

# CAMINHANDO NA DIREÇÃO DE DEUS<sup>1</sup>

Pe. Jairo Luiz Gusberti

## INTRODUÇÃO

Está havendo, no mercado, uma procura de experiências religiosas nestes últimos tempos. As pessoas estão necessitadas de sentido da vida. Uma oferta diversificada de opções tentam, a seu modo, satisfazer seus clientes. Muitos são os movimentos e grupos que estão surgindo em face a oferecer uma experiência religiosa.

Este breve estudo tem por objetivo oferecer alguns conhecimentos fundamentais e alguns critérios de discernimento das principais formas de experiência religiosa do ponto de vista da psicologia e da teologia espiritual.

Existe toda uma propaganda sendo feita: "*encontro com o inconsciente, curas, conhecer o futuro, falar com os mortos, saber quem está fazendo mal, aliviar sofrimentos*", etc. Porém, é importante ter presente que uma autêntica experiência religiosa não pode ser procurada através de nenhum meio psicológico ou ser fruto de um querer, fruto da curiosidade. A experiência religiosa é sempre um dom de Deus. A busca natural do homem é estreitamente ligada à oferta gratuita da graça de Deus. A verdadeira experiência de Deus leva a pessoa à conversão, à vida comunitária, à transformação da sociedade, ao diálogo respeitoso para com todos, à humildade, à alegria, à caridade e à esperança, ou seja, colocar-se no lugar do outro. Aquilo que fugir destas características indicar uma falsa experiência de Deus, ou um longo percurso no caminho de uma conversão radical.

A psicologia quer estudar a relação que existe entre vida espiritual e a saúde mental. Uma vida espiritual autêntica pode levar um ser humano ao equilíbrio biopsicossocial, ou seja, a uma maior integração de si mesma, com as pessoas, com Deus e com a criação. Portanto, a transcendência não é objeto de estudo da psicologia, mas sim, os efeitos da experiência de Deus sobre a psique humana.

A experiência de base de um caminho espiritual é a conversão. Essa é uma experiência transformante. A conversão é sempre constante na vida e se constrói através da ascese. O caminho na busca da santidade começa com o Batismo. No entanto, este caminho exige que o ser humano saiba lidar com a falta, com o sofrimento, com o auto conhecimento, isto é, exige amadurecimento.

## CAP. I – PSICOLOGIA E VIDA ESPIRITUAL

É difícil estabelecer a relação entre psicologia e vida espiritual. Isso por três razões:

- a) Não existe uma só psicologia, mas várias abordagens teóricas psicológicas;
- b) A relação causal entre psicologia e prática espiritual não são parecidas;
- c) A maioria das abordagens da psicologia contemporânea não levam em conta o espírito e nem a vida espiritual, mas somente da vida psíquica. Todas as teorias psicológicas são reducionistas, porque carecem de uma visão global do ser humano.

O estudo psicológico dos fenômenos religiosos dependerá dos pressupostos antropológicos do profissional, bem como de uma profunda experiência religiosa.

---

<sup>1</sup> SZENTMÁRTONI, MIHÁLY. *In cammino verso Dio*. Relessioni psicologico-spirituali su alcune forme di esperienza religiosa. Milano: San Paolo. Este trabalho procura resumir a obra do autor acima citado, com contribuição de reflexões pertinentes ao tema.

## Hoje existem 4 teorias de personalidade:

### **1. Teoria psicodinâmica**

É a teoria mais antiga vinda de Freud. Está ligada a psicanálise. Os conflitos inconscientes passados são as causas dos problemas da pessoa no hoje. As atenções se voltam aos dinamismos intra-psíquicos. A sua grande descoberta em ter compreendido que tudo o que faz parte do inconsciente tem um caráter pulsante e dinâmico.

Na prática espiritual a psicanálise contribuiu para desvendar muitas formas infantis e imaturas desta prática. A palavra chave é motivação. A existência de motivos inconscientes e seus efeitos no cotidiano e na vida religiosa. Criou condições de uma espiritualidade mais madura. O estudo do inconsciente encontrou aplicação: na culpabilidade, na vocação religiosa e nos fenômenos para-místicos.

- a) **Pecado, culpa, confissão** – Facilmente se encontram pessoas que perderam a consciência de que são pecadores. A pessoa que assim pensa, se apresenta como vítima das circunstâncias, um ser passivo. Estas pessoas apontam os erros da sociedade e das pessoas e se isentam de seus próprios limites e responsabilidades.

São João Paulo II recorda que *"o sacramento da confissão não é e não deve se tornar uma técnica psicanalítica ou psicoterapêutica. Todavia uma boa preparação psicológica, e em geral, nas ciências humanas, ajuda o padre a compreender o misterioso interior. Ajuda a entender o que é moralmente responsável daquilo que possa ter condicionamentos vindos de traumas"*<sup>2</sup>.

A confissão sacramental tem diminuído nos últimos anos, mesmo com as motivações que a Igreja tem oferecido. É um dos sacramentos instituídos por Jesus Cristo.

- b) **A vocação sacerdotal e religiosa** – A contribuição da psicologia do profundo tem ajudado. É a teoria da autotranscendência na consistência, elaborada e aprofundada por Rulla e seus colaboradores. Descobertas positivas: autotranscendência, consistência/inconsistência, valores terminais e instrumentais, quais as motivações de uma escolha vocacional, quais as necessidades inconscientes e incompatíveis com os valores vocacionais.
- c) **Fenômenos para-místicos** – Após estudos, nem todos os santos são sadios. O fato é que eles fizeram de seus limites a oportunidade de se confiarem a Deus. Outras contribuições: a relação entre instinto e espírito; direção espiritual e psicologia; a alegria cristã; falar em línguas; caídas no espírito; auto sugestão, etc.

### **2. Teoria do comportamento**

Nesta teoria, o comportamento humano é fortemente influenciado pela experiência do ambiente. As raízes filosóficas e antropológicas do behaviorismo se encontram no positivismo, no associativismo e no pragmatismo. Esta teoria influenciou a vida espiritual nas obras observadas. Isso provocou uma aversão à introspecção e à contemplação. A espiritualidade se torna solidariedade e atos concretos em face aos sofredores.

- a) **A ascese** - O behaviorismo indicou como traduzir em ações as necessidades dos impulsos internos, tensões inconscientes, tirar do "eu" toda ansiedade. Surge uma ascese não contra o corpo, mas para o seu correto desenvolvimento; compreender e controlar as paixões e instintos em vistas do desenvolvimento espiritual; diminuir o sofrimento e se não der, aceitá-lo.

---

<sup>2</sup> Cf., Ad maiorem Paenitentiarium nec non minore paenitentiariorum basilicarum Urbis, AAS 86 (1994), n. 1, 78-82.

A espiritualidade se torna ações, numa atmosfera de relax. O perigo constatado é o ativismo como prática espiritual. As ações podem ser autoafirmação de si mesmo; a vida comunitária é uma oportunidade de abertura aos dons dos outros. A ascese é também vida comunitária.

- b) **A meditação** - É a concentração sobre um tema, excluindo o externo. Passos para a meditação: comportamento passivo; separar-se do ambiente que distrai; não pensar em nada; profundo relaxamento muscular. O Diretor espiritual se torna um técnico em ensinar relax.

### 3. Teoria Humanista

Se trata de uma mentalidade e comportamento de vida. Segundo Rogers, a pessoa possui uma grande força interior capaz de autorrealização. Algumas ênfases: Deus tem um plano para cada pessoa; aceitação do amor incondicional de Deus a cada pessoa; o valor de cada pessoa humana; a confiança na direção da vontade livre; a possibilidade de arrepender-se; e, a capacidade de orientar a vida a fins mais elevados. Uma palavra chave desta teoria é afetividade e a importância dos sentimentos. Esta teoria influenciou na direção espiritual e na espiritualidade carismática.

