

ECOLOGIA INTERIOR

FREI BETTO

São Paulo, el Brasil

Durant un minut, oblida't de la contaminació de l'aire i del mar, de la química que empesta la terra i enverina els aliments, i medita: ¿com va el teu equilibri ecològic? Has dialogat amb els teus òrgans interns? ¿Has acariciat el teu cor? ¿Respectes la delicadesa del teu estómac? ¿Ressegueixes mentalment el teu flux sanguini?

¿Els teus pensaments estan contaminats? ¿Les teves paraules són àcides? ¿Els teus gestos són agressius? ¿Quantes clavegueres fètidet et corren per l'ànima? ¿Quantes runes –digue'n afliccions, ira, enveja– se t'amunteguen a l'esperit?

Examina la teva ment. ¿Està descontaminada d'ambicions desmesurades, de mandra intel·lectual i d'intencions inconfessables? ¿Els teus passos embruten els camins de fang i deixen un rastre de tristesa i desànim? ¿El teu humor s'intoxica de ràbia i d'arrogància? ¿On són les flors del teu afecte, els ocells que s'aturen a la teva mirada, el so cristal·lí de les teves paraules? ¿Per què el teu temperament bull i expelleix tant sutge per les xemeneies de la teva intolerància?

No malgastis la vida cremant-te la llengua amb el deshonor dels teus comentaris infundats sobre la vida dels altres. Preserva el teu ambient, inverteix en la teva qualitat de vida, purifica l'espai on et mous. Neteja't els ulls de les il·lusions de poder, fama i riquesa, abans que et tornis cec i prenguis un camí equivocat i sense la senyalització dels rumbos de l'ètica. És ple de sots i hi pots deixar la pell.

Tu ets, igual que jo, un ésser fràgil, encara que creguis forts els altres que mereixen el teu respecte. Tots som com unes delicades copes de cristall que es trenquen al més mínim frec: una paraula que no toca, un gest que fa mal, una desconfiança que perdura.

Gràcies a l'Esperit de Déu que modela i anima el teu ésser, la copa trencada es reconstitueix, sencera, si ets capaç d'estimar. Primer, a tu mateix, sense deixar que la teva subjectivitat s'ofegui en les marees negatives. Tot seguit, els que són com tu, alhora que exerceixes la tolerància i el perdó, sense sacrificar

mai el respecte i la justícia. I estima també la natura, ja que de la natura reps tots els fruits que alimenten la teva vida. Tu mateix ets fruit singular engendrat per bilions d'anys d'evolució d'aquest Univers en el qual "bivaqueges" durant la teva existència. I deixa que Déu t'estimi generosament.

Desfes-te de tantes escombraries acumulades. Tira per la finestra les caixes que guarden ferides i tantes fitxes de la teva comptabilitat amb els suposats deutes dels altres. Viu el teu dia a dia com si fos la data del renaixement d'un jo millor del que ets ara. Si ho fas, els altres et rebran amb do d'amor.

Practica el difícil art del silenci. Desempallega't de les preocupacions inútils, dels records amargs, dels neguits que transcendeixen la teva voluntat. Recull-te en l'interior de tu mateix, endinsa't en el teu oceà de misteri i descobreix, allà al fons, l'Ésser Viu que fonamenta la teva identitat. Guarda aquesta ensenyança: de vegades cal tancar els ulls per poder-hi veure millor.

Acell la teva vida tal com és: un regal involuntari. No vas demanar haver nascut i ara no vols morir. Fes que aquesta gratuïtat esdevingui una aventura amorosa. No pateixis per donar valor al que no té importància.

Amb tot, arma't d'indignació i d'esperança. Lluita perquè tots els camins siguin aplanats, fins que l'espècie humana es descobreixi com una sola família, en la qual tothom, malgrat les diferències, tinguin els mateixos drets i les mateixes oportunitats. I estigues convençut que tots convergim cap Aquell que, com a suprem Atractor, ens ha impregnat d'aquesta energia que ens permet conèixer la distància abismal entre l'opressió i la llibertat.

Fes que cada segon de la teva existència sigui una pregària. Només així tindràs forces per expulsar els mercaders del temple, obrar miracles i escampar la tendresa com a plenitud de tots els drets humans. Encara que et trobis envoltat d'adversitats, si preserves la teva ecobiologia seràs feliç, ja que duràs dins el teu cor tresors que tan sols tu coneixes. □