

ÍNDICE

O LIVRO DOS ESPÍRITOS.....	3
(QUESTÕES 937 A 938) - DECEPÇÕES. INGRATIDÃO. AFEIÇÕES DESTRUÍDAS	3
QUANTAS VEZES PERDOAREI MEU IRMÃO? - JORGE HESSEN	4
UM DILEMA ENTRE A TOLERÂNCIA E A VINGANÇA.....	4
OFEREÇA A OUTRA FACE.....	9
EVANGELHO DE MARCOS	11
CAPITULO V VERSICULOS DE 37 A 45.....	11
DAR A OUTRA FACE – PAULO SOUZA.....	12
PLANO DE IDÉIAS Nº 01.....	16

O LIVRO DOS ESPÍRITOS

(QUESTÕES 937 A 938) - DECEPÇÕES. INGRATIDÃO. AFEIÇÕES DESTRUÍDAS

937	<i>A ingratidão é filha do egoísmo e o egoísta topará mais tarde com corações insensíveis, como o seu próprio o foi.</i>
938	<i>A decepção, oriunda da ingratidão, será substituída pelo reconhecimento na outra vida.</i>
A	<i>Não há que lamentar ter amigos ingratos, eles serão substituídos por aqueles que saberão compreender.</i>

QUANTAS VEZES PERDOAREI MEU IRMÃO? - JORGE HESSEN

UM DILEMA ENTRE A TOLERÂNCIA E A VINGANÇA

E-Mail: jorgehessen@gmail.com

Site: <http://jorgehessen.net>

"Aprendestes que foi dito: olho por olho e dente por dente. - Eu, porém, vos digo que não resistais ao mal que vos queiram fazer; que se alguém vos bater na face direita, lhe apresenteis também a outra; - e que se alguém quiser pleitear contra vós, para vos tomar a túnica, também lhes entregueis o manto; - e que se alguém vos obrigar a caminhar mil passos com ele, caminheis mais dois mil. - Dai àquele que vos pedir e não repilais aquele que vos queira tomar emprestado"(1)

Como não resistir, como fazer ainda mais do que nos exigem os que nos ofendem? O que entendemos por perdoar? Como perdoar sem permitir que o mal nos envolva, sem nos deixar ficar sob as instâncias daqueles que nos magoam, que nos prejudicam ou nos ferem? Essas questões são instigantes. Todavia, o bom senso nos impõe a seguinte dedução: precisamos compreender e desculpar, ilimitadamente, porque todos nós necessitamos de compreensão e desculpa nas horas do desacerto, mas urge que analisemos os fatos para que os diques da tolerância não se rompam, corroídos pela displicência sistemática, patrocinando a desordem.

Diferentemente do ensino do Cristo, parece fazer parte do mecanismo instintivo de defesa dos seres humanos revidar tapas a um agressor. Neste sentido, segundo alguns, dar a outra face é uma atitude de eficácia duvidosa, contrariando o que Jesus pregou há mais de dois mil anos. Segundo opiniões de pesquisadores mais centrados no materialismo, as religiões, antes de Cristo, não apenas amparavam como, também, incentivavam a vingança desproporcional ao agravo. Os Velhos Textos estão repletos de passagens do tipo "olho por olho", dizem esses estudiosos. Argumentam, ainda, que, como instituição, a religião é má conselheira no assunto tolerância. As guerras religiosas sempre foram, e ainda são as mais inexplicáveis, as mais duradouras e as mais cruéis da história humana.

Por que carregamos em nossa intimidade o rancor e o pendor à vingança? Isto pode ser atribuído a perturbações mentais ou morais, a pais ausentes na infância, a questões culturais. Para Jeffrie Murphy "a cultura é um fator determinante na frequência com que os desejos de retaliação se manifestam numa sociedade." Murphy afirma, ainda, (pasmem!) que a Pátria do Evangelho "aparece em terceiro lugar nas estatísticas entre as nações nas quais o sentimento de vingança é mais acentuado, atrás da Bielo-Rússia e da Bélgica". (1)

