

4. DISCERNIMENTO INACIANO: ajudar a pessoa a “rastrear” o coração

O ser humano está continuamente sujeito a **estados de ânimo** (sentimentos) que parecem se alterar de maneira imprevisível e muitas vezes de forma incontrolável. Há um fluxo e refluxo interior que ampliam ou limitam a vida, que energizam ou diminuem o calor da mesma.

Se a pessoa fica atento aos movimentos interiores, ela poderá observar que há uma diferença fundamental entre os **sentimentos** que por vezes experimenta de “*pisar um terreno firme*” ou de “*viver verdadeiramente*” e os **sentimentos** opostos de estar pisando “*em terreno pantanoso*”, “*em contradição consigo mesma*”, bem como num estado de agitação interior.

Nossos **sentimentos** são para nós sinais conscientes de nossos desejos. São eles os primeiros indicadores daquilo que nosso coração deseja de modo mais profundo ou teme mais profundamente.

Não escolhemos os sentimentos que vivenciamos; eles simplesmente aparecem. Mas escolhemos abrir espaço para acolher a energia que geram ou rejeitá-la, para alimentar sua força expansiva ou esfriá-la.

Sabemos que Deus fala com todo mundo... e o tempo todo. A pergunta não é com quem fala, mas quem ouve? Primeiramente é mais compreensível substituir o termo “**falar**” por “**comunicar**”, que é muito mais exato e completo. Deus se comunica com todos, o tempo todo. Quando tentamos “falar” uns com os outros, enfrentamos imediatamente a incrível limitação das **palavras**. Por esse motivo Deus não se comunica apenas através de palavras. Na verdade, raramente faz isto.

A forma mais comum de comunicação de Deus é através dos **sentimentos mais elevados**, dos **desejos mais nobres**, dos **pensamentos expansivos**, da **fome e sede de sentido**, da **busca criativa**...

O **sentimento** é a linguagem do nosso “eu mais profundo” (alma). Se quisermos saber o que é **verdade** para nós, em relação a alguma coisa, vejamos como nos sentimos em relação a ela. Às vezes é difícil descobrir os sentimentos mais profundos e originais, pois nossa cultura nos obriga a viver na superficialidade.

Contudo, oculta em nossos sentimentos mais profundos está a nossa verdade, nosso “eu verdadeiro”. O segredo é entrar em contato com esses sentimentos.

Deus se comunica conosco também através do **pensamento**. Pensamento e sentimentos não são a mesma coisa, embora possam ocorrer ao mesmo tempo. Quando Deus se comunica através do pensamento, frequentemente usa imagens e figuras. Por isso, os pensamentos são mais eficazes do que as palavras como meios de comunicação.

Além de sentimentos e pensamentos, Deus também usa a mediação da **experiência** como um importante comunicador.

Pela **experiência**, a pessoa se apropria de impressões, ideias, sentimentos e realidades que se apresentam ao seu intelecto, à sua afetividade e aos seus sentidos.

Embora necessária ao saber e à ação, a **experiência**, em toda sua densidade, não se restringe a um conhecimento meramente teórico (racionalismo), nem mesmo ao resultado das aquisições corriqueiras da vida (empirismo).

Da “**ratio**” deve-se passar à “**contemplatio**”, ou seja, à sabedoria do coração, que permite a identificação e o confronto com o conteúdo experimentado.

“*Melhor que um simples conhecer, a **experiência** é pressentir, sentir, ressentir*” (Edmond Barbotin). Assim, ela integra as potencialidades do ser humano sempre à procura de sentido para sua própria existência, para a história e para o cosmos.

“*A experiência é uma maneira de conhecer algo, não de forma teórica, mas prática. É conhecer a partir do interior. O conhecimento tem relação com a compreensão. A experiência é algo mais profundo porque envolve toda a pessoa, identificando-a ao conteúdo dessa experiência. Se esta for pouco consistente, a marca será fraca; se for importante, a influência será maior*”. (Javier Alvarez).

Para que haja uma **experiência profunda** e **durável**, é necessário tempo, evolução lenta, longas preparações... Não há **progresso espiritual** se não se tira o maior proveito possível das lições que vem das experiências anteriores. Por isso, o processo dos Exercícios decide-se nas **repetições**.

S. Inácio sabe que a **experiência** é mestra e formadora, mas somente a experiência **relida, rebatida, solidificada, saboreada**...

O que constrói a pessoa interiormente é a retomada permanente das experiências que viveu.

