

# DEIXARMO-NOS AMAR EM NOSSA FÁGIL INTERIORIDADE...

Paula Jordão, FMVD

*Paula Noronha Jordão, natural de Portugal, pertence à Fraternidade Missionária Verbum Dei.*

*Após completar seus estudos de Filosofia e Teologia no Instituto Teológico Verbum Dei, ela se dedicou à evangelização orante, tentando viver e proclamando a Palavra de Deus.*

*Como Mestra de Noviças, fez seu mestrado na Escola de Formadores de Salamanca na Universidade de Comillas e há alguns anos, concluiu seu mestrado em Espiritualidade na Faculdade de Teologia da Universidade Loyola de Granada. Agora, com mais de 30 anos de vida missionária, ela é Coordenadora de Formação da União Internacional de Superiores Gerais (UISG) em Roma.*



*Este artigo é um breve resumo do livro da autora:*

*Jordão, Paula, Tan frágiles y tan amados. Una pedagogía para la libertad, Colección El pozo de Siquén, Sal Terrae, Bilbao 2023.*

## Introdução

Na vida espiritual, muitas vezes desconhecemos as maneiras práticas e concretas que nos permitem seguir Jesus. Ouvimos o que devemos aspirar, o que não devemos fazer, mas quase nunca como fazê-lo na vida cotidiana. Não é suficiente saber o quê, precisamos definir o como:

- ✓ Como chegar a amar como Jesus nos ama?
- ✓ Como deixar o amor de Deus ser mais forte do que nossos medos e apegos?
- ✓ Como rezar?
- ✓ Como nos deixar acompanhar?
- ✓ Como conhecer melhor a nós mesmos e a Deus?
- ✓ Como alcançar a liberdade no amor?

É urgente delinear caminhos que nos levem a mergulhar no amor constante de Deus que nos liberta e nos permite amar sempre, muito e todas as pessoas. Estas linhas nos ensinarão a descobrir, reconhecer e abrir nosso frágil mundo interior ao olhar amoroso de Deus, oferecendo ferramentas para o autoconhecimento.

## 1. Conhecer-se para conhecer a Deus e vice-versa

O caminho para Deus envolve necessariamente o conhecimento de si mesmo. O grande desafio que temos para chegar a Deus não é sua transcendência, nem sua grande diferença em relação a nós, mas a grande falta de conhecimento de nossa interioridade.

Jesus nos diz claramente no Evangelho: “Tu, quando orares, entra no teu quarto, fecha a porta e ora a teu Pai, que está em segredo, e teu Pai, que vê em segredo, te recompensará” (Mt 6,6). Se levarmos a sério suas palavras, perceberemos que muitas vezes falhamos em encontrar Deus, porque procuramos Deus onde Ele não está. Multiplicamos palavras e orações, embarcamos em muitas experiências espirituais, participamos de muitos atos litúrgicos, lemos muitos textos de espiritualidade, exploramos muito, mas fora de nós mesmos.

Santo Agostinho nos diz: “Onde quer que você esteja, onde quer que você ore, aquele que escuta está dentro... aquele que escuta você não está fora de você. Não vá para longe e não se curve para tocá-lo com as mãos. Ao contrário, se você se inclinar, cairá; se você se abaixar, ele se aproximará”<sup>1</sup>. Santa Teresa de Ávila é muito clara sobre este ponto: “O autoconhecimento é o pão com o qual todos os alimentos podem ser comidos, por mais delicados que sejam, neste caminho de oração, e sem este pão não poderiam se sustentar”.<sup>2</sup>

Como mulheres consagradas, somos chamadas a ser especialistas em humanidade, a conhecer a nós mesmas para conhecer o amor de Deus e vice-versa. Somente assim nossa vida, em tudo, será uma expressão e tradução do amor que recebemos de Deus. No entanto, muitas vezes somos confrontadas com um grande medo e uma solidão difícil de suportar: sentimo-nos estranhas a Deus, a nós mesmas e aos outros.