- a) **A direção espiritual** - A direção espiritual é um meio privilegiado no caminho da ascese. A contribuição da psicologia deve ser de um auxílio em um determinado percurso da vida que, necessariamente, desemboca sempre no caminho espiritual de seguimento a Jesus Cristo.
- b) **A espiritualidade carismática** - A espontaneidade dos sentimentos, bem como da experiência imediata de Deus, indicam muitos elementos presentes da psicologia humanista. Alguns limites que podem ocorrer: a incapacidade de admitir os limites da vida e que admiti-los é a base da sabedoria; falhas na dimensão dos deveres e da criatividade em resolver situações bem concretas; negações; inibições; algumas dificuldades nas relações interpessoais. Se a influência da psicologia humanista parar no "eu" como fim último, e não transcender na direção de valores objetivos e na direção de Deus, que pode requerer, no amor, até o sacrifício do "eu", pode se tornar um obstáculo ao chamado amoroso, exigente de Deus.

### 4. Teoria da psicologia existencial

É a Logoterapia de Victor Frankl. Busca uma análise existencial da pessoa identificando os seus valores e potencialidades, bem como suas dores e morte, levando a pessoa a dar sentido a própria vida. Os conceitos desta antropologia são: o significado, a possibilidade de novas escolhas, a responsabilidade e a experiência imediata.

A palavra chave para a espiritualidade é a experiência. Há um desejo profundo e sede da experiência imediata de Deus. A espiritualidade se torna ativa, orientada na direção de valores a realizar. Para a vida religiosa é a busca da transcendência. O aspecto negativo pode ocorrer se a pessoa esquece de Deus, sobrevivendo os que são fortes na vontade e na busca de sentido da vida.

Todas as teorias psicológicas tem oferecido a sua contribuição positiva à prática da vida espiritual. São quatro caminhos alternativos do pensamento psicológico. Resumindo: a psicanálise examina as dinâmicas inconscientes; o Behaviorismo analisa o comportamento observável; a teoria humanista se ocupa da dimensão afetiva; e, a teoria existencial tem em vista as decisões na busca de sentido. Nenhuma teoria cobre toda a verdade da pessoa humana, mas seus diversos aspectos.

## CAP. II - VIDA ESPIRITUAL E PSICOLOGIA

Um outro aspecto entre psicologia e prática espiritual é a saúde mental. Qual é a relação entre prática religiosa e saúde mental?

**1. Religião e saúde mental** - Algumas controvérsias: sem religião não existe saúde; a santidade leva a uma perfeição psicológica; um santo não deveria ter nenhum distúrbio psicológico; etc. Mesmo uma intensa vida espiritual carrega consigo angústias, escrúpulos e culpas. Em épocas passadas se alguma pessoa sofria de algum distúrbio, eram desconsiderados as suas obras, escritos e sua religiosidade. Isso contradiz que certos artistas eram afligidos por distúrbios psíquicos e suas obras permanecem indiscutíveis até hoje. Exemplos: Kant, Schiller, Bethoven, Dostoevskij e outros. Exemplos religiosos: São Paulo (era considerado epilético), Santa Tereza de Ávila (considerada histérica), Santa Terezinha do Menino Jesus (considerada narcisista), São João Maria Vianey (considerado com complexo de inferioridade), etc. A religião não cria as doenças. Os indivíduos com transtornos mentais, muitas vezes, procuram a religião na esperança do alívio, ou seja, que não haja exigência, que ele só receba e não precise doar-se. As doenças fazem parte da nossa natureza humana.

**2. A função preventiva da vida espiritual** - A religiosidade não cria doenças mentais. Nem a religiosidade pode curar doenças mentais. A religião não pode substituir a psicologia e a psiquiatria. Não se pode dizer que as pessoas religiosas são mais sadias que as que não tem religião. O certo é que a pessoa religiosa possui algo mais que a torna um pouco mais estável psiquicamente. Não dá para negar que uma experiência intensa religiosa poderá levar a um certo equilíbrio psíquico, que pode-se considerar como cura.

Para entender a função positiva da religião na saúde mental, é preciso examinar dois aspectos: a função da religiosidade na vida psíquica e a estrutura psíquica (personalidade) através da psicoterapia ou psiquiatria. Deste modo, os transtornos psíquicos narcísicos poderão estar presentes nas pessoas religiosas ou não. Desta forma, a graça de Deus não é algo mágico que age sem a ajuda humana. De outro lado, as turbulências psíquicas, angústias, desequilíbrios emotivos não constituem um impedimento definitivo para a santidade. A religiosidade e a saúde psíquica não são idênticas, mas se relacionam. O objetivo é delimitar os campos da psicologia e da espiritualidade.

**a) A dinâmica das neuroses** - Se a religiosidade autêntica é um fator de estabilidade pessoal, necessariamente terá uma função positiva. As neuroses são formas de reação inadequadas e que se tornaram crônicas. O núcleo de cada neurose é constituído pela angústia e os sintomas neuróticos são formas de manifestação da angústia e da defesa contra a própria angústia. Uma reação neurótica pode ser provocada por diversas causas. Dentre elas destacam-se algumas:

Os complexos - São desejos, fantasias, ou inibições inconscientes que reduzem a liberdade da pessoa. Os complexos são pensamentos com grande carga afetiva. Os complexos mantidos no inconsciente influenciam no comportamento da pessoa.

Choque Psicológico - Envolve componentes físicos e psíquicos. Produz sobre o organismo efeitos como: imobilidade, rigidez, suor, choro, etc. Um choque de grande intensidade pode alterar o funcionamento psicológico.

Estagnação psíquica - É a lenta decomposição do funcionamento psíquico. Pode-se observar nas pessoas que vivem isoladas ou no cárcere. É um isolamento relacional.

As frustrações - São situações de difícil solução na vida e que leva à reações: agressões, regressões, a fixação (modo de ver o mundo, as pessoas).

Angústia - além de ser a causa é o sintoma da neurose. A angústia está presente na vida e é necessária. O medo e a angústia são parte da resposta da pessoa diante de uma crise. Faz a pessoa crescer e se desafiar. Na infância a angústia e o medo (solidão,

escuro, desconhecidos) permite se distanciar de lugares perigosos. A repetição de experiências angustiantes pode levar a uma situação crônica de ansiedade.

As características acima não causam diretamente uma neurose, mas enfraquecem a estrutura psíquica e física levando a pessoa a ser vulnerável a situações do cotidiano. Podem os pais inculcar nos filhos rigidez de normas de conduta religiosa não corretas. Assim, podem nascer neuroses religiosas. A pessoa que vive uma neurose utiliza a religião para continuar na sua neurose.

b) **Processos Psicoterapêuticos** - Hoje se fala de higiene mental e terapias mentais. Na cura do corpo existem os mecanismos de autodefesa e de anticorpos que entram em ação. Se isso não basta o médico administra medicamentos. Na psicoterapia se dá a ajuda através de técnicas:

Catarse - É a busca da purificação do inconsciente, não somente um fim, mas um meio. Bem antes de Freud, Santo Inácio de Loyola dizia: "*É importante que o homem se liberte primeiro de todos os seus afetos desordenados*". Ou seja, dos conteúdos negativos que impedem o pleno funcionamento da pessoa. Entram neste horizonte do inconsciente: ódio, rancor, vingança, medos irracionais, falta de perdão, angústia, raiva, etc. A forma correta é desabafar e expressar todas estas realidades negativas com seus sentimentos.

Sentido de segurança - Este sentimento surge quando há a empatia do paciente frente ao terapeuta. O paciente se sente seguro e disso surgem soluções positivas.

O sentido da vida - É reencontrar o sentido da vida. Qual é o sentido de minha vida? Perceber a beleza que é a vida humana e seus dons recebidos de Deus.

Orientação positiva - É fundamental pensar conceitos positivos. A pessoa deve evitar repetir frases negativas para si mesmo. As nossas ações seguem a nossa percepção e a definição que damos a uma situação.

