

Thomas Keating, *Leituras Diárias para a Vida Contemplativa*
Envio 25, junho 18 a 24

Junho 18

As Lembranças Dolorosas Reprimidas

Deus... vos chamou... para sua luz admirável.
(1Pedro 2,9)

A oração contemplativa começa moderadamente, mas à medida que começa a atingir certa intensidade, ela nos abre ao inconsciente. As lembranças dolorosas que temos esquecido ou reprimido começam a chegar à consciência. Podem chegar à consciência as emoções primitivas que sentimos quando crianças e que viemos compensando. Como devemos manejar estas emoções aflitivas? Enfrentando-as. Sentindo-as. Temos de permitir que se tornem conscientes uma vez mais os sentimentos que foram reprimidos, para poder deixá-los para trás em definitivo. Na maioria das vezes, não requerem psicoterapia; apenas precisam ser evacuados.

1Pedro 2,9-10

Deus vos chamou das trevas para sua luz admirável. Agora vós sois o povo de Deus...
agora recebestes misericórdia.

+++

Junho 19

A Oração Contemplativa Cura a Pessoa por Inteiro

O Senhor responderá: "Aqui estou!"
(Isaías 58,9)

É verdade que alguns problemas são tão graves que requerem ajuda psiquiátrica. É importante que exista uma colaboração entre os guias espirituais e os profissionais da

psicologia. Se estamos falando da saúde de um ser humano, não estamos falando somente do corpo e nem sequer as emoções; estamos falando de toda gama do potencial humano, incluída a saúde espiritual. Tudo precisa ser tratado ao mesmo tempo se queremos melhorar. É isto que faz a oração contemplativa. Mas ela não age sozinha. Seus frutos devem penetrar a vida diária.

Isaías 58,8-9

Então, a tua luz despontará como a aurora e tua chaga não tardará a cicatrizar... Então, chamarás e o Senhor responderá; pedirás auxílio e ele responderá: “Aqui estou!”

+++

Junho 20

A Terapia Divina

Em tua presença, Senhor, sou curado.

O Evangelho nos introduz na terapia divina para a enfermidade da condição humana em forma de oração contemplativa, que aborda não só as distorções de nosso comportamento consciente, mas também as dinâmicas do inconsciente... A terapia divina, como os Alcoólicos Anônimos, se baseia em tomar consciência de que sabemos onde estamos e que nossa vida não é manejável. É possível que levemos uma vida relativamente normal, mas não experimentamos a verdadeira felicidade, que provém de afastar os obstáculos à consciência da presença divina... A menos que nossos programas egoísticos de felicidade tenham começado a ser desmantelados por uma prática ou disciplina espiritual, não nos damos conta de que os eventos e as pessoas, ou nossos planos e lembranças dominam nossa consciência da manhã até a noite.

Romanos 8,5-6

Aqueles que vivem segundo a carne desejam o que é carnal; os que vivem segundo o espírito desejam o que é espiritual. Ora, os desejos da carne conduzem à morte, mas os desejos do espírito condizem à vida e à paz.

+++

Junho 21

A Presença de Deus é a Verdadeira Segurança

Aquieta-se e saberás que eu sou Deus!

Salmo 46:10

Suponhamos que através de uma prática, como a Oração Centrante, que nos prepara para a contemplação e que é o verdadeiro espaço onde se desenvolve a terapia divina, nós dediquemos a cada dia meia hora à solidão e ao silêncio, só para estar com Deus e com nós mesmos (sem saber ainda quem somos). Como resultado do profundo descanso e silêncio que se obtém através de tal prática, nossos programas emocionais começam a relativizar-se. Foram estabelecidos em um momento em que não conhecíamos a bondade e a afirmação da presença de Deus. A presença de Deus é a verdadeira segurança. Realmente, não existe nenhuma outra.

Salmo 46,1

Deus é nosso refúgio e fortaleza,
uma ajuda sempre pronta nos perigos.

+++

Junho 22

A Verdadeira Liberdade

Silêncio diante de mim...!

Isaías 41, 1

Através de uma prática como a Oração Centrante, nós começamos a experimentar a consciência espiritual. A vida comum se transforma, então, em um filme ruim em que não nos identificamos com as personagens nem com o enredo. Podemos levantar-nos e ir embora – coisa que não podemos fazer na vida diária quando nos identificamos

excessivamente com nosso fluxo ordinário de consciência e seus conteúdos. Esta é a tirania interior que se opõe à verdadeira liberdade. A liberdade dos filhos de Deus significa que podemos decidir o que fazer em relação ao que acontece. Nossa motivação na vida é cada vez mais equilibrada, em lugar de estar dominada por nossos habituais desejos de ser estimados, de controlar, de nos sentir seguros.

2Coríntios 3,17

Pois o Senhor é o Espírito, e onde está o Espírito do Senhor, aí está a liberdade.

+++

Junho 23

Um Descanso mais Profundo que o Sono

Ouçó meu amado que bate à porta.

(Cântico dos Cânticos 5,2)

Uma vez que se estabeleceu uma prática regular de Oração Centrante, nós nos movemos normalmente, em cada período de oração, para um lugar de descanso onde nossas faculdades estão relativamente tranquilas e quietas. Os pensamentos se sucedem um atrás do outro, mas à medida que aprendemos a ignorá-los, começamos a desfrutar de uma percepção da presença divina. Mais além de nosso pensamento e experiência emocional está a realidade mais profunda do nível espiritual de nosso ser. É outra forma de conhecer a realidade, que é diferente da consciência psicológica ordinária. Como resultado, não só a mente está tranquila e descansada das preocupações comuns da vida cotidiana, mas também o corpo começa a descansar, um descanso que é mais profundo que o sono.

Cântico dos Cânticos 5,2

Eu durmo, mas meu coração vela: escuto o meu amado que bate à porta. "Abre-me, minha amada, minha pomba, minha preciosa!"

+++

Junho 24

A Terapia Divina

Eu vi os seus caminhos, mas irei curá-los...
(Isaías 57,18)

O paradoxo é que nunca podemos desempenhar plenamente o nosso papel até que estejamos dispostos a abandoná-lo. Nós não somos aquilo que pensamos ser. Temos de descobrir isso, e a melhor forma de fazê-lo, ou pelo menos a forma menos dolorosa, é através do processo que chamamos de travessia espiritual. Isto requer enfrentar o lado escuro de nossa personalidade e a inversão emocional que temos feito em falsos programas de felicidade e em nosso próprio condicionamento cultural. Descansar na Oração Centrante nos proporciona uma cura profunda. Para ser realmente curado, é preciso que permitamos que nosso lado escuro se torne plenamente consciente, e em seguida deixá-lo ir e entregá-lo a Deus. A terapia divina é um acordo que fazemos com Deus. Reconhecemos que nossas próprias ideias sobre a felicidade não vão funcionar e entregamos nossas vidas por completo a Deus.

Isaías 57,18

Eu vi os seus caminhos, mas irei curá-los; eu os guiarei e cumularei de consolação.

+++