O seguimento de Cristo torna-se árido e pesado demais, talvez por causa da dureza da caminhada, da gravidade das situações que acompanhamos e do sofrimento que sentimos ao nosso redor. Mas muitas vezes, se formos honestas, nos distanciamos da fonte do amor de Deus: sua Palavra não nos toca, sua voz parece ausente e seu amor distante.

Como nos lembra o autor bíblico, podemos ser perseverantes, podemos sofrer por causa de seu nome sem desmaiar, mas abandonamos nosso primeiro amor (cf. Ap 2,3-4). Não nos permitimos ser suficientemente amadas por Deus. Como a mulher samaritana à beira do poço, duvidamos que Jesus possa saciar nossa sede mais profunda: “Senhor, se não tens balde, e o poço é profundo, onde é que tiras a água viva?” (Jo 4,11)

## 2. Nosso mundo interior: a parábola da Afetividade

A Parábola da Afetividade nos guiará em nosso mundo interior, mostrando-nos alguns de nossos lugares interiores sob a forma de um poço afetivo:



## 2.1. Sensações

O primeiro espaço que nos habita e ao qual devemos prestar atenção é a nossa corporeidade. Embora nosso corpo torne possível nossa existência, muitas vezes o expulsamos de nossa espiritualidade. É urgente enraizar nossa vida espiritual em nossas experiências corporais, pois somos uma unidade entre o espiritual e o corpóreo. O corpo é a única maneira que temos de ser quem somos, de nos expressar, de definir nossa identidade e individualidade. Nós nos comunicamos com o mundo exterior e com nosso eu interior através do corpo. Toda a nossa comunicação é corporal.

Além disso, a encarnação de Jesus é uma afirmação radical da beleza divina do corpo humano: "O Verbo se fez carne e habitou entre nós" (Jo 1,14). A revelação de Deus em Jesus passa pelo corpo-a-corpo, o face-a-face com cada pessoa e com o mundo ao seu redor. Jesus descobriu os ecos e toques de Deus na natureza - na vinha, na semente semeada, no solo que a recebe e na água do poço - em seu próprio corpo e nos corpos de tantos seres.

Para que Deus nos encontre com seu amor, devemos estar atentas às sensações que temos. Estas são as percepções que experimentamos através dos cinco sentidos. Nosso corpo é o lugar teológico por excelência, ou seja, o aqui e agora onde Deus se manifesta, nos comunica sua promessa e sua vontade. Devemos estar presentes às nossas sensações para perceber as mensagens sagradas que Ele nos presenteia:

- o sorriso de um amigo que nos fala de cuidado e presença;
- o sofrimento de tantos que nos faz ter fome de justiça;
- a doença que questiona o sentido da vida, confirmando nossa fragilidade;

- a lua cheia à noite, refletindo o sol mesmo quando não o vemos, apontando para a transcendência;
- a agitação interior que pode ser o gemido do Espírito;
- e tantas outras experiências corporais que nos levam para além de nós mesmas.

*O amor de Deus nos alcança em nosso corpo: você se dá conta?*

## 2.2. Pensamentos

O que pensamos nos molda. Conhecer a nós mesmas significa descobrir o que pensamos e como entendemos o mundo ao nosso redor, a nós mesmas e aos outros. Nosso pensamento inclui: os valores e ideais que proclamamos, o que consideramos bom ou mau, e as normas que nos regem. Nossa aceitação e adesão a Jesus, ao Evangelho e a



seu Reino é uma das faculdades humanas por excelência. É, portanto, vital saber o que realmente pensamos para tomar consciência do que nos aproxima ou nos afasta da mensagem do Evangelho.

Ao tomar consciência disto, devemos colocar nossos pensamentos diante de Deus, pedindo humildemente e sinceramente não só para conhecer seus pensamentos que são muito diferentes dos nossos (cf. Is 55), mas também para transformar nossa maneira de pensar: “transformai-vos pela renovação de vossa mente, para que possais discernir qual é a vontade de Deus, o que é bom, o que lhe agrada, o que é perfeito” (Rm 12,2).

