devagar a Oração de São Francisco: «Senhor, fazei de mim um instrumento da vossa paz. Onde houver ódio, que eu leve o amor ...». Ao deixar que estas palavras passassem da minha mente para o coração, comecei a experimentar, para além de todas as minhas emoções e sentimentos inquietos, a paz e o amor que estava a pedir com essas palavras. Consigo assim controlar as minhas constantes distrações. Quando me acontece vaguear sem rumo, posso sempre voltar à minha oração simples e, por conseguinte, escutar de novo no meu coração a voz que tenho tanta vontade de escutar.

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 bênções que vais recebendo dia após dia e ano após ano.

O problema é que estamos demasiado ocupados para notar que estamos a ser abençoados. Com frequência, as pessoas dizem bem de nos, 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 podem parecer

expressões de humildade, mas, 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, estarmos presentes para recebermos as bênçãos de que somos alvos. O facto de haver pouca gente disposta a oferecer uma bênção depende do triste resultado da ausência de pessoas desejosas e capazes de as receber. Tornou-se extremamente difícil para nós fazer uma paragem para escutar, estar atentos, para receber de bom grado o dom que nos é oferecido.

Esta presença atenta pode permitir-nos ver que há por aí muitas bênçãos a receber: a bênção dos pobres que nos param na rua, a bênção duma árvore a vestir-se de folhas e duma flor a desabrochar, que nos falam duma nova vida, a bênção da música, da pintura, da escultura e da arquitectura e, sobretudo, as bênçãos que chegam até nós através de palavras de gratidão, encorajamento, afecto e amor. 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 impõem à força. **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 paraabençoar

Se reivindicares a tua própria condição de «ser abençoado» terás um desejo profundo deabençoar os outros. A característica dos «abençoados» é que, para onde quer que vão, pronunciam sempre palavras de bênção.

É surpreendentemente fácilabençoar os outros, dizer bem deles, fazer emergir a sua beleza e a verdade, quando estiveres em contacto com o teu próprio «ser abençoado». **O abençoadoabençoa sempre.** E as pessoas querem ser abençoadas! Isto é tão evidente em toda a parte para onde vais! Ninguém recebe alegria com maldições, murmurações e acusações. E infelizmente há tanto disso sempre a nossa volta e isso só causa escuridão, destruição e morte.

Como «abençoados», podemos caminhar por este mundo distribuindo «bênçãos». Não é preciso muito esforço, porque é algo que brota espontaneamente do nosso coração. Quando ouvimos dentro de nós a voz que nos chama pelo nome e nos abençoa, as trevas já não são capazes de nos distrair.

A Voz d'Aquele que nos chama «amados» porá nos nossos lábios palavras paraabençoar os outros e para lhes revelar que eles não são menos abençoados do que nós. A solidão e as várias dependências das pessoas são algo demais evidente. Todavia, todos aspiram por ser abençoadas. E essa bênção só pode ser distribuída por quem já a tenha recebido.

5. PARTIDOS

Eu sou uma pessoa vulnerável e, também, as pessoas que conhecemos são vulneráveis. A nossa situação de «seres partidos» é tão visível e palpável, tão concreta e específica, que com frequência é muito difícil acreditar que haja muito a pensar, dizer ou escrever para além da constatação da nossa fragilidade. Os chefes e profetas de Israel, que eram claramente escolhidos e abençoados,

levaram uma vida de precariedade. E nós, os filhos e filhas amados de Deus, também não podemos escapar a essa situação de precariedade. (73)

A nossa precariedade revela alguma coisa sobre o que somos

A nossa precariedade revela alguma coisa sobre o que somos. A minha fragilidade diz-te algo de único acerca de mim e a tua fragilidade diz-me algo de único acerca de ti. Eis o porquê me sinto um privilegiado quando te vejo partilhar comigo algumas das tuas dores mais profundas. E quando falo contigo das minhas fraquezas é porque confio em ti. A vulnerabilidade é algo de estritamente pessoal, íntima e única, ma quando é partilhada gera comunhão entre as pessoas.

Cada ser humano sofre duma maneira que nenhum outro ser humano sofre. Estou profundamente convencido que cada ser humano sofre duma maneira única, como nenhum outro ser humano sofre. Podemos estabelecer comparações e falar de maior ou menor sofrimento, mas, enfim, o teu sofrimento e o meu sofrimento são únicos, profundamente pessoais. As comparações não trazem nenhuma consolação ou conforto. De facto, fico mais agradecido quando alguém reconhece que eu vivo sozinho o meu sofrimento do que quando alguém procure dizer-me que há muitos outros que passam por sofrimentos semelhantes ou piores que os meus. A nossa fragilidade é realmente nossa e de mais ninguém. É única como é única a nossa condição de seres escolhidos ou abençoados.

