

## COMO COMBATER OS DESEJOS DA CARNE?

“Eu vos exorto: deixai-vos sempre guiar pelo Espírito, e nunca satisfaçais o que deseja a vida carnal. Pois o que a carne deseja é contra o Espírito e o que o Espírito deseja é contra a carne” (Gl 5,16-17).

São Paulo, escrevendo aos gálatas fala da vida carnal, se referindo à impureza, devassidão, imoralidade sexual, libertinagem, inveja, discórdia, bebedeira, orgia, ciúme, ira e outras coisas semelhantes (cf. Gl 5, 19-21). Dando sequência aos versículos, o apóstolo dos gentios ressalta: “todos os que vivem dessa maneira não herdarão o reino de Deus.”

Você já teve a horrível sensação de ser vencido(a) pelas tentações da carne? Se a resposta for “sim”, não se assuste! Eu também já tive e se não me cuidar ou não me disciplinar, serei vencida sempre. O inimigo de Deus está constantemente nos rodeando, pronto a nos devorar, por isso, é preciso vigilância e muita oração.

“Se não te mortificas, nunca serás uma alma de oração. Nenhum ideal se torna realidade sem sacrifício” (São Josemaría Escrivá).

Geralmente somos tentados na nossa maior fraqueza. Qual é seu ponto fraco? Sua sexualidade, seu temperamento, a gula, a inveja, o ciúme, a discórdia? Fale agora o nome de sua fraqueza para você mesmo (a). Depois de responder, talvez sua próxima pergunta seja: “Mas o que fazer nesses momentos, nos quais me sinto impotente diante das tentações e o que fazer para vencê-las?”

Primeiro: fugir das ocasiões de queda e não procurá-las. Porque se deixarmos para fugir quando ela já está nos envolvendo, será muito difícil resistir. Além de fugir, não podemos ser ocasião de pecado para as pessoas que convivem conosco.

Segundo: Só com o espírito fortalecido será possível dominar os impulsos da carne. Venceremos e dominaremos nossa carne com a oração e a intimidade com Deus, buscando os frutos do Espírito Santo de Deus, que são: alegria, amor, paz, paciência, amabilidade, mansidão, domínio próprio, este, sobretudo, conseguimos somente com muito esforço, e fazendo mortificações, ou seja, renúncia daquilo que gostamos muito: refrigerantes, doces, entre outros.

Por que isso é importante? Porque quem não domina a boca, geralmente tem uma grande dificuldade para controlar seus impulsos sexuais. Essa frase que um dia ouvi de um padre, mestre em teologia moral, me levou a fazer uma grande reflexão. Deus fez muitas libertações na minha vida a partir do momento em que eu gravei isso na minha mente e no meu coração.

“Sem disciplina não há santidade”. Nossa vida espiritual deve ser regrada e planejada. Por isso, não podemos deixar a oração como última tarefa do dia. Ao despertar, já precisamos consagrar ao Senhor tudo o que vamos viver no nosso dia, nossos pensamentos, nosso desejo de viver a castidade, as pessoas com quem nos relacionaremos e lembrar: precisamos fugir das ocasiões de pecado e não ser ocasião de queda para as pessoas.

Que todo o nosso dia seja uma oração traduzida em ações. Não adianta orarmos e não colocarmos em prática aquilo que Deus nos pede. É Ele quem tudo vê! Não queira provar nada para ninguém.

Mensalmente, ou quando for possível, procure ser orientado por um sacerdote ou diretor espiritual de sua confiança. Faça mortificações, as quais o ajudarão e o levarão ao amadurecimento, ao controle e ao equilíbrio afetivo-sexual.

Isso é possível e com o auxílio do Espírito Santo você poderá vencer as fraquezas da carne.

Tenho dado a Deus a vitória na minha afetividade e na minha sexualidade. Digo que é difícil, mas é possível sim.

Você quer vencer também? Comece agora com uma boa confissão, sem medo. O Senhor está com você!

Muita oração, penitência e muita disciplina!