

**SUBSÍDIOS PARA AS CONSTITUIÇÕES
DOS FRADES MENORES CAPUCHINHOS**

A.D. 2020

NOTAS DE INTRODUÇÃO À ORAÇÃO CONTEMPLATIVA

de Frei Prospero Rivi, OFM Cap

(V. Carducci, *São Francisco recebe os estigmas*, Madri 1630)

*“Quando eu for elevado da terra, atrairei todos a mim” (Jo 12,32):
São Francisco atraído pela voragem do amor de Cristo.*

O título que dei a estas páginas delimita e esclarece a abordagem do percurso que é aqui proposto. Não se pretende descrever a natureza e os carâteres daquela que comumente é chamada oração contemplativa ou de recolhimento, e que a tradição franciscana definiu preferivelmente oração mental. Queremos apenas sugerir algumas disposições interiores que possam favorecer um profícuo itinerário de oração pessoal, tal como a tradição dos Capuchinhos tem sempre buscado cultivar e que também suas atuais Constituições recomendam com força no intenso capítulo III.

No percurso, virá à tona também o cruzamento fecundo que há entre os dois âmbitos fundamentais de toda experiência cristã autêntica: a oração e as relações fraternas.

*“Tu, porém, quando orares, entra no teu quarto, fecha a porta
e ora a teu Pai que está em segredo.
E teu Pai, que vê o que está em segredo, te retribuirá” (Mt 6,6).*

“O cristão existe ou desaparece com a oração” (H. U. Von Baltahasar)

“Creio porque rezo” (K. Ranher).

*“O meu segredo é muito simples: rezo,
e, na oração, apaixono-me por Jesus.
E entendo que rezar-Lhe é amá-Lo,
e que isto significa cumprir a sua Palavra” (Madre Teresa de Calcutá).*

*“Se porventura tivésseis perdido o gosto pela oração,
sentiríeis o desejo de novo
pondo-vos humildemente a orar” (Paulo VI, Evangelica Testificatio, 42).*

*“A oração não é apenas o respiro da alma, é também o oásis de paz
no qual podemos ir buscar a água*

*que alimenta a nossa vida espiritual
e transforma a nossa existência” (Bento XVI).*

“Amemos todos com todo coração, com toda alma, com toda mente, com toda força e fortaleza, com todo entendimento, com todas as forças, todo esforço, todo afeto, todas as entranhas, todos os desejos e vontades o Senhor Deus, que nos deu e nos dá a nós todos todo o corpo, toda a alma e toda a vida, que nos criou, remiu e só por sua misericórdia vai salvar” (São Francisco, Rnb XXIII).

PREMISSA

Em setembro de 2017, concluí meu serviço de formador dos jovens em caminho para a vida religiosa. Tendo começado em 1972 e feito uma pausa de três anos para estudos superiores em Roma, foram 42 anos em que estive em contato com adolescentes antes, e depois com jovens. A partir de 1985, tive a tarefa de formar os candidatos para a vida franciscano-capuchinha do noroeste da Itália: 20 anos como Mestre de Noviços, 5 anos com os Postulantes, 3 anos com os Estudantes no Pós-noviciado.

Em 1989-90, durante o meu serviço como mestre de noviços, partindo de Vignola visitamos várias vezes a comunidade monástica próxima de Monteveglio (Bolonha), fundada nos anos de 1960 pelo Padre Giuseppe Dossetti. Queríamos ser ajudados para aprofundar o tema da oração, com uma particular atenção pela “Oração do Nome”. Foi-nos aconselhado para fazermos uma série de encontros com a Madre Agnese Magistretti, por longos anos superiora e formadora das irmãs da “Pequena Família da Anunciação”. Ela nos pediu o texto das nossas Constituições para poder examinar atentamente o capítulo sobre a oração. Quando nos reencontramos para o encontro seguinte, Madre Agnese não parava de expressar a sua admiração pelas extraordinárias características que tinha identificado em nosso texto legislativo. Nunca tinha visto nada de parecido nos muitos outros documentos análogos que tinha consultado em seu longo serviço de cofundadora e formadora. As nossas Constituições a tinham encantado pelo sábio equilíbrio com que mantêm juntos os aspectos normativo e inspirativo, conseguido, de tal modo, transmitir por inteiro em um só texto a riqueza do nosso carisma. Uma particular apreciação exprimia pelo capítulo III, que considerou uma autêntica obra-prima e que quis seguir como referência e todos os sucessivos encontros que fizemos. Foi bonito para nós que tal apreciação viesse de uma pessoa que deixava transparecer uma profunda experiência interior, e que desempenhava há tempos um papel importante em uma comunidade que se distinguia pela forte dimensão contemplativa. Um encorajamento para estudá-las, as nossas benditas Constituições, para conhecê-las e amá-las mais e para buscar vivê-las melhor. E isso a partir deste extraordinário capítulo III, que é como o coração do nosso texto fundacional e que, pessoalmente, sempre considerei como ponto de força na formação dos jovens.

As notas que procurei referir aqui, também indo ao encontro do pedido de muitos frades, religiosas e leigos, aos quais propus em retiros espirituais, em boa parte são o fruto desta longa “escola de oração”. Foram pensadas e redigidas em primeiro lugar para aqueles que pertencem à família franciscana, e querem ser uma modesta contribuição para continuar uma reflexão que favoreça a retomada desta dimensão contemplativa, que permanece um componente essencial no nosso carisma, e isso não apenas para nosso proveito, mas em benefício do Povo de Deus, que

também tem necessidade urgente de retomar esta “oração profunda”, a fim de conservar a fé saboreando a sua beleza.

Como nos pedia a *Novo millennio ineunte*¹, cada nossa fraternidade deveria se tornar uma “escola de oração”, entendida justamente como início e acompanhamento para a oração contemplativa, a única que pode garantir o persistir da fé em meio ao nosso povo².

A minha geração experimentou muita dificuldade para aceitar a retomada deste valor peculiar da tradição franciscana, e as resistências foram – e, em parte, ainda são – inúmeras e sustentadas meticulosamente. Os jovens, ao contrário, em geral são desejosos de receber este alimento, e sei que aqueles que chegaram positivamente à opção definitiva da nossa forma de vida a praticam fielmente e com alegre convicção.

Considereei um grande dom a bela carta circular que, em 2016, o Ministro Geral Frei Mauro Jöhri enviou a todos os membros da Família Capuchinha. Partindo do capítulo III das Constituições como referência, ele reafirmou a importância da oração em geral, mas, sobretudo, chamou a atenção com delicado e fraterno vigor justamente a necessidade de recuperar a Oração mental, a ser feita tanto em comum como em particular. Deste seu apelo e do seu sucessivo encorajamento, fui solicitado para redigir estas notas. Podem ser lidas tanto como introdução quanto comentário ao capítulo III das nossas Constituições.

INTRODUÇÃO

Vamos esclarecer os termos. O que se entende por “oração mental”?

O *Catechismo degli Adulti* (“Catecismo dos Adultos”) da Conferência Episcopal Italiana (n. 997) chama a oração mental de “oração de recolhimento” e fala dela nos seguintes termos:

“Com o passar do tempo, o exercício da meditação (*que consiste em refletir sobre alguma verdade da fé, para acreditar nela com mais convicção, amá-la como um valor atraente e concreto, praticá-la com o auxílio do Espírito Santo... implica reflexão, amor e propósito prático: n. 996*) se simplifica, o coração prevalece sobre a reflexão. Chega-se gradualmente à oração de recolhimento. Liberamo-nos de imagens e pensamentos particulares, de lembranças, preocupações e projetos. Dirigimos uma simples atenção a Deus, a Jesus Cristo, a alguma perfeição sua, a algum evento salvífico. Permanecemos em postura de amor silencioso diante do Senhor presente em nosso íntimo. Deixamo-nos transformar pelo seu Espírito, que pode causar consolação ou desolação, mas,

¹ “Sem dúvida que são chamados de modo particular à oração os fiéis que tiveram o dom da vocação a uma vida de especial consagração: esta, por sua natureza, torna-os mais disponíveis para a experiência contemplativa, sendo importante que eles a cultivem com generoso empenho. Mas seria errado pensar que o comum dos cristãos possa contentar-se com uma oração superficial, incapaz de encher a sua vida. Sobretudo perante as numerosas provas que o mundo atual põe à fé, eles seriam não apenas cristãos medíocres, mas ‘cristãos em perigo’: com a sua fé cada vez mais debilitada, correriam o risco de acabar cedendo ao fascínio de sucedâneos, aceitando propostas religiosas alternativas e acomodando-se até às formas mais extravagantes de superstição” (n. 34; v. também os nn. 32 e 33).

² “O século XXI ou será místico, ou não será” (A. Malraux). O mesmo pensamento é compartilhado por K. Rahner, quando escreve: “Poder-se-ia dizer que o cristão do futuro ou será um místico – isto é, uma pessoa que ‘experimentou’ algo –, ou não será nem mesmo cristão. Porque a espiritualidade do futuro não se apoia mais sobre uma convicção unânime, evidente e pública, e nem mesmo em ambiente religioso generalizado... Para estar em condições de manter uma relação real com Deus... e também para ter a coragem de aceitar esta manifestação silenciosa de Deus como o verdadeiro mistério da própria existência, não basta uma postura racional diante do problema teórico de Deus, e nem mesmo basta uma aceitação puramente doutrinal da doutrina cristã, mas é preciso uma autêntica experiência de Deus, que brota do centro da existência”: cf. K. RAHNER, *Nuovi saggi*, Paoline, Roma 1968, p. 24.

sem dúvida, purifica e fortifica na caridade. Quando o fervor desta experiência se atenua, é bom retornar à meditação discursiva ou à oração vocal”.

1. O combate da oração

É um dado de fato que quem se propõe a rezar mais e melhor descobre muito cedo que **rezar é difícil**. Por quê?

> **A oração é um ato interior, espiritual:** e os atos interiores se mostram pesados para nós, que somos feitos de matéria e inclinados para as coisas que tocam os sentidos. Isto é verdade, sobretudo hoje para nós, que vivemos submersos em um rio de imagens, palavras, sons e sensações.

> **A oração é um ato que envolve a inteligência e o coração,** portanto, um esforço cansativo. Em geral, nós trabalhamos com mais boa vontade com as mãos do que com a cabeça; e também quem se considera um intelectual trabalha bem mais frequentemente com a fantasia ou apenas com a inteligência, mais do que com o coração e a inteligência juntos.

> **A oração é um comunicar-se com o invisível:** rezando, nós não vemos, não sentimos e não tocamos o nosso interlocutor, que é o Senhor (os nossos sentidos entram todos em *pane*): não nos surpreendamos se tivermos dificuldade para manter a nossa atenção sobre Ele (é o problema das muitas distrações, sobre as quais voltaremos).

> **Somos preguiçosos por natureza** (quem mais, quem menos). A oração verdadeira custa também por causa da nossa preguiça congênita em levar adiante as coisas exigentes e sérias. Se é necessário para nós esforço e boa vontade nos habilitar em uma profissão ou em uma arte, ou aprender qualquer coisa de difícil e não instintivo, não nos surpreendamos que, de início, também a oração exija um notável esforço: é normal, e seria incorreto considerar que ela não sirva para nós simplesmente porque não nos pareça fácil e espontânea. Ela, dizia um velho e sábio frade, é “a arte de todas as artes”.

> **Há também o mistério do mal** e a ação do grande Tentador-Acusador (Satanás ou Diabo, o separador, o divisor), que, por definição, busca tirar o homem da união com Deus e, assim, põe tantos obstáculos em nosso caminho para uma oração mais profunda e mais verdadeira. Mas, com a Páscoa do Senhor, foi-nos dado o *Paráclito*: o Advocado-defensor que está sentado ao nosso lado e alimenta em nosso coração a confiança-*parrésia* que é própria de quem conheceu e acolheu a “boa nova” de ter se tornado filho amado no Filho Unigênito.

> **“Quando orardes, não useis de muitas palavras como fazem os gentios”** (Mt 6,7).

O amor e a amizade são realmente profundos apenas quando é possível permanecer em silêncio com o outro. Enquanto houver necessidade de falar para manter o contato, quer dizer que a relação ainda é superficial. Assim acontece na relação com o Senhor: a nossa oração está ancorada na maturidade quando aprendemos a nos sentirmos bem ao lado d’Ele, a não temer estar em silêncio sob o seu olhar. Se formos esforçados em amar não com a língua, mas com os fatos e na verdade, *“Nisso conheceremos que somos da verdade e diante dele tranquilizaremos o nosso coração. Se o nosso coração nos acusa, Deus é maior do que o nosso coração e tudo conhece”* (1Jo 3,19-20). Ele sabe que somos pequenos e frágeis, e já nos ama tal como somos; Ele nos pede apenas para permanecermos em caminho... *“Quem é o homem? – perguntava-se o Padre Primo Mazzolari – alguém em caminho para Cristo!”*³.

³ Para uma ulterior análise das razões pelas quais nos é difícil rezar, cf. o *Catecismo da Igreja Católica*, nn. 2725-2751, onde o art. 2 tem por título *O combate da oração*.

> Mas o maior obstáculo para chegar a uma autêntica experiência contemplativa me parece ser a **inquietação do nosso coração**, que nos faz sentir pouco amáveis e nos leva a duvidar continuamente de sermos agradáveis ao Senhor⁴. E permanecer longamente em silêncio perto de uma pessoa que consideramos não estar contente com a nossa presença e que percebemos não estar disposta em relação a nós coloca-nos em dificuldade e parece-nos difícil. Frequentemente insatisfeitos conosco mesmos, tememos que também o Senhor esteja e, então, somos tentados a nos retirar da sua vista. Mas se trata de um tema delicado e complexo que deve ser aprofundado e sobre o qual, portanto, devemos voltar.

2. Oração pessoal e oração litúrgica.

Sobre a importância absoluta da oração litúrgica (Santa Missa, Sacramentos, Liturgia das Horas), parece-me não ser o caso de insistir: ela está fora de discussão, pois todos sabemos que o Senhor Jesus vem “objetivamente” a nós como Água viva (*ex opere operato*, dizia-se há certo tempo) pelos canais da Palavra de Deus, das ações litúrgicas, portanto, dos Sacramentos, de modo particular, na Eucaristia, *culmen et fons* de toda a vida da Igreja.

Mas para haurir “de fato” a salvação dessa Água viva que passa ao nosso lado pelos canais que o Senhor doou à sua Igreja, devemos dispor de um recipiente capaz de conter tal Água viva, e é reconhecível em nossa fé mais ou menos viva (as disposições interiores que temos e a intensidade da nossa fé são o que se chamava *ex opere operantis*).

Alguém poderia se perguntar: é verdade que a oração pessoal é assim importante? Não é suficiente a comunitária, particularmente a que vivemos com a Igreja por meio da Liturgia e dos Sacramentos?

Uma primeira resposta nos dá São João Crisóstomo: “*A oração pessoal e a litúrgica são como a brasa e o incenso: se não há brasa, o incenso não queima*”.

Uma outra resposta fidedigna vem de Y. Congar, o grande teólogo dominicano considerado o pai da Constituição Conciliar *Lumen gentium*. Ele afirmava: “*Com a oração, recebemos o oxigênio para respirar, com os sacramentos, nutrimo-nos. Antes do alimento, há a respiração; e a respiração é justamente a oração pessoal*”.

Estamos em perfeita sintonia com aquela tradição franciscana que sempre entendeu a oração como respiro de amor, e que admiravelmente – ainda que sobriamente – confluiu nas atuais Constituições dos Capuchinhos, que abrem o belo capítulo III sobre *A vida de oração dos Frades* com

⁴ Cf. algumas das precisas considerações sobre a oração como lugar do tédio e do desânimo: in S. FAUSTI, *Una comunità legge il Vangelo di Luca*, Dehoniane, Bologna 1997:

“*A oração é o lugar do tédio e do desânimo. Parece tempo perdido! É um puro desejo, pobre e sem condições para fazer nada. Justamente neste nada alcança o seu fim: esperar o tudo. Mas o vazio logo se preenche de fantasmas e de medos do coração, que frequentemente levantam uma parede entre nós e Deus. O nosso pecado, ausência e distância d’Ele, evidenciam-se mais na oração do que em outros lugares... a imagem que o homem tem de Deus... é como uma tela em branco sobre a qual projetamos toda nossa má imagem. De fato, nós, que somos maus, pensamos que Ele nos dê o que merecemos: pedras, serpentes e escorpiões, ao invés de pão peixe e ovos (Lc, 9-13)*”: p. 596.

“*O filho (mais novo), ‘que caiu em si’, constata que é servo do pecado; quando voltar ao Pai, verá que é filho. A conversão não é nos tornarmos ‘dignos’ ou ao menos ‘melhores’, ou ‘aceitáveis’, para merecer a graça de Deus: o amor merecido é meretrício. A verdadeira conversão é aceitar Deus como um pai que ama gratuitamente... A imagem de um Deus mau é uma mentira mortal. Não deixa outra alternativa a não ser a rebelião que faz morrer ou o servilismo que mata. Desaparece apenas no encontro com a ternura materna do Pai*”: p. 549ss.

estas palavras: “A oração a Deus, como respiração de amor, nasce da moção do Espírito Santo, pela qual o homem interior se põe à escuta da voz de Deus que fala ao coração”.

Tenha-se presente, além disso, que “a oração cristã, mesmo quando se realiza em solidão, possui na realidade o seu ser no interior daquela ‘comunhão dos santos’, na qual e com a qual se reza, tanto em forma pública e litúrgica como em forma privada... O cristão, mesmo quando se encontra só e reza em segredo, tem consciência de orar sempre em união com Cristo, no Espírito Santo, juntamente com todos os santos, para o bem da Igreja”⁵.

3. Conhecimento de Deus e conhecimento de si.

“Quem és tu, ó dulcíssimo Deus meu? Quem sou eu?” (São Francisco)

O estar bem consigo mesmo e com os outros depende em grande parte do nosso estar bem com o Senhor. A qualidade da nossa vida está em relação com a qualidade da nossa oração, e vice-versa.

O modo de rezar de uma pessoa revela o seu modo de ver/sentir Deus e o tipo de relação que ela tem com Ele. Mas, além da revelação do rosto que damos a Deus, a oração é também revelação do nosso rosto mais profundo e secreto, aquele que deixamos emergir somente diante d’Ele. Portanto, tem uma certa verdade o duplo provérbio: *diz-me como rezas e te direi quem é teu Deus – diz-me como rezas e te direi quem és*.

De um lado, é verdade que um dos frutos da oração é o fato de entrar progressivamente em **um mais profundo conhecimento de Deus**. Não um Deus com o qual nos contentamos com algumas ideias herdadas da nossa educação ou da nossa cultura, ou ainda um Deus que seria o produto das nossas projeções psicológicas, mas o Deus verdadeiro. A oração nos permite passar das nossas ideias sobre Deus, das nossas representações (frequentemente falsas ou muito rígidas) a uma experiência de Deus. É muito diverso. O objeto principal desta revelação pessoal de Deus, fruto essencial da oração, é conhecê-lo como Pai. Por meio de Cristo, na luz do Espírito, Deus se revela como Pai terno e misericordioso.