O relacionamento humano como causa de sofrimento

Vejo constantemente o imenso sofrimento causado pela interrupção de relações entre marido e mulher, pais e filhos, namorados, amigos e colegas. **O sofrimento que me parece mais penoso e o do sentir-se rejeitado, ignorado, desprezado e abandonado.**

Na minha própria comunidade (Arche), onde vivem vários homens e mulheres gravemente deficientes, a maior fonte de sofrimento não é pela deficiência em si mesma, mas pela sensação que acompanha os doentes de serem inúteis, sem valor, não apreciados e não amados. É muito mais fácil aceitar a incapacidade de falar, de andar ou de se alimentar, do que aceitar a incapacidade de representar um valor especial para uma outra pessoa. Como seres humanos, podemos suportar muitas privações com grande determinação, mas, quando sentimos que já não temos nada a oferecer a ninguém, depressa perdemos a capacidade de apreciar a vida. Como por instinto, descobrimos que a alegria de viver depende da maneira como vivemos em comunhão com alguém. E descobrimos também que o sofrimento da vida provém precisamente do facto de não sermos capazes de estabelecer esse relacionamento (H. Nouwen).

Aceitar a fragilidade

A primeira resposta para tirar partido da nossa fragilidade é aceitá-la. Isto poderá parecer pouco natural. A primeira e mais espontânea reacção à dor e ao sofrimento é procurar evitá-los, mantê-los longe de nós, ignorá-los, passar ao lado deles e negá-los.

O sofrimento, quer físico quer mental, quer ainda emocional, é quase sempre experimentado como uma intrusão, como algo que não deve fazer parte da nossa vida. É difícil, se não mesmo impossível, ver algo de positivo no sofrimento; por isso, achamos que deve ser afastado a todo o custo. Todavia, o meu próprio sofrimento tem-me ensinado que o primeiro passo para a cura não é fugir do

sofrimento, mas dar um passo em direção a ele. A vulnerabilidade faz íntima do nosso ser, juntamente com a realidade de «ser amado». Sim, temos que encontrar a coragem para abraçar a nossa própria vulnerabilidade, para fazer do nosso inimigo mais temido um amigo e para o reivindicar como um companheiro íntimo.

Precisamos de alguém que nos ajude.

Sim, precisamos de alguém **que nos aproxime do sofrimento e nos torne mais conscientes de que não precisamos de o evitar, mas de o assumir.** A minha experiência pessoal com a angústia é a de que é enfrentando-a e vivendo-a que se chega à cura. Mas não o posso fazer sozinho. Preciso de alguém que me ajude a resistir, que me garanta que há paz para além da angústia, vida para além da morte e amor para além do medo.

O sofrimento humano não é um obstáculo à alegria

O sofrimento humano não é necessariamente um obstáculo à alegria e a paz, pelo contrário, pode ser um meio para chegar a elas. O grande segredo da vida espiritual é que tudo o que vivemos, alegrias ou tristezas, saúde ou doença, tudo pode fazer parte da nossa jornada. Não é difícil dizer uns aos outros: «Tudo o que é bom e belo nos leva à glória dos filhos de Deus». Mas já é muito difícil dizer: «Mas não sabias que todos temos que sofrer para entrar na nossa própria glória?». Seja como for, o que interessa realmente é a vontade de nos ajudarmos uns aos outros, no sentido de fazer da nossa fragilidade uma passagem para a alegria.

Abençoar a fragilidade

A segunda resposta à nossa vulnerabilidade é colocá-la sob a égide da bênção. É esta uma pré-condição para a aceitar. A nossa fragilidade é, por vezes, assustadora e difícil de enfrentar, porque a vivemos como uma maldição, isto é, como uma confirmação dos sentimentos negativos que temos sobre nós próprios. É como dizer: «Sempre suspeitei que eu era inútil e indigno e agora estou certo disso por causa do que me está a acontecer».

Quando nos amaldiçoamos ou permitimos que outros o façam, as nossas limitações acabam por confirmar a maldição. O grande desafio lançado aos amados filhos de Deus é que tirem da sombra da maldição a sua situação de fragilidade e a coloquem à luz da bênção. Mas isto não é tão fácil como poderá parecer.

