MEDITAÇÃO · PUBLICADA EM 24 DE MARÇO DE 2024

Exigir-se no corpo e na *alma*

O sofrimento que se pode poupar: a temperança, que dá firmeza ao corpo, e a humildade, que liberta a alma das tolices do amor-próprio, a partir dos vícios que os Padres leem nas tentações do deserto.

PREGADOR	ESCRITURA	BASE	VÍDEO
Pe. Pedro Willemsens	2 Coríntios 12, 10; Mateus 1, 19-21; João 14, 30	S. Gregório Magno, *Hom.* 16; S. Máximo, *Caridade* III, 17; S. Josemaria, *Caminho* 594 e *Sulco* 714	youtu.be/ff7OFTuQr7Y

A TESE, EM UMA FRASE

Muito do que sofremos é sofrimento inútil, nascido da moleza do corpo e do amor-próprio da alma; quem se exige na temperança e na humildade fica mais forte, sofre menos e serve mais, porque quando sou fraco, então é que sou forte.

- o sapato perdido: jogar fora o outro e andar descalço
  - → sofremos mais por estratégia errada
  - → os três vícios das tentações do deserto
  - → o corpo: a vida é dura para quem é mole
  - → a alma: as tolices que o amor-próprio agiganta
  - → cortar os fios que o príncipe deste mundo puxa

I O sapato perdido

O pregador acorda de um sonho: uma casa alagada, água barrenta, todos já saíram e ele procura um pé de sapato que perdeu. Na Escritura a água é o caos: Deus cria pondo limite às águas, e no dilúvio as solta de novo. A vida exige entrar no caos, e isso custa. Na oração vem a conclusão: em vez de procurar o pé perdido, jogar fora o que sobrou, sujo de lama, e andar descalço, até chegar um par melhor.

JOSÉ JOGA FORA O SAPATO

Ia casar com a mais espetacular das noivas e a descobre grávida. Decide deixá-la em segredo (Mt 1, 19): renuncia ao casamento, à cidade, à proximidade de quem ama.

DEUS DÁ UM PAR NOVO

O anjo em sonho: não temas receber Maria, o que nela foi gerado vem do Espírito Santo (Mt 1, 20-21). Recebe muito mais do que tinha antes.

> *Propter quod placeo mihi in infirmitatibus meis … cum enim infirmor, tunc potens sum.*
>
> Por isso me comprazo nas minhas fraquezas … porque, quando estou fraco, então é que sou forte.
>
> 2 CORÍNTIOS 12, 10 (VULGATA CLEMENTINA)

II A piscina gelada

De uma aula de neurobiologia: para entrar na água fria, ir aos poucos é a pior estratégia, porque o frio se sente por comparação e cada centímetro dói de novo; o certo é pular de uma vez e mergulhar até o pescoço. Com o calor, que queima, aí sim se vai devagar. A lição: estamos mal equipados para o sofrimento e sofremos mais só por escolher o caminho errado.

III Os três vícios do deserto

Na semana anterior o tema fora o desprendimento. A Quaresma lê nas três tentações de Cristo três vícios fundamentais, e a cada um responde um dos três meios quaresmais (Mt 6, 1-18).

A TENTAÇÃO	O VÍCIO	O REMÉDIO
as pedras em pão	**gula**	o jejum
o pináculo do templo	**vanglória**	a oração
os reinos do mundo	**avareza**	a esmola

E um Padre grego diz que a avareza (philargyría, amor à prata) é derivada: nasce do amor ao prazer (*hedoné*) e da glória vazia (kenodoxía). Quer-se dinheiro para o chocolate ou para o carrão diante dos amigos. Restam então dois: o pecado da carne e o pecado do espírito, que é o dos anjos. Daí os dois tempos da meditação, fortes no corpo e na alma.

IV O corpo: a vida é dura para quem é mole

A frase é de para-choque de caminhão, e verdadeira. O "mimimi", a frescura de antigamente, aponta um sofrimento à toa. Ao bebê não se exige dureza, chora porque é o recurso que tem; mas é natural que, com os anos, se ganhe estofo diante da dor, da monotonia e das tarefas repetitivas. O ápice é o treino dos soldados.

