

EXTENSIÓN CONTEMPLATIVA INTERNACIONAL

Oración Centrante Uno 2025

Semana 13

O PERDÃO

Aprofundando na Oração do Perdão

Quarta Parte: Deixando Abertas as Possibilidades

A conclusão da Oração do Perdão é a seguinte:

- **Permita à pessoa que se retire do seu lugar e seguro e convide-a a voltar em outro momento, se for preciso.**
- **Descanse no Espírito. Permaneça em silêncio todo o tempo que desejar.**
- **Agora, prepare-se para deixar seu lugar sagrado.**
- **Saia do lugar sagrado... pela mesma porta de entrada à passagem... enraizada no seu corpo. Quando se sentir que está pronto, abra suavemente seus olhos.**
- **E conclua com uma breve oração.**

O último movimento da oração é importante por muitas razões. Mesmo que pareça que a oração está concluindo, na realidade trata-se de uma disponibilidade de nosso consentimento a continuar o processo. Nós convidamos a pessoa a “regressar em outro momento se for necessário.” Isto quer dizer que estamos abertos a continuar nossa participação na ação divina em nosso interior. Não procuramos saber ou apressar o que aconteceu, mas estamos dispostos a continuar o processo com o Espírito, seja qual for.

Pode ser que alguns de nós sejamos chamados a participar da Oração do Perdão outras vezes com a mesma pessoa (ou com nós mesmos). É possível também que sejamos chamados a algum tipo de ação com relação a esta pessoa fora da oração – talvez algum gesto de reconciliação. É importante que deixemos que a oração continue guiando-nos, escutando as indicações do Espírito no decorrer da vida diária. Depois de tudo, a oração é relação e talvez nos chame a revisitar uma velha relação, mas de uma maneira nova. No entanto, sempre é bom escutar profundamente, orando por discernimento e guia.

O corpo continua mantendo um papel importante como templo do Espírito Santo. Renovamos nossa intenção de permanecer enraizados ao corpo, continuando o processo com uma atitude relaxada, aberta e alerta. Continuamos honrando o corpo e permitindo-lhe participar no processo de cura, sabendo que a densidade dos nódulos emocionais no corpo pode dilatar a cura e a libertação. O corpo é curado no seu próprio tempo e há que permitir-lhe esta liberdade.

Terminar com uma oração nos mantém humildes e agradecidos em nossa relação com a Fonte de tudo que É. Reze especificamente pela pessoa que apareceu no seu recinto interior. Acredite firmemente que quando uma pessoa se move na direção do perdão, a outra experimenta uma mudança, mesmo que não esteja consciente disto. Deposite sua confiança nesta graça especial que obra no Corpo Místico de Cristo.

Por meio desta oração de encerramento, reafirmamos nossa dependência total de Deus, já que sabemos que é n'Ele onde se encontra a verdadeira liberdade. É como se disséssemos: "Obrigada por me mostrar o caminho. Obrigada por me sustentar na própria mão nos momentos difíceis. Permaneça próximo de mim e continue me guiando cada vez mais profundamente ao interior de seu Infinito Amor. Sem ti, nada posso fazer."

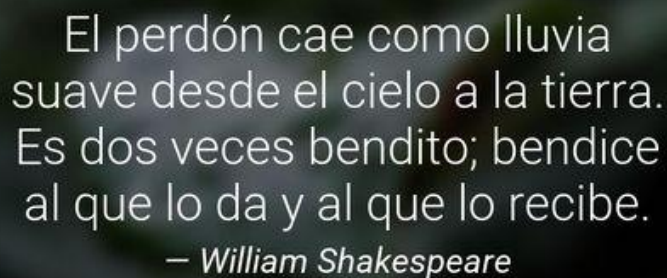
Curando nossos corações por meio do Perdão.

Como podemos perdoar aos que não querem ser perdoados? Nosso desejo mais profundo é que nosso oferecimento seja recebido. E esta mutualidade de dar e receber é o que cria paz e harmonia. Mas se colocamos como condição para perdoar que o nosso perdão seja bem recebido, poucas vezes perdoaremos! Perdoar o outro é, primeiro e antes de tudo, um movimento interior. É uma ação que retira a ira, o ressentimento e o desejo de vingança do coração e que nos ajuda a reclamar nossa dignidade humana. Não podemos obrigar os que desejamos perdoar a aceitar o nosso perdão. Talvez não sejam capazes ou não estejam disponíveis a fazê-lo. É possível que nem saibam ou sintam que nos feriram... Perdoar ao outros é, antes de tudo, curar o nosso coração.

-Henri Nouwen

Para praticar nos próximos dias:

1. Quando praticar a Oração do Perdão esta semana, ponha atenção na quarta parte da oração. Procure permanecer presente e receptivo a esta fase, escutando profundamente. Lembre-se de relaxar ainda mais o corpo. Continue pedindo a ajuda do Espírito Santo.
2. Qual oração de encerramento te surge da sua mais profunda inspiração?



El perdón cae como lluvia
suave desde el cielo a la tierra.
Es dos veces bendito; bendice
al que lo da y al que lo recibe.
— William Shakespeare