Aquele que não debruça sobre o quanto viveu permanece na superfície de si mesmo.

Habitando o exercitante a deter-se nos pontos ou aspectos pessoalmente fecundos, a **repetição** o guiará,

pouco a pouco, a uma maneira de *oração simplificada*, tornando-a menos discursiva, porém mais *tranquila*, mais *substancial*, mais *afetiva* e mais *alimentadora*.

Ela ajuda a descer da cabeça ao **coração**; atenção maior ao que se passa no coração.

É estar atento às *“lições”* de Deus, às *“marcas”* de Deus no coração.

Através da **repetição** realiza-se o processo da *interiorização*, da assimilação progressiva dos valores do Evangelho, da pessoa de Jesus Cristo... Este é o fator pedagógico mais característico dos exercícios inicianos. Onde não há **repetição** não há Exercícios; é através da **repetição** que se chega ao *“sentir”*.

E, finalmente, quando os sentimentos, os pensamentos e a experiência falham, Deus usa **palavras**.

As **palavras** são, de fato, o comunicador menos eficaz. São mais sujeitas a erros de interpretação e compreensão. E por que isso ocorre? Devido ao que as palavras são. As palavras são meramente expressões orais: ruídos que representam sentimentos, pensamentos e experiências; as palavras são símbolos, não são a verdade, a coisa real. As palavras podem nos ajudar a “entender” algo. A experiência nos permite “saber”. No entanto, há algumas coisas que não podemos experimentar, por isso Deus nos fornece outros meios de “saber” e estes se chamam sentimentos e também pensamentos.

Nós costumamos dar muita importância à **Palavra de Deus** e pouca importância à **experiência**.

De fato, valorizamos tão pouco a experiência que quando nossa “experiência de Deus” difere do que ouvimos sobre Ele, automaticamente a rejeitamos e nos fixamos nas palavras...

Não deveríamos fazer o contrário?

Assim, os *meios* que Deus utiliza para se comunicar continuamente conosco são: os **sentimentos**, os **pensamentos**, a **experiência** e algumas vezes as **palavras**.

Contudo, nem todos os sentimentos e pensamentos, nem todas as experiências e palavras vêm de Deus.

Muitas palavras foram proferidas por outros, em nome de Deus. Muitos pensamentos e sentimentos foram provocados por causas que não foram ações diretas de Deus. Muitas experiências resultam delas.

O desafio é o **discernimento**. A dificuldade é saber a diferença entre as mensagens de Deus e aquelas que procedem de outras fontes. S. Inácio fala de *três pensamentos*: um, provocado pelo nosso querer; outro provocado pelo bom espírito; outro provocado pelo mau espírito.

Para tanto, há uma regra básica: *“o que procede de Deus é sempre nosso pensamento mais elevado, nosso sentimento mais nobre, nossa palavra mais clara, nosso desejo mais expansivo...”*. O restante vem de outra fonte.

O pensamento mais elevado é sempre aquele que é alegre; a palavra mais clara é sempre aquela que é verdadeira; o sentimento mais nobre é sempre aquele que chamamos amor. **Alegria, verdade, amor**.

Os três são intercambiáveis e um sempre leva ao outro, não importa em que ordem isso ocorra.

Com essa regra básica, e outras delas deduzidas, é possível **discernir** quais as “mensagens” procedem de Deus e quais as que vêm de outras fontes. A única dúvida que permanece é se as mensagens de Deus serão ouvidas. De fato, poucas o são: algumas porque parecem boas demais para serem verdade; outras, porque parecem difíceis demais de serem ouvidas; muitas porque simplesmente são mal interpretadas; a maioria nem sequer é captada.

O mensageiro mais poderoso de Deus é a **experiência**. Se reconhecermos que Deus se comunica direta e pessoalmente conosco, seremos responsáveis por interpretar suas mensagens.

A mística inaciana nos diz que quando alguém experimenta **“sentimentos sólidos”**, estes vêm, mesmo que de maneira remota, da **ação** de Deus sobre ele.

Quando ele experimenta os **“sentimentos voláteis e de agitação”**, estes terão como fonte última algo que não vem de Deus, mas que tem que ver com os seus próprios **“reinos”**.

S. Inácio ensina a **“rastrear”** os próprios estados de espírito e a descobrir as **moções** mais profundas que movem o coração. A partir das Regras de Discernimento aprende-se a reconhecer os estados de espírito de “terreno sólido” como **consolação** (com solo), e os estados de espírito de “terreno instável” como **desolação** (sem solo).

