

## NOTAS SOBRE A PRÁTICA DA ORAÇÃO

1. A Revelação nos exorta insistentemente a que dirijamos nossa atenção à Palavra de Deus. Diz ela na pessoa do Messias:

*"O Senhor deu-me uma língua erudita,  
para saber sustentar com a palavra  
o que está cansado.  
Ele me chama pela manhã,  
pela manhã chama aos meus ouvidos,  
para que eu o ouça como a um mestre.  
O Senhor Deus abriu-me o ouvido,  
e eu não o contradigo,  
não me retirei para trás".*

Is. 50, 4-5

Pouco depois, porém, ela mesma pergunta para nós:

*"Qual de vós teme o Senhor,  
qual de vós ouve a voz de seu Servo?"*

Is. 50, 10

No Evangelho ela também nos mostra, através da história de Maria, como nisto o Messias é um exemplo para os homens. Maria, no Evangelho de Lucas, é louvada por ter feito precisamente aquilo que Isaías havia predito que haveria de ser feito pelo próprio Cristo:

*"Maria, sentada aos pés do Senhor,  
ouvia a sua palavra.*

*Marta, porém, afadigando-se muito  
na contínua lida da casa,  
pediu ao Senhor que dissesse*

*à irmã para ajudá-la.*

*O Senhor, respondendo, disse-lhe:*

*‘Marta, Marta, afadigas-te  
e andas inquieta com muitas coisas.  
Uma só coisa é necessária;  
Maria escolheu a melhor parte,  
que não lhe será tirada’.*

Lc. 10, 39-42

Sem dúvida, era à mesma coisa que o Salmista se referia, quando dizia:

*"Quanto eu amo a tua Lei, Senhor!  
Ela é minha meditação todo o dia.*

*Os meus olhos antecedem as vigílias noturnas,  
para meditar as tuas palavras.*

*Se a tua Lei não fosse a minha delícia,  
eu já teria perecido na minha aflição.*

*Mesmo que os príncipes se sentem  
e falem contra mim,  
o teu servo todavia medita  
nas tuas determinações.*

*A explicação das tuas palavras ilumina,  
ensina os inexperientes.*

*Pus a minha esperança na tua Palavra,  
as tuas prescrições constituem  
a minha herança para sempre.*

*Irrompam os meus lábios em um hino,  
quando me ensinares os teus estatutos’.*

Salmo 118

E era por causa da Palavra, também, que Jesus nos chamava de amigos:

***"Não vos chamo mais de servos,  
porque o servo não sabe  
o que o seu amo faz;  
mas eu vos chamo de amigos,  
porque tudo o que eu ouvi do Pai,  
eu vo-lo dei a conhecer".***

Jo. 15, 15

Jesus, dizendo que Ele próprio tinha ouvido tudo o que nos deu a conhecer, dá-nos a entender o quanto queria oferecer-se como exemplo para que nós também aprendêssemos a ouvir.

A Revelação nos ensina, no entanto, que Jesus queria que nós ouvíssemos a sua Palavra porque deste modo, por meio de sua graça, Ele poderia erguer nossa mente ao ato da fé:

***"Tudo isto foi escrito",***

diz São João para explicar a Palavra,

***"para que vós creiais  
que Jesus é o Cristo, Filho de Deus,  
e para que, crendo,  
tenhais a vida eterna em seu nome".***

Jo. 20, 31

De fato, em muitíssimas passagens deste mesmo Evangelho, Jesus nos diz que para possuir a vida eterna é preciso aprender a ouvir e aprender a crer:

***"Quem ouve a minha Palavra  
e crê naquele que me enviou,  
tem a vida eterna,  
e passou da morte para a vida".***

Jo. 5, 24

Aprendemos com isto que o ouvir da Palavra e a experiência da fé devem andar sempre juntos, conforme no-lo diz também o Evangelho de São João:

*"Não rogo somente por eles,  
mas por todos aos que hão de crer em mim,  
por causa da sua Palavra".*

Jo. 17, 20

E também:

*"Muitos creram nEle,  
por causa da sua Palavra".*

Jo. 4, 41

2. Por outro lado, se a oração é uma elevação da mente a Deus, o que não se pode fazer senão pelas virtudes teologais da fé, esperança e caridade, pode-se inferir que a Palavra de Deus é o caminho pelo qual se pode alcançá-la.