Aspiramos a aprender a pensar como Jesus que pensou com uma mente humana, que se deixou conformar pela Palavra de Deus, por sua maneira de pensar e por sua misericórdia. Em sua vida, Jesus nunca se deixou convencer por maneiras erradas de pensar a religião que levava à discriminação, à intolerância, aos maus tratos ou à injustiça em nome de Deus (cf. Mt 5,7; 12,7; 23,23).

Além disso, Jesus pensou em si mesmo e nos convida a pensar em nós mesmas a partir do que o Pai pensava d'Ele: "Este é meu Filho, o Amado, com o qual me comprazo muito. Escutai-o (Mt 17,5)". Também nós somos as filhas amadas de Deus. Jesus nos diz que Ele nos ama com o mesmo amor com que Ele foi amado: "Como o Pai me amou, também eu vos amei; permaneçei no meu amor" (Jo 15,9). Será que estamos convencidas disso a ponto de acreditar e vivenciar este amor?

### 2.3. Sentimentos

Além dos pensamentos há um espaço interior que não podemos ignorar: nossos sentimentos. São movimentos internos que nos empurram para uma direção de atração, em relação ao que valorizamos como bom, ou rejeição, se valorizados como ruins. São, portanto, tendências à ação, mas não são responsáveis por nossas ações.

## Como conhecer melhor a nós mesmos e a Deus?

Os sentimentos não são controláveis ou voluntários, portanto, não podemos julgá-los moralmente.

O mundo emocional nos assusta porque parece se impor com sua força desordenada. Em geral, na vida consagrada, não sabemos muito bem o que fazer com nossos sentimentos. Mas não é necessário ter medo, mas sim aprender a viver com eles. O primeiro passo é acolhê-los, aceitá-los sem julgá-los moralmente como bons ou maus. Depois temos que senti-los. Isto não significa fazer o que eles nos dizem, mas deixar que sua força psíquica e sua energia se expressem sem constrangimentos. Podemos encontrar maneiras apropriadas de estar em contato com nossos sentimentos: escrever, pintar ou desenhar, cozinhar ou praticar esportes, passear na natureza ou ouvir música, fazer algum trabalho criativo ou simplesmente entrar em um silêncio orante estando presente a nossas emoções. Mesmo que pareçam ser muito fortes, podemos aprender a senti-las sem obedecê-las ou desprezá-las.

Um próximo passo é tentar dar-lhes um nome e dignidade. Temos pouco vocabulário para dar nome aos nossos sentimentos. Precisamos dar a nós mesmas palavras. Podemos buscar na internet uma lista de sentimentos e veremos que existem muitas, muitas palavras em nossos idiomas que nos ajudam a identificá-los. Apenas nomear o que sentimos nos dá paz e nos integra.

Deus nos encontra também em nossas emoções, se nos colocarmos com sinceridade em sua presença. Nas páginas do Evangelho, descobrimos muitas das emoções de Jesus e a maneira como Ele acolheu as emoções dos outros. Recordamos a mulher que o tocou por trás, na expectativa de ser curada fazendo o que era proibido por lei. Quando Jesus insistiu em saber quem o havia tocado: “A mulher se adiantou, assustada e tremendo, e ao compreender o que lhe havia acontecido, caiu a seus pés e confessou toda a verdade. Ele lhe disse: “Filha, tua fé te salvou” (Mc 5, 33-34). Em Mc 3,5, o Evangelho nos dá uma visão dos sentimentos do Mestre: “Ele olhou em volta com raiva e se entristeceu por causa da dureza de seu coração...”.

Podemos nos surpreender que Jesus sentiu raiva e dor, mas ao compartilhar nossa humanidade, ele sentiu o mesmo que nós. Raramente olhamos para Jesus sob essa perspectiva, mas é essencial fazê-lo para que nos ensine e nos permita sentir com Deus tudo o que vivemos.

Além disso, temos que perguntar a nossos sentimentos de onde eles vêm e para onde eles querem nos levar a fim de discerni-los e obter as informações que eles trazem consigo. Somente após este processo poderemos então decidir o que fazer.