Mas também é verdade que o homem pode se conhecer realmente apenas à luz deste Deus. Tudo o que pode conhecer de si mesmo mediante meios humanos (experiência da vida, psicologia, ciências humanas) não deve ser desprezado, é claro. Mas isso dá apenas um conhecimento limitado e parcial do seu ser. Ele tem acesso à sua identidade profunda apenas à luz daquele Deus que se revelou plenamente como Pai terno e misericordioso no rosto de Cristo crucificado e ressuscitado. Esta descoberta de Deus como Pai, fruto que amadurece com a fidelidade à oração, é a coisa mais preciosa ao mundo, o maior dos dons do Espírito⁶.

4. Saber estar em silêncio

É este o itinerário sugerido por aquela grande Mestre de vida espiritual que foi Santa Teresa de Calcutá:

*DO SILÊNCIO, A ORAÇÃO – DA ORAÇÃO, A FÉ –
DA FÉ, O AMOR – DO AMOR, O SERVIÇO –
DO SERVIÇO, A PAZ, A SERENIDADE, A ALEGRIA DO CORAÇÃO.*

⁵ Congregação para a Doutrina da fé, *Carta aos Bispos da Igreja Católica acerca de alguns aspectos da meditação cristã*, Roma 15.10.1989, n. 7.

⁶ Vejam-se a muitas belas considerações de: J. PHILIPPE, *Imparare a pregare per imparare ad amare*, Gribaudi, Milano 2014, pp. 20-27.

Se não aprendemos a cultivar tempos de silêncio, teremos apenas dis-tração, di-versão, aquele *di-vertissement* que Pascal indicava como o obstáculo principal à con-versão à qual nos chama o Senhor e que constitui o único percurso rumo a uma vida plenamente humana. De fato, estamos no ápice da nossa humanidade apenas quando vivemos como filhos de Deus naquele Filho Unigênito “*que sempre lhe basta para tudo, por quem tantas coisas nos fez*”, como afirma Francisco (Rnb, 23,5). A contemplação – como parada silenciosa e serena sob o olhar daquele Deus cujo rosto é o mesmo de Jesus – é então a mais alta expressão do amor. Ela se atua quando, do diálogo feito com as palavras, chega-se à possibilidade de dialogar com um silêncio que exprime ainda melhor o bem que se quer. A experiência nos ensina, de fato, que uma amizade é realmente profunda apenas quando é possível permanecer em silêncio com o outro. Enquanto houver necessidade de falar para manter o contato, quer dizer que a relação ainda é superficial. Assim acontece na relação com o Senhor: a nossa oração está ancorada na maturidade quando aprendemos a nos sentirmos bem ao lado d’Ele, em silêncio.

Também na clássica prática da *Lectio divina*, a “*contemplatio*” é o ponto de chegada dos três momentos que a precedem: a *lectio* (leitura atenta do texto escolhido), a *meditatio* (ligação da Palavra que examinei à minha experiência concreta) e a *oratio* (invocação da Graça para poder viver o quanto compreendi). No nosso caso, “*contemplatio*” quer dizer favorecer aquele silêncio interior que me permite reconhecer a presença fiel do Senhor no trecho de vida que já percorri e, à luz da Sagrada Escritura, saber ler aí aquela “*história de salvação*” que Ele, o Senhor, está levando adiante também comigo.

Para evitar equívocos e não sermos ingênuos, creio ser útil precisar desde já que o tipo de oração de que estamos falando não se improvisa, não pode partir e ser levado adiante assim, ao acaso, confiados à sorte, e não é uma proposta para se fazer a principiantes na fé. Mas pode ser o ponto de ancoragem de uma experiência cristã chegada já a uma certa maturidade: requer (e pressupõe!) uma base teológica correta, fruto de uma séria e constante assiduidade na Palavra. Como teremos ocasião para reafirmar várias vezes, podemos experimentar aquela relação de confiança filial e de humilde audácia que a oração mental que favorecer e fazer crescer⁷ apenas se tivermos dado espaço em nós ao verdadeiro rosto do Deus verdadeiro, aquele que conhecemos em plenitude no Filho pregado na cruz e com o coração dilacerado, e não a outras imagens do divino que estejam à medida dos nossos pequenos pensamentos ou fruto dos medos hereditários do nosso coração.

Devemos reconhecer, contudo, que do silêncio, ao invés de uma oração verdadeira e pacificadora, podem vir o tédio e a frustração.

De fato, somente diante daquele Deus que tem o rosto de Cristo e do qual sei que sou amado por um amor “agápico” (isto é, prescindindo dos meus méritos e, portanto, também na minha medida estrutural pobreza), posso permanecer em silêncio, vencendo a tentação de fugir diante da minha miséria, daquela fragilidade que é inseparável da finitude própria da minha condição de criatura.

Com as suas múltiplas expressões de limite no plano físico, ético e espiritual, a minha finitude me acusa e me põe em uma dificuldade que me impulsiona a “estar fora de mim mesmo” (a ser, portanto, um “alienado”), preferindo, ao invés da solidão que o silêncio me faz experimentar, a companhia rumorosa da TV, da internet, da música mais ou menos contínua.

Somente se me deixo cativar pelo Senhor – como a raposa do Pequeno Príncipe – posso chegar a viver reconciliado com o meu limite e também estar sempre em caminho rumo à maturidade em

⁷ É a *parrésia* de que fala Paulo e é própria de quem, com o dom do Espírito, *ex auditu* conheceu e *in corde* acolheu a estupenda “boa notícia” de ser filho amado no Filho Unigênito: Rm 8,15ss; Gl 4,5-7; 2Cor 3,12.17.

Cristo. A paciente e progressiva assiduidade àquele Deus que em Cristo se inclinou sobre a minha finitude, assumiu-a sobre si e assim a redimiu, faz crescer em mim a gratidão comovida por um amor sempre imerecido que cura as feridas e consente ao meu coração experimentar uma paz profunda. *“Senta-te, meu coração – diria Santa Clara –, pois Aquele que te criou, também te amou e santificou; e bendito sejais Vós, Senhor, que me criaste”* (cf. Processo de Canonização de Santa Clara 3,20-22; e Legenda de Santa Clara Virgem 46).

“No esconderijo e no silêncio, cumpre-se a obra da Redenção, no silencioso colóquio do coração com o Senhor são preparadas as pedras vivas com as quais é erguido o Reino de Deus, e se forjam os instrumentos escolhidos que cooperam para a sua construção” (Edith Stein).

Saber fazer silêncio. . .

Procura fazer silêncio dentro de ti,
um silêncio profundo e quieto,
que não cria o vazio, mas abre o coração à escuta
e permite perceber, devagar, uma Presença
discreta, mas real, a presença do teu Deus,
que se revelou plenamente no Rosto de Cristo
e que é apaixonado por ti...
Ele te conhece e sabe tudo sobre ti, ainda assim, te escuta:
quer que tu Lhe digas a profunda saudade que tens d’Ele...
depois, Ele te fala para te dizer que te ama,
e se doa a ti porque tu sejas cheio d’Ele,
finalmente tornado capaz de amar os irmãos...
Faz calar as tuas palavras,
para escutar **a sua Palavra viva**,
aquele “Evangelho/alegre notícia”
da qual unicamente és realmente faminto...
E deixa-te reconstruir por ela, suavemente, com ternura,
enquanto o coração não estiver sentado e se dilate
em uma audaz confiança, que é dom do Espírito:
aquela de quem sabe que é “filho amado no Filho Unigênito”...
Tens a coragem de estar sozinho com Ele?
Queres entrar nesta comunhão de amor,
a única capaz de dar solidez à tua vida?
O Senhor teu Deus está te procurando há tempos.
Agora, está à porta do teu coração e bate.
É o Deus-amor que quer te falar do seu amor por ti...
não tenhas medo... escuta... e bendize...

CAPÍTULO I

ALGUNS PRESSUPPOSTOS

Neste capítulo, queremos ver alguns temas que podem assumir um papel precioso em favorecer a decolagem na experiência de oração que buscamos descrever até aqui.

Um primeiro argumento será o correto “foco” no verdadeiro rosto de Deus, a partir do momento que a imagem de Deus que “naturalmente” o homem tende a fazer para si é bem distante daquela que nos foi revelada por Deus mesmo na Páscoa do Filho Unigênito.

Um outro ponto importante é aprender a ler, sob a guia do Espírito, a nossa história pessoal em termos de “história da salvação”, dando aquele enorme salto que nos faz passar da religião à fé.

Enfim, faremos uma sóbria apresentação da “Oração do Nome”, um tipo de oração da qual muitos podem ter ouvido falar, porque já chegou há tempos ao conhecimento dos cristãos também no Ocidente, mas que talvez poucos tiveram a coragem de se aproximar mais para tentar inseri-la estavelmente na própria vida espiritual. Também ela, de fato, não se deixa aproximar e não concede a riqueza do seu perfume se não de quem a aprofundou e colheu seu verdadeiro sentido e depois teve a constância de praticá-la com fidelidade. *“A invocação do santo nome de Jesus é o caminho mais simples oração contínua, muitas vezes repetida por um coração humildemente atento”* (CCC n. 2668). Tratemos brevemente dela, pois consideramos que seja um instrumento útil para quem decidiu encarar o deserto do estar em silêncio sob o olhar do Senhor.

1. O Cristo crucificado, revelação plena e definitiva do rosto do Deus-Amor

“Filipe, quem me viu, viu o Pai!” (Jo 14,8)

Para ancorar em uma autêntica experiência de Deus, assim como acontecer na oração contemplativa, é preciso que esteja enraizado em nós o conhecimento do rosto de Deus que nos foi revelado em plenitude pelo Filho Unigênito: “Filipe, quem me viu, viu o Pai” (Jo 14,8). E, para fazer isso, é preciso rever o significado da morte do Senhor na cruz.

A teologia sempre se interrogou sobre a razão pela qual o Filho de Deus se deixou pregar na cruz. E a resposta mais pertinente que hoje vai emergindo⁸ é que somente assim Ele pôde levar a termo a missão que lhe fora confiada pelo Pai: a de corrigir/curar os graves erros que o homem tinha elaborado sobre a identidade de Deus ao longo do tempo, inclusive a imagem que d’Ele vem oferecida em muitas páginas do Antigo Testamento. Em outras palavras, somente em Jesus, e em Jesus crucificado e ressuscitado, foi-nos dado a conhecer o verdadeiro rosto do único verdadeiro Deus, que não é mais o “Deus desconhecido” sobre o qual projetar as imagens “obscenas”⁹, ou seja, errôneas que temos atribuído aos nossos tantos ídolos, mas

⁸ Veja-se, por exemplo: P. SEQUERI, *Il Timore di Dio*, Vita e Pensiero, Milano 2010; H. FISCHER, *Era necessario che Gesù morisse per noi? Interpretazioni sulla morte di Gesù*, Claudiana, Torino 2012; S. Mc KNIGHT, *Gesù e la sua morte. Storiografia, Gesù storico e idea dell’espiazione*, Paideia, Brescia 2015; e as precisas e sintéticas considerações oferecidas por: P. MARANESI, *Figure del male. Questioni aperte sul “Diabolo”*, Cittadella, Assisi 2017, pp. 227-246.

⁹ *“A Palavra da Cruz revela um “absurdo”. A Cruz é o enigma com o qual Deus responde ao enigma do homem. Um Deus crucificado não corresponde a nenhuma concepção religiosa ou ateia. É uma representação “obscena”: fora da cena do nosso imaginário. É a distância infinita que Deus pôs entre si e o ídolo. Mesmo assim, para o cristão, dela parte e a ela leva toda promessa divina... A encarnação mostrou Deus na história, mas também escondia a sua natureza sub velamine carnis. Agora, a cruz (= carne crucificada) desvela o que jamais estivera em cena. Proibira construir imagens d’Ele porque queria dar, em primeira pessoa, esta representação de si (que jamais existira no coração humano), a única que manifeste a realidade da qual somos imagem e semelhança”* (cf. S. FAUSTI, *L’Idiozia: debolezza di Dio e salvezza dell’uomo*, Ancora, Milano 1999, pp. 14ss.).

é para nós o Pai de nosso Senhor Jesus Cristo, e é somente com Ele que nos é pedido (e dado!) para entrar em relação mediante o Filho Unigênito e guiados pelo Espírito Consolador.

Um obstáculo a ser superado então é a interpretação ainda difundida – tanto nos altos planos de uma certa teologia quanto em nível de piedade popular – da morte de Jesus na cruz como expiação necessária querida por Deus Pai pela grave ofensa feita a Ele, o infinitamente grande, pelo pecado de Adão e por aqueles, incontáveis, cometidos pelos homens ao longo dos séculos. Um Deus compreendido assim não se diferencia dos ídolos sedentos de sangue que os homens elaboraram nas diversas culturas¹⁰. Infelizmente, esta interpretação “expiadora/satisfatória”, apresentada com sutil silogismo por um teólogo notável como foi Anselmo de Aosta (1033-1109), dominou a teologia e a catequese no ocidente até um passado recente. O Jansenismo, surgido na França no século XVII, foi a sua expressão mais soturna e duradoura. Pode-se dizer que somente com o Concílio Vaticano II foram tomadas as distâncias desta leitura e se começou a virar a página, recuperando uma interpretação mais correta dos dados bíblicos¹¹.

Qual é, portanto, o significado profundo da morte de Jesus? O que aconteceu de tão decisivo sobre a Cruz para justificar a sua absoluta centralidade já no primeiro anúncio cristão, e com uma força toda particular em Paulo? Aconteceu que Deus venceu definitivamente o mal, sem destruir com ele a liberdade que o produziu. Não o venceu derrotando-o com a sua onipotência e exilando-o para fora dos confins do seu Reino, mas tomando-o sobre si, sofrendo Ele mesmo, em Cristo, suas consequências e vencendo o mal com o bem, que é como dizer: o ódio com o amor, a rebeldia com a obediência, a violência com a mansidão, a mentira com a verdade. Sobre a cruz, Jesus “*fez a paz, destruindo em si mesmo a inimizade*” (cf. Ef 2,14). *Destruindo a inimizade*, não o inimigo; destruindo-a *em se mesmo*, não nos outros.

Explica-nos isso com a habitual clareza o Papa-teólogo:

“As primeiras comunidades cristãs, às quais São Paulo se dirige, sabem muito bem que Jesus já ressuscitou e está vivo; o Apóstolo quer recordar não apenas aos Coríntios ou aos Gálatas, mas a todos nós, que o Ressuscitado é sempre Aquele que foi crucificado. O ‘escândalo’ e a ‘loucura’ da Cruz encontram-se precisamente no facto de que onde parece existir somente falência, dor e derrota, exatamente ali está todo o poder do Amor ilimitado de Deus, porque a cruz é expressão de amor, e

¹⁰ “Se Jesus tivesse que levar o pecado de todos perante Deus, qual imagem teríamos de Deus? A de um Deus de verdade, que erra radicalmente sobre a verdade de Jesus; a de um Deus de justiça, que imputa o pecado a quem não o cometeu; a de um Deus-Pai de Jesus, de um Deus-amor que colocaria acima de sua paternidade e do seu amor uma justiça que, para ser satisfeita, exigiria os sofrimentos de um inocente. Isto foi definido “um Deus perverso”, contrário àquele que o homem, em suas mais altas aspirações, deseja que Deus seja”: cf. F. X. DURWELL, *La morte del Figlio. Il mistero di Gesù e dell'uomo*, Domenicana Italiana, Napoli 2007, p. 99.

¹¹ “Jesus Cristo salvou o mundo não porque aplacou Deus, pagando-o por uma injustiça por Ele sofrida no início por parte da liberdade pecaminosa do homem..., mas porque, com a sua vida humana, feita de dom e oferta por amor, deu cumprimento ao processo evolutivo da comunhão do mundo inteiro com Deus. Ao mostrar qual seja o sentido da história, realizou-o em mesmo!... A história de Jesus leva a cumprimento a vontade de Deus escondida nos séculos: de recapitular n'Ele todas as coisas, de modo que a criação inteira participe definitivamente do pleroma de Deus, que é o sistema simbólico trinitário do amor, quando ele finalmente será ‘tudo em todos’ (cf. 1Cor 15,28)... Cristo é a graça de Deus... Ele é a comunhão do mundo com Deus reconhecido e encontrado como Pai, e, neste sentido, é o Salvador do mundo”: cf. P. MARANESI, *Figure del male...*, pp. 310ss.

Uma contribuição fundamental à superação da espiritualidade jansenista foi oferecida à Igreja por algumas santas mulheres vividas entre os séculos XVIII e XX, e de forma excelsa por Teresa de Lisieux, que em 1997 recebeu o título de Doutora da Igreja justamente por ter recuperado diretamente do Evangelho e proposto nos escritos autobiográficos a sua “pequena via”.

o amor é o verdadeiro poder que se revela precisamente nesta aparente debilidade. Para os judeus, a Cruz é skandalon, ou seja, armadilha ou pedra de tropeço: ela parece impedir a fé do israelita piedoso, que tem dificuldade de encontrar algo de semelhante nas Sagradas Escrituras. Aqui, com não pouca coragem, Paulo parece dizer que a aposta é extremamente elevada: para os judeus, a Cruz contradiz a própria essência de Deus, que se manifestou mediante sinais prodigiosos.

Portanto, aceitar a Cruz de Cristo significa realizar uma profunda conversão no modo de se relacionar com Deus. Se para os judeus o motivo da rejeição da Cruz se encontra na Revelação, ou seja, a fidelidade ao Deus dos Pais, para os gregos, ou seja, os pagãos, o critério de juízo para se opor à Cruz é a razão. Com efeito, para estes últimos a Cruz é moria, loucura, literalmente insipiência, isto é, um alimento sem sal; por conseguinte, mais que um erro, é um insulto ao bom senso... Mas por que fez São Paulo precisamente disto, da palavra da Cruz, o ponto fundamental da sua pregação? A resposta não é difícil: a Cruz revela 'o poder de Deus' (cf. 1Cor 1,24), que é diferente do poder humano; com efeito, revela o seu amor: 'O que é considerado como loucura de Deus é mais sábio que os homens, e o que é tido como debilidade de Deus é mais forte que os homens' (Ibid., v. 25). A séculos de distância de Paulo, nós vemos que na história venceu a Cruz e não a sabedoria que se opõe à Cruz. O Crucifixo é sabedoria, porque manifesta verdadeiramente quem é Deus, ou seja, poder de amor que chega até à Cruz para salvar o homem.