Devemos, pois, tomar várias vezes ao dia a Sagrada Escritura para, através dela, elevarmos nossa mente até Deus. Como todas estas ocasiões não serão senão partes de um único e ininterrupto diálogo, devemos tomá-la não ao acaso, mas com método e ordem. Devemos iniciar pelo princípio de um livro e nele prosseguir até o seu fim, pouco de cada vez, de tal modo que haja o suficiente e o necessário para servir-nos de alimento para a inteligência, a memória e a vontade.

Assim, ao tomarmos a Escritura em cada momento de oração, devemos fazê-lo não apenas para praticá-la, mas também para alcançarmos o seu mais profundo entendimento, para que possamos reter na memória o significado de suas sentenças de modo que elas no-las sejam oferecidas constantemente durante o dia em vez da dispersão do imaginário, e para que possamos amá-la conforme no-lo ensina o salmista, sem o que não é possível conservá-la na memória e não é possível que ela nos conduza à experiência da fé.

Tudo isto no-lo indica a própria Sagrada Escritura quando diz:

*"Meu filho, se receberes  
as minhas palavras,*

*e tiveres os meus mandamentos  
escondidos dentro de teu coração,  
de sorte que teu ouvido esteja atento  
à voz da sabedoria,  
inclina o teu coração  
para conhecer a prudência".*

Pr. 2, 1-2

Ao dizer "*se receberes as minhas palavras*", refere-se ao amor, alimento da vontade, pois alguém só se pode considerar verdadeiramente recebido quando o é por amor.

Ao dizer "*e tiveres os meus mandamentos escondidos dentro de teu coração*", refere-se ao alimento da memória, sem a qual não podemos conservar a sua palavra escondida em nós.

Ao dizer "*de sorte que o teu ouvido esteja atento à voz da sabedoria*", refere-se ao alimento da inteligência, intensamente atenta não apenas à letra da Palavra, mas à voz da sabedoria que nela fala.

Ao alimentarmos deste modo as faculdades da inteligência, da memória e da vontade, preparamos as potências de nossa alma para a contemplação, na qual, através das três virtudes teologais, estas três faculdades se unem num só ato. Por isto é que, tendo cumprido estas três coisas, a Escritura acrescenta que podemos "*inclinarmos nosso coração para conhecer*", já não mais a Palavra, mas a "*prudência*". De fato, mais adiante, a mesma Escritura nos diz, daqueles que conhecem a prudência, algo que nos mostra a relação desta para com a contemplação:

*"Para os homens prudentes,  
a sabedoria é coisa fácil".*

Pr. 14, 6

Ela também nos define a relação entre a prudência e a contemplação quando diz:

*"O que é sábio de coração,  
será chamado prudente".*

Pr. 16, 21

Entenderemos o que é esta sabedoria de que falam as Escrituras, se considerarmos que, quando Salomão a pediu, foi tratado do mesmo modo como Jesus, no sermão da montanha, diz que serão tratados pela providência aqueles que buscam em primeiro lugar o Reino de Deus.

- 3.** Por estes motivos, o alimento espiritual do entendimento, da memória e da vontade que a Palavra nos oferece na oração deve ser precedido da experiência da fé. A oração, deste modo, pode ser dividida em duas partes equilibradamente dispostas, a primeira parte constituída pela refeição da fé, e a segunda pela refeição da Palavra.

Na primeira parte da oração deve-se procurar elevar a alma à experiência da fé. A fé é um modo pelo qual a inteligência se eleva ao conhecimento das coisas divinas que exige os seguintes três elementos:

- A. Exige, primeiramente, a Revelação externa, não qualquer uma, mas aquela que Deus mesmo no-la oferece, tão rica, tão extraordinária e tão profunda que no seu próprio exame consta a prova de sua origem. A Revelação externa, porém, não é suficientemente manifestada para o ato da fé na oração se o homem apenas a conhece, ainda que tão profundamente quanto o possa, sem que também a considere em ato, não já a partir de um texto, como quando nos alimentamos das Escrituras, mas a partir daquilo que desta Revelação já exista em sua alma.
- B. A fé exige, em segundo lugar, também a revelação interna, pela qual o Espírito Santo, iluminando a Revelação externa, convida o homem a experimentar com uma certa evidência a profundidade de sua verdade.
- C. A fé exige, finalmente, um movimento da vontade pelo qual o homem não apenas aceita a verdade revelada como norma de seus atos externos, mas principalmente que move o ato interior da inteligência a apreender os mistérios da fé segundo aquele modo pelo qual a inteligência acolhe a experiência da verdade. Neste sentido, o ato da fé não é uma meditação sobre os mistérios da fé, mas uma experiência da verdade, da qual, de um modo todo especial, também participa a vontade.

É evidente a relação que o ato da fé tem para com a contemplação, pois a contemplação, embora tenha a sua essência na inteligência, também tem a sua causa na vontade, habitada pelo amor sobrenatural que não existe sem a graça. É por este

motivo que o Novo Testamento, querendo preparar-nos para ela, ao ensinar-nos a elevar a nossa mente até Deus, prescreve que aprendamos a fazê-lo não de qualquer modo, mas através da virtude da fé, na qual justamente a inteligência não pode mover-se à experiência da verdade senão com o concurso da graça e da vontade. É por isso também que o Evangelho nos diz:

*"A todos os que creram nEle,  
deu-lhes o poder de se tornarem  
filhos de Deus".*

Jo. 1, 13

- 4.** A oração, pois, deve ser dividida em dois tempos. No primeiro busca-se a vivência do ato da fé. No segundo, a vivência do ato da fé prepara o nosso espírito para que possamos alimentar-nos pela Palavra. A busca da fé sem o alimento da Palavra divaga; a Escritura, sem a fé, não eleva a inteligência à contemplação. Da relação entre ambas estas coisas pode compreender-se a profundidade contida na sentença do Êxodo, quando diz:

*"Se ouvirdes atentamente a minha voz,  
e guardardes a minha Aliança,  
sereis minha propriedade especial  
entre todos os povos".*

Ex. 19, 5

Nesta passagem o Senhor não está sendo redundante quando quer que ouçamos a sua voz e guardemos a sua aliança. Ele quer que ouçamos primeiro a sua voz, para que possamos guardar a sua Aliança, que consiste na vivência das virtudes teológicas na contemplação. É deste modo que Ele nos torna sua propriedade especial entre todos os povos.

- 5.** Pode servir de especial ajuda para a prática da fé na primeira parte da oração o livro das *Sentenças de Sabedoria*, compilado justamente para este fim a partir dos escritos dos Santos Padres e baseado de um modo especial nas cartas de Santo Antão e nas obras de Hugo de S. Vitor e de Santo Tomás de Aquino. Este livro, que merece o esforço de uma reflexão profunda, pode também ser lido algumas vezes quando estivermos na primeira parte da oração, mas diversamente do modo como se utilizam

as Sagradas Escrituras na segunda. As Sagradas Escrituras são em si mesmas um verdadeiro e autêntico alimento espiritual preparado por Deus para os homens; as *Sentenças de Sabedoria* são uma indicação dos vários aspectos envolvidos na prática das virtudes teologais; é esta prática que constitui alimento para nossa alma, e não o livro em si.

6. Em sua Epístola aos Coríntios, São Paulo diz que no céu a fé cessará, substituída pela visão face a face de Deus. Invertendo os termos, podemos entender que na terra a fé substitui provisoriamente o papel que a visão beatífica desempenha no céu. Não é possível, portanto, haver na terra maior intimidade com Deus do que aquela que provém do exercício da fé, senão este mesmo exercício da fé quando se lhe acrescenta a caridade. Por isto é que São Paulo diz também que os justos vivem da fé e que caminham da fé para a fé (Rom. 1, 17): na terra devemos aprender a buscar a fé assim como no céu se vive a visão beatífica, o que sem dúvida não é possível de ser feito sem o amor. A prova de nossa intimidade com Deus consistirá em que, já cumprindo os mandamentos, o amor que temos para com Deus seja tal que exija o ato da fé profundo e contínuo tal como desejamos a presença de quem amamos. Aquele que tem a experiência do conhecimento íntimo da fé, tanto quanto é possível nesta vida, conhece a Deus. É neste sentido que no princípio do Cântico dos Cânticos se escreve:

*"Receba eu um beijo de tua boca,  
porque os teus amores  
são melhores do que o vinho".*

Cant. 1, 1

Quando, movidos pela caridade, vivenciamos profundamente o ato da fé, tanto quanto é possível neste mundo, beijamos e abraçamos a Deus.