*Senhor, deixo que você me abrace mesmo com meus sentimentos?*

## 2.4. Necessidades

As necessidades são um espaço profundamente humano e natural que é difícil para nós reconhecer. São deficiências e potencialidades que experimentamos. Todos nós temos necessidades físicas e psicológicas, pessoais e sociais e capacidades de significado e transcendência que não podemos ignorar e às quais devemos responder.

Se achamos difícil estar em contato com nossos sentimentos, estamos ainda mais distantes de nossas necessidades. Procurar uma lista de necessidades, também on-line, é um exercício importante que nos dará palavras para identificá-las em nós mesmas.

Muitas vezes temos uma concepção de vida consagrada que acredita que não devemos nos preocupar conosco mesmas, mas sempre com as necessidades dos outros. Mas é impossível estar atento e saudavelmente consciente das necessidades dos outros se não estivermos saudavelmente atentos às nossas próprias necessidades. Sem perceber, ao ajudar os outros podemos estar respondendo inconscientemente às nossas próprias necessidades, inclusive manipulando situações e pessoas. Portanto, é necessário ter uma relação clara e equilibrada com nossas necessidades.

Nós não somos chamadas a ser pessoas egoístas e egocêntricas, mas pessoas autoconscientes aprendendo a responder positiva e adequadamente às nossas necessidades pessoais e às dos outros (cf. Jo 4,7-10). É essencial que coloquemos nossas necessidades diante de Deus a fim de entender como Ele quer nos ajudar a satisfazê-las e a fortalecê-las.

O próprio Jesus experimentou nossas mesmas necessidades humanas e estava ciente delas. Ele estava sedento, cansado, faminto, necessitado de estima, amizade, compreensão, gratidão e solidão, entre outras. Mas Ele não se calou em sua satisfação

egocêntrica, ao contrário, soube fazer do serviço perspicaz às necessidades - as suas e as dos outros - sua prioridade na vida. Ele nos convida a fazer o mesmo, na certeza de que Deus sempre cuida de nós, porque Ele satisfaz nossas necessidades (cf. Mt 6,8), mesmo quando propõe que nos esvaziemos de nós mesmas para nos preencher com sua plenitude (cf. Fil 2,5-9).

*Jesus, discirno minhas necesidades contigo*

## 2.5. Afetividade

A necessidade mais central que temos é a afetividade. Este termo aqui significa a imensa capacidade e profunda necessidade de receber e dar amor, de nos deixar amar e de amar. Nesta realidade reside nosso valor como pessoas: a antropologia cristã nos diz que somos criadas por e para o amor, e somente no amor nos realizamos.<sup>3</sup> Ter consciência da experiência de afetividade é essencial para nos conhecer e crescer como pessoas inteiras, filhas de Deus e irmãs de todos.

Nossa realidade afetiva, desde a concepção até hoje, conforma nossa personalidade e memória, nossas relações e missão, nossa existência e futuro. No centro de nossa vida e em tudo o que fazemos estão as questões existenciais: se somos amadas, importantes, aceitas e se nosso amor é valorizado, útil e reconhecido. Portanto, precisamos olhar a afetividade com positividade, reconhecendo com sinceridade nossas deficiências e fontes afetivas para não nos deixarmos levar por obsessões e caprichos afetivos que nos tentam, traem e prendem, assim como a mulher samaritana (cf. Jo 4).

O próprio Deus vem ao nosso encontro e se relaciona afetivamente conosco, por isso é urgente aprender a rezar a partir da afetividade, permitindo-nos ser amadas para que o próprio Deus nos permita amar. E como se faz isto?

