



Balta Lelija

8 de março de 2026
RETIRO ESPIRITUAL DE QUARESMA
Dia 19: “A transformação do coração” (Parte II)

Na meditação de ontem, iniciamos uma pequena série sobre o tema da conversão do coração. Pareceu-me oportuno abordá-lo no marco do nosso itinerário quaresmal por dois motivos. Em primeiro lugar, porque, na imitação de Cristo, é sempre necessário aprofundar nossa conversão, para que nossas vidas sejam o mais frutíferas possíveis no serviço ao nosso amado Pai e para que nunca nos detenhamos no caminho de seguimento de seu Filho. Em segundo lugar, porque a conversão mais profunda de nosso coração é uma arma espiritual no combate contra a discórdia e as guerras. Posteriormente, explicarei com mais detalhes este aspecto, porque desta maneira podemos fazer frente aos “espíritos malignos que estão nos ares” (Ef 6,12), que estão sempre prontos a aproveitar-se das más inclinações do homem para seus planos iníquos.

Neste sentido, sigamos hoje com o tema da conversão do nosso coração.

Ao estarmos dispostos a perceber nossas sombras diante de um Deus amoroso, surge um duplo realismo: por um lado, reconhece-se o “lado escuro” dentro de si mesmo; e, ao mesmo tempo, encontra-se a misericórdia de Deus. Começamos a entender que Deus não nos rejeita nem nos castiga por causa da impureza que procede de nosso coração; mas que, em seu amor, Ele se propôs trazer luz às trevas.

Portanto, não se trata, de modo algum, de integrar em nossa vida as sombras que percebemos em nós – como propõe, por exemplo, a chamada “psicologia profunda” –, considerando nosso “lado escuro” como parte de nossa personalidade. Não pode consistir nisto o processo de transformação do coração. Uma visão correta de uma “integração da sombra” seria admitir o fato de que em nosso coração existem abismos e que estes não podem ser reprimidos. No entanto, a sombra não pertence essencialmente ao homem; mas é a deformação do seu verdadeiro ser; a herança do “velho Adão”, que, afastando-se de Deus, caiu sob o domínio do pecado (cf. Rom 5,12). Esta sombra desfigura a imagem de Deus em nós; mas Ele, em sua bondade, quer restaurá-la. Para este processo, é essencial a purificação do coração.

Portanto, como pré-requisito, deve-se tomar uma clara decisão da vontade de não tolerar ou relativizar nada em nós que não concorde com o amor e a verdade. Para que vejamos que temos que assumir responsabilidade pelo que acontece em nosso interior, basta recordar aquela palavra de Jesus que nos diz que o pecado do adultério começa já com o olhar impuro e não apenas com o fato em si (cf. Mt 5,27-28).

No processo rumo a um coração puro não podemos transigir nem tolerar meias medidas. Para tomar esta decisão, é necessário ter experimentado o que se denomina “primeira conversão”, que nos leva a querer obedecer a Deus em tudo. A partir daí, empreendemos o caminho rumo à “segunda conversão”, que também podemos chamar “conversão do coração”.

Esta firme decisão da vontade, que devemos tomar e manter firme e conscientemente, é a nossa contribuição essencial para que possa ocorrer a transformação do nosso coração. Quando tivermos ficado para trás em relação ao que nos tínhamos proposto, devemos recordar e reafirmar esta decisão fundamental.

Mas a decisão da nossa vontade não será suficiente, sobretudo em vista das nossas fraquezas humanas, que Vós, Senhor, bem conheceis. A parte principal na transformação do coração produz-se pela graça de Deus. Nesse sentido, encontramos duas afirmações significativas na Sagrada Escritura: por um lado, o Senhor nos exorta: “Criaí para vós um coração novo” (Ez 18,31); por outro lado, assegura-nos: “Eu vos darei um coração novo” (36,26).

Então, o processo concreto consiste em apresentar ao Senhor na oração tudo aquilo que descubro em mim que não concorda com o Vosso caminho. Devido ao fato de sermos bastante cegos perante as nossas próprias faltas e atitudes equivocadas, temos de pedir repetidamente ao Espírito Santo que nos mostre o que ainda requer ser transformado, o que não corresponde ao caminho da santidade.

Tomemos como exemplo os maus pensamentos para entender melhor como devemos lidar com as nossas más inclinações.

Quando estes surgem em nosso coração, temos de orar imediatamente a Deus, invocar o Espírito Santo e neutralizá-los desta maneira. São Bento ensina que devemos lançar os maus pensamentos contra a rocha de Cristo.

Seria importante observar se tais pensamentos aparecem repetidamente. Caso seja assim, isto indicaria que não se trata simplesmente de possíveis ataques do demônio; mas que estão mais enraizados em nosso interior e relacionados com certos sentimentos. Então, geralmente não será suficiente rejeitá-los contundentemente uma única vez; mas teremos de levá-los repetidamente perante o Senhor – se possível, diante do Sacrário –, pedindo-Lhe que nos cure e nos liberte.

Vejamus um exemplo: acontece que, cada vez que vejo uma determinada pessoa, surgem em mim pensamentos e sentimentos maus. A estas alturas, já estou consciente de que tais pensamentos são errôneos e atentam contra o amor. Assim, luto contra eles... De fato, consigo afugentar estes pensamentos, o que já é uma vitória. No entanto, voltam a aparecer quase cada vez que vejo esta pessoa. Isto poderia indicar que ainda tenho em meu coração algo contra ela, que talvez não lhe tenha perdoado, que tenho algum ressentimento em relação a ela, etc. Por isso, é necessário levar constantemente perante Deus estes sentimentos interiores e falar com Ele sobre isto, pedir-Lhe que os cure através do Espírito Santo e que me liberte deles... Nesta situação, pode ajudar muito rezar pela pessoa em questão ou, caso seja conveniente não pensar demais nela, encomendá-la simplesmente à graça de Deus.

Assim, estarei trabalhando em dois níveis: por um lado, combatendo os maus pensamentos atuais, não consentindo com eles e afastando deles a minha vontade. Por outro lado, também nos dirigimos à causa mais profunda: os maus pensamentos e

sentimentos podem ter se enraizado no coração há bastante tempo. Então, a rejeição atual em relação à outra pessoa pode sempre “recorrer” a este potencial, por assim dizer, se não tiver sido curado e libertado pelo Senhor.

Como fruto da meditação de hoje, colhemos o propósito de estar dispostos a reconhecer nossas sombras e a apresentá-las sinceramente a Deus.

Amanhã continuaremos com a terceira parte deste tema...

Meditação sobre o evangelho do dia: <https://es.elijamission.net/evangelio-de-san-juan-jn-41-15-la-mujer-junto-al-pozo/>