Para alguns estudiosos, o desejo de vingança é uma parte perfeitamente normal da natureza humana e sua supressão pode ser, apenas, um daqueles recalques que a vida moderna em sociedade nos incute. Há quem descubra qualidades no ressentimento. Jeffrie sugere três (acreditem!): auto-respeito, autodefesa e respeito pela ordem moral. "A pessoa que nunca se ressent, seja de qual for a ofensa, pode ser um santo. Mas, a falta de ressentimentos pode também revelar uma personalidade servil e sem respeito por seus direitos e sua condição de indivíduo livre e moralmente respeitável." (2)

Leona Helmsley, uma bilionária norte-americana, usou o testamento para se vingar da família, que detestava. Quando desencarnou, destinou a maior parte da fortuna, de cinco bilhões de dólares, para instituições de caridade (aqui agiu corretamente), porém, também deixou doze milhões de dólares para seu cãozinho maltês, Trouble. Dois, de seus quatro netos, receberam quantias equivalentes à metade da legada ao cachorro. Os demais parentes foram, simplesmente, ignorados. "Eles sabem por quê", escreveu Leona como clara vingança no testamento. (3)

Perdoar coisas leves, contra nós mesmos, é relativamente fácil, mas, quando se trata de algo mais sério, como um assassinato, um estupro, por exemplo, a dificuldade de superação da mágoa aumenta, consideravelmente. Sabemos que refrear o desejo de vingança não é fácil quando alguém sente o coração transbordar de fúria. Contudo, não podemos esquecer que, entre o desejo de vingança e a execução da ação vingativa, existe espaço suficiente para exercermos o livre-arbítrio, ou seja, a escolha entre o bem e o mal. A vingança será sempre uma atitude insensata e inútil, até porque, nenhum benefício trará ao nosso progresso, e uma vez consumada, terá satisfeito, apenas, à nossa inconformação diante dos desconhecidos motivos do nosso infortúnio.

O convívio com criaturas e sistemas imperfeitos, capazes de nos infligir os mais variados constrangimentos, cerceamentos, limitações, vicissitudes e agressões, constitui o objetivo moral da reencarnação, de modo que disciplinemos, em definitivo, as idéias superiores da vida e as incorporemos ao acervo dos valores que já edificamos no espírito. Nesse sentido, "o perdão é superação do sentimento perturbador do desforço, das figuras de vingança e de ódio, através da perfeita integração em si mesmo, sem deixar-se ferir pelas ocorrências afligentes dos relacionamentos interpessoais". (1)

E, mais ainda, pesquisas indicam que o ato de perdoar pode aplacar a tensão, reduzir a pressão sangüínea e diminuir a taxa de batimentos cardíacos. Portanto, é uma questão de saúde. O perdão passou a ser investigado pela medicina. Os vários estudos em andamento seguem a tendência de analisar a influência das emoções na saúde. Perdoar, imagina-se, livra o corpo de substâncias que só fazem mal. Essa tese faz parte do livro O poder do perdão de Luskin. (2)

A intolerância quase sempre dá lugar à agressividade. As decisões emocionais rebentam rápidas como torrentes. Sem a participação do bom senso, são capazes de danificar a harmonia de muita gente. Se nos examinarmos bem, chegamos à conclusão de que sempre poderemos ser mais tolerantes do que temos sido, habitualmente. Porém, há coisas que socialmente são intoleráveis, como a violação dos direitos humanos ou a destruição do planeta, a pedofilia, a corrupção, etc. Muitos "tolerantes" tíbios, eivados de preguiça e inconsciência, mantêm atitude de quem não está "para se chatear", porque isso dá trabalho e, às vezes, até, exige alguma abnegação, mas, isso é covardia! Tolerância não é indiferença, nem convivência, nem timidez. Pelo contrário, a tolerância pressupõe entendimento superior, sem orgulho ou vaidade; assenta-se na coragem esclarecida para beneficiamento de todos, inclusive dos adversários.

Um método corajoso de perdão foi colocado em prática por Mahatma Gandhi, o Satyagraha (3), isto é, conquistar o adversário, chamando, para si, o sofrimento, objetivando despertar a consciência moral daquele que se quer convencer de que o ato que pratica é impróprio. É um método ousado de perdão, porque implica na tentativa de sensibilizar o agressor no sentido de reverter seu comportamento. Jesus

aconselhou amar os nossos inimigos no enfoque de não devolver com a mesma moeda aquilo que nos foi desferido. Oferecer, porém, a outra face (a face do bem), pois, assim, cortar-se-iam, pela raiz, os sentimentos de vingança.