Deus serve-se de modos e de instrumentos que para nós, à primeira vista, parecem debilidade. O Crucifixo releva, por um lado, a debilidade do homem e, por outro, o verdadeiro poder de Deus, ou seja, a gratuidade do amor: precisamente esta total gratuidade do amor é a verdadeira sabedoria"¹².

Pode bastar para olhar sob uma luz mais correta o Mistério da Cruz e entender porque os santos foram todos irresistivelmente atraídos por Aquele que prometeu: *"Quando eu for elevado da terra, atrairei todos a mim!"* (Jo 12,32). Mas, para poder nos atrair, o Senhor necessita que lhe consintamos aproximar-se de nós: ímã do seu coração traspassado deve chegar à distância justa que lhe permita tomar o nosso coração inquieto. E, para isso, é preciso que nos voltemos a Ele, que o nosso olhar se coloque sobre suas chagas e as leia corretamente como expressão do Deus-Amor: *"Olharão para aquele a quem traspassaram"* (Jo 19,37). O tempo da oração diante do Crucifixo, se acolhido sob a justa luz, pode se tornar também para nós – como foi para Francisco – o tempo em que o poderoso ímã do Seu coração consegue alcançar a frágil realidade do nosso coração (sempre desejoso de um amor verdadeiro, ou seja, desinteressado e incondicionado: agápico) e o atraia a si. E é o Espírito o ímã que suscita e pode fazer crescer também em nós o enamoramento que os santos viveram.

Historicamente, a contemplação do Senhor Crucificado sempre desempenhou um papel de primeiríssimo relevo em quem praticou a oração contemplativa. Entre os franciscanos, na longa onda de Francisco, de Antônio e de Boaventura, o Coração traspassado do Salvador jamais cessou de inflamar os corações dos santos e suscitar neles uma comovente gratidão, fazendo justamente da sua "oração mental" uma forte experiência de "oração cordial"¹³.

¹² Bento XVI, *São Paulo* (10). *A importância da cristologia – a teologia da Cruz*, Catequese na Audiência de 29 de outubro de 2008, também: in *San Paolo, l'Apostolo delle genti*, Libreria Editrice Vaticana/San Paolo, Roma e Milano 2009, pp. 73-78. *"No ato da cruz, produziu-se uma alquimia misteriosa: Jesus mudou uma obra de morte em uma obra de vida. A manifestação mais odiosa do pecado dos homens se torna a revelação mais pura de Deus. Aquele que deu a própria vida livremente, dá a vida... Pois a vitória de Jesus em sua morte é a vitória de uma liberdade amante sobre liberdades pecadoras"*: cf. B. SESBOÛÈ, *Gesù Cristo l'unico mediatore. Saggio sulla redenzione e la salvezza*, Paoline, Roma 1990, pp. 193ss.

¹³ Na catequese sobre a figura de Santo Antônio de Pádua, o Papa Bento XVI fez um belo apelo à necessidade de contemplar o crucificado: *"Escreve Santo Antônio: 'Cristo, que é a tua vida, está pendurado diante de ti, para que tu*

2. Da Bíblia à vida: a história pessoal como história de salvação

Como dissemos, para chegar humildemente à prática da Oração mental, são necessários alguns percursos que permitam o encontro com o verdadeiro rosto do verdadeiro Deus e não as falsificações que normalmente elaboramos a partir da nossa experiência humana. E um destes percursos é o de aprender a ler, sob a guia do Espírito, a nossa história pessoal em termos de “história da salvação”¹⁴, dando aquele enorme salto que nos faz passar da religião à fé. A religião é a relação que nasce do homem e se projeta à busca de Deus para trazê-lo à própria parte. É esta a estrutura de fundo de toda experiência religiosa que, por instinto, vem elaborada pelo nosso coração: eu me ligo ao Absoluto com uma série de ritos e sacrifícios na esperança que me seja favorável.

A fé, ao invés, é capaz de abrir-se à iniciativa salvífica de Deus que, em Cristo, nos veio ao encontro, amou-nos por primeiro e nos revelou a possibilidade de entrar com Ele em uma relação de amor, uma relação que abandona os gestos e os modos de sentir do escravo para entrar na liberdade dos filhos amados no Filho amadíssimo. Abrir-se a esta experiência de fé é possível à medida que a frequência assídua à Sagrada Escritura torna familiar para nós o modo de agir de Deus com o seu povo e com cada um de seus membros, e nos ensina assim a ler a nossa história pessoal à luz da Palavra de Deus. É o que buscaremos ver brevemente nas páginas seguintes.

O caminho que nos conduz a uma fé madura é o que nos deposita lentamente no coração a certeza de uma presença fiel de Deus em nossa vida, e que tal presença fiel abraça cada dia da nossa existência, porque “cada dia é feito pelo Senhor”. Em outras palavras, a gratidão entendida como memória do coração, é a primeira componente da experiência de fé:

olhes para a cruz como para um espelho. Nela poderás conhecer quanto mortais foram as tuas feridas, que nenhum remédio teria podido curar, a não ser o do sangue do Filho de Deus. Se olhares bem, poderás dar-te conta de como são grandes a tua dignidade humana e o teu valor... Em nenhum outro lugar o homem pode aperceber-se melhor do seu valor, a não ser olhando para o espelho da cruz’ (Sermones Dominicales et Festivi III, pp. 213-214). Meditando estas palavras podemos compreender melhor a importância da imagem do Crucifixo para a nossa cultura, para o nosso humanismo nascido da fé cristã. Precisamente olhando para o Crucifixo vemos, como diz Santo Antônio, como é grande a dignidade humana e o valor do homem. Em nenhum outro ponto se pode compreender quanto o homem vale, precisamente porque Deus nos torna tão importantes, nos vê tão importantes, que somos, para Ele, dignos do seu sofrimento; assim, toda a dignidade humana aparece no espelho do Crucifixo e olhar em sua direção é sempre fonte do reconhecimento da dignidade humana”: cf. BENTO XVI, Udienza generale, 10 febbraio 2010, in I Maestri Domenicani e Francescani, Libreria Editrice Vaticana, 2010, p. 45.

¹⁴ Sobre a importância de cultivar uma grata memória do bem que o Senhor já depositou ao longo do curso da nossa vida, deteve-se o Papa Francisco em 2 de março de 2017, falando ao Clero de Roma. Entre outras coisas, ele disse: “Na Evangelii gaudium quis realçar aquela dimensão da fé que chamo deuteronômica, em analogia com a memória de Israel: ‘A alegria evangelizadora refulge sempre sobre o horizonte da memória agradecida: é uma graça que precisamos de pedir. Os Apóstolos nunca mais esqueceram o momento em que Jesus lhes tocou o coração: ‘Eram quatro horas da tarde’ (Jo 1,39)’ (n. 13). Na nuvem de testemunhas... distinguem-se algumas pessoas que incidiram de maneira especial para fazer germinar a nossa alegria crente: ‘Recordai-vos dos vossos guias, que vos pregaram a palavra de Deus’ (Hb 13,7). Às vezes, trata-se de pessoas simples e próximas de nós, que nos iniciaram na vida da fé... O crente é, fundamentalmente, uma pessoa que faz memória... Não se pode crer sem memória. A memória da Aliança que o Senhor fez conosco: Ele é o Deus dos nossos pais e avós... Progredir na fé... é também um exercício de voltar com a memória às graças fundamentais... indo procurar novamente tesouros e experiências esquecidos e que muitas vezes contêm as chaves para compreender o presente. Este é o aspeto verdadeiramente ‘revolucionário’: ir às raízes. Quanto mais lúcida for a memória do passado, tanto mais claro se abrirá o futuro, porque se pode ver o caminho realmente novo e distingui-lo dos caminhos já percorridos que não levaram a lado algum. A fé cresce recordando, relacionando as coisas com a história real vivida pelos nossos pais e por todo o povo de Deus, pela Igreja inteira”.

“O quão pobre seja ainda a nossa experiência religiosa, isto nos diz o fato de que somos ainda pouco exercitados a compreender Deus partindo da nossa própria vida, ou a nossa vida tomando as rédeas de Suas mãos. Ainda assim, é parte integrante da fé a convicção – não só teórica, mas profunda e ‘cordial’ – de que Ele esteve, está e estará presente em cada instante da nossa vida” (R. Guardini).

Não é a inteligência sozinha que abre à fé, mas o fazer memória e depositar no coração as intervenções do Senhor na história em geral e na minha história pessoal. Precisamos aprender a *re-cordar* para poder *re-ler* como crentes o mistério da nossa existência.

A teologia espiritual conhece um conceito rico e eficaz para ajudar este nosso trabalho de “recuperação” do nosso passado à luz da Presença misteriosa mas fiel e solícita do nosso Deus: é o conceito de **memória bíblica**, como modo típico de crer do pio israelita, o qual acreditava recordando e recordava acreditando: memória que Moisés recomendava repetidamente para não perder (*“Lembra-te de todo o caminho pelo qual o Senhor, teu Deus, te conduziu nesses quarenta anos, no deserto”*: Dt 8,2).

De fato, por que acreditava um israelita? Não certamente porque a sua mente era capaz de chegar a Deus mediante raciocínios complicados, mas porque... os seus olhos tinham visto (Dt 11,3-7 e 29,1-6), porque os seus pais lhes tinham contado (Dt 32,7), porque no deserto tinha experimentado o fascínio da proximidade de Deus e tinha sido posto à prova (Dt 8,3)...

Como eu disse, tal memória bíblica supõe uma certa familiaridade com a Palavra de Deus para ser praticada também por nós. É como se a Bíblia se tornasse um espelho no qual o crente vê refletida a sua vivência existencial. **No fundo, a história de Israel narra o que Deus faz hoje na vida de todo crente, narra o seu modo de se comportar em relação ao homem.**

Em consequência, ler a própria vida à luz da Bíblia significa descobrir a sua verdade, o que a nossa vida pode e deve ser segundo o projeto de Deus, que conosco age como outrora agiu com os nossos pais. Concretamente, significa captar os eventos centrais e mais significativos da vida do povo de Israel como parâmetros com os quais medir ou chaves de leitura com que interpretar a nossa história pessoal. É o conceito de **categoria bíblica**. Categorias bíblicas são, por exemplo, a criação, a tentação, a queda, a escravidão no Egito, o Mar Vermelho, a libertação, o chamado, etc.

Mediante o conceito de categoria bíblica, a Bíblia se torna o paradigma com o qual aprendemos a conjugar a nossa vida como verdadeiros discípulos do Senhor e a Palavra de Deus se torna a chave que nos consente interpretar corretamente a nossa história.

Por isso, precisamos reler frequentemente com os olhos da fé a nossa história pessoal para nela perceber os passos misteriosos, mas reais de Deus, o que Ele fez para vir ao nosso encontro, para se fazer reconhecer e para nos manifestar o seu amor. É assim que cada história humana se torna também história de Deus, pensada e projetada por Ele, assim como a história de Israel é Palavra e manifestação de Deus. E somente assim nos é dado passar do Deus dos filósofos (uma entidade abstrata e sem rosto que vive nos seus imensos céus e fechado em seu silêncio impassível) ao Deus da revelação bíblica, o Pai do Senhor Jesus Cristo, do qual podem ser vistas e narradas as maravilhas de amor no desenrolar, às vezes tortuoso, mas de experiências sempre sustentadas pela sua Providência.

E se torna possível, por esta via, fazer experiência real – isto é, também emotivamente significativa, capaz de envolver o coração – que a ação e a **presença de Deus na própria vida abraça toda a vivência**, começando dos seus inícios, de modo que o meu simples “ser” se torna “ser assim porque assim fui pensado e modelado de amor por Deus”: *“Foste tu que formaste os meus rins, e me teceste no ventre de minha mãe”*, Sl 139,13; *“Em ti me tenho apoiado desde o seio materno,*

desde o ventre da minha mãe és o meu protetor", Sl 71,6; *"Tuas mãos me fizeram e me plasmaram"*, Sl 119,73; *"Ao inclinares teu ouvido, me tornaste grande"*, Sl 18,36...

Educando-me a ler assim a minha vida desde o seu início, preparo o terreno para colher a presença fiel do Senhor como realidade mais forte do que todo desafio desilusão: *"Embora meu pai e minha mãe me tenham abandonado, o Senhor, porém, me acolheu"*, Sl 27,10 (mas podemos adaptar a nós o texto: meu marido, minha mulher, meus filhos, meus irmãos, a pessoa mais cara a mim... e é a estupenda mensagem que nos vem proposta pelo próprio Senhor naquela pérola que encontramos em Ezequiel, 16,1-14, uma preciosa chave para reler o nosso itinerário de crescimento em termos de misericórdia).

E cresce em mim a certeza de que, também para o futuro, o Senhor se manterá fiel no seu amor: *"Fui jovem, agora estou velho, e nunca vi um justo abandonado, nem um seu descendente mendigando pão"*, Sl 37,25; que me tornará capaz de encarar os fatos da vida com confiança e otimismo, sabendo que Deus é Pai e continuará a ser Pai para mim em meio às adversidades: *"O Senhor é minha luz e minha salvação: de quem terei medo? O Senhor é o refúgio da minha vida: diante de quem tremerei?... Se contra mim acampar um exército, meu coração não temerá; se enfurecer uma batalha contra mim, mesmo então, confiarei"*, Sl 27,1.3.

Crescer na fé é recordar cada dia desta "paternidade-maternidade" de Deus, e encarar a vida com a segurança que vem desta memória, predispondo o meu coração para agir como filho em cada circunstância. Tal experiência do amor divino se torna assim matriz de cada experiência e ação: de fato, o encontro experiencial com a paternidade-maternidade de Deus e o ato de fé são verdadeiros e profundos quando se tornam matriz de cada experiência sucessiva de vida.

É esta fé autêntica que torna possível a nós reconhecer e assumir o positivo e o negativo presentes também em nossa vida, que, como a vida de cada homem, é mistura de luz e de sombra.

Primeiramente, há um **positivo** para se reconhecer e integrar: é tudo aquilo que a vida nos deu de bom desde o primeiro dia da nossa existência, e é verdadeiramente muito. Justamente fazendo florescer na consciência durante a oração silenciosa, podemos nos educar para ler isso com reconhecimento e uni-lo à presença fiel do Senhor em nossa vida. É um exercício que requer uma conversão do nosso olhar, pois estamos acostumados a assumir uma postura de gratidão emocionada e, relação à nossa história. Não nos vem espontaneamente reconhecer termos sido amados bem mais do que teríamos merecido, nem sabemos interpretar tais atos de bondade em relação a nós mesmos como mediação humana providencial do amor de Deus. Mesmo assim, como nos recorda Lewis, *"não temos o direito de esperar ser amados pelos nossos familiares, mas podemos cultivar apenas uma razoável expectativa, uma vez que nós e eles somos pessoas normais"*¹⁵.

Tal ingratidão é filha daquele narcisismo hoje difundido, que predispõe um pouco a todos a enfatizar mais o que se considera não ter recebido do que a cultivar reconhecimento pelo que nos foi dado; devemos reeducar o nosso modo de recordar, para não cair naquele frequente fenômeno incisivamente expressado pelo provérbio: *Os homens, se recebem o mal, escrevem-nos sobre o mármore; se recebem o bem, escrevem-nos sobre a poeira*. Mas é justamente da certeza de já ter recebido tanto amor que nós podemos tirar os tijolos para construir a nossa maturidade afetiva: de fato, nada é tão exigente e responsabilizador como a certeza de já termos sido muito amados.

Mas há também um **negativo** na vida de cada um, que pede para ser integrado, ou seja, reconhecido a todo custo como parte integrante da própria identidade e recuperado como lugar e

¹⁵ Cf. C.S. LEWIS, *I quattro amori*, Jaka Book, Milano 1990, p. 44.

ocasião de uma peculiar experiência de Deus, e também tal recuperação é favorecida pela oração mental, onde, no silêncio, sentiremos florescer a dor das feridas ainda abertas...

A tal fim, as etapas podem ser as seguintes:

- *Reconhecer e chamar pelo nome o mal na sua força de pecado*, experimentando-o com sincero desgosto, enquanto não correspondência a um Amor que, a cada dia, a mim se revela mediante a Palavra e tantas outras meditações.

- *Reconciliar-me com a minha profunda fraqueza pessoal*, reconhecendo-me e aceitando-me também como um ser modelado de perdão: se a misericórdia é o amor que vai além da injustiça, todos nós fomos *criados* por um ato de misericórdia, *feitos* por mãos misericordiosas, *pensados* por uma mente misericordiosa e inseridos juntos em um imenso desígnio de misericórdia...

E se as coisas estão assim, o perdão – a ser dado e recebido – torna-se a expressão típica de quem se sente homem reconciliado.

- *Transformar e transfigurar o mal moral*: quando este é experimentado como perdoado, torna-se ocasião e lugar de crescimento no bem, pois liberta a pessoa da tentação de cultivar manias de grandeza (é a experiência de Paulo, que “se gloria” das suas fraquezas após ter pedido várias vezes ao Senhor que o liberasse: 2Cor 12,9).

E quando, sob o olhar do Senhor e relidas à luz da Páscoa, as *situações dolorosas do passado* são revisitadas levando em conta o que aconteceu em seguida, também a nós é dado poder reconhecer o Senhor, mesmo que apenas “de costas”, ou seja, nos efeitos benéficos que, pelo sofrimento, Ele deixou em nosso caminho¹⁶.

Em suma, trata-se de *reconstruir* o nosso passado para curá-lo daquelas componentes que podem continuar a incidir negativamente sobre o presente. E, para fazer isso, é preciso que nos libertemos dos prejuízos que uma certa visão psicológica tem difundido em cheio ao logo de todos estes anos, prejuízos segundo os quais nosso passado condiciona de modo irreversível o nosso caminho de hoje e de amanhã.

É preciso perceber, ao invés – justamente em base ao que as próprias ciências humanas hoje sugerem –, que o passado do homem, de cada homem, jamais pode ser considerado como um destino, como algo que tem e deve ter uma sua consequência fatal, sem qualquer alternativa possível.

O novo princípio-base é este: *o homem pode não ser responsável pelo seu passado, mas é responsável, em todo caso, pela postura que assume diante dele no presente e é livre para lhe dar um significado*. Ninguém pode lhe tirar esta liberdade-responsabilidade, nem ele mesmo pode subtrair-se à tarefa de aprender a introduzir sentido onde parecer não ter havido.

“Diante de fatos incompreensíveis, a pergunta a se formular não é: por que isso aconteceu?, mas: qual postura assumir para que isso que aconteceu adquira sentido? O homem, de fato, não pode modificar o valor das situações históricas e pode introduzir novas orientações nos mesmos eventos da criação. No fundo, é o que fez Jesus, transformando até mesmo a sua morte, insensata e absurda, em um evento de salvação universal: Deus estava realmente ausente, e foi só o amor incondicional de Jesus que o tornou ainda presente no lugar da desolação e da morte. Deste modo, Ele introduziu sentido e valor onde não existia, tornou presente Deus onde os homens o tinham tornado ausente”¹⁷.