7. Devemos considerar ainda, quanto à relação entre a fé e a Palavra, que a Revelação manifesta claramente que Deus deseja que aprendamos a amar, além dEle mesmo, algumas outras coisas pelas quais, vindo a conhecer através destas o que é o amor, possamos aprender a amar a Deus em si mesmo.

É neste sentido que Deus nos deixou, para que aprendamos a amar, cada vez mais profundamente, dia após dia, em uma prática religiosa constante, o Sacramento da Eucaristia, a pessoa do cônjuge para os que vivem no Sacramento do Matrimônio, e a sua própria Palavra. Se devemos amar o cônjuge como Cristo e a Igreja se amam,



isto significa que devemos amá-lo como Cristo e os santos se amaram. Quanto à Palavra, os escritos dos Santos Padres testemunham uma relação entre estes homens justos e a Palavra de Deus muitíssimo semelhante àquela que se espera que exista entre um cristão e a Eucaristia, pela qual eles se uniam, através do amor, à sua Palavra também com a inteligência e a memória. Com isto Deus nos ensina, através de coisas mais sensíveis, o que é o amor, para que possamos depois transferir este amor a Ele em si mesmo.

Para alcançar o que significa esta transferência, devemos considerar que há três formas de amor, todas elas autênticas. Existe em primeiro lugar o amor servil, existe também o amor filial e existe o amor dos esposos.

Os servos também amam, e podem amar muito. O amor servil consiste naquele pelo qual, por um grande amor, evita-se o pecado e conduz-se uma vida corretíssima e exemplar.

O amor filial já não se contenta em cumprir o que é formalmente preceituado. Ele intui, em uma formidabilíssima extensão, tudo aquilo que Deus mais desejaria sem que no-lo tenha preceituado mais diretamente. O amor filial se alimenta da prática das virtudes que consistem em fazer o bem que, pelo menos aparentemente, não foi estritamente exigido, e principalmente o bem de ensinar. O amor filial cumpre também de modo mais perfeito a vida correta que o amor servil já cumpria. Pode haver heroísmo tanto no amor servil quanto no amor filial.

O amor dos esposos é aquele pelo qual, já não contentes em apenas evitar o pecado e praticar a virtude ainda mais intensamente do que no amor servil e filial, queremos também e principalmente a própria pessoa de Deus. Isto significa, no céu, a visão beatífica e, na terra, a firmeza, a constância e a pureza da fé. Embora a pessoa de Deus e a fé sejam coisas distintas, na prática é através da fé que ocorre nesta vida o contato espiritual com Deus e com Cristo ressuscitado. Quem verdadeiramente conhece a fé, portanto, tanto quanto é possível ao homem, conhece a Deus.

Deus, por conseguinte, quer que aprendamos a amar a sua Palavra por ser o caminho pelo qual aprendemos a amar a Deus e Cristo ressuscitado que se nos entregam nesta vida através da fé e na outra através do conhecimento, conforme Ele mesmo no-lo diz quando afirma que

***"Nisto consiste a vida eterna,  
que te conheçam a ti,  
único Deus verdadeiro,  
e aquele que enviaste,  
Jesus Cristo".***

- 8.** A vivência da fé na primeira parte da oração supõe não apenas uma firmeza e uma constância cada vez maior, mas também o silêncio paralelo dos demais pensamentos, do imaginário e das paixões que tendem a movê-los. Este silêncio paralelo não deve ser um privilégio do tempo de oração, mas, no sentido descrito adiante, deve estender-se a todos os momentos da vida. Tanto dentro como fora da oração, este silêncio interior está relacionado com o sacerdócio, o sacrifício e a hóstia de que falam as sentenças das cartas de Santo Antão. De fato, neste sacerdócio de que fala Santo Antão, sacrificam-se aqueles pensamentos que, dispersando a mente, impedem outros maiores e até o próprio exercício da fé.