O mundo manipula as pessoas que se auto-rejeitam

Os poderes das trevas à nossa volta são fortes. O mundo manipula as pessoas que se auto-rejeitam. Mas, se continuarmos a escutar com atenção a Voz que nos chama «amados», é possível vivermos a vulnerabilidade como uma oportunidade de purificar e aprofundar a bênção que desce sobre nós. Assim, o sofrimento físico, mental ou emocional vivido na perspectiva da bênção é experimentado de forma radicalmente diferente da do sofrimento físico, mental ou emocional vivido sob a ameaça da maldição.

Grandes contratempos vividos à luz da bênção

Uma pequena contrariedade, vivida como um sinal da nossa indignidade, pode levar-nos a uma profunda depressão e até ao suicídio. Todavia, grandes

contratempos tornam-se leves quando vividos à luz da bênção. O que parecia intolerável torna-se um desafio. O que parecia um motivo de depressão torna-se uma fonte de purificação. O que parecia uma punição torna-se uma suave forma de correcção. O que parecia rejeição torna-se uma via de comunhão mais profunda.

Permitir que a bênção atinja a nossa fragilidade

A Nossa grande tarefa consiste em permitir que a bênção atinja a nossa fragilidade. Então a fragilidade se tornará gradualmente uma porta aberta para a plena aceitação de nós mesmos como amados. Isto explica porque é que a verdadeira alegria se pode experimentar no meio de um grande sofrimento. É a alegria de ser disciplinados, purificados e corrigidos.

6. ENTREGUES

Somos escolhidos, abençoados e partidos para ser *entregues*. O quarto aspecto da vida do «Amado» é ser entregue. Para mim, pessoalmente, isto significa que é só como pessoas entregues que podemos compreender plenamente a nossa condição de sermos escolhidos, abençoados e partidos. Na doação torna-se claro que somos escolhidos, abençoados e partidos, não apenas para a nossa própria salvação, mas para que tudo o que vivermos encontre o seu sentido último em vivê-lo para os outros.

A alegria é fazer algo por outra pessoa

Por experiência sabemos que a alegria provém do facto de sermos capazes de fazer algo por outra pessoa. Tu fizeste muito por mim e ser-te-ei sempre grato, contudo, parte da minha gratidão, é o resultado de te ver feliz por me dares tanto. É muito mais fácil agradecer por um dom oferecido com satisfação do que por um dom concedido com hesitação e relutância.

Já alguma vez reparaste na alegria que sente uma mãe ao ver sorrir o seu filho? O sorriso do bebé é um dom para a mãe que fica agradecida por ver o filho tão feliz! Como é maravilhoso este mistério!

A maior auto-realização consiste em dar-nos aos outros. Embora, por vezes, pareça que as pessoas dão só para receber, eu creio que, para além de todos os nossos desejos de ser apreciados, premiados e reconhecidos, há também o desejo simples e puro de dar. A nossa humanidade atinge a sua expressão mais alta no acto de dar. Tornamo-nos pessoas estupendas quando damos alguma coisa: um sorriso, um aperto de mão, um beijo, um abraço, uma palavra de afecto, um presente, uma parte da nossa vida... toda a nossa vida.

Perdemos o contacto com a alegria de dar

Neste mundo competitivo e ávido de sucesso, perdemos o contacto com a alegria de dar. Com frequência, vivemos até como se a nossa felicidade dependesse do ter. Mas, não conheço ninguém que seja realmente feliz pelo que tem. A alegria autêntica, a felicidade e a paz interior, provem da capacidade de nos doarmos aos outros. Uma vida feliz é uma vida pelos outros. Esta verdade, no entanto, só se descobre quando se é confrontado com a própria fragilidade. Assim como o pão tem que ser partido para poder ser distribuído, o mesmo acontece também com a nossa vida.

Como partilhar? Dar-se na vida e dar-se na morte

Se a nossa mais profunda realização consiste em dar-se, como é possível viver assim numa sociedade que fala mais em ter do que em dar? Gostaria de sugerir duas vias de solução: dar-se na vida e dar-se na morte.