Tranquilidade da consciência - Hoje se procura a unidade entre corpo, sentimentos e espírito e entre consciência e doenças psicossomáticas. A culpa reprimida, ignorada e psicologicamente não compreendida, pode provocar distúrbios, até depressão. Existem quatro tipos de culpabilidade: a *culpabilidade existencial* - é a tensão que existe entre o real e o ideal; a *culpabilidade racional* - é o juízo numa situação de decisão; a *culpabilidade psicológica* - está ligado mais ao sentimento. Surge aqui a vergonha e o medo; e, a *culpabilidade neurótica* - ela é inconsciente, com forte sentido de culpa espalhado no interno. A psicoterapia busca libertar a pessoa da culpa neurótica.

c) **Caminhos religiosos** - A vida espiritual favorece um maior conhecimento de si mesmo. O cristianismo busca o seguimento de uma vida em constante conversão, purificação e mudança. A oração e a confissão são meios humanos e divinos centrados na pessoa. Disso surge maior conhecimento de si mesmo. Para isso três passos são importantes: purificação da mente (de tudo o que é desordenado); orientação positiva na direção de valores superiores; e, vida de liberdade interior. Estes passos podem ser entendidos por: purificação iluminação e união com Deus. Eis o caminho, ou o processo interior na vida espiritual que se pode comparar com a psicoterapia:

Conversão - É a constante purificação da alma. A fé pessoal vivida no confronto com Deus é o modo eficaz para resolver a angústia;

Justificação - Pela Encarnação de Jesus Cristo, tendo a nossa natureza, sendo Deus, Ele aceitou a nossa vida humana. Deus aceita a pessoa humana. A teologia chama de justificação. Fomos justificados na vida, morte e ressurreição de Cristo;

Deus Criador - A fé em Deus criador representa o fator que garante o sentido da vida. Fomos criados para uma missão que veio de Deus;

Amor universal - O cristianismo tem como programa de base o amor ao próximo e aos inimigos. Este é um caminho positivo de vida;

Reconciliação - Salvas a culpabilidade psicológica e neurótica, que precisam de psicoterapia, a reconciliação precisa do perdão. Acolher o perdão e oferecer o perdão como remédios interiores. A realização do perdão divino, se corretamente compreendidos, permite a pessoa aceitar-se e ao término da guerra civil travada dentro da pessoa. A confissão sacramental funciona, mediante a fé porque ela é de Deus.

**3. A função terapêutica da religião** - Mesmo o cristão não está isento de stress, aflições e doenças. Também o cristão precisa, em alguns momentos, da ajuda da ciência psicológica. Ninguém é diretor espiritual, médico, psicólogo e confessor de si mesmo.

A religião tem como meta o encontro com Deus e a psicologia tem como meta o encontro com a pessoa mesma. Um distúrbio nervoso não se cura com a oração, mas com a psicoterapia. Não se deve esperar milagres onde se tem os meios naturais da ciência que é dom de Deus se bem usada. Rezar sempre faz parte. Não se pode abrir mão da vida de oração. Deus oferece aquilo que é dom Dele: a razão humana e as ciências.

#### **a) Técnicas psicoterapêuticas**

A dessensibilização - É usada para curar fobias e ansiedades. A música é o primeiro passo para tranquilizar e depois a pessoa falar de seu medo. Repetindo esta técnica a pessoa controla os medos e ansiedades.

A transferência - O psicoterapeuta se torna o novo objeto que ajuda o paciente a compreender as figuras paternas, maternas e dos irmãos.

A verbalização - É o esforço de exprimir um problema ou tudo aquilo que vem na mente. É recontar a própria vida. Falar do problema interno.

A autossugestão - A pessoa é convidada muitas vezes a repetir frases e pensamentos positivos. Evitar repetir mensagens negativas.

#### **b) Práticas espirituais**

A meditação - Visitar uma igreja, adoração as Santíssimo, terço, Palavra de Deus. Isso traz uma paz interior.

Fé personalizada - É a relação com o Deus Pai, Deus Filho, Deus Espírito Santo. Maria como a figura materna.

A verbalização - Isso se dá através da Direção Espiritual e da Confissão Sacramental. É falar de si em alta voz a uma pessoa que escuta. Até falar na oração é positivo.

As jaculatórias - São frases bíblicas repetidas ao longo do dia. Ex. "*O Senhor é meu Pastor, por isso nada me faltará*".

#### **4. O papel da vida espiritual**

A psicologia pode oferecer uma contribuição preciosa ao crescimento espiritual de uma pessoa, mas não pode nunca substituir a experiência religiosa que é sempre transcendental. O papel da vida espiritual é a experiência com Deus.

A descoberta da psicologia da vida espiritual é que as formas de oração e piedade não são invenções gratuitas, forçadas, mas expressão de uma exigência natural da alma e da mesma psique humana. Neste sentido podemos afirmar que uma religiosidade vivida serenamente ajuda a tornar mais equilibradas, maduras e humanas as relações consigo mesmos, com as pessoas e com Deus.

### **CAP. III - EXPERIÊNCIA RELIGIOSA**

A experiência religiosa é uma dimensão da antropologia teológica. É a pessoa se reconhecer criatura de Deus e amada por Ele. A experiência religiosa é algo humano e divino, imanente e transcendente.

## 1. A religiosidade

A religiosidade é uma experiência complexa. Ela tem 5 dimensões:

### As dimensões da religiosidade:

- a. **A dimensão ideológica:** as crenças religiosas – é o conteúdo da Fé: ideias, dogmas, ensinamentos crenças...;
- b. **A dimensão ritualista:** a prática religiosa – piedade pública e privada, orações, jejuns, celebrações, sacramentos. Três coisas são comuns nas religiões: oração, leitura dos livros sagrados e ritos sagrados. Ex. Eucaristia;
- c. **A dimensão experimental:** a experiência religiosa – é a vivência religiosa. Duas formas comuns nas religiões: conversão e experiência mística. Imprevista ou gradual;
- d. **A dimensão intelectual:** o conhecimento religioso – são as informações e os conteúdos doutrinários;
- e. **A dimensão da consequência:** aceitação de um certo código moral e sua vivência no dia a dia.

### As raízes afetivas da religiosidade

- a) **O papel da mãe** – É a confiança de base que o menino adquire com a mãe. Essa confiança de base se transforma em sentimento de uma sagrada presença. Cresce o desejo de unidade, de totalidade e de bondade. Nesta alegria e confiança se experimenta o bem estar no universo. Abertura à felicidade e ao amor.
- b) **O papel do pai** – Esta experiência chega mais tarde. É uma experiência libertadora, garante a individualidade e afasta o filho da simbiose da mãe. O pai se torna símbolo de Deus. Na base de todas as religiões existe uma paixão infantil pelo pai que protege e pune. Isso interfere na relação com Deus. Aparece também o complexo de Édipo (o menino quer tomar o lugar do pai para ser parecido com o pai. A menina rivaliza com a mãe para ser parecida com ela). Não se pode imaginar uma espiritualidade madura, elevada, mística, sem o envolvimento da dimensão afetiva.

## 2. A natureza da experiência religiosa

Percepção intuitiva dos sinais de Deus.

- a) **O significado da afetividade** – O coração da experiência afetiva está no conhecimento de si mesmo. A afetividade é um apelo de auto-realização. Na esfera afetiva existem 3 dimensões: universo como totalidade, captação do mundo (ser no mundo) e a afetividade como lugar da experiência religiosa.
- b) **Experiência religiosa cristã** – A. Godin destaca 4 características:
  - \* **Experiência transformante** – A experiência de Deus se insere na história da pessoa (Paulo).
  - \* **Síntese ativa** – A adesão da fé se torna transformante: Pentecostes, Sacramentos, Bíblia, Igreja, orações. É uma síntese ativa de presença e de interpretação.
  - \* **Resistência** – Na experiência religiosa vem momentos de resistência e de crise: Jeremias, Maria, Pedro.

\* **Identificação** – Imitar Jesus Cristo. É uma busca insaciável pela fonte de água pura.

### 3. A vida espiritual como experiência vivida

É um contínuo diálogo de amor com Deus. **Deus chama o homem livre, por nome a uma missão no amor.**

a) **Iniciativa da graça** - Deus toma a iniciativa para que o homem se **converta** e mude de vida; a **ascese** é a busca da perfeição; a experiência de **vértice** é a descoberta do sentido da vida e da própria identidade; o convite à **missão** é o entusiasmo pela vida espiritual; e na chamada da **mística** é para a experiência no amor de Deus;

b) **Resposta do homem** – A pessoa deve dar uma orientação à própria vida; encontrar os meios para o fim; realização da própria identidade; descoberta da vocação e o seu lugar no universo; e, como devo viver e agir?

c) **São Paulo como modelo** – conversão, ascese, vocação/ identidade e missão.