O primeiro passo será sempre reconhecer nossa sede de amor e de amar. E então, como Jesus e com Ele, devemos descer ao Jordão ou muitas vezes subir ao Monte da Transfiguração para ouvir o que Deus também diz de nós: "Este é meu Filho, o Amado, com quem estou muito contente. Escutai-o" (Mt 17,5). Ou como o "discípulo a quem Jesus amava" para reclinar nossa cabeça em seu peito, mesmo nos momentos mais difíceis, quando a traição se aproxima (cf. Jo 13,25), até chegarmos a viver em ritmo com a pergunta que Jesus nos faz: "Tu me amas?" e nós podemos responder-lhe: "Senhor, tu sabes tudo, tu sabes que eu te amo" (Jo 21,15-18).

Todos os encontros de Jesus com aqueles que acreditaram em sua misericórdia são afetivos porque penetraram até as profundezas do ser, devolvendo a cada pessoa sua identidade diante de Deus, diante de si mesmo e diante dos outros. Um exemplo, entre muitos, é o encontro de Jesus com a mulher que o tocou em segredo. Jesus lhe disse: "Filha, tua fé te salvou. Vai em paz e sê curada de tua doença" (Mc 5,34). Jesus, hoje e sempre, sem dúvida, nos dá a paz que brota de sua própria identidade, a de sermos filhas no Filho (cf. Ef 1,5). É Ele quem nos liberta afetivamente para que, deixando-nos amar, aprendamos a ser livres do que nos aprisiona para amar sempre à sua maneira.

*Senhor, deixo-me amar por Ti?*

## 2.6. Desejos

Desejos são impulsos, interesses ou vontades interiores que nos incitam a agir a fim de alcançar a satisfação de nossas necessidades. Eles são marcados pelas sensações que

nos afetam, pensamentos que interpretam a realidade, sentimentos que nos movem e, sobretudo, a afetividade que busca a realização, a plenitude.

Na vida espiritual, também os desejos não têm uma boa fama, como se fossem algo do qual devemos sempre nos afastar a todo custo. Mas os desejos são profundamente humanos. Eles são a bússola que nos mantém no rumo se forem conhecidos, discernidos e escutados, porque podem ser o dom e o eco do Espírito. Eles dão cor e vida às nossas decisões porque nos motivam a seguir o caminho em direção ao objetivo desejado, mesmo em meio a dificuldades e fadigas. Sem eles, a vida - e especialmente a vida consagrada, como muitas vezes acontece - será uma lista interminável de obrigações rígidas e pesadas, realizações sem cor e sem emoção. Devemos nos atrever a desejar.

Entretanto, também não podemos viver ao ritmo dos desejos sem sobriedade e realismo, deixando que eles nos escravizem. Portanto, devemos olhar honestamente para eles diante de Deus a fim de aprender a conhecê-los e desejar bem. Jesus nos ensina a desejar



o que é bom para nós sem nos conformarmos com o que falsamente promete ser uma resposta, porém sem nos saciar, sejam pessoas, coisas, títulos, cargos, regras, atividades ou vícios.

Jesus, em sua vida, desejou e fez de seu profundo desejo o caminho a seguir até o fim. Na Última Ceia, ouvimos de seus lábios: "Desejei ardentemente comer esta Páscoa com vocês antes de sofrer..." (Lc 22,15-16). As palavras utilizadas reiteram um desejo intenso, polarizante e total. Era sua aspiração a amar os seus, a entregar-se até o fim, mesmo que isso significasse ir até a cruz, a ser a transparência do amor do Pai. Jesus não viveu sua vida e paixão pela obediência a regras ou imposições externas, mas pela escuta e resposta adequada aos seus próprios desejos profundos e, neles, aos desejos de Deus. Assim, Ele nos ensina a não temer nossos desejos, a conhecê-los, a escutar seus convites, colocando-nos diante de Deus para que possamos discernir por onde caminhar.

*Você ousa desejar com Deus?*



## 2.7. Vontade

A vida cristã busca a vontade do Pai: “Seja feita a tua vontade assim na terra como no céu” (Mt 6,10). Para isso, precisamos conhecer não só a vontade de Deus, mas também a nossa própria, a fim de conformá-la à sua vontade.