Em outros termos: pode-se falar de **“estar com o sol”** (consolação) ou **“estar sem o sol”** (desolação) como direção que a vida está tomando – para Deus ou contra Deus.

Com o tempo, essa prática vai nos ajudar a perceber onde estão de fato os **desejos** mais profundos de nosso coração, e vai revelar a localização daquilo que mais nos incomoda. Vai também nos auxiliar a distinguir entre as **“moções interiores”** que vem de Deus (moções de consolação), e as **moções** que vêm de nossos próprios **“reinos”** ou da pressão dos **“reinos”** de nossos ambientes, e que tendem à desolação.

E a diferença parece residir no **foco** da experiência.

A **consolação espiritual** é vivenciada quando nosso coração é atraído para Deus. É um sinal de que nosso coração está batendo em harmonia com o coração de Deus.

A **consolação** é a experiência de ligação profunda com Deus, e ela deixa o nosso ser pleno de uma sensação de paz e júbilo. O epicentro da experiência está em Deus, não em nosso ser.

A **consolação** dirige nosso foco para fora e para além de nós; eleva o nosso coração para podermos sentir as alegrias e tristezas dos outros; vincula-nos de maneira mais estreita com nossa comunidade humana; gera novas inspirações e novas idéias; restaura o equilíbrio e revigora nossa visão interior; mostra-nos em que pontos Deus está ativo em nossa vida e para onde Ele está nos levando; libera em nós novas energias e criatividade; enraíza nossa vocação...

Enfim, a **consolação** expande nosso coração até que ele fique grande o bastante para acolher outras pessoas e as necessidades delas, e o torna leve o bastante para permitir-lhe voar na direção de Deus.

A verdadeira **consolação** é movimento de expansão no Amor; não depende de um *“sentimento bom”* (de uma reação emocional), mas de uma *“visão interior”* (de uma percepção, de uma intuição), que é uma elevação da mente e ardor do coração; tal estado de ânimo nos faz repousar numa motivação de amor gratuito e não de tipo egocêntrico (em função de mim mesmo).

Este estado é obra da **Graça**, só pode vir de Deus. Conduz necessariamente ao **amor** de Deus.

Dilata o **eu** em todas as dimensões; circunda a pessoa com a **luz** de Deus, enche-a com sua alegria, ajuda-a na descoberta e na aceitação da Vontade divina.

A razão teológica destas reações é a experiência da **presença** de Deus. Deus, pela sua presença, levanta a pessoa, enobrece-a, acumula-a com alegrias internas, com felicidade e paz.

Na presença de Deus a pessoa se torna livre; desconhece limitações e inibições; será forte, corajosa, perseverante no bem.

A **desolação espiritual**, pelo contrário, faz com que nos voltemos para nós mesmos; faz-nos descer pela espiral cada vez mais profunda de nossos sentimentos negativos; afasta-nos da comunidade; faz-nos renunciar a coisas que antes tinham importância para nós; domina todo o espaço de nossa consciência e nos tira a visão de longo alcance; apaga todos os nossos marcos que indicavam a direção de nossa vida; drena nossa energia e mutila nossa criatividade; coloca-nos numa espiral descendente de negligência em relação a nós mesmos, às outras pessoas e a Deus; experimentamos movimentos de sentimentos que parecem enfraquecer nossas capacidades de fé, esperança e amor e nos levar a formas destrutivas de comportamento em relação aos outros e a nós mesmos.

Enfim, a **desolação** oprime e aperta nosso coração e o torna tão pesado que ele afunda rumo ao ponto mais deprimido de nossa existência.

Podemos tratar de **consolação** e **desolação** em termos de *“disposições criativas”* e *“disposições paralisantes”*. É característico do Espírito de Deus provocar consolação, mover-nos ao que é inspirador, criativo...

Viver em **discernimento contínuo** é estar em uma viagem de exploração e rastreamento; é nos deixarmos ser surpreendidos, conduzidos, desafiados e, em última instância, transformados pelo Espírito de Deus.

Nesse sentido, o **discernimento** oferece recursos às pessoas para que façam escolhas, em cada dimensão da vida, harmonizadas com a orientação do Espírito de Deus no caminho do Evangelho, nas circunstâncias cotidianas e por meio delas.

Precisamente o **discernimento** é rastrear e descobrir os *“espíritos-sopros-inspirações”* do Espírito no ritmo da vida cotidiana e em meio à realidade que nos cerca.

Rastrear-descobrir-deixar-se conduzir: este é o movimento da arte do discernimento.