1. **Para onde vou?** Damasco.
2. **Como vou?** Paulo percebe que a nova vida requer esforço;
3. **Quem sou?** Paulo encontra uma nova identidade e se torna escravo de Cristo.
4. **O que devo fazer?** O carisma da missão de Paulo aparece 2 anos depois quando os judeus os rejeitam por causa de ciúme.
5. **Como devo agir?** Qualidade de vida: simplicidade e amor. Desce a graça de Deus e sobe o ser humano resgatado.

## CAP. IV - CONVERSÃO

A experiência religiosa é a percepção intuitiva dos sinais de Deus. Deus chama (conversão), o homem livre (ascese), pelo nome (vértice), para uma missão (carisma), para a salvação (limite), no amor (mística).

A primeira e fundamental pergunta da pessoa humana é o da orientação: Por que fui criado e qual é o sentido da minha vida? O desejo de Deus está inscrito no coração do homem, porque o homem foi criado por Deus e para Deus (Cf. CIC 27). A experiência desta orientação é fundamental para se viver a experiência de conversão.

### 1. O sentido de Deus

Detrás de cada conversão existe uma experiência de Deus. É a descoberta do sentido de Deus. **André Frossard nos diz:** “Deus existe, e eu o encontrei”. Depois desta descoberta a pessoa não pode mais viver como antes. **Charles de Foucauld** neste sentido diz: “Apenas acreditei que existia Deus, eu compreendi que não podia fazer outra coisa que viver para Ele.

**Nova orientação** – “O tempo se completou e o Reino de Deus está próximo; Converti-vos e crede no Evangelho” (Mc 1, 15). Todo caminho espiritual começa sempre com a conversão. Como experiência a conversão é sempre uma resposta a Deus que chamou. O Catecismo destaca que a conversão é um processo contínuo e dinâmico que nos leva à transcendência (cf. 1428). A conversão é uma experiência fundante e transformante e que tenta responder a uma pergunta: Para onde vou?

Do ponto de vista teológico a conversão é a resposta da pessoa a iniciativa soberana de Deus. Implica logo uma revisão dos próprios erros, abandono dos pecados,



do poder e colocar a vida humana inteiramente orientada a Deus para que ocorra a mudança.

**Conversão** - Conversão é a mudança de vida, para Deus ou para o mal. É uma reestruturação da personalidade. A conversão é uma realidade complexa, pois envolve elementos morais, sociais e históricos.

**Segundo o tipo se pode distinguir:** **Conversão de inquietação** (necessidade de encontrar a verdade); **Vontade de realizar um ideal** (casos de conversão ao cristianismo); **Conversão do tipo emocional** (casos das seitas).

**Segundo a ressonância** - Uma conversão pode ser lenta ou imprevista. Em ambos os casos antecede um tempo de preparação, consciente ou inconsciente.

**Segundo a dimensão** – A conversão pode ser pessoal ou coletiva. No caso da conversão coletiva existe o perigo do espetáculo.

## **2. O processo da conversão**

A conversão, do ponto de vista psicológico, é um processo. Temos que fazer a distinção entre dois tipos de personalidade: quem não sente a necessidade da conversão, daquele que sente a necessidade.

a) **A fase da desintegração** – De quem nasceu de novo, uma segunda vez.

b) **A fase da unificação** – Pode acontecer gradualmente ou imprevista. Pode vir de uma transformação dos sentimentos, ou das ações, por meio de novas descobertas intelectuais ou de experiências místicas.

Converter-se significa que os valores do Evangelho que antes estavam na periferia da vida, agora estão no centro. Deus se torna o centro da vida. Neste caso podemos distinguir dois tipos diferentes de conversão:

a) **O tipo volitivo** (da vontade) – É um processo gradual de hábitos morais e espirituais.

b) **O tipo de quem se abandona** – Os efeitos subconscientes são mais frequentes e perturbadores. Na mente da pessoa existe dois estados: incompletude e ideal de vida positivo.

Na maioria dos casos, o pecado é um polo de atração. A conversão é um processo de luta para afastar-se do mal.

## **3. A experiência da conversão (quatro momentos):**

a) **Toda conversão vem precedida de certa crise psico-espiritual.**

b) **O sentido de um poder superior dominante.** Perda da ansiedade, sentido de paz, de harmonia e vontade de viver. A segurança da graça de Deus e da redenção de Deus.

c) **O sentido da percepção da verdade que antes era ignorada.** Este sentido de novidade interior e exterior é um dos lugares comuns nos relatos de conversão.

d) **O êxtase de felicidade. Isso indica que o processo de conversão mais intensa se completou.**

Estas 4 etapas se verificam também nas conversões progressivas, mesmo em modo não espetacular. Depois de um período de confusão, cansaço, culpa, a pessoa se sente amada, aceita e segura.

## **4. A dinâmica da conversão**

a) **Conversão por miséria moral** – Uma conversão deste tipo ocorre em 3 tempos:  
**1º O pregador se dirige a pessoa indiferente e hostil à religião e suscita nela os sentimentos de desconforto sentimental e moral;**

2° Nesta fase de depressão nasce os sentimentos de culpa, humildade, impotência, de miséria e de desespero. Neste ponto o pregador conduz as pessoas a superarem a si mesmas através da graça de Deus.

3° Inicia, então a fase ascendente com sentimentos: de esperança, confiança, segurança, amor, alegria, paz e luz.

**Exemplo:** S. Inácio de Loyola, depois da leitura da vida dos santos. Missões populares (Nesta, existe o perigo da pessoa se afundar em sua miséria moral. É preciso acompanhar depois a pessoa).

- b) **Conversão por substituição** – Se trata de um processo de sublimação, isto é, encontrar na religião uma solução a algum problema psicológico. O motivo primeiro deve ser o de procurar Deus. A conversão pode se tornar autêntica, nas fases seguintes, se a pessoa é obediente ao chamado de Deus. Por outro lado, a experiência dos próprios limites pode ser o ponto de partida para mudar de direção.
- c) **Conversão “progressiva”** – Neste sentido a conversão é a elaboração contínua e íntima da parte da pessoa mediante a fé. Ao término de um contínuo progresso intelectual e espiritual, a pessoa consegue observar, não sem surpresa, de se ter tornado uma outra pessoa. Exemplos: Santo Agostinho, São Francisco. A conversão progressiva se verifica na vida de todos os crentes que cresceram num ambiente autenticamente religioso e possuem uma vida espiritual regular. A pessoa cresce e nela se verificam mudanças progressivas.
- d) **Conversão “dramática”** – Abalado na profundidade por uma situação dramática, a pessoa vê quebrada na própria imagem do mundo e dos valores que antes buscava. Surge a necessidade de se confiar somente em Deus, pois Ele resiste a qualquer tragédia. Exemplo: São Francisco Borgia
- e) **Conversão “por experiência religiosa”** – Se trata da conversão na qual a realidade de Deus se impõe improvisamente como um valor radicalmente novo. Os sinais da presença de Deus podem vir de um texto bíblico, diante de um crucifixo, na vivência dos sacramentos. Exemplo: Santa Edith Stein

## 5. Critérios de discernimento

A análise psicológica tem por finalidade encontrar os critérios de discernimento que possam ajudar a distinguir os fenômenos que manifestam um desvio de ordem psicopatológica. As conversões que se apresentam de modo rápido e inesperado precisam ser discernidas. É preciso que, diante destas, se faça um esforço de compreensão e elaboração sistemática.

Deve-se fazer uma leitura dos acontecimentos iluminados à luz da fé, mediante a qual a pessoa percebe o fio de ouro que deu e dá sentido a sua vida, reconstruindo o seu passado. Na conversão autenticamente religiosa emerge o EU original, integrado e num nível autêntico. O processo de conversão se pode ter, por completo, no momento em que a pessoa reorganizou, em profundidade, todos os seus traumas e afetos desordenados. A conversão completa acontece com o encontro com Deus.

A vida de conversão cotidiana não é fruto de um momento único, mas de um longo caminho para qual se requer esforço, trabalho sistemático, que se chama de ascese.

A ascese vem depois da conversão. A pessoa sente a necessidade de corresponder à graça de Deus. Vem a pergunta: “Como vou”? Que meios vou empregar para chegar lá? A ascese não está ligada a religião somente. A pessoa busca a perfeição cristã e a fazer a vontade de Deus. Essa busca é gradual e progressiva.