Oferecer a nossa vida

A nossa vida em si é o maior dom que podemos oferecer. Esta é uma verdade que constantemente esquecemos. Quando pensamos em dar-mo-nos uns aos outros, imediatamente pensamos nos nossos talentos únicos: a capacidade de fazer coisas. É ótimo fazer alguma coisa a um vizinho, dar um conselho útil a um amigo ou a um colega, ou dar uma boa notícia a um amigo. Mas há um dom muito mais sublime que tudo isto: é o dom da nossa própria vida que resplandece em tudo o que fazemos. Os nossos dons revelam-se nas muitas formas de expressarmos a nossa humanidade. São parte da nossa própria pessoa: amizade, bondade, paciência, alegria, paz, perdão, gentileza, amor, esperança, confiança, e muitos outros. Estes são os autênticos dons que devemos oferecer uns aos outros.

Fazer da morte o dom supremo

Somos chamados a doar-nos a nós mesmos, não só em vida, mas também em morte. Quer dizer, enquanto filhos amados de Deus, somos chamados a fazer da nossa morte o maior de todos os dons.

Na verdade, a morte não é algo sobre que gostemos de pensar ou falar. No entanto, uma das poucas coisas de que estamos certos é que um dia havemos de morrer. A morte, se calhar, parece-nos uma coisa longínqua, irreal... algo mais para os outros do que para nós.

Para os filhos e filhas amados de Deus, a morte é a porta de entrada para a experiência completa do «ser amados». Para os que sabem ter sido escolhidos e amados, morrer é a forma de se tornarem dons puros.

A vida é uma preparação para a morte

Todavia, como «amado», sou chamado a assumir o facto de que a vida é uma preparação para a morte e que a morte não é um acidente, mas sim a acto final da doação completa. Não somos chamados só a viver pelos outros, mas também a morrer pelos outros.

Os meus pais já morreram. Sinto a falta deles. A sua morte foi uma perda dolorosa. Sempre que penso neles, sinto uma dor pungente por não viverem em suas casas. Já não posso chamar por eles, visitá-los ouvir a sua voz ou ver o seu rosto. Sinto uma grande dor. Mas acredito sinceramente que a sua morte é mais do que uma perda; a sua morte é também um dom.

A morte dos que amamos abre-nos a possibilidade duma comunhão nova e mais radical, duma nova intimidade, duma nova forma de pertencermos uns aos outros. O amor é, de facto, mais forte do que a morte, por isso tem o poder de aprofundar e fortalecer os laços de amor. Só quando Jesus deixou os discípulos, é que estes foram capazes de compreender o que Ele representava realmente para eles. Mas não será também isso o que acontece com todos os que morrem no amor?

Só quando morremos é que o nosso espírito se pode revelar completamente. Depois da morte, passam as limitações e fraquezas que mantinham o nosso

espírito cativo já não nos impedem de nos darmos plenamente. Agora, os que já morreram podem enviar-nos o seu espírito e nos podemos viver uma nova forma de comunhão com eles.

Mas nada disto acontece sem preparação. E digo isto porque conheci pessoas que morreram com raiva e amargura, sendo incapazes de aceitar a própria mortalidade. A sua morte tornou-se também fonte de frustração e até de culpa para os que ficaram. Por outras palavras, a sua morte nunca se transformou num dom. Tinham pouco para deixar, porque o espírito tinha sido extinto pelas forças das trevas.

Somos responsáveis pela maneira como morremos

Sim, existe aquilo a que poderemos chamar uma boa morte. Nós próprios somos responsáveis pela maneira como morremos. Sim, temos de escolher entre ficar agarrados a esta vida ou dá-la voluntariamente, por amor. Esta é uma escolha crucial que teremos de «actualizar» todos os dias da nossa vida. A morte não tem que ser o nosso falhanço final, a nossa derrota final na batalha da vida, ou um destino fatal. Se o nosso desejo mais profundo for, de facto, doarmo-nos aos outros, então podemos fazer da morte o dom final da nossa vida. É maravilhoso constatar que a morte é fecunda quando é um dom livre!

A morte do «amado» produz frutos em muitas vidas.

Tu e eu temos de ter a certeza de que a nossa vida breve pode produzir frutos, muito para além dos confins do arco da existência terrena. Mas teremos que fazer essa opção e acreditar profundamente que somos dotados dum espírito capaz de distribuir alegria, paz e vida àqueles que se lembrarão de nós. Francisco de Assis morreu em 1226, mas continua ainda muito vivo! A sua morte foi um autêntico dom e hoje, quase oito séculos depois, continua a irradiar nos seus irmãos e irmãs, dentro e fora da Ordem franciscana, grande energia e vida. Ele morreu, mas na verdade nunca morreu; a sua vida continua a produzir novos frutos em todo o mundo. O seu espírito continua a descer até nós. Mais do que nunca, estou convencido de que a morte pode realmente ser escolhida como o dom final da nossa vida.