¹⁶ Exemplar, nesse sentido, a releitura feita por José sobre a própria amaríssima vicissitude, em Gn 45,1-8; e também a sábia consideração de Manzoni sobre a história atormentada da Monja de Monza, no cap. X de *Os noivos*.

¹⁷ Cf. C. MOLARI, *Perché?* in *Consacrazione e servizio* 5/1992, p.49.

A fé – como recordava Manzoni a respeito da Monja de Monza – quando é autêntica, permite à pessoa conferir sentido à própria vivência, inclusive sua carga de contradições e eventuais desgraças. E isso acontece mediante a leitura da Palavra, sempre retomada para descobrir nela a luz de um amor misericordioso, que nos é continuamente oferecido não para que façamos dele um uso pessoal consumista, mas para que se torne a chave interpretativa da nossa história, sobre a qual o perdão continue a fluir: do Senhor para conosco, e de nós para quem pensamos ser nosso devedor...

O TESTAMENTO DE SÃO FRANCISCO é um claro exemplo da postura típica do homem bíblico. Nele, o Santo “recorda” a própria história salvífica, e o recordar se torna bênção e entrega da vivência aos irmãos. Quando ele se volta ao passado para reler o quanto viveu, cada momento importante lhe aparece como dom de Deus: **“O Senhor assim deu a mim, Frei Francisco, começar a fazer penitência... Depois o Senhor me deu e dá tanta fé nos sacerdotes... E depois que o Senhor me deu irmãos...”** (Test 1ss).

É o que também nós devemos aprender a fazer para nos tornarmos, como Francisco, *peças eucarísticas*: sempre mais capazes de ver o bem que a misericórdia do Senhor já semeou nos sulcos da nossa vida e esforçados em restituí-lo alegremente Àquele que é a Fonte de todo bem, no louvor e no serviço aos irmãos¹⁸.

Podemos tentar fazer a nossa postura interior expressada pelas seguintes palavras:

Sob o teu olhar e à luz **tua presença amiga**
que vou descobrindo, **Senhor**, de maneira sempre mais clara e profunda,
posso percorrer as etapas principais do meu caminho de crescimento,
também as mais difíceis e dolorosas,
detendo-me com gratidão sobre as pessoas e os fatos,
através dos quais **Tu já** semeaste tanto bem nos sulcos da minha vida,
para nela descobrir ainda melhor as **tuas** intervenções discretas e delicadas,
sinais do teu amor gratuito e fiel
que tem orientado, pouco a pouco, os meus passos rumo a **Ti**,
até me conduzir aqui, na situação concreta em que me encontro,
onde me pedes para continuar o meu caminho de crescimento humano e espiritual.
Com a força do teu Espírito, é aqui, com estes meus irmãos/irmãs,
que Tu tornarás mais forte a minha fé, de modo que eu me torne sempre mais capaz
de me entregar confiante em tuas mãos,
que já, **por experiência**, sei que são **mãos confiáveis...**

“Devemos nos reconciliar com o nosso passado. Ele faz parte da argila de que somos feitos. Tudo depende de como o olhamos. Podemos sofrê-lo como uma trágica fatalidade ou desmenti-lo para nos lançarmos ingenuamente rumo a um futuro que não conhece condicionamentos do tipo. Ou ainda, ver nele uma trama que não é fruto do acaso nem de um determinismo cego, mas de um projeto de amor que se esconde também por trás de confusões, rupturas ou erros. Assumir o próprio passado, o que se vive, é um outro modo de dizer o próprio nome... Ninguém pode se vangloriar de ter tido uma infância perfeita e invejável. As nossas provações têm o peso que lhes atribuímos. Tenho escutado pessoas se lamentarem por toda a vida de um tapa injusto; enquanto outros, que passaram pelo inferno da guerra, depois se tornaram construtores de paz. Poderíamos ter tido muito mais do que temos agora, mas também bem menos. E o que possuímos que não tenhamos recebido?, pergunta Paulo aos Coríntios. Somente a memória agradecida pode restituir à nossa história o seu verdadeiro sentido. E somente o dom de nós mesmos pode transformar uma história de morte em uma história de vida...”: assim lemos nas belas páginas dedicadas a *Il passato accettato* (O passado aceitado, em tradução livre): in V. ISINGRINI, *Anche di notte... il sole*, San Paolo, Milano 2007, pp. 97-99.

¹⁸ O tema da *restitutio*, tão caro a Francisco, é muito bem tratado por: C. VAIANI, *La via di Francesco*, Biblioteca Francescana, Milano 1997.

3. A “oração do Nome” ou “oração do coração”

Resta-nos ver aquele tipo de oração que pode se revelar preciosa, usando-a também em boa parte do nosso “tempo de oração mental”. Ela tem diversos nomes: *oração do coração* – *oração do Nome* – *oração de Jesus* – *oração hesicástica* (do grego *esikìa* = *silêncio, quietude, simplicidade*).

É um modo de rezar que permite reunir as energias da alma em torno de uma ideia simplicíssima (pois é toda centrada no Senhor Jesus), mas completa (pois o vê em todas as suas características fundamentais, e nos relaciona com ele no único modo correto: como mendicantes de misericórdia). Ela pode ser considerada uma síntese de todo o Evangelho.

Surgida antigamente entre os monges do Oriente Médio e cultivada sucessivamente pela tradição ortodoxa russa¹⁹, há algumas décadas se tornou familiar também no ocidente. O *Catecismo da Igreja Católica* dedica-lhe 4 parágrafos (2665-2668), que merecem ser lidos na íntegra.

É uma oração que se fundamenta nas exortações apostólicas: “*Orai sem cessar*” (1Ts 5,17); “*Com toda sorte de preces e súplicas, orai constantemente no Espírito*” (Ef 6,18); mas também na palavra do próprio Jesus, que, em diversas parábolas, faz referência à “*necessidade de orar sempre, sem nunca desistir*” (Lc 18,1) e convida os discípulos a “*ficar de sobreaviso e orar a todo momento*” (Lc 21,36). Na tradição espiritual cristã, temos sempre nos perguntado, com uma busca frequentemente fatigante, como pôr em prática esta exortação, tanto de Jesus como do Apóstolo, sobre a oração sem interrupção. E os Padres do deserto privilegiaram uma fórmula que encontramos testemunhada nos Evangelhos, um grito a Jesus da parte de enfermos e pecadores. É este grito que se tornou a oração de Jesus. Consiste em repetir incessantemente a invocação “*Senhor Jesus Cristo, Filho do Deus vivo, tem piedade de mim, pecador!*”: uma invocação que junta o grito do cego de Jericó que implora pela cura (“*Jesus, filho de Davi, tem compaixão de mim*”, em Mc 10,47), e a oração do publicano no templo (“*Meu Deus, sê propício para mim, que sou pecador*”, em Lc 18,13)²⁰.

Por que é preciosa esta oração? A nossa mente tende a vagar continuamente; e, por um instinto que é marcado pelo pecado, orienta-se de preferência para o mal mais que para o bem: ressentimentos e animosidades contra alguém, desejos vagos e pensamentos impuros, rancores ou remorsos por fatos que afundam no passado, temores ou sonhos irrealistas em relação ao futuro (o estar com a mente além de onde se está, ou seja, não acolher a graça que o Senhor nos dá “aqui e agora”, e é a causa mais frequente da dispersão e do cansado interior). Da mente, tudo passa em seguida ao coração, e, como diz Jesus, “*pois é de dentro, do coração humano, que saem as más intenções: fornicções, roubos, homicídios, adultérios, cobiças, perversidades, inveja, calúnia...*” (Mc 7,21-22). Deve-se recordar que as “posturas” cultivadas dentro de nós fazem pressão para se transformarem em “comportamentos”, isto é, em ações concretas, boas ou más...

O “recolhimento da mente no coração” é o momento crucial em que ocorre a unificação sob a ação do Espírito Santo, unificação de todo o ser humano em si mesmo e abertura à comunhão com Deus. Este é o fogo secreto, a fagulha que se acende por graça, após uma longa prática à oração. O Senhor, vendo o nosso desejo e o nosso esforço de rezar, nos dá o seu auxílio: a quem reza com simplicidade, Ele concede o som da oração do coração.

¹⁹ Se muitas referências à Oração do Nome se encontram nas várias edições da Filocalia, é, contudo, nos *Relatos de um Peregrino Russo* que lhe é dada a releitura típica da alma russa.

²⁰ Sobre a importância de se aproximar do Senhor com aquela consciência da nossa pobreza que encontramos de maneira exemplar no publicano no templo, leia-se algum bom comentário à parábola contada por Jesus (Lc 18,9-14), por exemplo, naquele ótimo de: S. FAUSTI, *Una comunità legge il Vangelo di Luca*, EDB, Bologna 1994, pp. 599-603.

Certo, a oração litúrgica tem, e deve ter, o primado, pois a liturgia permanece cume de toda a ação da Igreja e fonte de toda a sua força. Mas a oração litúrgica encontra o seu prolongamento no tempo da vida diária, no íntimo do coração do cristão, e tende a se tornar incessante: quando comemos, quando trabalhamos, quando repousamos...

A oração do Nome representa a humilde tentativa de radicar e conservar viva em nós a *Jesu dulcis memoria*. E, entre os seus benefícios, encontra-se o seguinte: o conhecimento de si mesmo, ao qual ela conduz, não revela em nós nem o gigante dos nossos sonhos, nem anão dos nossos medos, mas nos faz tomar consciência da nossa objetiva e realística condição de pecadores necessitados da misericórdia do Senhor, da qual somos sempre e novamente preenchidos. Invocá-lo como “Senhor” significa, de fato, reconhecer-lhe este senhorio sobre nós, significa reconhecer que nós somos criaturas plasmadas à imagem do Filho: é aquela imagem que deve reinar sobre nós, sobre os nossos pensamentos, nossas ações, nossos sentimentos, nosso inconsciente, até às nossas profundezas não evangelizadas.

A nossa mente – dizia o Padre G. Dossetti em Monteveglio em fins da década de 1980 – é como um garrafão: se o deixarmos vazio e aberto, aí entra de tudo. Podemos, contudo, preenchê-lo de bom vinho com a Oração do Nome. Uma invocação breve, que, se repetida várias e várias vezes, termina por se imprimir em nosso coração e florescer cada vez que a mente não estiver diretamente ocupada em algo específico. Como o tecido conjuntivo, ela vem preencher todos os espaços vazios e os subtrai ao mal, mantendo viva em nós a memória do Senhor. O cristão que se detém sobre as palavras da oração de Jesus, buscando se concentrar em sua verdade profunda, “encerrando a mente nela”, descobrirá um instrumento poderoso para crescer na fé, na esperança e na caridade; mas também uma via que permite adentrar sempre mais e permanecer no silêncio contemplativo.

O Rosário pode ser considerado, em certo sentido, a versão ocidental da Oração do Nome, cuja forma mais simples e mais facilmente utilizável pode ser esta:

Senhor Jesus Salvador, / piedade de mim, pecador!

CAPÍTULO II

A ORAÇÃO MENTAL NA TRADIÇÃO FRANCISCANA

Alguns textos fundamentais

1. A palavra e o exemplo de São Francisco

a. Da *Regra não bulada* XXII e XXIII

Por isso, irmãos todos, guardemo-nos muito, para que sob a aparência de alguma mercê, ou obra ou ajuda, não percamos ou tiremos do Senhor nossa mente e coração. Mas na santa caridade, que é Deus, rogo todos os frades, tanto ministros como os outros, afastado todo impedimento e posposto todo cuidado e solicitude, no melhor modo que puderem, façam servir, amar, honrar e adorar o Senhor Deus de coração limpo e mente pura, que ele busca acima de tudo.

E sempre façamos aí habitação e morada para aquele que é o Senhor Deus onipotente, Pai e Filho e Espírito Santo, que diz: Vigiai, pois, orando todo o tempo, para serdes tidos como dignos de escapar de todos os males que virão e estar diante do Filho do homem.

Amemos todos com todo coração, com toda alma, com toda mente, com toda força e fortaleza, com todo entendimento, com todas as forças, todo esforço, todo afeto, todas as entranhas, todos os desejos e vontades o Senhor Deus, que nos deu e nos dá a nós todos todo o corpo, toda a alma e toda a vida, que nos criou, remiu e só por sua misericórdia vai salvar, que a nós miseráveis e míseros, pútridos e fétidos, ingratos e maus, fez e faz todo bem.

Nada mais, portanto, desejemos, nada mais queiramos, nada mais nos agrade e deleite a não ser o Criador e Redentor e Salvador nosso, único verdadeiro Deus, que é o pleno bem, todo bem, o bem inteiro, verdadeiro e sumo bem, que só ele é bom, manso, suave e doce, que só ele é santo, justo, verdadeiro, santo e reto, que só ele é benigno, inocente, puro; de quem e por quem e em quem é todo perdão, toda graça, toda glória de todos os penitentes e justos, de todos os bem-aventurados que gozam juntos no céu.

Nada, pois, impeça, nada se interponha; em toda parte nós todos em todo lugar, em toda hora e em todo tempo, todos os dias e continuamente cremos veraz e humildemente e tenhamos no coração e amemos, honremos, adoremos, sirvamos, louvemos e bendigamos, glorifiquemos, e sobre-exaltemos, magnifiquemos e demos graças ao altíssimo e sumo Deus eterno, trindade e unidade, Pai e Filho e Espírito Santo, criador de tudo e salvador de todos que nele creem e esperam e o amam, que sem início e sem fim imutável, invisível, inenarrável, inefável, incompreensível, inescrutável, bendito, louvável, glorioso, sobre-exaltado, sublime, excelso, suave, amável, deleitável e todo mais desejável do que todas as coisas pelos séculos. Amém.

b. Da Regra bulada V e X

Aqueles irmãos aos quais o Senhor deu a graça de trabalhar, trabalhem fiel e devotamente, 3de modo que, afastado o ócio que é inimigo da alma, não extingam o espírito da santa oração e devoção, ao qual devem servir as demais coisas temporais.

E os que não sabem ler não se preocupem em aprender; mas atendam a que, acima de tudo, devem desejar possuir o Espírito do Senhor e seu santo modo de operar, 10rezar sempre a ele com o coração puro.

c. Da Segunda Carta aos Fiéis

E todos, eles e elas, enquanto isso fizerem e perseverarem até o fim, descansará sobre eles o Espírito do Senhor e fará neles habitação e morada. E serão filhos do Pai celeste, cujas obras fazem. E são esposos, irmãos e mães de nosso Senhor Jesus Cristo. Somos esposos, quando pelo Espírito Santo une-se a alma fiel a Jesus Cristo. Somos certamente irmãos, quando fazemos a vontade de seu Pai, que está no céu; mães, quando o levamos no coração e em nosso corpo pelo amor e a consciência pura e sincera; o damos à luz pela santa operação, que deve iluminar os outros com o exemplo.

Oh! como é glorioso e santo e grande, ter nos céus um Pai! Oh! como é santo, ter um esposo consolador, bonito e admirável! Oh! como é santo e como é querido ter tal irmão e tal filho, agradável, humilde, pacífico, doce, amável e mais desejável do que todas as coisas, que deu a vida por suas ovelhas e orou ao Pai por nós...

Mas àquele que por nós suportou tantas coisas, que nos trouxe e trará tantos bens no futuro, toda criatura que há nos céus, na terra, no mar e nos abismos retribua louvor, glória, honra e bênção, porque ele é força e fortaleza nossa, o único bom, o único altíssimo, o único onipotente, admirável, glorioso, o único santo, louvável e bendito pelos infinitos séculos dos séculos. Amém.

d. Das **Biografias**

- Da **Vida Primeira** (115) e da **Vida Segunda** (94-95) de Tomás de Celano

Os frades que conviveram com ele sabem, além disso, que estava todos os dias e a toda hora falando sobre Jesus, e como seu jeito de falar era doce, suave, bondoso e cheio de amor. Falava da abundância do coração, e estava sempre transbordando a fonte de amor iluminado que lhe enchia todo o interior. Tinha Jesus de muitos modos: levava sempre Jesus no coração, Jesus na boca, Jesus nos ouvidos, Jesus nos olhos, Jesus nas mãos, Jesus em todos os outros membros... E porque conservava sempre com amor admirável em seu coração Cristo Jesus, e Jesus crucificado, foi marcado por seu sinal com uma glória superior à de todos os outros...

Francisco, o homem de Deus,... procurava sempre um lugar escondido, onde pudesse entregar a seu Deus não só o espírito mas cada um dos membros. Quando estava em lugares públicos e era visitado de repente pelo Senhor, para não ficar sem cela, fazia um pequeno abrigo com sua própria capa.

Quando rezava em florestas ou lugares ermos, enchia os bosques de gemidos, derramava lágrimas por toda parte, batia com a mão no peito e, achando-se mais oculto que num esconderijo, conversava muitas vezes em voz alta com o seu Senhor. Respondia ao juiz, fazia pedidos ao pai, conversava com o amigo, entretinha-se com o esposo. De fato,... propunha a seus próprios olhos de muitas maneiras aquele que é sumamente simples... Transformado não só em orante mas na própria oração.

- Da **Legenda dos Três Companheiros**, 7-8

Eis que, de repente, foi visitado pelo Senhor, e seu coração ficou repleto de tanta doçura, que não podia nem falar, nem se mexer, e era incapaz de sentir ou de ouvir outra coisa, a não ser aquela doçura... Desde aquela hora começou a considerar-se de pouco valor e a desprezar as coisas que antes tinha amado; mas ainda não plenamente, porque ainda não se tinha desligado de uma vez das vaidades do século. Aos poucos, porém, subtraindo-se ao tumulto do mundo, procurava guardar Jesus Cristo no seu interior, ia muitas vezes, quase todos os dias, fazer orações em lugar secreto, ocultando aos olhos dos iludidos a pérola preciosa que desejava comprar mesmo tendo que vender tudo. Para isso era impelido a sair das praças e de outros lugares públicos.

- Da **Legenda Maior** de São Boaventura, X

Francisco... para não ficar sem a consolação do Dileto, orando sem cessar, procurava manter seu espírito na presença de Deus. a oração era um consolo, enquanto, já feito concidadão dos anjos dentro das mansões celestiais, procurava o Dileto com um desejo fervente, pois só estava separado dele pela parede da carne... Afirmava que a graça da oração devia ser desejada pelo homem religioso acima de tudo, não acreditando que, sem ela, alguém pudesse prosperar no serviço divino; animava seus irmãos a nela se esforçarem, por todos os meios que podia...