Este silêncio pressupõe o constante evitar de tudo o que transtorna a alma da oração e da atenção à fé e à Palavra. Neste sentido, devemos entender que há dois gêneros de coisas que podem nos causar transtorno, dos quais só um é prejudicial.

São prejudiciais aquelas atividades que distraem nossa atenção porque estimulam as paixões e com isto causam o descontrole do imaginário.

Não são prejudiciais mas, ao contrário, são benéficas, aquelas atividades que implicam num serviço fundamentado na caridade que não é feito pelo governo das paixões mas motivado por uma necessidade objetiva. Tratam-se, portanto, de atividades governadas pela razão e não pelas paixões. Este segundo tipo de atividade é freqüentemente chamado pelos homens de transtorno, mas neste caso elas se constituem num transtorno apenas para o nosso egoísmo ou, quando muito, somente do ponto de vista de um cronograma externo de atividades, e não de um descontrole passional.

- 9.** Para que a fé, portanto, já experienciada, crescida, aumentada e já conduzida pela caridade, possa também inundar a tudo e a todas as coisas, como no céu o faz a visão beatífica, da qual ela é na terra um substituto temporário, e para que possa estender-se também para além da vida de oração, deve-se aprender a considerar, em primeiro lugar, que tudo o que se faz durante a atividade diária pode ser dividido em tempos em que tende a predominar a ação e em tempos em que tende a predominar a imaginação.

São tempos em que dizemos tender a predominar a ação aqueles em que realiza-se algo com conteúdo objetivo. São tempos de ação, neste sentido, aqueles em que realiza-se um trabalho, estuda-se, ora-se ou participa-se da liturgia.

São tempos em que dizemos tender a predominar a imaginação aqueles que consistem principalmente no estar-se em trânsito de um tempo de ação a outro.

Nestes tempos a atividade dispersiva do imaginário, estimulada pela desordem de nossas paixões, tende a predominar.

Devemos procurar que, ao iniciar um tempo de imaginação, nossa atenção se dirija à recordação das Escrituras que nos alimentaram na oração, e desta à fé conduzida pelo amor, de tal modo que o amor, que deve assumir o controle e a direção da inteligência, cresça de dia a dia.

Devemos procurar também que, ao iniciar um tempo de ação, o façamos sempre explicitamente por um amor atual a Deus, evitando dispersar-se por outras coisas além da ação oferecida, quando esta dispersão estiver sendo gerenciada, em última análise, pelo próprio passional, ainda que se tratem de coisas inocentes.

Devemos aprender a considerar que a atividade externa, além de ter um objetivo próprio que pode indiretamente ser dirigido a Deus, deve ser em primeiro lugar um exercício para amarmos e recordar-nos de Deus.

O melhor modo e o melhor motivo pelo qual as coisas podem ordenar-se ao amor e à lembrança de Deus surge quando elas se ordenam ou constituem o próprio trabalho de ensinar. É neste sentido que ensinar foi-nos pedido por Cristo como a maior prova de amor (Jo. 21, 15-17; Mt. 25, 31-46; Mt. 28, 19-20; Mt. 5, 19; Dn. 12, 3). E neste sentido também se diz no livro de Provérbios:

*"Nunca se afastem de ti  
a misericórdia e a verdade;  
põe-nas à roda de teu pescoço,  
e grava-as sobre as tábuas  
de teu coração".*

Pr. 3, 3

E, no Cântico dos Cânticos:

*"Despojei-me de minha túnica,  
e hei de vesti-la novamente?  
Lavei os meus pés,  
e hei de tornar a sujá-los?"*

*Mas quando o meu amado  
meteu a sua mão pela abertura da porta,  
minhas mãos destilaram mirra,  
e meus dedos estavam cheios  
da mirra mais preciosa".*

Cant. V, 4-5

E também, nos Atos dos Apóstolos:

***"Nós, porém,  
ocupar-nos-emos totalmente  
na oração  
e no ministério da Palavra".***

At. 6, 4