1. ### A tigela de leite condensado

   "Não faço questão de chegar aos cem anos." Talvez não; mas envelhecer sem ir ao médico toda semana nem tomar vinte remédios por refeição, isso se quer.

2. ### O padre que fumou

   Quase morreu de câncer de pulmão. A uma senhora que perguntava por que Deus o deixava sofrer tanto: foram trinta a quarenta anos fumando, a culpa não é de Deus. Hoje usa um tubo para vestir as meias.

3. ### A primeira casa é o corpo

   Um treinador da Marinha americana olha o carro e a casa impecáveis de alguém fora de forma e pensa: não entendeu nada. Cuidar do que é seu é civilização, como a lata de lixo que se ensina a usar num barraco de favela, onde as cascas iam ao chão.

4. ### O exercício

   Uma doente grave reduziu à metade os remédios e as dores com exercício diário. Pequenos hábitos dão energia e sono; quase uma obrigação moral, para sofrer menos e servir mais a Deus e aos outros.

> *Quando o corpo está bem, a alma dança.*
>
> PROVÉRBIO ITALIANO QUE SÃO JOSEMARIA ESTRANHOU AO CHEGAR À ITÁLIA E DEPOIS FEZ SEU

Doente, custa rezar, custa sorrir. E "não tenho tempo" não resolve: todo mundo descansa, porque ninguém faz greve de sono. A questão é descansar racionalmente.

PERGUNTA	RESPOSTA TÍPICA
O que você faz para descansar?	videozinhos avulsos no celular, que esvaziam.
O que te dá energia?	correr, ler um livro: pedem um investimento inicial, calçar o tênis, e devolvem mais força.

V A alma: as tolices do amor-próprio

> *Os pobrezinhos dos soberbos sofrem por mil e uma pequenas tolices, que o seu amor próprio agiganta, e que aos outros passam despercebidas.*
>
> SÃO JOSEMARIA ESCRIVÁ, *SULCO*, 714

O pregador se examina: sofre quando é corrigido e quando dá um fora. Lembra, com uma pontada, a palavra italiana errada diante de um bispo em Roma, vinte anos atrás. E logo: que idiotice sofrer ainda por isso. É orgulho e vaidade, e identificá-lo é o primeiro passo para sofrer menos.

> *Não és humilde quando te humilhas, mas quando te humilham e o aceitas por Cristo.*
>
> SÃO JOSEMARIA ESCRIVÁ, *CAMINHO*, 594

VI Os que estão por cima

Os estoicos treinavam-se também contra o insulto. Conta-se que Marco Aurélio, ameaçado no tribunal por um acusado furioso, olhou-o e seguiu o protocolo, como se não houvesse ninguém: a impassibilidade é força. Ela impressionava os romanos nos mártires, e remonta ao silêncio de Cristo diante de Herodes e no Calvário.

- **São José de Calasanz**, fundador dos Escolapios, perseguido e afastado da própria obra: contam que, chegada a sua vez de depor, tiveram de acordá-lo. O que vem de baixo não o atingia.
- **São Josemaria** passou em oração a primeira noite em Roma, diante dos aposentos do Papa, e riram dele. Perdeu ali a ingenuidade, e a fé ficou mais sobrenatural, apoiada em Deus.
- **As feridas.** Aos quarenta, diz um padre psiquiatra, cada um traz umas seis. Atravessada a crise, a ferida pode virar pérola, como o grão que entra na ostra: mais serenidade, mais humildade, mais misericórdia.

VII Os fios do príncipe deste mundo

> *Venit enim princeps mundi hujus, et in me non habet quidquam.*
>
> Pois vem o príncipe deste mundo, e em mim não tem coisa alguma.
>
> JOÃO 14, 30 (VULGATA CLEMENTINA)

Cristo já cortou os fios. Em nós, a avareza, a luxúria, o apego ao conforto são fiozinhos que o demônio puxa para nos tirar a paz. A vida é ir desatando esses nós, com a ajuda de Nossa Senhora Desatadora dos Nós, para nos amarrarmos a Cristo.

