

VIVER O PRESENTE

1. Um novo começo

Um novo começo! Temos de aprender a viver cada dia, cada hora, cada minuto, como se fora um novo começo, uma oportunidade única para tornar tudo novo. Vamos imaginar que podemos viver cada momento como um momento cheio de nova vida. Vamos imaginar que podemos caminhar pelo ano fora, sempre à escuta duma voz que nos diz: «Eu tenho um dom para ti e estou ansioso por que tu o vejas!». Vamos imaginar.

Será possível que a imaginação nos conduza à verdade da nossa vida? Sim, é possível. O problema é permitirmos que o nosso passado que se alonga cada vez mais, nos persuade desta forma: «Tu já sabes tudo, já viste tudo; sê realista. O Futuro não será senão a repetição do passado. Procura sobreviver o melhor possível». E há, também, muitas vozes astutas que nos sussurram aos ouvidos: «Não há nada de novo debaixo do Sol... não te deixes enganar».

Quando damos ouvidos a estas vozes, acabamos por lhes dar razão: o nosso novo ano, o nosso novo dia, a nossa nova hora, tornam-se vulgares, aborrecidos, vazios, sem nada de novo.

Então o que devemos fazer? Antes de mais, devemos pôr de parte essas vozes tentadoras. Depois, temos que abrir a mente e o coração à voz que ressoa nos vales e nos montes da nossa vida: «Deixa-me mostrar-te onde Eu vivo com o meu povo, O meu nome é “Deus-contigo” Eu enxugarei as lágrimas dos teus olhos; não haverá mais morte, nem pranto, nem gritos nem dor, porque o mundo passado já não existe» (cf. Ap 21, 2-5).

Temos que optar por dar ouvidos a esta voz; e então cada escolha abrir-nos-á um pouco mais no sentido da descoberta da nova vida escondida em cada momento, na espera ansiosa de nascer.

2. Sem «deverias» nem «ses»

E difícil viver no presente. O passado e o futuro continuam a atormentar-nos. O passado com remorsos, o futuro com preocupações. Em nossa vida aconteceu tanta coisa que nos causa intranquilidade, desgosto, indignação, confusão ou, pelo menos, ambivalência. Todos estes sentimentos, não raro, são coloridos com sentimentos de culpa. Culpa que se pode expressar assim: «Tu deverias ter feito mais do que fizeste; deverias ter dito mais do que disseste». Estes «deverias» contribuem para nos sentirmos culpados em relação ao passado e impedem-nos de marcar presença neste momento.

Mas piores ainda que as culpas são as nossas preocupações. As nossas preocupações enchem-nos a vida de «O que será se»: «O que será se fico desempregado; o que será se o meu pai morrer; o que será se não tiver dinheiro suficiente; o que será se a economia enfraquece; o que será se estala uma guerra?». Estes muitos «ses» podem ocupar a nossa mente de tal maneira que nos tornamos cegos para olhar para as flores do jardim e para contemplar as crianças sorridentes das estradas, ou surdos para escutar a voz agradecida dum amigo.

Os verdadeiros inimigos da nossa vida são os «deverias» e «ses». São eles que nos puxam para um passado que não se pode modificar e para um futuro imprevisível. Mas a vida real tem lugar aqui e agora. Deus é um Deus do presente. Deus está presente neste momento, quer seja difícil ou fácil, quer alegre ou triste. Quando Jesus falou de Deus, falou sempre de Deus presente onde nós estamos e quando Ia estamos. «Quem me vê a Mim, vê a Deus. Quem Me ouve a Mim, ouve a Deus». Deus não é alguém que foi ou que será, mas «Aquele-que-é»; e que é para mim no momento presente. Eis por que Jesus veio para tirar de nós o peso do passado e as preocupações pelo futuro. Ele quer que nós descubramos a Deus precisamente onde estamos, aqui e agora.

3. Aniversários

Os aniversários devem ser celebrados. Julgo que é mais importante celebrar um aniversário do que o sucesso dum exame, uma promoção ou uma vitória. Porque celebrar um aniversário significa dizer a alguém: «Obrigado por seres tu». Celebrar um aniversário é exaltar a vida e estar contente por ela. Num dia de anos, não dizemos: «Obrigado pelo que fizeste, ou disseste, ou conseguiste Não, nós dizemos: «Obrigado por teres nascido e por estares aqui connosco».

Nos aniversários celebramos o tempo presente. Não nos queixamos do que aconteceu nem especulamos sobre o que acontecerá, mas encorajamos alguém e damos ocasião a que todos digam: «Eu amo-te».