Tu e eu já só temos um breve período de tempo para viver. Os vinte, trinta, quarenta ou cinquenta anos que ainda estejam à nossa frente passarão muito depressa. Claro que podemos agir como se devêssemos viver para sempre, mas, nesse caso, teremos uma surpresa quando descobrirmos que não é assim; ou então podemos viver alimentando a alegre antecipação de que a vida é um dom a partilhar. O êxito final dependerá da maneira como decidirmos morrer.

6. VIVER COMO SERES AMADOS

Enquanto escolhidos, abençoados, «partidos» e entregues, somos chamados a viver a nossa vida numa alegria e paz íntimas e profundas. Trata-se da vida do «ser amado», vivida num mundo que procura sempre convencer-nos que cada um de nós deve provar que é digno de ser amado.

Não se trata de “fugir” do mundo

Na cidade, onde vivemos, com os seus desafios, não é, afinal de contas, um lugar assim tão mau. Há estímulos, movimentos e muito para ver, ouvir, saborear e

gozar. O mundo só é mau quando nos deixamos escravizar por ele. O mundo tem muito a oferecer.

A grande luta que tens que enfrentar não é fugir do mundo, rejeitar as tuas ambições e aspirações ou desprezar o dinheiro, o prestígio e o sucesso, mas reivindicar a tua verdade espiritual de «ser amado» e viver no mundo como alguém que não lhe pertence.

Creio sinceramente que podes gozar de todas as coisas boas que o mundo te oferece. Mas só poderás gozar delas realmente se fores capaz de as considerar como afirmações da verdade de que és «o amado» de Deus. Mas essa verdade também te irá permitir prescindir do que te distrai, do que confunde e põe em perigo a vida do Espírito dentro de ti.

O mundo não é a fonte da vida

Enquanto viveres no mundo, cedendo às suas enormes pressões para provares a ti mesmo e aos outros que és alguém, a tua vida dificilmente será mais do que uma longa luta pela sobrevivência. Não poderás olhar para o mundo em si como a fonte da vida. O mundo e as suas estratégias talvez te ajudem a sobreviver durante muito tempo, mas não podem ajudar-te a *viver*, porque o mundo não é sequer a fonte da sua própria vida, muito menos da tua.

Não pertences ao mundo, foste enviado ao mundo

Espiritualmente, não pertences ao mundo, foste enviado ao mundo! A vida é uma oportunidade dada por Deus para nos tornarmos quem somos, para afirmarmos a nossa própria e autêntica natureza espiritual de filhos amados, para reivindicarmos essa verdade, e, acima de tudo, para dizer «sim» Àquele que nos trata por *amados*.

O mistério insondável de Deus é que Ele é um Enamorado que quer ser amado. Aquele que nos criou está à espera da nossa resposta ao amor que nos deu o ser. Deus não diz apenas: «Tu és o meu amado», mas pergunta também: «Amas-Me?», oferecendo-nos inumeráveis oportunidades para dizer «sim».

A vida espiritual, assim entendida, muda tudo radicalmente. Nascer e crescer, deixar a casa e prosseguir uma carreira, ser admirado e ser rejeitado, caminhar e descansar, orar e distrair-se, ficar doente e ser curado - sim, viver e morrer - tudo são expressões desta pergunta divina: «Amas-Me?». E, em todos os pontos da jornada, há a opção entre dizer «sim» e dizer «não».

Viver uma vida “unificada”

Quando a nossa vida quotidiana é vivida «a partir do alto», ou seja, como seres amados enviados para o mundo, todos os que encontramos e tudo o que nos acontece se torna uma oportunidade única de optar pela vida que a morte não pode conquistar nem vencer. Assim, tanto a alegria como o sofrimento se tornam parte do mesmo caminho para a nossa plenitude espiritual.

Onde é que nos leva tudo isto? Penso que nos leva de regresso ao «lugar» donde viemos, o «lugar» de Deus. Somos enviados para este mundo durante um curto período de tempo para dizer o grande «sim» ao Amor. Assim, a nossa morte transforma-se no momento do regresso. Mas a morte só poderá ser isso se a nossa vida inteira tiver sido uma jornada de regresso para Aquele de Quem vimos e que nos chama amados.

