

*E saíram no barco para um  
lugar ermo, em particular.*

Marcos  
6:32

### **Na meditação**

Tuas mãos permanecem  
extenuadas por fazer e  
desfazer.

Teus olhos, natural-  
mente, estão cheios da angús-  
tia recolhida nas perturbações  
ambientes.

Doem-te os pés nas reca-  
pitulações dolorosas.

Teus sentimentos vão  
e vêm, com impulsos tumultu-  
ários, influenciados por mil

peçoas diversas.

Tens o coração atormen-  
tado.

É natural. Nossa mente  
sofre sede de paz, como a  
terra seca tem necessidade de  
água fria.

Vem a um lugar à parte,  
no país de ti mesmo, a fim de  
repousar um pouco. Esquece  
as fronteiras sociais, os  
controles domésticos, as in-  
compreensões dos parentes,  
os assuntos difíceis, os pro-  
blemas inquietantes, as ideias  
inferiores.

Retira-te dos lugares co-  
muns a que ainda te prendes.

Concentra-te, por alguns  
minutos, em companhia

do Cristo, no barco de teus  
pensamentos mais puros,  
sobre o mar das preocupações  
cotidianas...

Ele te lavará a mente  
livrada de aflições.

Balsamizará tuas úlceras.

Dar-te-á salutare  
alvitres.

Basta que te cales e sua  
voz falará no sublime silêncio.

Oferece-lhe um coração  
valeroso na fé e na realização,

e seus braços divinos farão o  
resto.

Regressarás, então, aos  
círculos de luta, revigorado,  
forte e feliz.

Teu coração com Ele, a  
fim de agires, com êxito, no  
vale do serviço.

Ele contigo, para escala-  
res, sem cansaço, a montanha  
da luz.

*(Caminho, verdade e vida. FEB Editora.*

Cap. 168)