Conheço um amigo que, no seu dia de anos, é agarrado pelos seus amigos, levado a casa de banho e lançado todo vestido para a banheira cheia de água. E todos esperam com ansiedade pelo seu dia de anos; inclusivamente ele próprio. Não faço ideia donde terá vindo esta tradição, mas ser levantado e «re-baptizado» parece uma ótima maneira de celebrar a própria vida. Assim tomamos consciência de que, embora tendo que ter os pés bem assentes na terra, fomos criados para outros voos, e que, embora nos sujemos facilmente, podemos sempre lavar-nos e dar a nossa vida um novo começo.

Celebrar um aniversário recorda-nos que a vida é bela e é neste espírito que devemos celebrar o dia de anos das pessoas todos os dias, demonstrando gratidão, compreensão, perdão, gentileza e afecto. Isto equivale a dizer: «É bom tu estares vivo; é bom tu fazeres o mesmo caminho que eu, neste mundo. Alegremo-nos com isso. Este é o dia que o Senhor fez para existirmos e estarmos juntos».

4. Aqui e agora

Mas, para viver no presente, devemos acreditar profundamente que o mais importante é o «aqui e agora». E que somos constantemente distraídos por coisas que aconteceram no passado ou que poderão acontecer no futuro. Não é Fácil a gente concentrar-se no presente. A nossa mente é difícil de controlar e continua a empurrar-nos para fora do presente.

A oração é a disciplina do momento presente. Quando rezamos, entramos na presença do Deus cujo nome é «Deus-connosco». Rezar é escutar atentamente Aquele que se dirige a nós aqui e agora. Quando tivermos a coragem de acreditar que nunca estamos sozinhos, mas que Deus está sempre ao nosso lado, que Se preocupa e fala sempre connosco, então seremos capazes de, gradualmente, nos desembaraçarmos das vozes que nos fazem sentir culpados e ansiosos e, assim, teremos a possibilidade de viver no momento presente. Este é um grande desafio, pois a confiança radical em Deus não é uma coisa óbvia. A maior parte de nós desconfia de Deus. A maior parte de nós pensa em Deus como alguém de quem se deve ter medo, como uma autoridade pronta a punir, ou então como um nada, vazio e sem poder. A mensagem central de Jesus é que Deus não é nem um fraco sem poder nem um patrão poderoso, mas um «amante», cujo único desejo é dar-nos aquilo pelo qual os nossos corações mais anseiam.

Orar é dar ouvidos a esta voz de amor. E nisso que consiste a obediência. A palavra «obediência» vem do latim «ab-audire», que significa ouvir com muita atenção. Sem ouvir, tornamo-nos surdos à voz do amor. A palavra latina para surdo é *surdus*. Assim, ser completamente surdo é ser *absurdus*; sim, absurdo. Quando deixamos de orar, quando deixamos de escutar a voz do amor que nos fala neste momento, a nossa vida torna-se uma vida absurda e somos lançados para trás e para a frente entre o passado e o futuro.

Se pudéssemos estar, nem que fosse só alguns minutos por dia, completamente onde estamos, descobriríamos com certeza que não estamos sós e que Aquele que está connosco quer apenas uma coisa: dar-nos amor.

5. A nossa sala interior

Escutar a voz do amor exige que dirijamos a nossa mente e o nosso coração para essa voz com toda a nossa atenção. E como é que podemos fazer isso? O caminho mais frutuoso — segundo a experiência que tenho — é pegar numa oração simples, numa frase ou uma palavra, e repeti-la devagar. Podemos fazer uso do Pai Nosso, de algumas orações de Jesus, do nome de Jesus, ou doutra frase qualquer que nos recorde o amor de Deus e pô-las no centro da nossa sala interior, como uma lâmpada num lugar escuro.

Como é natural, cairemos constantemente na distração. Vir-nos-á a mente o que nos aconteceu ontem ou que acontecerá amanhã. Teremos longas e imaginárias discussões com os nossos amigos ou inimigos. Faremos planos para o futuro, prepararemos a próxima conferência ou organizaremos o próximo encontro. Mesmo assim, desde que conservemos na nossa sala escura a lâmpada a arder, podemos sempre voltar para o pé dessa luz e ver claramente a presença d'Aquele que nos oferece o que mais desejamos.