Diante das agressões recebidas, o Cristo passava lições grandiosas, como aconteceu com o soldado que O esbofeteou quando estava de mãos amarradas. Sem perder a serenidade habitual, o Cristo olhou-o nos olhos e lhe perguntou: "se eu errei, aponta meu erro, mas se não errei, por que me bates?" (1)

Eis, aí, a verdadeira coragem. O Mestre sofreu a ingratidão daqueles os quais havia ajudado, enfrentou o cinismo dos agressores, foi ultrajado, caluniado, cuspiram-Lhe no rosto e O crucificaram, e Ele tomou uma única atitude: a do perdão. (2)

Lembrou da importância de não se colocar limite ao ato de perdoar. "Se vosso irmão pecou contra vós, ide e falai-lhe sobre a falta em particular, entre vós e ele. Se vos ouvir, tereis ganhado um irmão." Então, aproximando-se dele, Pedro disse: "Senhor, quantas vezes perdoarei meu irmão quando ele houver pecado contra mim? Será até sete vezes?" Jesus lhe respondeu: "Eu não digo até sete vezes, mas até setenta vezes sete." (3)

"No Cristianismo encontram-se todas as verdades; são de origem humana os erros que nele se enraizaram". (4)

Jesus não quis dizer para deixarmos de reprimir o mal, mas para não pagar o mal com outro mal. Perdão é o pagamento do mal com o Bem... O perdão nivela os homens pelo que neles há de melhor, libertando quem perdoou dos maus sentimentos que o escravizavam a quem o feriu.

Mal por mal significa o eclipse absoluto da razão. "Por mais aflitiva seja a lembrança do adversário, recordemo-lo em nossas preces e nas meditações, por irmão necessitado de nossa assistência fraterna. Ainda não readquirimos nossa memória integral do passado e nem sabemos o que nos ocorrerá no futuro". (5)

Que seria da Humanidade se não existisse a paciência e a tolerância do Criador para com as criaturas imperfeitas e rebeldes que somos? Perdoar é um ato inteligente, que nos liberta de outras ansiedades e perturbações que nem precisamos enfrentar. Então!...Para quê guardar mágoa?

FONTES:

- 1- Cf. Mateus, cap. V, vv. 38 a 42
- 2- Jeffrie Murphy, autor do livro Acertando as Contas: o Perdão e Seus Limites, disponível acesso em 16-01-09.
- 3- Idem
- 4- Disponível no site http://veja.abril.com.br/030908/p_086.shtml, acesso em 15-01-09
- 5- Franco Divaldo Pereira. À Luz da Psicologia Profunda , ditado pelo Espírito Joanna de Angelis, Salvador: Editora: LEAL, 2001
- 6- Luskin Frederic. O poder do perdão, São Paulo: editora: Novo Paradigma, 2002
- 7- Termo cunhado pelo pacifista indiano Mahatma Gandhi em sua campanha pela independência da Índia. Significa o princípio da não-agressão, ou uma forma não-violenta de protesto, como um meio de revolução.
- 8- Franco Divaldo Pereira. Palavras de Luz, Sob a inspiração de diversos espíritos, Salvador: Ed. FEEB, 1993
- 9- Romanelli Rubens Costa. Primado do Espírito, BH: Ed. Síntese, 1966, Cap. 15
- 10- Cf. Mateus, XVIII: V, vv. 15, 21 e 22.
- 11- Kardec Allan. O Evangelho segundo o Espiritismo, RJ: Ed FEB, 2003, cap. VI, item 5, 118.
- 12- Xavier Francisco Cândido, Nos Domínios da Mediunidade, ditado pelo Espírito André Luiz, RJ: Ed. FEB, 2001

OFEREÇA A OUTRA FACE

Quando falou que se alguém nos batesse numa face, deveríamos oferecer a outra, expressou um grandioso ensinamento que, se levado em conta, teríamos a solução para todas as situações desagradáveis que surgissem em nossa vida.

Oferecer a outra face não quer dizer dar o rosto para bater. É uma metáfora que sugere que se a situação nos chega de forma desagradável, devemos mostrar a face oposta.

Dar a outra face é mudar a paisagem, é uma ação positiva diante de uma negativa.

Assim, quando todos atiram pedras, ofereça uma flor.

Quando todos caminham para o lado errado, mostre o passo certo.