### **1. Experiência da própria liberdade**

A pessoa descobre a própria liberdade e a busca através da ascese. Os 3 votos de obediência, pobreza e castidade é uma forma institucional para ser livre. Com a liberdade nasce a responsabilidade.

### **2. Consolidação da integridade da pessoa**

A conversão é o início de um processo de consolidação. A ascese é o esforço para atingir os valores morais e religiosos. São exercícios físicos, intelectuais e morais. É necessário esforço e método. A ascese não é um fim em si mesma.

- a) **O primado da meta** – Esforço para a vida moral e espiritual. Como Paulo na imagem do atleta que se esforça. “*Se alguém quer me seguir tome a sua cruz e me siga*”(Lc 9, 23). A ascese nasce da falta de unidade interior: com Deus, consigo mesmo, com os outros e com a criação.
- b) **A qualidade dos fundamentos** – Construir a casa sobre a rocha. O fundamento é Jesus. Ser como Jesus. Viver na liberdade responsável e comprometida.

### **3. Ascese e santidade**

A ascese cristã caminha para a santidade como ideal evangélico. A ascese deve ser vista não como um peso, mas como algo natural e sem exageros.

- a) **Entusiasmo inicial** – No início vem o entusiasmo e depois certa aridez. A ascese serve para criar consistência entre o eu e o ideal. A estrutura sadia encara com otimismo as dificuldades da vida.
- b) **As características da santidade:**

Vê a vida muito mais ampla; Sentido de continuidade; Liberdade e superioridade da Graça em relação às limitações, mesmo vivendo conflitos; Afetos de harmonia; Ascetismo; Força de ânimo; Necessidade de purificar a existência; Caridade; Vida comunitária.

### **4. A estrutura psicológica da ascese**

- a) A percepção da santidade de Deus move a pessoa a harmonizar os seus instintos;
- b) A pessoa sente a incompletude e o pecado;
- c) Renúncia de si mesmo e dedicação aos outros;
- d) Conflitos internos;

### **Algumas consequências desta busca da ascese:**

- A ascese é um lançar-se ao eu total – Busca de superação de seus limites
- Ascese é luz que ilumina a mente;
- A ascese é força que fortifica a vontade;
- A ascese é equilíbrio das forças emotivas;

### **5. Diversas formas da ascese**

A ascese cristã é um método sistemático para alcançar a perfeição, inspirada no Evangelho. É crescer no amor na direção de Jesus Cristo.

- a) **Exercícios ascéticos positivos** – Levam a pessoa a ter uma sadia relação consigo mesmo, com o próximo e com Deus.
  1. **A meditação** – Entrar no mistério de Deus;

2. **Exame de consciência** – Sempre de novo caminhar com Deus;
  3. **Direção espiritual** – Ajuda a purificar e a guiar a pessoa na direção de Deus.
  4. **Homilias e exortações** – É participar do anúncio apostólico.
  5. **Leituras espirituais** – É a experiência das outras pessoas que me ajudam.
  6. **Exercícios espirituais e retiros** – A vida tem seus ritmos. A oração sintoniza a pessoa com Deus e consigo mesmo na missão.
- b) **A oração como ascese** – É organizar o mundo interior em harmonia com a experiência de Deus.
1. **A oração formal** – Decorada, em alta voz, ou mentalmente no silêncio;
  2. **A oração não formal** – São as orações espontâneas;
  3. **A oração ligada com as obras** – Tudo o que se faz se inclui nas orações e todas as orações levam a ação de testemunho na sociedade.
- c) **A ascese da oração** – Nas orações se refletem as nossas esperanças e medos, alegrias e tristezas, amor e ódio. Mesmo assim devemos cultivar a oração. É o esforço continuado e de não desistir.
1. **Oração sem Deus** – É a oração mecânica e racional.
  2. **Oração imoral** – Rezar para as pessoas que nos ofenderam para que Deus mande alguma desgraça.
- d) **Exercícios negativos (indiretos) da ascese** – Eles têm em vista eliminar algum obstáculo no caminho para Deus.
- a. **O silêncio** – Aquele que é para rezar e se auto analisar
  - b. **Penitências corporais e renúncias** – O jejum, a vigília e a esmola.
  - c. **Sacrifícios** – É uma renúncia em favor de uma outra pessoa. Altruísmo.
  - **Ascese do tempo** – Reconhecer as forças que influenciam no nosso tempo; descobrir o valor do tempo na tradição cristã; empenhar-se em deixar agir a Graça de Deus. Empenhar-se nos trabalhos que se está fazendo. Aceitar os próprios limites. Termos tempo para o trabalho, tempo livre e para os outros.

#### **Classificação das atividades:**

- a) Centrais;
- b) Secundárias;
- c) Dispensáveis;

Para a ascese do tempo é preciso saber dizer sim e dizer não. O tempo é nosso amigo. Saber distinguir o *Cronos* e o *Kairós*.

#### **6. Critérios de discernimento - Para não cair na autopunição!**

- a) **O sentido do sacrifício** – A renúncia deve ser sensata senão ela se torna patologia.
1. **A renúncia patológica** – Sofrer para ser santos. Histerismo. Ninguém convence ao contrário.
  2. **A renúncia patogênica** – Pode ser positiva até um certo ponto. É negativa quando é para atrair a atenção das pessoas (capaz de criar doenças).
  3. **O sacrifício significativo** – Fazer algo para alguém sem esperar em troca agradecimentos. Quando isso ocorre então é positivo.
- b) **Ascese e autopunição** – Diante de alguma fraqueza a pessoa se pune. Ser juiz de si mesmo. A pessoa acredita que o juízo de Deus é muito maior. Isso provoca depressão, sentimento de culpa e leva a um círculo vicioso, isolamento, fuga, álcool. Para sair desta arapuca é através do perdão. Ajudar-se até em perdoar-se a

si mesmo, pois Deus é misericórdia. Aceitar-se e perdoar-se. O diálogo é importante!

- c) **Ascese e masoquismo** – Sentir prazer em se maltratar. Muitos se identificam com o Cristo da Cruz. A pessoa sente um senso de pena, insatisfação, lamentação, sentimento de incapacidade, opressão, exagera nas pequenas coisas. A pessoa não tem elasticidade. A pessoa mostra a necessidade inconsciente de receber punição e de se desvalorizar. Dois sinais: incapacidade de suportar satisfação e a presença dos fantasmas da humilhação. A ascese não é um fim em si mesmo. Mas é um meio para se chegar a uma meta.

## CAP. VI - EXPERIÊNCIA DE PLENITUDE

A terceira missão da pessoa é encontrar a própria identidade. Uma identidade sentida como própria.

### 1. Experiência do próprio valor

A chamada de Deus é endereçada à pessoa. É sentir o próprio valor de si mesmo. Deus chama pelo nome. Nome representa eleição, singularidade, diferença na unidade. Eu não sou mais um no meio das pessoas. Eu sou amado por Deus.

### 2. Identidade pessoal

É a capacidade de sentir-se pessoa. É a resposta que a pessoa dá a própria pergunta: Quem sou eu?

#### a) Os níveis de identidade:

1. **Identidade intrapessoal** (intrapísica) – A identidade é o modo de ser. Aceitação de si mesmo. Coerência interna. Qualidades internas. Mas isso não basta para dar segurança e estabilidade.
2. **Identidade Interpessoal** (relacional) – É a relação com os outros que responde quem eu sou. Ajuda a resolver a crise da inferioridade. A pessoa se sente útil para os outros. Saber também que alguma pessoa pode nos contrariar e isso não pode ser motivo de falência pessoal.
3. **Identidade de conhecimento** (cognitiva) – Neste estágio a pessoa tem uma visão geral de sua vida. O centro da pessoa são os valores pessoais e vocacionais. Isso tende para a autorrealização. Pode ocorrer doenças perdas, etc.
4. **Identidade transcendental** – Se trata de uma orientação aos valores absolutos, independente do sujeito. É se definir a partir de Deus, como criatura. A descoberta desta realidade traz muita alegria, segurança, orientação positiva e desenvoltura vital. É entrar em relação com Deus e por isso experiência de vértice.