Esta experiência nem sempre é gratificante. Com frequência, somos tão impacientes e incapazes de encontrar calma interior que, quando menos esperamos, já estamos ocupados de novo, evitando assim o confronto com o estado caótico da nossa mente e do nosso coração. E, no entanto, se formos fiéis a esta prática, mesmo que sejam só dez minutos por dia, gradualmente chegaremos a ver - com a ajuda da luz da lâmpada da nossa oração - que lia um espaço dentro de nós onde Deus habita e onde somos convidados a habitar com Deus. Logo que chegarmos a saber onde está esse lugar íntimo e sagrado, um lugar mais belo e precioso do que qualquer outro lugar onde nos seja possível viajar, então passaremos a querer estar lá, para nos alimentarmos espiritualmente.

6. Com os outros

Uma das descobertas que fazemos na oração e que, quanto mais nos aproximamos de Deus, mais perto ficamos de todos os nossos irmãos e irmãs da família humana. Deus não é um Deus privado. O Deus que mora no nosso santuário íntimo e também o Deus que mora no santuário íntimo de cada ser humano. Reconhecendo a presença de Deus no nosso próprio coração, podemos também reconhecer essa presença no coração dos outros, porque o Deus que nos escolheu a nós como lugar de habitação também nos dá a capacidade de ver o Deus que habita nos outros. Se virmos só demónios dentro de nós mesmos, também só veremos demónios nos outros. Mas, quando vemos Deus dentro de nós, também podemos ver Deus nos outros.

Tudo isto poderá parecer sobremaneira teórico, mas, se orarmos, experimentaremos cada vez mais que somos parte da família humana,

infinitamente atraída por Deus que a todos nos criou para partilhar da sua luz divina.

Com frequência, perguntamo-nos o que é que podemos fazer pelos outros, especialmente por aqueles que mais necessidades sentem. Não é nenhum sinal de fraqueza dizermos: «Devemos rezar uns pelos outros». Rezar uns pelos outros e, antes de mais, reconhecer, na presença de Deus, que pertencemos uns aos outros como filhos do mesmo Deus. Sem este reconhecimento de solidariedade humana, o que Fizemos uns pelos outros não nascerá do que realmente somos. Somos irmãos e irmãs, e não competidores ou rivais. Somos filhos de Deus, não seguidores de diferentes deuses.

Orar, isto é, escutar a voz d'Aquele que nos trata como «muito amados», é aprender que essa voz não exclui ninguém. Onde eu moro, Deus mora comigo e onde Deus mora comigo encontro todos os meus irmãos e irmãs. E assim, a intimidade com Deus e a solidariedade com toda a gente são dois aspetos inseparáveis do mesmo viver, no momento presente.

7. O eixo da vida

No meu país de origem, a Holanda, ainda se podem ver muitas rodas enormes de vagões, não propriamente nos vagões, mas como decoração à entrada de quintas ou nas paredes de restaurantes. Sempre me fascinaram essas rodas de vagões: com os seus enormes aros, com os fortes raios de madeira e grandes eixos. Essas rodas ajudam-me a compreender a importância da vida vivida a partir do centro. Quando sigo a trajetória dos aros, posso chegar aos raios um a seguir ao outro, mas, quando estou no eixo, estou em contacto com todos os raios ao mesmo tempo.

Orar é dirigir-se para o centro da vida e do amor. Quanto mais perto eu estiver do eixo da vida mais perto estarei de tudo o que recebe energia e força a partir daí. A minha tendência é distrair-me tanto com a diversidade dos inúmeros raios da vida, que fico ocupado, mas a minha vida não tem sentido de doação; estou em toda a parte mas não centrado em parte nenhuma. Ao dirigir a minha atenção para o coração da vida, fico ligado à riqueza da sua variedade e ao mesmo tempo fico no centro. O que é que o eixo representa? Eu penso nele como no meu próprio coração, no coração de Deus, e no coração do mundo. Quando oro, entro na profundidade do meu próprio coração e aí encontro o coração de Deus, que me fala de amor. E reconheço, precisamente aí, o lugar onde todas as minhas irmãs e irmãos estão em comunhão uns com os outros. O grande paradoxo da vida espiritual é, de facto, que o que é mais pessoal é mais universal, o mais íntimo é o mais comum a todos, e o mais contemplativo é o mais activo.

A roda de vagão mostra que o eixo é o centro de toda a energia e movimento, mesmo quando frequentemente dá a impressão de que não se move. Em Deus, toda a acção e todo o descanso são uma e a mesma coisa. Assim também na oração.

HENRY J. M. NOUWEN, *Aqui e agora, Vida no Espírito, Paulinas, 2006, 4ª ed., cap. I, Viver no presente, pp. 10-19*