Se tudo estiver escuro, se nada puder ser visto, acenda você uma luz, ilumine as trevas com uma pequena lâmpada.

Quando todos estiverem chorando, dê o primeiro sorriso; não com lábios sorridentes, mas com um coração que compreenda, com braços que confortem.

Quando ninguém souber coisa alguma, e você souber um pouquinho, ensine, começando por aprender, corrigindo-se a si mesmo.

Quando alguém estiver angustiado, mostre-lhe a face do conforto.

Se encontrar alguém em desespero, acene com a esperança, mesmo que isso seja um desafio para você mesmo.

Quando a terra dos corações estiver seca, que sua mão possa regá-las.

Quando a flor do afeto estiver sufocada pelos espinhos da incompreensão, que sua mão saiba arrancar a praga, afagar a pétala, acariciar a flor.

Onde haja portas fechadas para o entendimento, leve a chave da concórdia e da compreensão.

Onde o vento sopra frio, enregelando corações, que o calor de sua alma seja proteção e abrigo.

Se alguém caminha sem rumo, mostre-lhe as pegadas que conduzem a um porto seguro.

Onde a crítica azeda for o assunto principal, ofereça uma palavra de otimismo, um raio de esperança, uma luz que rompe as trevas e clareia o ambiente mental.

Quando todos parecerem perdidos, mostre o caminho de volta.

Quando a face da solidão se mostrar como única alternativa na vida de alguém, seja uma presença que conforta, ainda que uma presença silenciosa.

Onde o manto escuro da morte se apresenta como um beco sem saída, fale da vida exuberante que aguarda os seres que fazem a passagem pela porta estreita do túmulo.

Seja você a oferecer a face sorridente e otimista da vida, onde a tristeza e o pessimismo marcam presença.

Pense nisso!

Num dia, que não vai muito distante, um homem especial nasceu na região da úmbria, na Itália.

Ele ficou conhecido como Francisco de Assis, pois foi em Assis que ele nasceu.

Aquele homem singular sabia o que Jesus pretendeu dizer quando falou sobre oferecer a outra face.

Sua vida foi um hino de paz, e sua oração ficou imortalizada nas páginas da história, como a oração de Francisco de Assis.

Ele pede ao senhor: “faze de mim um instrumento da tua paz”.

Onde houver ódio, faze que eu leve o amor.

Onde houver ofensa, que eu leve o perdão.

Onde houver discórdia, que eu leve a união.

Onde houver dúvidas, que eu leve a fé.

Onde houver erros, que eu leve a verdade.

Onde houver desespero, que eu leve a esperança.

Onde houver tristeza, que eu leve a alegria.

Onde houver trevas, que eu leve a luz.

Eis um homem que foi um verdadeiro instrumento da paz.

Autor: Equipe de Redação do Momento Espírita, com base em mensagem de autoria ignorada.

EVANGELHO DE MARCOS**CAPITULO V VERSICULOS DE 37 A 45**

37	Seja, porém, o vosso falar: Sim, sim; Não, não; porque o que passa disto é de procedência maligna.
38	Ouvistes que foi dito: Olho por olho, e dente por dente.
39	Eu, porém, vos digo que não resistais ao mal; mas, se qualquer te bater na face direita, oferece-lhe também a outra;
40	E, ao que quiser pleitear contigo, e tirar-te a túnica, larga-lhe também a capa;
41	E, se qualquer te obrigar a caminhar uma milha, vai com ele duas.
42	Dá a quem te pedir, e não te desvies daquele que quiser que lhe emprestes.
43	Ouvistes que foi dito: Amarás o teu próximo, e odiarás o teu inimigo.
44	Eu, porém, vos digo: Amai a vossos inimigos, bendizei os que vos maldizem, fazei bem aos que vos odeiam, e orai pelos que vos maltratam e vos perseguem; para que sejais filhos do vosso Pai que está nos céus;
45	Porque faz que o seu sol se levante sobre maus e bons, e a chuva desça sobre justos e injustos.

DAR A OUTRA FACE – PAULO SOUZA

A maior parte de nós conhece esta expressão e reconhece-a como um ensinamento de Jesus. Contudo, acredito que poucos compreendem o alcance, a essência e o verdadeiro significado deste ensinamento. Retomando o livro " O Mestre dos Mestres" , podemos encontrar uma explicação interessante sobre dar a outra face.