#### b) **Jó como modelo** – Ele serve de modelo para entender a realidade humana.

- **1ª Satanás tira dele os bens materiais** – O ambiente vital não existe mais. Se Jó tivesse só uma identidade intrapísica não teria aguentado.
- **2ª Satanás ataca o segundo nível – São as pessoas.** Todos se afastam. Se Jó tivesse só os amigos, a sua vida teria se desestruturado.
- **3ª É a destruição dos valores espirituais** – Ele era um homem íntegro e reto. Isso vem de sua mulher: “vais permanecer ainda firme na tua integridade”?
- **4ª Jó percebe que só em Deus está a sua segurança** – Experiência de vértice.

### 3. A experiência de Vértice

É a experiência em que a pessoa adquire um valor novo. É tida como intensa e que atinge a pessoa em todas as suas dimensões. É uma experiência secular, mística ou transcendente. Ela não quer ser só de caráter religioso. Ex. ser pai de família. Ela é sempre transcendente. Num contexto religioso diz respeito ao projeto divino sobre esta pessoa. A pessoa se pergunta: Por que nasci? É uma iluminação da vida. É uma revelação pessoal e não comunitária.

**a) Os elementos constitutivos da experiência de vértice (Godin):**

- 1. O fundo da existência** – Vem percebido como algo absoluto. Há uma mudança de visão sobre o mundo e as pessoas.
- 2. Um valor vital** – Reforça o próprio eu em seus valores intrínsecos. A pessoa, por momentos, perde a noção de tempo e espaço. O momento é belo e bom. A pessoa descobre os valores da existência.
- 3. Um dom ativamente recebido** – Alegria, espanto, admiração, medo, humildade, abandono, desejo de morrer (no sentido de parar o tempo), pelo dom recebido sem nenhum merecimento.
- 4. Desbloqueio das defesas e curas** – Nestes momentos a ansiedade, as defesas, as resistências, os medos, as confusões, os conflitos... somem! A pessoa se sente mais responsável, ativa, criativa e liberta. A pessoa cresce no amor e na aceitação da realidade.
- 5. Capacidade de regressão em modo lúcido** – Nasce a gratidão pela vida e o olhar para o passado é de reconciliação e de paz.

**b) Experiência leiga** – Não é religiosa. A experiência do por do sol, por Malcolm Muggeridge, em meio a árvores. Sentimento de unidade com o universo (senso transcendental). Isso pode levar a descoberta do sentido religioso.

**c) Experiência religiosa** – Isso é para as pessoas que acreditam. O universo é uma unidade e totalidade e que requer todo um repensar e mudança, como na conversão. A experiência de vértice pode vir no início do caminho espiritual, como, também, no final da vida espiritual. A experiência de vértice é uma experiência orientadora.

**4. As arapucas do psicologismo** – Quem sou eu? Porém, na experiência de vértice, nem todos conseguem a resposta adequada. Podemos cair em duas tentações: psicologismo e New Age. O perigo de explicar tudo pela psicologia e de ver tudo pelo lado do positivismo. É tirar Deus do cenário.

- a) A mentalidade de superação** – A pessoa quer superar certas coisa que lhe são ruins com a **força de sua vontade** e, por isso, vê inimigos de todos os lados para se combater.
- b) A mentalidade de felicidade** – Viver a vida de modo correto para ser feliz e, se não se sente feliz, pensa que está fazendo algo errado. Os momentos difíceis e tristes fazem parte da vida e fazem crescer. Não basta rezar somente nos momentos difíceis.
- c) A mentalidade de crescimento** – É a convicção errada de que a pessoa pode atingir a plenitude se atualizando na criatividade. O problema central consiste em como integrar a espiritualidade com a psicologia, sem que a espiritualidade perca a sua identidade que acompanha a vida toda. O crescimento caminha com a humildade.

**5. A espiritualidade da New Age**

Não é religião, mas tem religiosidade. Não é filosofia, porém tem visão de mundo e de ser humano. Não é ciência, porém, utiliza leis científicas. Não tem fundador, livros e nem dogmas. Possuem uma visão de Deus imanente. Deus é presente para as pessoas: natureza, amor, sexo, droga e magia. Otimismo, holismo e transformismo.

## 6. Critérios de discernimento

Pode haver experiência de Deus, onde falta Deus? Não! É o amor a Deus que fundamenta a experiência mística. Vejamos quando uma experiência pode ser considerada mística:

- a) **A experiência deve ser interpretada religiosamente** – Relação homem e Deus, Deus e homem.
- b) **A experiência deve ser aceita segundo o seu significado e mediada em vista de um empenho** – A pessoa aceita livremente.

**As ilusões da New Age** – A falta de fé faz buscar soluções ilusórias.

- a) **Segundo a New Age nós somos bons e tendemos para o bem** – Temos a tendência para o pecado.
- b) **Segundo a New Age, Cristo não é uma figura histórica, mas uma ideia** – Para nós Jesus é Pessoa, Filho de Deus que se fez homem para nos salvar.
- c) **A New Age sonha com a união mística: tudo é uno e tudo é relativo a tudo.** Deus permanece Deus e nós sempre criaturas. Cristo não é uma energia.
- d) **A New Age assinala um papel central no “eu”** – No Evangelho, a salvação vem por Cristo. Nós precisamos uns dos outros desde que fomos concebidos e sempre precisaremos de Deus para nos salvar.

### Desafios para a espiritualidade Cristã

Isso mostra que a pessoa humana está em crise e em busca de Deus. Para isso a nossa missão é ajudar.

- a) **A doutrina sobre a Graça como remédio à tentação da auto-salvação** – Tudo é Graça de Deus. O pecado é uma realidade de que se precisa de ajuda e de que somos responsáveis. Nós dependemos de Deus.
- b) **A contemplação como estrada certa para uma experiência espiritual** – Antes da Encarnação o homem procurava Deus e nunca estava seguro de encontrá-lo. Depois da Encarnação, Deus procura o homem e o encontra.
- c) **A função do simbolismo na religião e na experiência espiritual** – Os símbolos para a experiência cristã são os Sacramentos e a Graça de Deus que age quando quer e como quer. É preciso que o homem se deixe encontrar por Deus.

Como todas as experiências precedentes, também esta, é somente um episódio no caminho espiritual, na direção do amor perfeito.

## CAP. VII – EXPERIÊNCIA CARISMÁTICA

Que coisa devo fazer em minha vida? É a própria missão específica de cada pessoa humana.

### 1. Unção para a missão

Para os apóstolos, a experiência carismática não ocorreu no início, mas em Pentecostes. É a coragem para a missão. Essa tem uma missão comunitária. Não se escolhe a vocação, mas se aceita.

- a) **Contexto cristão** – Teologicamente o homem é criado por Deus. A descoberta dos desígnios de Deus se caracteriza como experiência carismática. S. Francisco, o santo de Molokai. A descoberta do próprio carisma se vive como momento de espontaneidade, que toca o coração. Vem a aceitação deste carisma. O valor da própria singularidade da pessoa. Depois vem a missão na Igreja.
- b) **Fenômeno religioso universal** – A experiência carismática é um fenômeno universal. Todos os grupos e movimentos tem seus gurus e mestres. Em cada

época da história, em que havia necessidades humanas (fome, guerras, falta de oração e compromisso com o Evangelho) foram surgindo ordens religiosas para atender as necessidades humanas e uma vivência radical do Evangelho.

## **2. A experiência carismática**

É a proclamação da glória de Deus. Rezar pelos outros, pregar com autoridade, ser correto, vida de Sacramentos, ler a Bíblia, aceitar o perdão, ser comunidade.

## **3. Os dons do Espírito Santo**

É a tomada de consciência de que somos cristãos. Não é um novo Pentecostes, mas aceitação de Deus nas nossas vidas. Purifica as intenções, alarga a compreensão, reforça a vontade. Deve sempre colocar como centro Jesus Cristo, meditação e traduzir em vida o Evangelho.

