



Vida Cristã

Prática da Introspecção

“Sonda-me, ó Deus, e conhece o meu coração; prova-me, e conhece as minhas inquietações. Vê se em minha conduta algo te ofende, e dirige-me pelo caminho eterno”. Salmo 139.23-24

A introspecção é a arte de investigar-se a si mesmo com o propósito de localizar os erros e os acertos, as qualidades boas e as más, a virtude e o pecado, o sucesso e o fracasso sob a perspectiva cristã. No Salmo 139 Davi coloca em prática a introspecção: “tu me sondas e me conheces”. A introspecção é necessária por causa da dificuldade que temos de admitir e nomear as próprias falas: “Quem pode discernir os próprios erros? Absolve-me dos que desconheço!” (Salmo 19.12). Para você se conhecer a si mesmo, a sondagem tem que ser ampla e profunda. Nenhuma área de sua vida deve ser poupada deste exame, porque numa delas pode estar alojado o foco da infecção moral de que você é possuidor. Faça um exame completo, sem medo, sem reservas. Sem diagnóstico não há tratamento e sem tratamento não há cura. É preciso sondar a nascente de tudo, as razões pessoais, as reações a que estamos sujeitos, sondar a consciência, o caráter, a fé, o amor, o trabalho e o comportamento diário.

As Escrituras atribuem o exercício da sondagem a partir da atuação de Deus. É ele quem esquadrinha (Salmo 139.1-6), quem sonda (Ap.2.23) e quem prova (Salmo 11.5). Deus é sondador por excelência. Uma simples pergunta de Deus é suficiente para levar alguém a conhecer-se a si mesmo. Foi assim com Adão: “Quem te fez saber que estavas nu? Comeste da árvore de que te ordenei que não comêsseis” (Gênesis 3.11). Foi assim com Caim: “Por que andas irado? E porque descaiu o teu semblante?” (Gênesis 4.6). “Onde está Abel, teu irmão?” (Gênesis 4.9). Foi assim com o leproso agradecido. “Não eram dez os que foram curados? Onde estão os nove?” (Lucas 17.17). Outras vezes Deus produz o mesmo resultado através de uma ordem aparentemente sem nexos. Foi assim com a mulher samaritana: “Vai, chama o teu marido e vem cá”, e deu certo, pois a mulher trouxe à baila a sua vida irregular: “Não tenho marido” (João 4.16-18). Também o homem tem a obrigação de sondar-se a si mesmo (I Coríntios 11.28). É preciso parar de mentir a si próprio, acabar com as desculpas, preocupar-se primeiro com a trave que está em seu próprio olho e depois com o argueiro que está no olho de seu irmão (Mateus 7.3).

PARA REFLETIR:

- 1) Você alguma vez já fez uma análise de si mesmo?
- 2) Você considera a introspecção uma boa prática? Isso o ajuda em alguma coisa?