Cristo não falava da face física, da agressão física que compromete a preservação da vida. Ele falava da face psicológica.

Se fizermos uma análise superficial, poderemos equivocarnos e crer que dar a outra face é uma atitude frágil e submissa.

Todavia, temos de nos perguntar:

- Dar a outra face é um sinal de fraqueza ou de força?
- Dar a outra face incomoda pouco ou muito uma pessoa agressiva e injusta?

Se analisarmos a construção da inteligência, constataremos que dar a outra face não é um sinal de fraqueza, mas de força e segurança.

Só uma pessoa forte é capaz de dar a outra face.

Só uma pessoa segura dos seus próprios valores é capaz de elogiar o seu agressor.

Quem dá a outra face não se esconde, não se intimida, mas enfrenta o outro com tranquilidade e segurança.

Quem dá a outra face não tem medo do agressor, pois não se sente agredido por ele, e nem tem medo da sua própria emoção, pois não é escravo dela.

Além disso, nada perturba tanto uma pessoa agressiva como dar-lhe a outra face, como não responder à sua agressividade com agressividade. Dar a outra face incomoda tanto essa pessoa que é capaz de lhe causar insónia. Nada incomoda tanto uma pessoa agressiva como ter para com ela uma atitude complacente.

Dar a outra face é respeitar o outro, é procurar compreender os fundamentos da sua agressividade, é não usar a violência contra a violência, é não se sentir agredido

diante das ofensas que lhe desferem. Somente uma pessoa que é livre, segura e que não gravita em torno do que os outros pensam e falam de si é capaz de agir com tanta serenidade.

Cristo era uma pessoa audaciosa, corajosa, que enfrentava sem medo as maiores dificuldades da vida. Era totalmente contra qualquer tipo de violência. Todavia, Ele não discursava sobre a prática da passividade.

A humildade que proclamava não era fruto do medo, da submissão passiva, mas da maturidade da personalidade, confeccionada por intermédio de uma emoção segura e serena.

Cristo, através do discurso de dar a outra face, queria proteger a pessoa agredida, fazê-la transcender a agressividade imposta pelo outro e, ao mesmo tempo, educar o agressor, levá-lo a perceber que a sua agressividade é um sinal de fragilidade(...)

Na proposta de Cristo, o agressor passa a rever a sua história e a compreender que se esconde atrás da violência."

PERDÃO: A DIFÍCIL TAREFA DE DAR A OUTRA FACE A QUEM NOS FERIU

Rev. Iraelton Melo de Souza

No livro “Maravilhosa Graça”, Philip Yancey descreve o perdão como “um ato nada natural”. A base do seu argumento é a história de José do Egito e a sua visível dificuldade em perdoar os seus irmãos, pela maldade que cometeram de lançá-lo numa cova, venderem-no como escravo e dizerem para o seu pai que ele havia sido devorado por leões. A história completa encontra-se em Gênesis 37-45.

No reencontro de José com os seus irmãos, muitos anos depois, aconteceu algo inusitado. Os irmãos de José, que o davam por morto, jamais poderiam imaginar que aquele que estava governando o Egito, era aquele menino indefeso e ingênuo que havia abandonado à própria sorte nas mãos de estranhos mercadores.

José não havia esquecido a fisionomia de nenhum deles. Não podemos dizer que ele passou a vida toda esperando uma oportunidade de se vingar. Mas é fato que o reencontro com os irmãos e reconhecimento imediato, acompanhado de uma crise muito maior do que a crise que se abatera sobre o mundo de então, era uma prova cabal de que nem tudo estava resolvido plenamente resolvido. Nada jamais estará resolvido enquanto a mágoa estiver ocupando o lugar do perdão e estiver dando o tom do nosso comportamento e das nossas ações.

O texto de Gênesis nos conta que José teve muita dificuldade de perdoar os seus irmãos. A dor tomava conta do seu coração, perpassando o seu peito e atormentando a sua alma. Como perdoar as atitudes desumanas dos seus irmãos? E como chamá-los novamente de irmãos?

Tão grande era a dor de José que num dado momento o seu choro ultrapassa os limites do palácio. “Que gritos são estes?” Perguntavam os servos. “São os gritos de um homem perdoando”. (P. Yancey).