> A DESATADORA DOS NÓS
>
> *A devoção nasce de um quadro de c. 1700 na igreja de São Pedro am Perlach, em Augsburgo, atribuído a Johann Georg Melchior Schmidtner, e se espalhou pelo mundo com o Papa Francisco. A imagem vem de Santo Ireneu: o nó da desobediência de Eva foi desatado pela obediência de Maria; o que a virgem Eva amarrou pela incredulidade, a Virgem Maria desatou pela fé (Contra as heresias III, 22, 4; citado em Lumen gentium 56).*

PARA GUARDAR

Boa parte do sofrimento é inútil, e se corta com estratégia certa. No corpo, a temperança e um pouco de dureza: cuidar da primeira casa, mexer-se, descansar no que devolve energia. Na alma, a humildade: rir das tolices que o amor-próprio agiganta e aceitar a humilhação por Cristo. Quando sou fraco, então é que sou forte.

NOTAS DO EDITOR

A avareza filha de dois. *O Padre que o sermão não nomeia é, ao que tudo indica, São Máximo, o Confessor (Capítulos sobre a caridade III, 17), que dá três causas, não duas: o amor ao prazer, a vanglória e a falta de fé, e chama a última a mais grave. Os três "pensamentos mais gerais", gula, avareza e vanglória, estão em II, 59.*

Tentações, vícios e meios. *A leitura das três tentações como gula, vanglória e avareza é de São Gregório Magno (Homilias sobre os Evangelhos 16, 2). A correspondência de cada vício com o jejum, a oração e a esmola é associação da pregação quaresmal; não foi conferida num Padre determinado.*

São José de Calasanz. *O sermão o diz de Barbastro, onde nasceu São Josemaria. Calasanz nasceu em Peralta de la Sal (1557), a uns 20 km dali; o elo com Barbastro é que São Josemaria estudou no colégio dos escolapios da cidade. O ramo feminino não é dele: as Escolapias foram fundadas por Santa Paula Montal em 1829. Também não foi expulso da ordem: detido e interrogado pelo Santo Ofício em 1642, foi afastado do governo em 1643, e em 1646 Inocêncio X reduziu a ordem. O cochilo no julgamento não foi conferido.*

Marco Aurélio. *A cena, como contada, não foi localizada nas fontes antigas. O episódio de tribunal mais próximo é o processo de Herodes Ático diante do imperador em Sírmio (Filóstrato, Vidas dos sofistas II, 1), que não traz a investida nem o gesto de ignorar.*

O príncipe deste mundo. *O sermão liga a frase ao Evangelho da semana anterior (5º domingo da Quaresma, ano B, Jo 12, 20-33), onde o príncipe deste mundo "será lançado fora" (Jo 12, 31); as palavras citadas, "em mim não tem coisa alguma", são de João 14, 30.*

O provérbio. *Na forma que São Josemaria lhe deu, o corpo está bem, ainda que doente, e a alma dança, se a vida sobrenatural tem sentido para nós (opusdei.org, "A alma dança: cansaço e descanso (II)").*

FONTES

- Vídeo: "Como exigir-se no corpo e na alma nos faz fortes e felizes", canal Padre Pedro Willemsens, Meditações, publicado em 24 de março de 2024 · youtube.com/watch?v=ff7OFTuQr7Y
- 2 Coríntios 12, 9-10; Gênesis 1, 9; Mateus 1, 19-21; Mateus 6, 1-18; João 12, 31 e 14, 30 (Vulgata Clementina).
- São Gregório Magno, *Homilias sobre os Evangelhos*, 16, 2: Cristo tentado por gula, vanglória e avareza.
- São Máximo, o Confessor, *Capítulos sobre a caridade*, II, 59 e III, 17 (*Filocalia*, vol. II).
- São Josemaria Escrivá, *Caminho*, 594; *Sulco*, 714 (escriva.org). O provérbio e a sua reinterpretação: opusdei.org, "A alma dança: cansaço e descanso (II)".
- Calasanz: datas de nascimento, prisão (1642), afastamento (1643) e breve de 1646 em biografias de referência; Escolapias, Santa Paula Montal (1829).
- Não conferidos: a aula de neurobiologia sobre o frio, a pesquisa sobre descanso e energia, o livro do treinador da Marinha americana, a palestra sobre as feridas aos quarenta, a frase de São Josemaria sobre a ingenuidade perdida em Roma, o cochilo de Calasanz e a cena de Marco Aurélio.
- Ficha no Vida Interior: vidainterior.oratioleo.com.br/sermoes/exigir-se-no-corpo-e-na-alma