A vida eterna é muito mais de um acontecimento “cronológico”

Creio com toda a sinceridade na vida eterna, mas não simplesmente numa vida depois da nossa morte física. Não, a morte é a grande entrada para a plenitude da vida. A vida eterna não é uma surpresa qualquer que chega de improviso, mas é, antes, a plena revelação do que nos fomos e vivemos durante a nossa vida terrena. O evangelista João exprime sucintamente isso mesmo quando escreve: Caríssimos o que seremos no futuro ainda não foi revelado. Sabemos, porém, que, quando Ele se manifestar, seremos semelhantes a Ele, porque O veremos como Ele é» (cf. 1 Jo 3,2).

A morte não é a última derrota...

A morte já não é a última derrota, pelo contrário, é o «sim» final e o grande regresso para o «lugar», onde nos podemos tornar mais plenamente filhos de Deus. Mas não creio que muitas pessoas olhem para a morte desta maneira. Em vez de olharem para ela como um momento de realização, temem-na como um grande falhanço a evitar, quanto mais tempo melhor.

Para o mundo a morte é o maior inimigo. Por conseguinte, a vida pouco mais seria que uma batalha perdida, uma luta inglória, uma jornada de desespero. Para os «filhos amados» de Deus, a vida é uma missão, uma missão verdadeiramente estimulante, sobretudo porque Aquele que me mandou em missão está à espera que eu volte para casa para Lhe contar a história do que aprendi.

Terei medo de morrer? Sim, sempre que me deixo seduzir pelas vozes barulhentas do mundo, avisando-me que a minha «pequena vida» e tudo o que tenho e aconselhando-me a agarrar-me a ela com todas as minhas forças. Mas quando faço com que essas vozes se calem no fundo da minha consciência e, em contrapartida, escuto aquela voz pequenina que me trata por «amado», sei que não há nada a temer e que morrer é o maior acto de amor, um acto que me leva até ao abraço eterno do meu Deus cujo amor é eterno.

- Henry J. M. Nouven, *Viver é ser amado*, Paulinas,

Resumo feito por Padre Leo

1. SER FILHO AMADO.....	1
Tu és amado.....	1
A armadilha da auto-rejeição.....	1
Ser amado: a verdade central da nossa existência.....	1
Uma voz que fala no coração e que te chama "amado".....	2
Estar à espera de algo sem reconhecer que somos amados.....	2
Amados desde sempre e para sempre.....	2
Remover a terra árida.....	3
2. TORNAR-SE AMADO.....	3
Procuro porque já encontrei.....	3
Alimentar em nós a certeza de sermos "escolhidos".....	4
As vozes obscuras do mundo.....	4
Andar contra-corrente.....	4
Reivindicar o nosso "ser escolhido".....	5
Desmascarar o mundo "manipulador".....	5
Procurar pessoas e lugares que proclamem a tua verdade de «ser escolhido».....	5
Celebrar o facto de teres sido escolhido, isto é dizer «obrigado».....	6
fortalecer as nossas relações com os outros.....	6
4. ABENÇOADOS.....	6
Precisamos de uma bênção.....	6
A bênção diz a verdade e a maldição mente.....	7
A oração é uma forma de receber a bênção.....	7
Cultivar o exercício da presença.....	7
Ser abençoado paraabençoar.....	8
5. PARTIDOS.....	8
A nossa precariedade revela alguma coisa sobre o que somos.....	9
O relacionamento humano como causa de sofrimento.....	9
Aceitar a fragilidade.....	9
Precisamos de alguém que nos ajude.....	10
O sofrimento humano não é um obstáculo à alegria.....	10
Abençoar a fragilidade.....	10
O mundo manipula as pessoas que se auto-rejeitam.....	10
Grandes contratempos vividos à luz da bênção.....	10
Permitir que a bênção atinja a nossa fragilidade.....	11
6. ENTREGUES.....	11
A alegria é fazer algo por outra pessoa.....	11
Perdemos o contacto com a alegria de dar.....	11
Como partilhar? Dar-se na vida e dar-se na morte.....	12
Oferecer a nossa vida.....	12
Fazer da morte o dom supremo.....	12
A vida é uma preparação para a morte.....	12
Somos responsáveis pela maneira como morremos.....	13
A morte do «amado» produz frutos em muitas vidas.....	13
6. VIVER COMO SERES AMADOS.....	13
Não se trata de "fugir" do mundo.....	13
O mundo não é a fonte da vida.....	14
Não pertences ao mundo, foste enviado ao mundo.....	14
Viver uma vida "unificada".....	14
A vida eterna é muito mais de um acontecimento "cronológico".....	15
A morte não é a última derrota.....	15