Perdoar é muito difícil porque preferimos acertar as contas. Mas este é um engodo da nossa natureza decaída. Primeiro porque no acerto de contas nos colocamos

numa situação de superioridade irreal. “Quem dentre vós estiver sem pecado, atire a primeira pedra”, disse Jesus. Segundo porque o sentimento de superioridade além de irreal gera em nós um coração arrogante que obstrui a ação da graça de Deus. Terceiro porque, como disse George Herbert, a falta de perdão destrói a ponte sobre a qual nós mesmos temos que passar.

Não temos como discordar de Philip Yancey: “Pior do que perdoar é não perdoar”, visto que não perdoar nos torna prisioneiros do passado e exclui todo o potencial de mudança.

Luis Carlos Prestes, um dos maiores símbolos dos ideais da revolução socialista no Brasil, quando perguntando se tinha alguma mágoa daqueles que o perseguiram, respondeu: “Mágoa, eu? Não. Sou um homem livre”.

Lewis Smedes escreveu: “A primeira e geralmente única pessoa a ser curada pelo perdão é a pessoa que perdoa (...) Quando genuinamente perdoamos libertamos um prisioneiro e então descobrimos que o prisioneiro que libertamos éramos nós”.

“Senhor, ensina-nos a perdoar a quem nos tem ofendido, assim como o Senhor tem perdoado as nossas ofensas também. Por Jesus. Amém”.

PLANO DE IDÉIAS Nº 01

37	Seja, porém, o vosso falar: Sim, sim; Não, não; porque o que passa disto é de procedência maligna.
38	Ouvistes que foi dito: Olho por olho, e dente por dente.
39	Eu, porém, vos digo que não resistais ao mal; mas, se qualquer te bater na face direita, oferece-lhe também a outra;
40	E, ao que quiser pleitear contigo, e tirar-te a túnica, larga-lhe também a capa;
41	E, se qualquer te obrigar a caminhar uma milha, vai com ele duas.
42	Dá a quem te pedir, e não te desvies daquele que quiser que lhe emprestes.
43	Ouvistes que foi dito: Amarás o teu próximo, e odiarás o teu inimigo.
44	Eu, porém, vos digo: Amai a vossos inimigos, bendizei os que vos maldizem, fazei bem aos que vos odeiam, e orai pelos que vos maltratam e vos perseguem; para que sejais filhos do vosso Pai que está nos céus;
45	Porque faz que o seu sol se levante sobre maus e bons, e a chuva desça sobre justos e injustos.

"Cristo não falava da face física, da agressão física que compromete a preservação da vida. Ele falava da face psicológica.

dar a outra face é uma atitude frágil e submissa

- Dar a outra face é um sinal de fraqueza ou de força?
- Dar a outra face incomoda pouco ou muito uma pessoa agressiva e injusta?

é um sinal de fraqueza, mas de força e segurança

a explosão incondicional é sempre sinal de derrota íntima

o tempo todo mostrar "quem manda por aqui"

compreenda que a vida é uma troca - é dando que se recebe

abusar da boa vontade – REVOLTA - não é necessário deixar que abusem,

É "bom ser bom", mas é indispensável também ser firme, e quando necessário, aplicar a força (moral)

Historia da Serpente

Não te irrites com os que agem mal, nem invejes aos que praticam a iniquidade

totalmente contra qualquer tipo de violência. Todavia, Ele não discursava sobre a prática da passividade

Só uma pessoa forte é capaz de dar a outra face.

Só uma pessoa segura dos seus próprios valores é capaz de elogiar o seu agressor.

mas enfrenta o outro com tranquilidade e segurança.

EMPATIA

pois não se sente agredido por ele – Gandhi – Tiro do Ingles

nada perturba tanto uma pessoa agressiva como dar-lhe a outra face

não usar a violência contra a violência

confeccionada por intermédio de uma emoção segura e serena.

Ele pede ao senhor: “faze de mim um instrumento da tua paz”.

Onde houver ódio, faze que eu leve o amor.

Onde houver ofensa, que eu leve o perdão.

Onde houver discórdia, que eu leve a união.

Onde houver dúvidas, que eu leve a fé.
Onde houver erros, que eu leve a verdade.
Onde houver desespero, que eu leve a esperança.
Onde houver tristeza, que eu leve a alegria.
Onde houver trevas, que eu leve a luz.
Eis um homem que foi um verdadeiro instrumento da paz.