Se estava em público e recebia, de repente, uma visita do Senhor, sempre procurava colocar alguma coisa na frente dos presentes, para que não se divulgassem por fora os toques familiares do Esposo... Muitas vezes disse coisas assim aos familiares: “Quando o servo de Deus está orando e é visitado por Deus, deve dizer: ‘Senhor, mandaste-me do céu esta consolação, a mim que sou pecador e indigno, e eu a confio à tua guarda, porque me sinto um ladrão de teu tesouro’. Mas quando volta

da oração, deve mostrar-se tão pobrezinho e pecador como se não tivesse conseguido nenhuma graça nova”.

Quando voltava de suas orações particulares, nas quais era transformado em um outro homem, esforçava-se muito por se conformar aos outros, para que não acontecesse de esvaziar-se por dentro do favor que mostrasse por fora.

- Das **Recordações de Frei Leão**

Frei Pedro conta que Frei Leão, companheiro do santo, lhe dissera estas coisas. Quando eu era sacerdote novo – dizia –, costumava prolongar a missa, quando a celebrava. Pois eu sentia consolações divinas e, por isso, eu gostava de demorar mais tempo. Num certo dia, o bem-aventurado Francisco me chamou e, falando familiarmente, disse: “Filho, Frei Leão, faze o que te digo: Celebra tua missa com devoção, não demores muito ao celebrar e conforma-te aos outros sacerdotes. Se o Senhor te dá alguma graça, terminada a missa, recolhe-te na cela, para aí meditar e gozar as divinas consolações, se isto te for concedido pelo céu. Pois, julgo que este modo seja melhor e mais seguro. Pois, por causa dos que estão presentes, poderia facilmente ocorrer algo ou de vanglória ou de outra desordem, e poderia o demônio depressa roubar o mérito da aparente devoção. Mas na cela, onde ninguém te vê, com segurança te entregarás à devoção, e aí o demônio não poderá facilmente encontrar ocasião para tentar. Pode também acontecer que os que ouvem a missa somente dos que a prolongam os ofendam em algum julgamento, ou pensando que o sacerdote que parece estar tomado pela devoção goste de aparecer, ou os próprios ouvintes são atacados pelo tédio, ou...” etc.

2. A Oração mental entre os Capuchinhos

O primado da vida de oração, especialmente contemplativa, representou um valor típico da espiritualidade franciscana, e foi reafirmado com força por todas as Reformas. Uma retomada particularmente vigorosa foi operada pelos primeiros Capuchinhos, até condicionar algumas escolhas de vida, também em nível existencial. As *Ordenações* de Albacina (1529) são denominadas “*dos frades menores da vida eremítica*” e são a expressão autêntica, ainda que incompleta, do espírito da primeira fase da reforma. A opção por uma vida eremítica se dava em função de um maior espaço para se reservar à contemplação, com horas e horas de oração e em formas de solidão, que favoreciam o recolhimento.

A expressão *vida eremítica* aparece já no Breve *Ex parte vestra* (18 de maio de 1526) e depois na Bula *Religionis zelus* (julho de 1528, n. 2). A tendência eremítica, não plenamente correspondente ao ideal de São Francisco, foi corrigida com as Constituições de 1536, nas quais se alcançou um admirável equilíbrio entre vida contemplativa e vida apostólica. Um notável número de escritores Capuchinhos buscou difundir o uso da oração mental afetiva também em meio ao povo simples.

2.a. As Constituições dos Frades Menores Capuchinhos (1536)

[n. 41] *E porque a oração é a mestra espiritual dos frades, para que o espírito da devoção não se arrefeça nos frades, mas, ardendo continuamente non altar do coração, acenda-se cada vez mais, como desejava o seráfico pai também que o verdadeiro frade menor espiritual sempre ore, ordena-se nada menos que para isso sejam determinadas para as tábias duas horas particulares, uma depois das completas durante todo o ano, a outra da páscoa até a exaltação da santa cruz, imediatamente depois da nona, exceto que nos dias de jejum se transfira para depois da sexta; e da Exaltação da Santa Cruz até a Páscoa, depois das matinas.*

[n. 42] *E lembrem-se os frades de que orar não é outra coisa senão falar a Deus com o coração; por isso não ora quem fala a Deus só com a boca. Cada um se esforçará por fazer oração mental e segundo a doutrina de cristo, ótima mestre, adorar o pai eterno em espírito e em verdade, tendo*

diligente cuidado de iluminar a mente e inflamar o afeto, mais do que forma palavras. E, antes da oração, depois da nona ou matinas, ou então em dia de jejum, depois da sexta, digam-se sempre as ladainhas, invocando todos os santos para orar a Deus conosco e por nós. E não se acrescente outro ofício no coro, exceto o de Nossa Senhora, para que os frades tenham mais tempo dedicar às orações particular e mental, muito mais frutuosa que vocal.

2.b. A voz dos escritores espirituais

A fuga e a adesão ao calvinismo do superior geral Bernardino Ochino em 1542 são explicadas pelos cronistas como abandono da vida de oração por causa de uma excessiva atividade. Paolo Vitelleschi refere um emblemático diálogo entre o vigário Bernardino de Asti e Bernardino Ochino. O primeiro reprova o segundo por ser *“envolvido nestes distúrbios por causa dos seculares e pelos estudos, e jamais o víamos para a oração”*; Ochino responde que *“não deixa de rezar quem não deixa de fazer o bem”*, e Bernardino de Asti replica: *“mas não conseguirá fazer o bem quem deixa de rezar”*²¹.

Os escritores espirituais capuchinhos do primeiro século que praticaram e difundiram a oração mental em meio ao povo são muitos e de qualidade. Será suficiente referir aqui alguns nomes e oferecer algumas citações que nos permitam compreender as modalidades e os conteúdos da sua vigorosa experiência contemplativa. Entre os numerosos escritores espirituais da primeira e da segunda gerações, merecem ser lembrados Bernardino de Asti (1484-1557), Francisco Tittelmans (1502-1537), Francisco Ripanti de Iesi (1470-1549), João Pili de Fano (1469-1539), Batista de Faenza (1496-1562), Bernardino de Montolmo (1492-1565), Bernardino de Balvano (1500-1568), Gregório de Nápoles (1576-1601), Matias Bellintani de Salò (1534-1611), Cristóvão de Verucchio (1545-1630), o Bem-aventurado Tomás de Olera (1563-1631), Francisco Gagnand de Chambéry (+1634).

O autor capuchinho anônimo de um opúsculo publicado em 1640, que se oculta sob o nome do frade conventual saboiano **Bonito Combasson**, mostra-nos o modo com que se fazia oração mental:

[1155] *“O tranquilo tenacíssimo eixo dos Capuchinhos, no seio e proteção do qual repousa o sereno da bem-aventurada paz, é a frequente oração, à qual estes seráficos minoríticos se dedicam quase sem interrupção, dia e noite; mas, particularmente, segundo as suas constituições, exercitam-se todo dia, sem exceção, à oração mental por duas horas inteiras em comum, uma muito cedo pela manhã, ainda escuro no inverno e ao nascer do sol no verão, a outra à noite, após as completas, por todo o ano, estando todos juntos congregados no coro, a portas e janelas fechadas, em uma semiescuridão que favorece o recolhimento... Esta oração comunitária, prescrita para todos juntos e da qual ninguém pode se ausentar sem a permissão do superior..., não ouvi nem li que tenha sido jamais praticada por outras Ordens religiosas... Ela é a guia do nosso caminho, a acompanhante da nossa vida. Dá vigor e força para cumprir todo trabalho, é a mãe e sustentadora de toda verdadeira vida religiosa...”*²².

Matias Bellintani de Salò, em sua *Prática da oração mental*, nos diz o que se entende por “oração afetiva”. Ela se desenvolve na alma meditando, pois meditar é como pôr lenha no fogo do amor para reavivá-lo; e, quando o fogo está aceso, é preciso permanecer nele: esta é a dimensão afetiva da oração, que ele chama “atividade do coração”. Assim ele trata dela²³:

[4348] *Esforça-te, portanto, caríssimo, nas santas meditações... A meditação serve como lenha para acender o fogo afetuoso da vontade, pois, ao meditarmos algum mistério sagrado, sempre*

²¹ Cf. *Monumenta Historica Ordinis Capucinatorum*, VII, p. 264, n. 262.

²² O número lateral remete à monumental obra em seis enormes volumes de: C. CARGNONI (a cura di), *I Frati Cappuccini. Documenti e testimonianze del primo secolo*, EFI, Perugia 1991, Vol. I.

²³ *Ivi*, vol. III, Parte I.

encontramos nela algum motivo eficaz que a estimula e move a fazer algum ato virtuoso com o afeto, como temer, desejar, amar, alegrar-se, agradecer, esperar, doer-se, imitar, compadecer ou semelhantes. E este é o intento principal pelo qual se faz a meditação.

[4351] *Deve-se saber que o exercício dos afetos deve ser feito com vigor e fervor, e acendê-los tanto quanto for possível. Acendem-se os afetos ponderando bem o mistério que os produz; mas o amor tem um modo particular além desse comum, pois, estimulado o ânimo ao amor por meio da meditação, pode, ao deixá-la, elevar-se a Deus, olhando-o e suspirando pelo seu amor, e pode fazer três coisas: a primeira é amá-lo dizendo: “Senhor, quero somente a ti, contento-me contigo”, e semelhantes palavras do coração; a outra, é desejar amá-lo, dizendo: “Senhor, quando te amarei perfeitamente? Quando serei inteiramente te por amor?”. A terceira é rezar para que ele te dê o amor. E estas podem ser feitas um após a outra, como o Espírito desejar, e este é um utilíssimo exercício que inflama ao amor, no qual se deve estar, o quanto possível, todo tipo de orante, tanto incipientes como perfeitos, porque serve muito para todos.*

[4352] *Ainda, deve-se saber que todos os frutos afetivos que se obtêm da meditação, ou sem ela, são dados à alma exercitada, reduzem-se a dois polos, e um se chama atraído, isto é, puxar para dentro, e o outro, alcançado, isto é, puxar para fora.*

O atraído é quando a alma é trazida para Deus por ímpeto de amor e está fixa, olhando-o com grande afeição, e mantém firmes os seus olhos nos de Deus, por quem se enxerga igualmente vista e repousada. E assim falam juntos sem segunda pessoa, ou mesmo apenas em silêncio, olham-se e a alma vai se sentindo atingida no coração por feridas mortais de amor que a fazem enfraquecer, assim como ela, com seu puro olhar, atinge o coração de Deus, o qual nada perdoa quanto a isso, mas, quanto mais ferido, tanto mais a fere.

O alcançado é quando a alma se sente acesa por um grande desejo de servir e agradar a Deus, e estimula a si mesma a servi-lo e agradá-lo, e, a este desejo costuma-se, nos ainda imperfeitos nesta arte (que ainda estão envolvidos nas imperfeições e nas paixões próprias), seguir atos de dor, de propósito, de rezar pedindo a libertação dos próprios males, assim como nas nossas práticas. Mas os perfeitos estão mais acima no mencionado desejo, embora algumas vezes acrescentem a oração a Deus para que lhes dê força e graça para servi-lo perfeitamente.

[4353] *No atraído, portanto, a alma tem somente Deus por objeto. No alcançado, ela se converte sobre si mesma, dando-se fortes estímulos para correr para Deus. Estes dois atos vão se cumprindo. Ora um, ora outro, alternadamente, pois a alma, amando a Deus, se acende ao desejo de servi-lo, e este desejo a lança de novo para dentro e a inflama a amar. O mais perfeito destes dois atos é o atraído, como fim do alcançado, e é o que torna felizes os santos na pátria beatífica a alma devota na terra. Por isso, devemos sempre aspirar àquele, mas não, contudo, ingeri-lo inoportunamente, pois chamado de atraído, isto é, atração interior, com a qual Deus atrai a si. Portanto, deixemo-nos atrair e não o ingiramos; porém, devemos estar bem atentos para correr atrás da atração divina e não lhe causa fadiga. E, porque é mais nobre, ordinariamente dura pouco e a oração sempre termina com o alcançado, máximas com súplicas pedindo-lhe auxílio.*

Tomás de Olera, beatificado em 21 de setembro de 2013, em seu *Fogo de amor*, oferece-nos o conteúdo da oração mental entendida como oração afetiva. Mesmo tendo sido envolvido nas questões políticas e eclesásticas do seu tempo²⁴, praticou e difundiu uma verdadeira e própria

²⁴ De família camponesa dos arredores bergamascos e analfabeta, ingressou entre os capuchinhos em 1580, desempenhando, em grande parte, a função de esmoleiro, juntamente com os demais serviços da casa (definia-se “lavador de tigelas”). Residiu em vários conventos da província vêneta até 1619, ano em que foi designado ao convento

“oração cordial”, ou seja, uma oração que brota de um coração cheio de amor seráfico. O seu léxico, embora reflexo do estilo do tempo, está em profunda sintonia com o de São Francisco.

[5297] *Falo a ti, que anseias em ascender à perfeição; pois se queres ascender nesta escada de perfeição, deves fatigar muito na oração mental; porque por meio dela chegarás à sumidade da escada, onde encontrarás o verdadeiro descanso, antes, encontrarás o próprio Deus, autor de todo descanso e de toda perfeição. E jamais pensa em poder subir tão alto sem a santa oração. E quando quiseres fazer esta santa oração, deves buscar lugares solitários e remotos, e não deves pôr os divinos mistérios (sobre os quais meditarás) como algo distante. Quero dizer que não deves pensar que são 1600 anos que Cristo sofreu por teu amor, mas deves te colocar em oração como se estivesses presente...*

[5315] *Esta contemplação não é por via do intelecto, mas por via do afeto, porque em todas as coisas se deixa guiar pelo afeto; e estes serão aqueles que farão grande proveito na contemplação, porque o afeto amoroso que a alma tem para com Deus é um fiel guardião, que tem a alma humilde e devota. Aquele afeto amoroso é como as asas do pássaro, que voa aos montes, colinas, árvores, ar, etc. Assim, o afeto amoroso para com Deus é justamente como as asas, pois voa aos divinos mistérios pairando ora em um, ora em outro modo; e o que experimenta a alma amante, direi que não lícito falar disso com homens mortais, porque é um toque de Deus tão suave, tão feliz, que somente a alma e Deus podem sabê-lo...*

[5316] *Encontram-se estas almas assim bem preparadas, que têm desejos tão eficazes, que continuamente ardem de desejo de operar coisas grandes para Deus, e, onde não podem chegar com as obras, aí chegam com os desejos inflamados em sofrer grandes coisas por amor de Deus. Gostariam de poder amar a Deus naquele modo que é amado pelos santos no céu; e não terminam aqui os desejos de um verdadeiro contemplativo, mas forma, com a sua ideia, mil amores, pois ascende acima de sua capacidade, quer amar a Deus em todo bem-aventurado; quero dizer que, em cada um daqueles espíritos bem-aventurados, a alma gostaria de estar a serviço de Deus, ela sozinha, o que fazem todos os santos, e, com ardentes desejos, se abaixa, se humilha a todos aqueles bem-aventurados espíritos, assim querem louvar, amar, adorar o seu Deus por sua vez; e, não contente com isso, a alma gostaria, se pudesse, dar sentimento racional ao sol, à lua, às estrelas, a animais e a todas as criaturas, para que amassem e servissem àquele Deus que ela ama e serve. E, não podendo fazer isso, oferece ao seu Deus a sua vontade e desejo; e, não contente com isso, gostaria que todas as criaturas, homens e mulheres, ricos e pobres, etc., amassem o seu Deus. Oh! Quantas vezes a alma é alçada em contemplação, que arde como chama ardente, ao ponde de que, exteriormente, mostra coisas tais que, às vezes, parecerá até mesmo louca.*

[5317] *Mostrará até mesmo exteriormente vozes e palavras de tanto amor, de tanto afeto voltado ao seu Deus, que parecerá que lhe colapse o coração. Dirá: “Oh! Meu Deus! Oh! Criador! Oh! Meu Redentor! Ajudai-me, eu morro, eu queimo, eu me consumo, morro, morro! Oh! Esposo da minha alma, não posso mais! Senhor, vós sois meu Deus caríssimo, amabilíssimo, clementíssimo. Vós sois toda a minha glória, felicidade, paz. Vós, Deus inefável, sois todo o meu bem. A vós recorro, dulcíssimo Jesus! Em vós espero. Vós, precioso Cristo, sereis a minha defesa. Outro bem não quero, outra riqueza não almejo, outro tesouro não desejo, nem outro paraíso quero. Vós, santo Jesus, sereis o meu paraíso, e mais gozarei convosco no inferno, do que sem vós no céu. Vós, a vós desejo.*

de Innsbruck, onde permaneceu até a morte, em 1631. Era pessoa de grande espiritualidade e desempenhou um intenso apostolado em meio ao povo. No Tirol, era um verdadeiro arrebatador de fiéis, procurado como guia espiritual, catequista, apoio espiritual e moral. Acompanhou a vida espiritual do Imperador da Áustria Ferdinando II, estando ao seu lado durante a Guerra dos Trinta Anos (1618-1648); era amigo e conselheiro procurado dos duques da Baviera Maximiliano I e Isabel e de outros príncipes, alguns dos quais reconduziu à fé católica.

Somente vós eu desejo e busco, não quero outra coisa, tanto nesta quanto na outra vida, a não ser somente vós, e a vós e por vós eu daria o céu, a terra e todas as coisas criadas. O meu coração não pode entender nada a não ser vós. Clementíssimo Deus! Quando me unirei, me transformarei, me liquefarei, me consumirei, me inflamarei na fornalha do vosso amor? Vinde já, Deus do céu, habitar no meu coração! Vida da minha alma! Quando me submergireis no mar profundo da vossa caridade? E quando, meu Deus, desfalecerei totalmente em alma e corpo por vosso amor?...”

[5319] Oh! Glória dos bem-aventurados! Oh! Sustento dos céus! Oh! Conforto dos pobres mortais! Quanto são inenarráveis e imperscrutáveis as vossas maravilhas! Oh! Indizível, imperscrutável altura e profundidade! Oh! Deus excelso, e quando a minha alma será totalmente unida à vossa Majestade? E quando me tornarei louco por vosso amor? E quando, meu Deus, irei àquela pátria celeste para vos louvar e bendizer?... Oh! Jesus, bom Jesus, toma o meu coração e não me devolve mais! E como poderei viver sem vós? Vós, Deus, sois a minha vida, a minha memória, o meu intelecto, a minha vontade, o meu coração. Todos os meus sentimentos internos e externos estejam a vós sujeitos. E aonde irei, íntimo do meu coração, sem vós? Oh! Grandeza, sabedoria, potência daquele Deus, que é a glória dos bem-aventurados!... Vós sois o meu caríssimo, amabilíssimo e dulcíssimo Deus!... Eu gostaria que todas as folhas das árvores fossem línguas para vos louvar e bendizer. Oh! Inefável Deus, por que não posso converter todas as gentes do mundo à verdadeira fé, ao vosso verdadeiro conhecimento? E por que, esposo da minha alma, não posso fazer com que as escamas dos peixes, as penas dos pássaros, as peles dos animais fossem línguas para que vos louvassem e vos bendissem? E se eu pudesse fazê-lo, sabe também, meu amor, que eu, de bom coração, o faria. Ao menos, alegria da minha alma, confio os meus desejos. Recebei, Deus, ao menos a minha vontade, sabendo que eu o faria, se eu pudesse fazê-lo. Oh! Santo! Oh! Misericordioso Deus, ajudai-me... Fazei que caminhe com ágil corrida a vós...