- a) **A glossolalia** – Não é guiado por uma estrutura de linguagem. É uma espécie de mantra que se repete. Esse é um fenômeno universal.
  1. **Explicações antropológicas** – Histerismo religioso. Linguagem estática.
  2. **Explicações linguísticas** – Não é linguagem que se possa decodificar. Pode ser uma forma de louvar a Deus. Mas não é linguagem. Em psicologia existe o automatismo psíquico (regressão a nível infantil). É uma forma de humildade diante de Deus: “estou diante de Deus como uma criança que não sabe falar”.
- b) **Caída no Espírito Santo** – Acontece quando a assembleia está imersa na oração. É um querer abandonar-se nas mãos de Deus. Durante o repouso no Espírito a pessoa pensa e reflete coisas da fé cristã e vive momentos de paz. Deixa de se controlar para se confiar. O problema é querer forçar esta experiência. Vale a sugestão e auto hipnose.

## **4. As arapucas do espiritualismo**

- a) **O perigo da perda da identidade pessoal** – Tudo vira público e se perde a singularidade. Não se pode manipular uma pessoa. O encontro com Deus foge da massa, do público. É sempre um momento muito pessoal. Pode ser fruto também de uma dinâmica de grupo, mas acompanhada e discernida.
- b) **O perigo da falsa imagem de Deus** – Manipular Deus. Fazer Deus agir. Deus age quando quer. Deus age quando existe preparação de oração, mas não que aja sobre todos ao mesmo tempo. Deus se manifesta no silêncio e na calma da brisa suave.
- c) **O perigo da regressão** – A pessoa pode permanecer no passado (atitudes e comportamentos). O perigo da passividade.
- d) **O perigo de uma espiritualidade cômoda** – Dependência de um líder. O líder serve como papel de transferência e contra transferência. Imagem do pai e da mãe, etc.

## **5. Critérios de discernimento**

É preciso discernir os frutos duradouros daqueles aparentes. Imitar Cristo e os frutos do Espírito Santo que São Paulo nos Gálatas, elenca. As grandes reformas na Igreja não ocorreram por grupos, mas por santos e santas. Para os Apóstolos, a Experiência do Pentecostes era se separar e ir construir a Igreja, anunciar o Evangelho.

## **A EXPERIÊNCIA DO LIMITE**



Neste caminho espiritual a pessoa se pergunta: “Como chegar à salvação”? Como integrar os limites neste caminho? É uma luta e uma busca durante a vida toda. O êxito positivo deste percurso é a humildade, aceitando que ser criatura e confiar que Deus é Salvador.

### **1. Sentido de nulidade**

Na experiência dos limites a pessoa sente: angústia, dor, abandono e distância de Deus. A crise da meia idade surge por vários fatores. Tomando como exemplo S. Paulo.

- a) **A nível psíquico** – É a experiência do espinho na carne.
- b) **A nível moral** – “Faço aquilo que não quero”.
- c) **A nível existencial** – “Quem me libertará deste corpo voltado para a morte”?

### **2. Angústia existencial**

A pessoa experimenta o nada, o não ser. A pessoa se fecha nessa situação. Nestas situações extremas, pode ser a possibilidade de crescimento, de alargar os horizontes da existência e uma oportunidade da pessoa se perguntar sobre o sentido da existência. Para o homem que crê é a oportunidade de fazer a experiência do Deus pessoal.

### **3. Crise de meia idade**

Estas crises acontecem entre os 35 - 40 e dos 45 – 50 anos. É a tentação a preguiça, ao tédio da vida, da tristeza espiritual. É uma fase da vida em que se tem que repensar valores e situações.

### **4. Conteúdo psicológico**

Aqui se acentua o valor da transformação e do desenvolvimento. O que está velho está morrendo. O novo não pode nascer. Uma fase da vida está morrendo, mas a outra não chegou. Situações que facilitam este momento: a morte dos genitores; a dependência deles para cuidar da sua saúde, colegas, amigos; a morte inesperada de amigos e conhecidos; o declínio físico; as doenças que aparecem;

A pessoa se põe frente a possibilidade que a morte se tornará um dia realidade. Fenômenos que revelam a crise: tédio do dia a dia; desgosto interior; falta de alegria; falta de autoestima; duvidar de si mesmo; insegurança; descrença; preocupação por si mesmo; dificuldade na vida de fé; sensação de já ter vivido; dificuldade de repousar; desejo de romper com o passado; desejos de mudanças significativas.

Começa nesta fase a distinção entre o que é essencial daquilo que é secundário. A pessoa começa a ser mais realista. Quatro soluções existem:

- 1ª **A solução criativa** – Se concentrar no essencial e válido;
- 2ª **A solução do pânico** – Mudar de trabalho, de amizades e de trabalho;
- 3ª **A solução resignada** – Evidencia sempre mais a perda do gosto pela vida;
- 4ª **A solução hipócrita** – A pessoa nega a crise e vive se escondendo atrás de máscaras;

Para superar este momento é preciso ajuda da espiritualidade e da psicologia. São destaque:

- a) **Assumir o futuro** – O passado não se pode mudar, mas o futuro se abre como possibilidade;
- b) **Aceitar os limites** – Não se é mais jovem;
- c) **Enfrentar a inveja, a rivalidade e o poder** – É preciso reconhecer os valores que eu tenho e também os dos outros. Juntos nos completamos;
- d) **Integrar as forças opostas no interno de si mesmo:**

1. **Jovem/velho;**
  2. **Destruição/ criação;**
  3. **Homem/ mulher** – superar a inferioridade e a superioridade;
  4. **Apegos/ perdas** –
- e) **Reavaliar a própria estrutura da vida** - Viver no essencial e encontrar o fio de ouro que une a existência.
  - f) **Enfrentar a perda, a dor a morte;**
  - g) **Adquirir sabedoria e flexibilidade;**
  - h) **Nascer de novo** – Tudo é Graça. Deus acompanha e a conversão é possível.

### 5. Êxito positivo: O rosto humilde

O êxito positivo desta busca é a humildade. Aceitar os próprios limites. Tomar conhecimento das próprias fraquezas. A noite escura passa. Alguns critérios:

- a) **O critério do amor incondicionado de Deus** – Deus nos ama sempre;
- b) **O critério da aceitação da misericórdia de Deus** – Diante da pessoa arrependida, Deus perdoa.
- c) **O critério da esperança** – O futuro pertence a Deus;
- d) **O critério da transcendência de Deus** – Deus é sempre maior;
- e) **O critério da solução positiva da prova da noite** – “Tudo passa! Só Deus basta”.

A pessoa atingiu o rosto humilde quando diz com São Paulo: “glorio-me das minhas fraquezas, para que pouse sobre mim a força de Cristo” (2 Cor 12, 9).

## CAP. VIII - EXPERIÊNCIA MÍSTICA

A experiência mística é totalizante, atraente e inefável, porque entramos no campo do mistério. O caminho espiritual tende à união com Deus. É um desejo da pessoa humana, nostalgia de Deus. “Está irrequieto o nosso coração enquanto não repousa em Deus” (S. Agostinho).

### 1. Chamada ao amor

Deus criou o homem para torná-lo participante de sua vida divina. Às perguntas: como viver, como agir, como sofrer, como morrer, a resposta é: amando e doando a vida. Tudo o que se faz deve ser no amor e para o amor, a semelhança de Jesus Cristo.

- a) **Uma história de amor** – O cristianismo parte do pressuposto que Deus se revelou em Jesus Cristo. O progresso espiritual tende sempre a uma maior união com Cristo. A primeira característica cristã é o amor. Deus é amor. A vida humana é um dom de Deus.
- b) **Experiência do encontro** – É a segunda característica da experiência mística. A caridade é a resposta do homem a chamada de Deus.

**Encontro imediato** – É a terceira característica da experiência mística. Encontro de Deus com o homem. A alma reconhece e acolhe a ação de Deus, que atinge todas as dimensões.

A experiência mística é totalizante, pois atinge toda a pessoa em suas áreas: conhecimento, volitiva e afetiva. A descoberta do amor de Deus é algo gratuito e transbordante.

### 2. A experiência mística

É a comunicação direta, íntima, imediata com o Sagrado e que é inacessível aos sentidos e a razão.

#### a) A consciência mística

O mundo externo suscita na mente três atividades: afetividade; intelecto; vontade; A consciência tende a se apossar do absoluto. Surge um desejo imenso (afetividade) movimenta a vontade para encontrar e conhecer a realidade transcendente. A experiência mística é toda outra, é passividade e concentração.