A vontade é nossa capacidade de vontade e de escolha para assumir uma disposição nas situações em que vivemos, diante da diversidade dos movimentos interiores e dos chamados exteriores. Este potencial nos permite não seguir indiscriminadamente o ritmo de nossos instintos e emoções, mas escolher a direção a tomar. Nossa força de vontade nos leva a sermos fieis, mesmo quando nossos sentimentos, desejos ou necessidades insistem em nos empurrar em outras direções.

Uma vontade saudável nos leva a sermos responsáveis, livres e comprometidas com os valores evangélicos que professamos. Uma vontade fraca corre o risco de ser inconstante.

**O conhecimento da verdade sobre nós mesmas, que nos é dada unicamente através de nosso relacionamento com Deus e com sua Palavra, nos levará a nos deixar amar e a amar do jeito de Jesus.**

Uma vontade demasiado forte, porém, corre o risco de se tornar uma ditadura interior que não dá espaço a outros lugares interiores, criando uma personalidade dura e intransigente consigo mesma e com os outros. Além disso, a vontade não é suficiente para determinar o mundo interior. Querer controlar tudo pela força de vontade é chamado de pelagianismo e, como o Papa Francisco nos lembrou, não é adequado à nossa fé cristã<sup>4</sup>.

Precisamos responder com humildade à pergunta: “O que eu realmente quero?” e nos colocar diante de Deus com as mãos abertas como Maria de Nazaré pedindo: “Faça-se em mim segundo a tua palavra” (Lc 1,38). “Porque é Deus quem ativa em vós a vontade e a ação para realizar seu plano amoroso” (Fil 2,13). Devemos ajoelhar-nos diante de Deus para que Ele possa fortalecer nossa vontade e torná-la mais parecida com a vontade d’Ele.

Jesus nos ensina que, mesmo que nossa vontade pareça boa e santa, devemos sempre discerni-la e entregá-la aos caminhos do Pai. Não esqueçamos que o auto-engano está

sempre presente e nos prega peças. É por isso que, com Jesus, aprendemos a dizer em todas as situações: “Pai, se podes, afasta de mim este cálice, porém não se faça a minha vontade, mas a tua”. (Lc 22,42)

## 2.8. Decisões

Depois de ponderar e querer, vem o passo para a decisão, que é a seleção ativa e prática do comportamento, atitude ou resposta que queremos dar em uma situação específica. As decisões fazem parte de nossa vida a cada passo e momento. Não podemos viver sem tomar decisões nas coisas pequenas e grandes, insignificantes e importantes da vida. Um número maior de possibilidades torna a decisão mais difícil, mas diante das dificuldades temos que decidir, porque não decidir também é uma decisão. Deixar que outras pessoas decidam por nós é inevitavelmente decisão nossa. A experiência da obediência não pode significar a ausência de decisão e de vontade própria.

Deus nos convida a conformar nossas vidas através de nossas decisões inteligentes, criativas, realistas e também arriscadas. Precisamos parar diante de nossas próprias decisões, conhecê-las e conhecer a nós mesmas nelas: que decisões eu tomei?, por que decidi isto?, quais são as conseqüências destas decisões? Ao mesmo tempo, colocar nossas decisões - bem ou mal tomadas - no crivo da oração que, por sua vez, irá refiná-las e transformá-las de acordo com a promessa de Deus que é sempre capaz de nos fazer reconsiderar e retornar ao caminho certo, mesmo depois de decisões mal tomadas.

Ao decidir, é imperativo considerar não apenas o que vamos fazer, mas também como, pois isso afetará as conseqüências da decisão. Precisamos gastar tempo considerando as diferentes formas e implicações que uma determinada decisão terá para configurá-la adequadamente. Se, por exemplo, eu decidir falar com uma pessoa, preciso considerar e decidir sobre a atitude interior com a qual me aproximar, o tom de voz, a linguagem corporal, o conteúdo e as palavras a usar, o lugar, o tempo e assim por diante. Todos estes detalhes são fundamentais e exigem atenção.