2.c. As atuais Constituições dos Frades Menores Capuchinhos

[n. 5,2-3] Como Frades Menores Capuchinhos devemos conhecer a índole e o projeto de vida de nossa Fraternidade para sermos fiéis ao Evangelho e à nossa genuína tradição com o retorno à inspiração originária... Com este objetivo esforçemo-nos em dar prioridade à vida de oração, principalmente contemplativa...

[n. 54] 1. Preservemos e promovamos aquele espírito contemplativo que brilha na vida de São Francisco e de nossos antigos frades. Dedicemos a isso um maior tempo, cultivando a oração mental.

2. A oração mental é a mestra espiritual dos frades que, se forem verdadeiros e espirituais frades menores, orarão interiormente sem cessar. Porque orar não é senão falar a Deus com o coração e, na verdade, não ora quem só fala a Deus com a boca. Cada um, portanto, se esforce por entregar-se à oração mental ou contemplação e – segundo o ensinamento de Cristo, ótimo mestre – por adorar o Pai em espírito e verdade, procurando cuidadosamente iluminar mais a mente e inflamar o coração do que proferir palavras.

3. A autêntica oração mental nos conduz ao espírito da verdadeira adoração, nos une intimamente a Cristo e aumenta continuamente na vida espiritual a eficácia da sagrada Liturgia.

4. E para que não se arrefeça em nós o espírito de oração, mas antes se afervore cada vez mais, devemos dedicar-nos a esse exercício todos os dias.

5. Os ministros, os guardiães e os outros, a quem é confiado o cuidado da vida espiritual, esforcem-se para que todos os frades progridam no conhecimento e na prática da oração mental.

6. Os frades, portanto, bebam nas genuínas fontes da espiritualidade cristã e franciscana o espírito

de oração e a própria oração para assimilar o conhecimento eminente de Jesus Cristo.

[n. 55] 1. *O primado do espírito e da vida de oração seja absolutamente levado à prática pelas fraternidades e pelos frades individualmente onde estiverem, como é exigido pelas palavras e o exemplo de São Francisco e pela autêntica tradição capuchinha.*

2. *É da maior importância formar a consciência para a necessidade vital da oração pessoal. Todo frade, onde quer que esteja, reserve diariamente o tempo suficiente para a oração mental, por exemplo, uma hora inteira.*

3. *Os Capítulos provinciais e locais providenciem que todos os frades tenham cada dia o tempo necessário para a oração mental, a ser feita em comum e em particular.*

4. *A fraternidade local nos Capítulos interrogue-se a respeito da oração comunitária e pessoal dos frades. Estes, a começar pelos guardiães por sua função pastoral, considerem-se mutuamente responsáveis na animação da vida de oração.*

5. *Como discípulos de Cristo, embora pobres e fracos, perseveremos na oração, a fim de que os que*

buscam sinceramente o Senhor se sintam atraídos a rezar conosco.

6. *Cultivemos no povo de Deus o espírito e o incremento da oração, principalmente interior, pois este, desde o princípio, foi carisma de nossa Fraternidade de Capuchinhos e, como atesta a história, germe de genuína renovação. Por isso, empenhemo-nos com zelo em aprender a arte da oração e em transmiti-la aos outros.*

7. *A educação para a oração e para a experiência de Deus, com método simples, deve qualificar nossa ação apostólica. Vale a pena esforçar-nos para que nossas fraternidades sejam autênticas escolas de oração.*

3. Uma “herança difícil”, mas preciosa

1. O que entendemos, portanto, por Oração mental? Vamos tentar fazer uma síntese:

➤ Se a oração mental é “*uma íntima relação de amizade, um entreter-se a sós com Aquele por quem sabemos que somos amados*”, como nos diz Santa Teresa de Ávila, então ela é o tempo no qual, guiado pelo Espírito, busco “*o amor de minha alma*” (Ct 1,7), que é o Senhor Jesus, e nele, o Pai;

➤ é um permanecer silencioso aos pés do Mestre para escutá-lo com fé e amor, mas sem multiplicar pensamentos e palavras: pode-se meditar também na oração, mas, em primeiro plano, deve-se ter o olhar voltado ao Senhor, em uma silenciosa familiaridade com Ele;

➤ é o momento em que tratamos como “*Tu*” aquele Deus que tem o rosto de Cristo e que, na fé, reconhecemos como Pai amável, príncipe em misericórdia e acolhido como Senhor e Salvador;

➤ em síntese, é uma oração silenciosa e prolongada, que tem o objetivo de manter viva no coração a grata memória do que o Senhor tem feito, continua a fazer e fará *por nós, homens, e para*

nossa salvação, e assim reavivar a cada dia o propósito e o empenho concreto de responder-lhe amando-o e servindo-o nos irmãos...

2. Ela pode ter como conteúdos a serem contemplados a Palavra de Deus do dia ou a leitura contínua de um livro da Bíblia, os principais Mistérios da vida do Senhor e as suas ações salvíficas na história, algum dos Escritos de São Francisco, a surpreendente e misteriosa beleza da criação, os bens eternos para os quais estamos a caminho, a releitura da nossa vida à luz da fé, para dar graças e nos reconciliarmos com o nosso passado; mas tudo com calma e com as amplas pausas de silêncio recomendadas pelos mestres de oração.

3. É uma contemplação amorosa que dá amplo espaço ao louvor e ao agradecimento. Mas é também oração de súplica para pedir a força de que precisamos para continuar a viver de fé em um mundo secularizado, para saborear a alegria de pertencer ao Senhor, de modo especial, enquanto consagrados, para levar adiante com fidelidade os compromissos vinculados aos deveres do nosso estado, para viver com fé – à luz e na lógica do mistério pascal – o que a vida nos apresenta dia após dia a vida.

4. Deste “permanecer longamente na companhia d’Aquele que nos ama” depende, em grande parte, aquela serenidade, aquela alegria profunda que torna bela uma pessoa: a torna sólida e fundamentalmente otimista, porque capaz de ler as coisas e os eventos à luz do Reino, que ainda está por vir, mas que certamente se cumprirá; e a torna assim testemunha eficaz da “grande esperança”, a nós descrita admiravelmente na *Spe salvi* nos nn. 27-31.

5. Há um sério obstáculo a ser removido hoje também por nós, frades, e é um pré-julgamento que depende em boa parte da nossa superficialidade: é aquele de considerar que a oração mental seja uma “fixação” um pouco extravagante dos primeiros Capuchinhos e, portanto, em certo sentido, uma anomalia a se superar. Fazendo-se intérprete do constante Magistério da Igreja²⁵, o Catecismo da Igreja Católica – como vimos – enfatiza com vigor a importância desta forma de oração, que descreve amplamente após ter tratado mais sobriamente da oração vocal e da meditação.

É amplamente demonstrado que a dimensão contemplativa foi componente prioritária e teve o primado absoluto seja na vida de Francisco²⁶, seja em todas as Reformas, franciscanas ou não. Os

²⁵ Uma interessante leitura sobre o atual declínio da oração contemplativa nos é oferecida por: G. Mucci, “È passata di moda la preghiera mentale?” in *La Civiltà Cattolica* I 2007, pp. 430-435, da qual transcrevo apenas o *incipit*: “Até há cinquenta anos, e há séculos, a oração mental era o exercício particular mais praticado pelos sacerdotes, religiosos e religiosas fervorosos... Mas... ainda se pratica a oração mental? Queremos dizer: é sentida como um elemento portador de uma vida interior por aqueles que têm uma vida espiritual? Não ousaríamos afirmar que hoje seja esta a convicção mais difundida. Parece-nos mais que, de fato, contentamo-nos com a oração vocal, quem sabe também litúrgica, e se omite, sobretudo pelo frenesi do fazer cotidiano e das milhares de distrações que a vida oferece, o aprofundamento silencioso dos mesmos textos sobre os quais se recita a oração vocal. Não raramente, a própria liturgia, o momento mais alto da oração cristã e sacerdotal, é reduzida a ser apenas recitada. E se descumpra assim uma vontade precisa da Igreja, que nos educa a não exaurir a vida espiritual a simples participação na liturgia. Como se notou, onde falta aquela contemplação permanente que é a oração, a liturgia corre o risco de ser um rito frio e entediante ou um espetáculo espiritualmente infrutífero...”

²⁶ “Ver como São Francisco viveu a oração é tarefa árdua. Trata-se do carisma do fundador do franciscanismo. É o que a Ordem franciscana deve manter vivo na Igreja de Deus. A Ordem franciscana não poderia pretender ter uma vida, também hoje, e uma missão na Igreja, se negligenciasse ou não acreditasse ser mais necessário nela este carisma. A vida religiosa de Francisco depende toda da sua oração. Para outros santos, podemos talvez dizer que a oração é um dos elementos da sua vida espiritual. Isto certamente não vale para Francisco. A oração é, em Francisco, a fonte geradora de toda a sua vida. Em outros, a oração é um ponto de chegada; nele, ao contrário, é um ponto de partida. Porque se

Capuchinhos souberam-na recuperar com grande fineza e recolocá-la no centro da sua vida, interpretando corretamente, também nisso, o carisma do Fundador.

6. Tanto Francisco quanto os primeiros Capuchinhos perceberam aí o fascínio da dimensão contemplativa, ao ponto de terem sido tentados em torná-la exclusiva. Ambos, depois, encontraram um admirável equilíbrio entre ação e contemplação: o primeiro, com o conselho de Clara e Silvestre (cf. Legenda menor II,5), os demais, com a proveniência da Observância de “grandes” que, no sábio texto das Constituições de 1536, corrigiram o desequilíbrio no sentido eremítico dado por Ludovico de Fossombrone com os Estatutos de Albacina.

7. Os santos foram os melhores intérpretes desta rica experiência contemplativa de forte valência afetiva: são, de um tempo, seus mais belos frutos e os verdadeiros mestres²⁷.

8. *Tudo era ouro maciço?* Houve luz apenas na vida de oração dos Capuchinhos do passado em geral e também naquelas de primeira e segunda gerações? Não! Pois “*basta ser homens para ser pobres homens*” (P. Mazzolari), não faltaram miséria e fraquezas nem mesmo entre eles. Vejamos quais foram, ainda que apenas por acenos.

- Sofre influência negativamente da visão teológica própria do tempo: à “*sola fide*” de Lutero, que pode levar a um quietismo paralisante, termina-se por opor um excessivo protagonismo do homem, que parece coagido a fazer acrobacias ascéticas para não desagradar a um Deus que, no fim, permanece majestosamente distante e sempre um pouco sisudo.

- A presença do Senhor Jesus é forte, mas Ele termina por ser sobretudo Aquele que foi e continua a ser injustamente atingido e ofendido pelos nossos pecados, e, portanto, também Ele é percebido um pouco carrancudo (é o tempo em que se difunde a iconografia do Pai e de Cristo com raios nas mãos, por pouco aplacados pela Virgem ou por algum Santo poderoso, como Francisco e Domingos).

- Apesar do belo florescimento de frades teólogos de qualidade, pregadores e escritores populares de notável eficácia e refinadas almas contemplativas – também e sobretudo entre os irmãos leigos –, para muitos, a oração mental permanecia uma miragem, algo de difícil e fatigante... Segundo um personagem de renome e profundo conhecedor da situação dos Capuchinhos do seu

há uma alma em que realmente a oração foi tudo, esta é a alma de Francisco... Todos os seus Escritos giram em torno do argumento fundamental, que é a oração”: cf. D. BARSOTTI, *San Francesco preghiera vivente. L’infinitamente piccolo davanti all’Infinitamente grande*, San Paolo, Milano 2008 pp. 337ss. Neste precioso volume de 400 pp., organizado por Giovanni Iammarrone, estão reunidas as muitas meditações penetrantes que o Padre Divo Barsotti, exímio teólogo e um dos máximos “homens espirituais” das últimas décadas, dedicou aos Escritos de Francisco.

²⁷ A contemplação da Cruz do Senhor como fole para manter vivo o fogo do amor; o *atraído* e o *alcançado* como o modo mais profícuo de ler textos espiritualmente ricos, detendo-se sobre eles para saboreá-los e assimilar seu conteúdo; as aspirações, as jaculatórias e as orações breves usadas habitualmente pelos santos frades; mas sobretudo a força arrebatadora do exemplo. Iluminador e pitoresco o que se lê nos *Autos do Processo de canonização de São Félix de Cantalicio* (1515-1587), onde muitas das testemunhas referem que ele era literalmente “espiado” à noite pelos frades, enquanto na igreja – pensando estar só –, meditava chorando a Paixão do Senhor e repetia várias e várias vezes as mesmas palavras inflamadas, como por exemplo: “*Não havia ninguém... Não havia ninguém... Oh! Meu Senhor, que abandono foi este!*” (cf. *I Frati Cappuccini*, vol. III, parte II, nn. 8166ss.; 8186ss.; 8202ss.; 8233ss.).

tempo, Frei Valeriano Magni²⁸, os verdadeiros Mestres de espírito eram poucos e pouco preparados, e, conseqüentemente, um pouco confusos e muitos dos seus discípulos eram semelhantes. Assim escreve: “*Em relação às leis que animam os frades a progredir durante a vida nas virtudes... as Constituições não estabelecem nada, exceto que todos os frades se dediquem continuamente à oração. Porém, não está prescrito nenhum exercício especial, mas, uma vez iniciados pelo Mestre, nunca mais são, ainda que minimamente, exercitados espiritualmente por força das nossas Constituições, mas deixados somente a si mesmos e a Deus*”²⁹.

- O efeito destes fatores sobre muitos frades era (e pode ser ainda) a oscilação entre o Cila do *escrúpulo*, com sentimentos de culpa que, crescendo com o passar dos anos, podem minar gravemente o equilíbrio também humano das pessoas; e o Caríbdis da *acédia*, como tédio-fastio-indiferença-anestesia espiritual: um “mal obscuro” que rói e esvazia de significado as coisas do Espírito e que os Padres do Deserto chamavam “demônio meridiano”³⁰. É provocado pelo desencorajamento e pela resignação em se ver sempre distante de um ideal, de certa forma, certo heroísmo. O equilíbrio que permite evitar ambos os perigos é alcançado – como veremos – quando o Espírito nos torna capazes de nos reconhecermos pobres (sempre “de mãos vazias”, como dizia Teresinha de Lisieux), mas também sempre em caminho: nem presunçosos, nem desencorajados, mas humildes e confiantes, confidentes e fiéis até fim³¹.

CAPÍTULO III

A CAMINHO SOB O OLHAR DO SENHOR

Proponhamo-nos agora em conhecer qual é a **postura interior** que nos ajude “permanecer” (em latim *manere*) de bom grado diante do Senhor, vencendo a inquietação que nos leva a fugir, como Adão, da sua presença; e assim nos tornarmos capazes – sustentados pelo Espírito Paráclito e na companhia de Maria, nossa mãe – de viver cada dia esta prolongada pausa diante d’Ele, sob o seu olhar cheio de luz e calor, para um salutar “tratamento do sol” que cura as feridas e restitui a força de amar. E queremos falar de oração contemplativa, onde *contemplação* quer dizer sermos tomados pela alegria e pela beleza da revelação divina como alegre notícia (*eu-aggelion*) do amor de Deus por nós em Cristo Jesus.

Como sempre, a etimologia também tem aqui um seu peso: *contemplor-contemplari* é formado por *con-templum*, e significa olhar longamente e com viva participação algo de belo; em nosso caso,

²⁸ Conhecido como *Monaco lungo*, Valeriano Magni (Milão, 1587 – Salzburgo, 1661) foi por várias décadas delegado apostólico na Europa central. Desempenhou vários encargos diplomáticos para os imperadores Ferdinando II, Ferdinando III e na Polônia, com Ladislau IV; foi entre os primeiros a promover uma reconciliação entre as várias confissões cristãs.

²⁹ In *I Frati Cappuccini*, Vol. I, n.1870.

³⁰ Cf. G. BUNGE, *Akedia, il male oscuro*, Qiqajon, 1999, p. 80.

³¹ Cf. as belas páginas sobre “L’asceti di debolezza” (“A ascese de fraqueza, em tradução livre”): in A. LOUF, *Sotto la guida dello Spirito*, Qiqajon 1990, pp. 77-83; e também M. RONDET, *Dalla santità desiderata alla povertà offerta*, in *Temi dello Spirito* 2007/173, pp. 240-246.

saber ver em toda parte os sinais da presença de Deus, percebendo o mundo inteiro como um templo. A contemplação, assim, é o dom com o qual nos é dado permanecer por um certo tempo, conscientemente, na presença do Senhor para ter, sobre a realidade normalmente opaca que nos circunda, um olhar tornado capacitado por Ele para acolher tudo como sinal transparente do seu amor por nós.

Poderíamos dizer que ela pode ser considerada para a vida do indivíduo o que a celebração eucarística é para a vida da Igreja: em subordinação e como sua derivação, também ela é *culmen et fons* da nossa identidade de filhos no Filho.

1. Descobrimo-nos amados

Como já dissemos, para rezar é necessário sermos capazes de *nos sentarmos em silêncio conosco mesmos* e aguardar pacientemente a passagem do Senhor. E como a experiência nos ensina, a amizade se torna profunda somente quando é possível permanece em silêncio com o outro. É assim também com o Senhor: a nossa oração alcança maturidade quando aprendemos a nos sentir bem ao lado d'Ele, em silêncio. E isto pressupõe que tenhamos começado a viver reconciliados com a nossa pobreza e a amar corretamente a nós mesmos.

Mas por qual estrada pode-se chegar a um justo amor de si? Antes de nos pedir para amá-lo, o Senhor nos pede para nos descobrirmos amados por Ele. Somente então podemos esperar que a nossa resposta seja, de alguma forma, adequada ao seu dom.

Antes o Senhor, olhou bem para ele, com amor; depois lhe disse: vai... vende... dá... vem e segue-me... (Mc 10,21).

A aparente dureza das palavras de Cristo se desfaz diante da prévia experiência de nos sabermos amados por Ele.

Como Natanael (Jo 1,46-51), *“todo orante pensa em encontrar Jesus para podê-lo ver, e deve, ao invés, dar-se conta de que, sob o olhar de Jesus, que há longo tempo é ele que é visto, observado, julgado e assumido na graça, de maneira que não lhe resta outra coisa senão ajoelhar-se e adorar o Verbo de Deus: ‘Mestre, tu és o Filho de Deus, tu és o rei de Israel!’”*³². E, como para os apóstolos, será também para nós o início de um novo e extraordinário caminho.