#### b) As características psicológicas da experiência mística

1. **Inefabilidade** – Não se pode explicar por palavras;
2. **Novidade** – Dá a pessoa senso de consciência;
3. **Transitoriedade** – Duram de meia hora a uma hora;
4. **Passividade** – A vontade da pessoa se anula. Relação Deus e homem.

Underhill, analisa a pessoa do místico e destaca quatro características:

1. **Ativo e prático** – Envolve toda a pessoa;
2. **Transcendente e espiritual** – O místico não se esquece de seus compromissos cotidianos.
3. **Relação pessoal** – Deus é Pessoa para venerar a amar.
4. **Estado de vida** – O místico vive um novo estilo de vida.

A mística é o último estágio em aceitar e viver o amor de Deus.

#### c) Os elementos essenciais da experiência mística -

O centro de interesses é Deus.

1. **Relação pessoal com Deus** – Deus pode ser amado e não pensado. É sempre uma comunhão pessoal.
2. **A via mística** – Como encontro ativo, busca do encontro e a disponibilidade de acolhê-Lo.

### 3. O caminho da mística

Implica um caminho gradual e progressivo para se atingir a vida mística. Algumas vias: purificativa, iluminativa e unitiva.

- a) **A via da purificação** – É o esforço ascético para ordenar a própria vida. Conversão. Abandonar o seu egocentrismo. Abrir a vida para um desconhecido, Deus.
- b) **A via iluminativa** – Contemplação das verdades eternas. Experiência viva do Evangelho e da eternidade.
- c) **A união com Deus** – o místico pode conhecer experiencialmente o mistério de Deus.
  1. **A mística nupcial** – Entre Cristo e a Igreja. Catarina de Siena, João da Cruz.
  2. **A mística trinitária** – Relação da pessoa com as Três Pessoas da Santíssima Trindade. Santa Elisabete da Trindade.
  3. **A mística cristã** – São Paulo, São Francisco, São João.
  4. **A mística da ausência** – Ausência de Deus, aridez. Por ser pecador, sentir o abandono de Deus. São João da Cruz.
  5. **A mística do serviço por amor** – Profeta Isaías: “Vai e fale ao povo...”. É para uma missão. Com Santo Inácio: “Em Roma vos serei propício”.

### 4. Vida mística cotidiana

É a qualidade de vida de cada crente. O caminho natural da vida espiritual é através da vida mística. O místico experimenta continuamente a Graça do Espírito agindo nele. É uma vida entendida na vivência do amor.

- a) **Experiência de uma vida profunda e mais ampla na presença de Deus** – O místico sente Deus.
- b) **Experiência de abandono total em Deus** – É dinamismo criativo na ação;
- c) **Experiência na imensa confiança da liberdade** – Sem condicionamentos por parte da pessoa mística.
- d) **Experiência de harmonia com o cosmos** -

### 5. Critérios de discernimento

Podem ocorrer fenômenos extraordinários na vida mística. Estes são involuntários. A fé requer acreditar e confiar-se em Deus e nas coisas que não se vê.

#### a) **Visões e aparições:**

1. **Vozes** – O místico escuta mensagens;
2. **Visões** – Ver a verdade experimentada;
3. **Aparições;**
4. **Êxtase** – É uma espécie de se sentir não mais donos de si;

A autêntica experiência de fé supera o querer, o ver e o ouvir. Podem ser verdadeiras, mas com elementos inconscientes, coletivos, culturais. Os fenômenos extraordinários podem ocorrer, mas não devem ser o centro. Não devem nunca ser buscados. Eles podem ocorrer como consequência de uma vida unida com Deus.

#### b) **Experiência mística e equilíbrio psíquico** – Os fenômenos que a psicopatologia estuda e que muito especialistas definem como doença, outros já dizem que os fenômenos são consequência das experiências místicas e não a sua causa. O corpo sofre consequências que não são de seu cotidiano. Mas em tudo se deve ter cautela e ser estudado por especialistas de diversas áreas.

1. **O exame da personalidade** – Testes biológicos e psicológicos. A doença mental apresenta sinais observáveis. É preciso ver a pessoa no seu todo.
2. **O exame dos fenômenos** – Os fenômenos místicos trazem mensagens benévolas e gratificantes. As alucinações são de espanto.
3. **As consequências morais e espirituais** – A pessoa mística vive e testemunha com a sua vida, de modo sereno e tranquilo, a sua fé.

Se trata de fenômenos naturais ou deformações da Psique? O critério mais seguro é aquele que nos vem do Evangelho: “É pelos frutos que se conhece a árvore”. Seguindo os frutos do Espírito: amor, alegria, paz, paciência, benevolência, bondade, fidelidade, simplicidade e domínio de si mesmo" (cf. Gl 5).

### **Resumindo**

Percorreu-se um caminho ideal. Falar sobre santidade não é condição para ser santo. A vida espiritual sempre percorre uma estrada de seis etapas. As etapas não se distinguem facilmente, mas se interligam e se relacionam.

**Deus chama o homem porque foi criado por Ele.** O homem por sua vez procura Deus. Para onde vou? Aqui se experimenta a realidade da conversão, como desejo interno da pessoa e interpelação de Deus. A conversão é sempre uma resposta a Deus que chama, através da sua Palavra, nos acontecimentos da vida, no encontro com pessoas. A chamada à conversão é constante. É sempre um caminho em busca da maturidade.

**Deus chama o homem livre.** Como percorrerei este caminho? Começa a ascese, o esforço. Aparecem os limites e a responsabilidade pessoal. A ascese é um meio e

também um fruto. Em cada etapa percorrida surge a satisfação de seguir mais. A ascese dura a vida toda.

**Deus chama o homem livre pelo nome.** Quem sou eu? Se esta pergunta se encontra com o chamado de Deus começa a experiência de plenitude. A chamada de Deus é sempre pessoal. No nome de cada pessoa há um valor intrínseco. A pergunta quem sou acompanha a vida toda e vai agregando novas respostas que não se contradizem, mas se completam.

**Deus chama o homem livre pelo nome em vista de uma missão.** O homem busca, no mundo, a sua missão. Que coisa devo fazer? Deste encontro surge a experiência carismática. É o serviço à sociedade e à Igreja durante toda a vida. Todo o serviço aos outros, na gratuidade, faz crescer a maturidade humana e cristã.

**Deus chama o homem livre pelo nome em vista de uma missão, como criatura.** A pessoa sente seus limites e fragilidades. Surge a pergunta: como chegar a salvação? Nisso vai acontecendo a transformação, fruto da confiança em Deus, tendo a humildade como companheira.

**Deus chama o homem livre pelo nome em vista de uma missão, como criatura, no amor.** Como devo viver e agir? Aqui nasce a experiência mística. No amor cristológico em que se realizam as atividades se experimenta o sentido da vida e os valores evangélicos. Se descobre o valor da vida, do serviço, das renúncias, dos sacrifícios, das doenças e da morte. A vivência do amor cristológico requer um esforço contínuo de purificar as intenções e motivações.

Todos os santos canonizados percorreram estes passos. O caminho em busca da santidade é de cada cristão. É como subir a montanha de forma espiral. O alpinista enquanto sobe vai vendo o mesmo horizonte várias vezes, porém mais alto que antes e mais vasto.

Que estas breves reflexões nos motivem a dizer como Samuel: "*Fala, que teu servo escuta!*" (1Samuel 3, 10).

### Síntese

<u>Iniciativa Divina</u>	<u>O dom da Graça de Deus</u>	<u>Pergunta existencial</u>	<u>Conteúdo psicológico</u>	<u>Experiência espiritual</u>	<u>Consequência prática</u>
Deus Chama...	Conversão	Para onde vou?	Orientação	Sentido de Deus	Mudança
o homem livre...	Ascese	Como vou?	Responsabilidade	Sentido de liberdade	Autorrealização
pelo nome...	Plenitude	Quem sou?	Identidade	Sentido do próprio valor	Autotranscendência
para uma missão...	Carisma	Que coisa devo fazer?	Vocação	Sentido de missão	Serviço
como criatura..	Limite	Como chegar a salvação?	Transformação	Confiança em Deus	Humildade
no amor.	Mística	Como devo viver?	Amor	Sentido de predileção	Autossacrifício