Jesus nos convida a decidir livremente como Ele fez, superando todos os tipos de prescrições injustas. Ele não nos coage e nos convida a fazer o mesmo, insistindo que somos responsáveis por nossas vidas. Somente de forma livre, voluntária e resoluta poderemos viver uma vida consagrada feliz e libertadora que nos liberte. Segui-lo no caminho nos levará a abraçar a cruz, nunca por acidente ou imposição, mas por amor, entregando nossa própria vida e vontade. Com Ele poderemos dizer: “É necessário que o mundo compreenda que eu amo o Pai e que, por isso, faço tudo o que ele me ordena” (Jo 14,31).

## 2.9. Ações

Jesus nos lembra: “Vós os conhecereis por seus frutos... Uma árvore saudável não pode dar maus frutos, nem uma árvore danificada pode dar bons frutos” (Mt 7, 16-18). Na cultura evangélica, a ação é fundamental: a decisão é chamada a se tornar concreta. Nós somos construídos como pessoas através de ações concretas. Através delas - palavras e silêncios, gestos e atitudes - podemos reconhecer nossas verdadeiras motivações e o verdadeiro poder que Deus tem em nossas vidas.

O confronto diário, sincero e orante de nossas ações com a vida de Jesus é o que nos permitirá conhecer a nós mesmas, deixarmo-nos abraçar por sua graça, ser fortalecidas, corrigidas e segui-lo no caminho com passos sensíveis. O caminho da salvação é traçado na normalidade cotidiana: é ali mesmo que Jesus nos encontra e nos pede para amar do seu jeito.

Jesus nos chama a estar com Ele, a segui-lo e a proclamá-lo como o espaço vital de nossa dedicação, de nossa consagração e de nossas ações (cf. Mc 3,13). O sentido de nossa vida cristã, consagrada desde nosso batismo, está em ser testemunhas “do que ouvimos, do que vimos com nossos próprios olhos, do que olhamos e tocamos com nossas mãos” sobre Jesus (1Jo 1,1). Devemos oferecer ao mundo - com nossos gestos e palavras - a experiência do amor de Deus, assim como Jesus: “Eu lhes dei a conhecer e lhes farei conhecer o vosso nome, para que o amor que tivestes por mim esteja neles, e eu neles” (Jo 17,26). Tudo isso pressupõe que nos deixemos amar muito por Deus que derrama seu Espírito em nossos corações (cf. Rm 5,5).

## Conclusão

O amor de Jesus nos capacita para amar, libertando-nos: “Se permanecerdes na minha palavra, sois meus discípulos de fato; conhecereis a verdade, e a verdade vos libertará... E se o Filho vos libertar, verdadeiramente sereis livres” (Jo 8,31-32.36).

O conhecimento da verdade sobre nós mesmas, que nos é dada unicamente através de nosso relacionamento com Deus e com sua Palavra, nos levará a nos deixar amar e a amar do jeito de Jesus. Este é o objetivo de nossa vida consagrada, que só se eleva tocando nosso chão - nosso húmus - colocando-a sincera e humildemente diante de Deus que sempre nos fortalecerá e nos justificará com sua graça: “Minha graça vos basta: minha força se manifesta na fraqueza” (2 Cor 12, 9). É por isso que queremos entrar em nosso mundo pessoal e muitas vezes desconhecido para “nos deixar amar em nossa frágil interioridade...”.

- 1 A. de Hipona, Tratados sobre o Evangelho de São João. Treatise 10, online, [https://www.augustinus.it/spagnolo/commento\\_vsg/index2.htm](https://www.augustinus.it/spagnolo/commento_vsg/index2.htm) (Consulta em 8 de novembro de 2022), 1.
- 2 T. de Jesús, Livro da Vida, online, <https://www.portalcarmelitano.org/download/LIBRO-DE-LA-VIDA-Santa-Teresa-de-Avila.pdf> (Consulta 15 de setembro 2020), 13.15.
- 3 cf. Catecismo da Igreja Católica, 1604.
- 4 Cf. Papa Francisco, «Gaudete et exsultate», 49.