Foi este o itinerário percorrido por Francisco: a partir do momento em que se descobriu amado pelo Senhor no diálogo silencioso e profundo diante do Crucifixo de São Damião, ele se tornou capaz de confiar a Ele a guia da própria vida, e começou a expressar, em precisas escolhas concretas, a certeza de que o caminho que o Senhor propõe no Evangelho é realmente o que leva à verdadeira vida.

E lhe foi possível deixar-se conduzir confiantemente por Ele a vencer a si mesmo, disposto a sofrer cada dia algo para Ele, mas com uma crescente alegria interior.

De Francisco aprendemos que a *penitência, quando é verdadeira, nasce da alegria, dela se alimenta e a ela conduz*. Verdadeira penitência e alegria espiritual são irmãos inseparáveis. E, ao mesmo tempo, é justamente um caminho de conversão autêntico, que permite experimentar e depois proclamar com eficácia a alegria de sermos cristãos, restituindo assim ao Evangelho o seu significado mais verdadeiro de *alegre anúncio*³³.

2. Amados assim como somos

³² Cf. H. U. VON BALTHASAR, *La preghiera contemplativa*, Jaca Book, Milano 1982, p.11.

³³ Cf. L. PADOVESE, *In fraternità per cantare la penitenza*, in *Italia Francescana* 59 (1984), pp.407-426.

Saber que somos amados assim como somos e acreditá-lo até o fim é o caminho para nos descobirmos amáveis ad intra (aos nossos olhos) e nos tornarmos também ad extra (com os irmãos).

Para fazer isso, devemos nos deixar guiar pelo Espírito para perceber sempre melhor o verdadeiro rosto de Deus revelado em Jesus Cristo. Que não seja um caminho fácil, bem o sabiam os Padres do deserto:

Um dia, um jovem monge perguntou a um ancião: “Abbá, diz-me qual é a obra mais difícil para o monge”... E ele respondeu: “A obra mais difícil é rezar, rezar chamando de TU a Deus”. E acrescentou: “Recorda-te de que um homem, três dias depois de morto, diante da presença de Deus, ainda experimenta dificuldade em olhá-Lo na face, em Lhe dizer ‘Pai’ e a Lhe tratar por TU: esta é a obra mais difícil”³⁴.

E, na realidade, é necessário fazer um notável caminho interior para acolher no coração o dom imenso da paternidade de Deus, que tem coisas incríveis. Instintivamente, somos habituados a atribuir a Deus o rosto que temos de nós mesmos: pensamos que Ele nos veja com os olhos com que nós olhamos a nós mesmos.

E, frequentemente, o que nós pensamos de nós mesmos é o que foi se solidificando em nosso coração através das experiências que vivemos com os outros, especialmente aquelas com os nossos pais. E é habitualmente um olhar severo, exigente, nunca totalmente positivo. Mesmo assim, o Deus que conhecemos em Jesus Cristo é realmente o *Totalmente Outro!* E é somente com Ele que temos que tratar.

Toda outra imagem de Deus cai ao nível de um *ídolo por nós esculpido* (cf. Salmos 115 e 135).

A este respeito, pode nos ser útil a seguinte consideração de um conhecido contemplativo do nosso tempo, Thomas Merton:

“Uma das chaves da verdadeira experiência religiosa – diz ele – é a desconcertante tomada de consciência do fato de que, por mais que sejamos odiosos a nós mesmos, não o sejamos por nada e nunca para Deus. Esta consciência nos faz entender melhor a diferença entre o nosso amor e o seu. O nosso amor é uma necessidade, o seu é um dom.

Nós temos necessidade de ver o bom em nós para nos considerarmos amáveis. Ele, não.

Ele nos ama não porque somos bons, mas porque Ele é bom.

Enquanto nos relacionarmos com um Deus que é somente uma projeção do nosso pobre eu, não podemos senão experimentar temor de um poder tremendo e insaciável, que teria necessidade de ver a bondade em nós para nos acolher e que, pela infinita clareza da sua visão, não trova nada mais senão o mal, e, portanto, não Lhe resta nada mais senão ser severo conosco...”³⁵.

3. Não por pura condescendência

³⁴Cf. E. BIANCHI-B. BAROFFIO, *La preghiera fatica di ogni giorno*, Piemme, Casal Monferrato 1983, pp.11-12.

³⁵Cf. T. MERTON, *L'uomo nuovo*, Garzanti, Milano 1963, p. 83.

À precisa observação de Merton, poderíamos acrescentar, todavia, que *o amor do Senhor por nós não é pura condescendência*, quase como se tratasse apenas de um resignado “abaixar-se” à nossa pobreza; ao contrário, é também *paixão e encanto pelo belo que Ele jamais deixa de ver em cada uma das “suas” criaturas*, as quais - todas – existem porque Ele as pensou, amou e quis de modo consciente e livre.

De fato, Deus tem uma profunda *paixão*: tal paixão somos cada um de nós e todos nós juntos. Ele se apaixona pela nossa vida, por tudo o que nos acontece. Amante sempre apaixonado por nós, é continuamente em trepidante espera de ser admitido à nossa companhia, como uma mãe deseja compartilhar dos acontecimentos de seus filhos.

O tempo que destinamos à oração é aquele em que lhe dizemos: *Maranà tha, vem, Senhor!*

Eu, a paixão do meu Deus, quero me tornar a sua alegria, deixando-me invadir e tomar

Pelo seu Espírito que quer plasmar o meu rosto, para que eu me assemelhe mais àquele Filho de que Ele se agrada plenamente, o Senhor Jesus.

Nós conhecemos, por experiência, a fadiga do homem em procurar Deus, e é esta que mais nos salta aos olhos quando falamos de fé. Ela existe e é real. Mas há também um outro ponto de vista do qual podemos ler o drama da “história da salvação”: é o ponto de vista de Dio.

Permite-nos acolher a fadiga que Ele teve, tem e terá até o fim dos tempos para “salvar” o homem, vértice da criação e sua profunda paixão, seu tormento contínuo. E O vemos como um Deus apaixonado por nós, que deve sempre nos procurar; e tão frequentemente rejeitado ou mal acolhido por nós.

Em Jesus Cristo, conhecemos um Deus mendicante de amor, vulnerável e pobre, um Deus cujo amor é ignorado e rejeitado, um Deus crucificado por nós...

Recordava-nos de modo admirável o Papa Bento XVI, na Mensagem para a Quaresma de 2007:

“É no mistério da Cruz que se revela plenamente o poder irresistível da misericórdia do Pai celeste. Para reconquistar o amor da sua criatura, Ele aceitou pagar um preço elevadíssimo: o sangue do seu Filho Unigênito...”

Na Cruz manifesta-se o eros de Deus por nós. Eros é de facto... aquela força que não permite que o amante permaneça em si mesmo, mas o estimula a unir-se ao amado... Qual eros mais insensato do que aquele que levou o Filho de Deus a unir-se a nós até ao ponto de sofrer como próprias as consequências dos nossos delitos? Queridos irmãos e irmãs, olhemos para Cristo trespassado na Cruz! É Ele a revelação mais perturbadora do amor de Deus, um amor em que eros e ágape, longe de se contraporem, se iluminam reciprocamente. Na Cruz é o próprio Deus que mendiga o amor da sua criatura: Ele tem sede do amor de cada um de nós. O apóstolo Tomé reconheceu Jesus como ‘Senhor e Deus’ quando colocou o dedo na ferida do seu lado...

Jesus disse: ‘E Eu, quando for levantado da terra, atrairei todos a Mim’ (Jo 12, 32). A resposta que o Senhor deseja ardentemente de nós é antes de tudo que acolhamos o seu amor e nos deixemos atrair por Ele”...³⁶.

Sim, desde sempre, Senhor, Tu vais em busca de alguém que Te acolha até o fim, que Te abra a sua vida e se deixe invadir pelo teu amor apaixonado. “Mulher, dá-me de beber!”, um dia pedias à Samaritana. E na cruz gritaste: “Tenho sede!”... Muitos Padres leram este teu grito como o pedido que Tu diriges a cada um para que Te deixemos entrar em nossa vida e te acolhamos

³⁶ Cf. *L’Osservatore Romano*, 21 de novembro de 2006, p. 2.

como “Senhor” dela. Foi esta sede que Te levou à loucura do teu nascer pobre em Belém, do teu morrer nu na cruz e do teu permanecer entre nós na escuridão desconcertante do mistério eucarístico: as três expressões do teu “amor kenótico”, que Francisco jamais se cansava de contemplar.

Para dar um sentido ao teu vir entre nós, teria sido suficiente que apenas uma pessoa, no arco de toda a história humana, tivesse Te acolhido e amado realmente... E, em certo sentido, Tu não sabias se isso teria acontecido. Arriscastes também Tu, como acontece às vezes também a nós quando decidimos amar realmente: o amor comporta uma componente de risco, torna-nos vulneráveis, pois não pode fazer outra coisa senão “propor-se” e pode cair no vazio, ser totalmente ou em parte ignorado... É consolador saber que houve, e ainda há hoje, pessoas que – como Maria, Francisco, Teresa, Inácio... – Te disseram sim, um sim total e para sempre.

Eles foram a Tua alegria, a alegria do seu Deus.

Ser a tua alegria, a alegria do meu Senhor e meu Deus: pode haver aspiração maior?

“Eu vivo, mas não eu: é Cristo que vive em mim. Minha vida atual na carne, eu a vivo na fé, crendo no Filho de Deus, que me amou e se entregou por mim” (Gl 2,20).

“Rezar é um entreter-se com Aquele por quem sabemos que somos amados” (Santa Teresa de Jesus).

Ninguém está de bom grado e longamente em companhia de uma pessoa da qual sabemos que somos suportados; é, ao contrário, doce nos entretermos com quem sabemos que nos quer bem, nos estima e considera preciosa a nossa presença. Outra coisa é estarmos com uma pessoa por quem nos apaixonamos. O nosso ponto de partida é permanecer longamente na presença d’Aquele que sabemos que é apaixonado por nós, com o desejo ardente que também nós nos apaixonemos por Ele. Não esquecendo de que sabemos que permanecemos fiéis apenas nas coisas que amamos, porque de algum modo nos agradam. Quando há desamor, começa a tomada de distância e a infidelidade, ao menos potencial: é assim no matrimônio, nas amizades, no trabalho. E é assim também com o Senhor: o seu amor chega a nós mediante a Palavra e os Sacramentos (a “*divina liturgia*”), mas, se Ele não permanecer uma presença que o nosso coração aprecia e que nos dá alegria, pouco a pouco nos distanciaremos d’Ele, fonte de água viva, para buscar em outras partes alguma substituição de alegria, em cisternas rachadas (Jr 2,13). A oração contemplativa, de que estamos falando, é o tempo privilegiado em que cultivamos o nosso amor pelo Senhor e, junto, o termômetro do nosso real apreço por Ele: se damos pouco tempo a uma coisa, de fato, quer dizer que vale pouco para nós...

4. Como filhos no Filho

O Deus que se revelou a nós no Senhor Jesus Cristo é “*temperança, mansidão, segurança, descanso, gozo, esperança e alegria, é protetor, guarda e defensor...*”, como Francisco canta em seus *Louvores a Deus altíssimo* (LDA). E, assim, nós podemos *estar* (*permanecer*, diria o Evangelho de João) diante d’Ele sem temer, em uma paz profunda e – certos de sermos acolhidos por Ele apenas pela grandeza do seu terníssimo coração de Pai que não cessa de ver em nós os traços do Unigênito “*que sempre lhe basta para tudo, por quem tantas coisas nos fez*” (Rnb 23,5) – nos abandonarmos em seus braços com a confiante *parresia*/audácia que, no Espírito, nos impulsiona a gritar *abbá-papai* (Rm 8,15: “*De fato, vós não recebestes espírito de escravos, para recairdes no medo, mas recebestes o Espírito de adoção filial e no qual clamamos: Abbá, Pai!*”).

Na escola do salmista, podemos fazer nossa a experiência da criança amamentada, que sabe que pode estar *“apaziguada e quieta... no seio de sua mãe”* (Salmo 131). Lido sob esta ótica, torna-se um salmo estupendo:

*Senhor, meu coração não se exalta,
nem se enaltecem os meus olhos;
não ando nas grandezas,
nem em maravilhas que me ultrapassam.
Antes, mantive minha alma apaziguada e quieta;
como a criança amamentada no seio de sua mãe,
come uma criança amamentada, assim minha alma dentro de mim.
Que Israel espere no Senhor, desde agora e para sempre!*

Rezar *como cristãos*, ou seja, inseridos no mistério do Cristo Salvador e guiados pelo seu Espírito, significa nos colocarmos confiantes e confidentes diante do rosto do Senhor; quer dizer deixarmos que o seu olhar pouse sobre nós e tomemos consciência sempre mais de que o seu é um olhar de amor afabilíssimo e incondicional, o único capaz de curar a ferida profunda que, em medida mais ou menos grande, está presente no coração de cada um: a ferida inscrita em nossa finitude de criatura, que faz nos percebermos limitados, nunca plenamente positivos, e, portanto, sempre às voltas com o temor de não sermos amáveis o suficiente.

O longo caminho que nos é pedido, no fim das contas, é aquele de passar da situação interior própria do “irmão mais velho” da parábola lucana (Lc 15,11-32), que vê Deus como um patrão a quem se submeter com dentes cerrados e do qual reivindicar direitos, àquela do “irmão pródigo”, que volta com o coração ainda semelhante ao coração do mais velho, mas descobre com comoção um pai afabilíssimo, a quem finalmente consegue se abandonar cheio de gratidão. Nisto consiste, para cada um, a mudança da conversão.

5. Amáveis porque amados

E, assim, cheios de gratidão, podemos também nós exclamar com o grande Agostinho:

“porque Tu me amaste por primeiro, Senhor, me tornaste amável!”.

Um aprofundamento desta densa, fundamental afirmação, nos é oferecido por outro grande da experiência cristã autêntica, o dinamarquês Soren Kierkegaard (1813 -1855):

“Deus, que nos amaste por primeiro, nós falamos de Ti como de um simples fato histórico, como se apenas uma vez Tu nos tivesses amado por primeiro. E Tu, ao contrário, o faz sempre. Durante toda a vida, Tu nos amas por primeiro. Quando nos levantamos pela manhã e voltamos a Ti o nosso pensamento, Tu és o primeiro, Tu nos amastes por primeiro. Se me levanto à aurora e volto a Ti, em um mesmo instante, o meu ânimo, Tu já me precedeste, me amaste por primeiro... E assim sempre!”³⁷.

Esta alegre constatação, esta *alegre notícia* que constitui objetivamente o centro e a substância do Novo Testamento, pode e deve se tornar o fundamento de uma contínua cura da nossa mais verdadeira identidade, tornando-nos finalmente conscientes, como Francisco, de que *“quanto é o homem diante de Deus, tanto é e não mais”* (Admoestações 19).

E Deus nos vê sempre à luz do seu Verbo Unigênito, à imagem do qual nos pensou, amou e quis; e cada um de nós vale para Ele a morte deste seu diletíssimo Filho, que tomou sobre si a Cruz

³⁷ Cf. S. KIERKEGAARD, *Pregchiere*, Morcelliana, Brescia 1951, p. 17.

justamente para nos assegurar que também nós, n'Ele, somos um enorme tesouro aos olhos de Deus. *“Se queres conhecer quem és, não olha para o que foste, mas para a Imagem que Deus tinha ao criar-te”* (Evágrio do Ponto)³⁸.

O que o livro do profeta Isaías revela a Israel vale para cada um de nós, e as palavras cheias de ternura e consolação inspiradas pelo Espírito que aí lemos, cada um de nós pode referi-las confiantemente a si mesmo:

“Agora, porém, assim fala o Senhor, aquele que te criou, Jacó, aquele que te formou, Israel:

*‘Não tenhas medo, pois eu te resgatei,
Chamei-te pelo teu nome, tu és meu!
Se tiveres de passar pela água, contigo estarei,
e os rios não te farão submergir!
Se tiveres de andar pelo fogo, não te vais queimar,
e as chamas não arderão contra ti!
Pois eu sou o Senhor, o teu Deus,
o Santo de Israel, o teu Salvador!
Porque és precioso aos meus olhos,
e foste glorificado, eu te amo!
Não tenhas medo, eu estou contigo!
Todos os que são chamados por meu nome,
para minha glória eu os criei,
formei e fiz!’ (Is 43,1-7).*

*“Pode uma mulher esquecer-se de seu filhinho
a ponto de não compadecer-se do filho de suas entranhas?
Mesmo que ela se esquecesse,
eu, contudo, não me esquecerei de ti!” (Is 49,15).*

*“Eu exulto de alegria no Senhor,
e minh’alma rejubila no meu Deus.
Pois me envolveu de salvação, qual uma veste,
e com o manto da justiça me cobriu,
como o noivo que coloca o diadema,
como a noiva que se enfeita com suas joias.
Como a terra faz brotar os seus rebentos
e o jardim faz germinar suas sementes,
o Senhor Deus fará brotar sua justiça
e o louvor perante todas as nações.
Por ti, Sião, não haverei de me calar,
nem por ti, Jerusalém, terei sossego,
até que brilhe tua justiça como a aurora
e a tua salvação como um farol.
Então os povos hão de ver tua justiça,
e os reis de toda a terra, a tua glória;*

³⁸ No portal norte da catedral de Chartres, do século XIII, há duas emblemáticas esculturas: de um lado, há o Cristo que plasma o rosto de Adão à imagem do próprio, e, de frente, os dois rostos são postos um ao lado do outro, de modo a transmitir a mensagem-chave da antropologia cristã: *“Plasmados à Sua imagem, somos chamados à semelhança”*.

*todos eles te darão um nome novo:
enunciado pelos lábios do Senhor.
Serás coroa esplendorosa em sua mão,
Diadema régio entre as mãos do teu Senhor.
Nunca mais te chamarão “Desamparada”,
nem se dirá de tua terra “Abandonada”;
mas haverão de te chamar “Minha querida”,
e se dirá de tua terra “Desposada”.
Porque o Senhor se agradou muito de ti,
e tua terra há de ter o seu esposo.
Como um jovem que desposa a bem-amada,
teu Construtor, assim também, vai desposar-te;
como a esposa é a alegria do marido,
serás assim a alegria do teu Deus” (Is 61,10–62,1-5).*

*“Mas agora, Senhor, tu és o nosso pai,
Nós somos o barro, tu és o nosso oleiro!
Todos nós somos obra das tuas mãos” (Is 64,7).*

Este é o rosto de Deus que descobrimos já em alguns Salmos e nestes textos que representam o vértice da revelação no AT. E é um rosto que é não apenas confirmado, mas levado a cumprimento pelo NT, e que atinge seu máximo esplendor no Mistério Pascal³⁹.

São Francisco foi fulgurado por este rosto, e se fez sua testemunha extraordinária e cantor admirável com as palavras cheias de ternura que o Espírito lhe pôs no coração, na ardente experiência dos Estigmas no Monte Alverne.

*Vós sois santo, Senhor Deus único, que fazeis maravilhas.
Vós sois forte, vós sois grande, vós sois altíssimo, vós sois rei onipotente, vós Pai Santo,
rei do céu e da terra. Vós sois trino e uno, Senhor Deus dos deuses,
vós sois o bem, todo bem, o sumo bem, Senhor Deus vivo e verdadeiro.
Vós sois amor, caridade; vós sois sabedoria, vós sois humildade,
vós sois paciência, vós sois beleza, vós sois mansidão,
vós sois segurança, vós sois descanso, vós sois gozo,
vós sois nossa esperança e alegria, vós sois justiça,
vós sois temperança, vós sois toda nossa riqueza e satisfação.
Vós sois beleza, vós sois mansidão, vós sois protetor,
vós sois guarda e defensor nosso; vós sois fortaleza, vós sois refrigerio.
Vós sois nossa esperança, vós sois nossa fé, vós sois nossa caridade,
vós sois toda doçura nossa, vós sois nossa vida eterna:
Grande e admirável Senhor,*

³⁹ Veja-se, apenas para nos limitar a alguns trechos: Lc 10,20: “Contudo, não vos alegréis porque os espíritos se submetem a vós. Alegrai-vos, antes, porque vossos nomes estão inscritos nos céus”; Jo 3,16-17: “De tal modo Deus amou o mundo, que deu o seu Filho Unigênito...”; 1Jo 4,8-9: “Deus é amor. Foi assim que o amor de Deus se manifestou entre nós: Deus enviou o seu Filho único ao mundo, para que vivamos por ele”; e o grande hino ao vitorioso e irreversível amor que Deus manifestou aos homens no Coração traspassado do seu Filho, que lemos em Rm 8,35-39.: “Quem nos separará do amor de Cristo?... Nem outra criatura qualquer será capaz de nos separar do amor de Deus, que está em Cristo Jesus, nosso Senhor”.

Deus onipotente, misericordioso Salvador (Louvores a Deus Altíssimo).

Graças a este teu revelar-se, Senhor, que Tu não me olhas com os *meus* olhos, mas com os *teus*. E é um olhar totalmente diferente, sobretudo se considero que grande parte das nossas energias é frequentemente gasta para buscar resistir à ameaçadora e deprimente sensação de valer pouco, que nos torna tão suscetíveis, ásperos e reacionários a todo mínimo sinal de desafeição⁴⁰, sempre às voltas com o temor de não sermos amados o bastante porque não amáveis. E sofreremos, e fazemos sofrer, daquele “mal obscuro” hoje tão difundido, que é a depressão. Somente aquela oração que me permite escutar a Tua voz e de deixá-la depositar no meu coração é capaz de me liberar da necessidade de mendigar a glória – sempre incerta e frágil! – que pode me chegar dos outros⁴¹. De fato, à medida em que eu deixar que o Senhor entre em minha vida, a percepção que terei da minha identidade dependerá sempre menos do que os outros pensam ou dizem sobre mim. É a oração que me educa gradativamente para não fazer das relações interpessoais um ídolo ao qual queimar muito incenso⁴².

Se Tu me amas assim como sou, também eu posso me amar e viver finalmente reconciliado comigo mesmo, também com o que me limita e me enfraquece... E posso então olhar ao meu redor, o mundo dos meus irmãos, com um olhar cheio de misericórdia, bondade e paciência. Como a cada dia descubro que este é o olhar que Tu tens sobre mim, em Tua escola aprendo a fazer com que se torne, gradativamente, também o meu olhar sobre mim mesmo e sobre que vive ao meu lado, dando-me conta sempre mais de que todos estamos encerrados dentro de um imenso desígnio de misericórdia, que constitui a nossa única sólida esperança.

6. Amáveis também com os irmãos

A Sagrada Escritura, em seu conjunto e, de maneira toda particular, o Novo Testamento, afirma que o nosso amor a Deus e ao próximo supõe um fato precedente, sem o qual permaneceria

⁴⁰ Como sempre, São Francisco sabe sondar o nosso coração para trazer à luz o que não é autêntico. A este respeito, comentando a bem-aventurança sobre a pobreza de espírito, observa: “*Há muitos que perseveram nas suas orações e trabalhos, fazendo muitas abstinências e suportando aflições em seus corpos. Mas por uma só palavra que parecer injúria para o seu próprio eu..., logo se perturbam, escandalizados. Esses não são pobres de espírito...*”: Admoestação XIV.

⁴¹ “*Como podereis crer – dizia Jesus aos escribas e fariseus, e repete também a nós –, vós que recebeis glória uns dos outros, e não buscais a glória que vem do Deus único?*” (Jo 5, 44). Repete-o São Francisco quando afirma que “*quanto é o homem diante de Deus, tanto é e não mais*” (Admoestação XIX).

⁴² “*Para mim, pessoalmente, a oração se torna sempre mais um modo de escutar a bênção. Tenho lido e escrito muito sobre a oração – confessa um dos maiores mestres de espírito do nosso tempo – mas, quando me retiro em um lugar afastado para rezar, entendo que o verdadeiro ‘trabalho’ da oração é se tornar silenciosa e escutar a voz que fala coisas boas de mim. Isto pode soar como uma espécie de autoindulgência, mas, na prática, é uma dura disciplina... Não é fácil entrar no silêncio, passar além das muitas vozes barulhentas e exigentes do nosso mundo e descobrir, no silêncio, a pequena voz interior que diz: ‘Tu és o meu Filho Amado, em ti me eu me agrado’. Mas, se ousamos abraçar a nossa solidão e favorecer o nosso silêncio, chegaremos a conhecer aquela voz... Às vezes, você sentirá que nada acontece em sua oração. Você diz: ‘Apenas me sento aqui e começo a me distrair’. Mas, se você se exercitar meia hora ao dia para escutar a voz do amor, descobrirá gradualmente está acontecendo algo do qual você ainda não estava consciente... **A disciplina constante da oração lhe revela que você é abençoado e lhe dá o poder de abençoar os demais...** Assim encontramos a coragem de encarar os nossos limites e as nossas feridas, sejam eles o nosso aspecto físico, o nosso distanciamento, as nossas lembranças de maus-tratos ou abusos, o termos sido vítimas de infidelidade dos outros... E descobrimos que a verdadeira alegria tem a ver com uma experiência profunda, a experiência de Cristo. Na quietude escuto da oração, aprendemos a perceber a sua voz que diz: ‘Se os outros te amam ou não, eu te amo. Tu és meu. Edifica em mim a tua casa, habita em mim, como eu habito em ti...’”: cf. H. NOUWEN, *Sentirsi amati. La vita spirituale in un mondo secolare*, Queriniana, Brescia 1992, pp. 61-63.*

incompreensível: o amor de Deus para conosco. É este o dado que precede qualquer outro, origem e medida do nosso amor. O amor do homem daquele de Deus, e deve medir-se a partir dele.

“Um dos mais belos frutos da oração (e um critério de discernimento da autenticidade dela) é fazer crescer no amor ao próximo. Se a nossa oração é verdadeira, ela nos aproxima de Deus, nos une a Ele e, portanto, nos faz perceber e compartilhar o amor infinito que Ele nutre por cada uma das suas criaturas. A oração dilata e entenece o coração. Onde falta a oração, os corações se endurecem e o amor se resfria...”⁴³.

Bento XVI nos recordava acima que *a resposta que o Senhor deseja ardentemente de nós é antes de tudo que acolhamos o seu amor e nos deixemos atrair por Ele*. E continuava:

Mas aceitar o seu amor não é suficiente. É preciso corresponder a este amor e comprometer-se depois a transmiti-lo aos outros: Cristo “atrai-me para si” para se unir comigo, para que eu aprenda a amar os irmãos com o seu mesmo amor. “Hão de olhar para Aquele que trespassaram”. Olhemos com confiança para o lado trespassado de Jesus, do qual brotam “sangue e água” (Jo 19,34)... O sangue, símbolo do amor do Bom Pastor, flui em nós especialmente no mistério eucarístico: “A Eucaristia atrai-nos para o ato oblato de Jesus... somos envolvidos na dinâmica da sua doação” (Mensagem para a Quaresma de 2007).

Para amar a Deus, devo antes descobrir que sou amado por Ele em Cristo Jesus, e assim aprender a *crer*, devagar, também com o coração, que sou amável. Somente assim posso amar a mim mesmo (e, para além das aparências, não é tão fácil assim). E somente amando a mim mesmo à luz do amor de Deus, eu me torno capaz de viver também o segundo mandamento, que me diz: *“ama o teu próximo como a ti mesmo”* (lembremos o aguçado monólogo de Pedro Bernardone, no musical *Forza, venite gente*, sobre a radical impossibilidade de amar realmente o próximo enquanto alguém sente nojo por si mesmo). Sem nos darmos conta, frequentemente nos movemos dentro deste círculo vicioso:

não amamos o próximo, pois não amamos a nós mesmos – e não amamos a nós mesmos, pois não cremos na estupenda *Boa Notícia* de já sermos amados por Deus em Cristo Jesus.

Gente de pouca fé, estamos condenados a ser gente de pouco amor: nós, não fazendo essa experiência, não podemos dá-lo ao próximo. Atormentados pelo temor de não sermos amáveis e incapazes de ver e apreciar os muitos sinais de amor, que já marcaram a nossa história e que a cada dia nos são presenteados, nós nos tornamos tormento para quantos vivem ao nosso lado.

Pode nos ser útil fazer nossa a seguinte oração:

*Senhor, reconcilia-me comigo mesmo!
Como poderei encontrar e amar os demais,
se não consigo me encontrar e amar a mi mesmo?*

*Senhor, Tu, que me amas assim como sou
e não como eu me sonho,
ajuda-me a aceitar a minha condição de homem
limitado e, ainda assim, chamado a se superar.*

*Ensina-me a viver com as minhas luzes e as minhas sombras,
as minhas doçuras e os meus atos de cólera,*

⁴³ Cf. J. PHILIPPE, *Imparare a pregare...*, p. 27.

*os meus sorrisos e as minhas lágrimas,
com o meu passado e o meu presente.*

*Concede-me em me acolher como Tu me acolhes,
de me amar como Tu me amas.
Liberta-me do tipo de perfeição que eu pretendo me dar,
e me abre à santidade que Tu queres me dar.*

*Preserva-me de sentir os remorsos de Judas,
que entrou em si mesmo para daí não mais sair,
assustado e desesperado diante do seu pecado.*

*Concede-me o arrependimento de Pedro,
que encontrou o silêncio do teu olhar
cheio de ternura e misericórdia e renasceu.*

*E, se tiver que chorar,
que não seja por mim mesmo,
mas pelo teu amor não correspondido.*

*Senhor, Tu conheces o desânimo
que, às vezes, assalta o meu coração.
O desgosto de mim mesmo,
eu frequentemente projeto sobre os demais!
Pois, como Tu me amaste por primeiro,
Tu, Senhor, me tornaste amável.
Que a ternura que contemplo em Teu rosto
Me torne finalmente amável também aos meus olhos.*

*Diz-me que tudo é possível àquele que crê.
Diz-me que posso ainda ser curado,
à luz do teu olhar e da tua Palavra.
E a misericórdia que Tu continuamente me dás
seja a mesma que faço fluir a meus irmãos.*

7. Um coração maior do que o nosso

É na oração pessoal vivida na gratuidade diante do rosto do Senhor, e aqui apenas, que podemos ser “reconstruídos” em nossa identidade mais verdadeira e autêntica, aquela que nos permite que nos reconheçamos, em toda humildade, como “pérolas” e “tesouros de Deus”, mesmo sabendo que somos tão pequenos... e o medo de não valer nada e de não sermos dignos de amor dará lugar à confiança e à esperança:

*“Diante dele tranquilizaremos o nosso coração.
Se o nosso coração nos acusa,
Deus é maior do que o nosso coração” (1Jo 3,19-20).*

“No amor não há temor. Ao contrário, o perfeito amor lança fora o temor...

e aquele que teme não é perfeito no amor” (1Jo 4,18).

Uma esperança que jamais temos motivo para pôr em discussão, enquanto “vivemos no tempo da misericórdia”, como Francisco definia a nossa vida terrena (2Cel 38).

Isso nos é confirmado por um episódio que Clemente de Alexandria (+ 215) gosta de narrar,

“para que tu – escreve a um amigo –, uma vez arrependido, tenha confiança que te seja uma digna esperança de salvação”.

O episódio tem no centro um jovem que o Apóstolo João confiou aos cuidados de um bispo de uma cidade nos arredores de Éfeso. “Confio-te este – disse-lhe – com todo cuidado diante desta igreja e tendo Cristo por testemunha”.

O jovem encontrou hospitalidade e atenção na casa do bispo. Mas este, com o passar do tempo, diminuiu a vigilância, e o jovem, influenciado por maus companheiros, passou a cometer más ações. Ao fim, perdendo a esperança da salvação em Deus, cometeu atos cada vez mais graves; antes, fez parte de um bando, do qual se tornou líder ativo, sanguinário e cruelíssimo.

Um dia, João, ao passar por aquela comunidade, pediu ao bispo que lhe restituir o que lhe fora confiado: “Peço o jovem e a alma desse irmão”. Desconcertado, o bispo lhe respondeu: “Ele está morto... Para Deus está morto, pois se tornou mal e corrupto”.

Profundamente entristecido, o apóstolo se pôs em viagem em busca do jovem. Deixou-se apanhar pelos sicários dos salteadores e pediu para que o levassem ao seu líder. Este, até então, esperava armado. Quando, porém, reconheceu João, pôs-se a fugir, tomado de vergonha. E este o seguia, com todas as suas forças, esquecendo-se da sua própria idade e gritando: “Por que, meu filho, foges de mim, que sou teu pai, velho e incapaz? Tem piedade de mim, filho. Não temas: tu ainda tens esperança de vida eterna. Eu darei a Cristo justificação para ti. Se for necessário, pagarei de bom grado pela tua morte, como o Senhor pagou pela nossa. Por ti darei a minha vida em troca. Para! Tem fé: foi Cristo quem me mandou”. Ele, escutando, em um primeiro momento se deteve, olhando por terra, depois largou as armas; enfim, chorava amargamente. E, quando o ancião se aproximou dele, abraçou-o pedindo perdão, conforme lhe permitiam os soluços, recebendo um segundo batismos de suas lágrimas e escondendo a mão direita. Mas João, fazendo-se seu fiador e jurando-lhe que encontrara perdão para ele do Salvador, pedindo-lhe, suplicando-lhe e beijando justamente aquela mão direita, reconduziu-o à igreja, e dali não partiu, como narram, antes de tê-lo posto à guia daquela igreja, dando um exemplo de arrependimento sincero e um grande sinal de segundo nascimento, um troféu de ressurreição para que todos vissem”⁴⁴.

Comentando a postura do terceiro servo na parábola dos talentos (Mt 25,14-30), o Papa Francisco nos exortou a nos livrarmos de uma ideia errada de Deus:

“É precisamente este servo que, quando o dono regressa, lhe explica o motivo do seu gesto, dizendo: ‘Senhor, sei que és um homem duro, que colhes onde não semeaste e recolhes onde não espalhaste. Por isso, tive medo e fui esconder o teu talento na terra’ (vv. 24-25). Este servo não tem uma relação de confiança com o seu patrão, mas medo, e isso paralisa-o. O temor imobiliza sempre e, muitas vezes, leva a tomar decisões erradas. O medo dissuade de tomar iniciativa, induz a refugiar-se em soluções seguras e garantidas, e assim se acaba por não realizar nada de bom. Para ir em frente e crescer no caminho da vida, não se deve ter medo, é necessário ter confiança.

⁴⁴ Citado por L. PADOVESE, *La speranza nei Padri*, Piemme, Casale Monferrato 1984, pp. 62-63.

Esta parábola faz-nos compreender quanto é importante ter uma ideia verdadeira de Deus. Não devemos pensar que Ele é um senhor inclemente, duro e severo que quer castigar-nos. Se dentro de nós houver esta imagem errada de Deus, então a nossa vida não poderá ser fecunda, porque viveremos com o medo e isso não nos levará a nada construtivo, aliás, o medo paralisa-nos, autodestrói-nos. Somos chamados a refletir para descobrir qual é realmente a nossa ideia de Deus. Já no Antigo Testamento Ele se revelou como ‘Deus compassivo e misericordioso, lento para a cólera, rico em bondade e em fidelidade’ (Ex 34, 6). E Jesus sempre nos mostrou que Deus não é um patrão severo e intolerante, mas um pai cheio de amor, de ternura, um pai repleto de bondade. Portanto, podemos e devemos ter uma confiança imensa n’Ele”⁴⁵.

8. Um olhar que cura a ferida

Rezar significa, em primeiro lugar, nos colocarmos aos pés d’Aquele que, por pura graça, conhecemos como nosso amável Salvador e, guiados pelo seu Espírito, o qual somente ele é capaz de fazer nascer e manter em nosso coração uma grande confiança-confidência (a audácia-*parrésia* dos filhos), deixar que o seu olhar cheio de misericórdia nos alcance, entre em nosso profundo e, assim, cure e dê paz ao nosso coração inquieto.

E *contemplar* significa sermos invadidos pela alegria de descobrir que o seu é um olhar de ternura, bondade e satisfação pelo simples fato de que somos suas criaturas, amadas desde sempre e para sempre pelo seu coração muito maior do que o nosso, além das pobreza que ainda habitam a nossa frágil experiência. E perceber que este olhar d’Aquele que nos criou e redimiu é como óleo que che alivia e cura a ferida presente no coração de cada um.

Porque me amas assim como sou, também eu posso me amar e encontrar em Ti a força para mudar.

Porque Tu, amante da vida, amas cada uma das tuas criaturas, posso amá-las eu também, começando pelos irmãos e irmãs que colocaste ao meu lado. É o teu amor que tem o poder de me tornar totalmente amável: eu mesmo, os outros, a criação e também tudo o que me é pedido para fazer na vida simples de cada dia. E me recordarei que *“com os outros, jamais seremos doces e bons o bastante em nosso modo de agir: a doçura é a primeira das forças e talvez a primeira das virtudes”* (P. Teilhard de Chardin). Em todo caso, é a via mais eficaz para melhorar em um momento a mim e o meu ambiente.

E é iluminador notar como não haja contradição entre consciência da própria pequenez e grande confiança no Senhor. Francisco é, ainda uma vez, um altíssimo exemplo disso, quando passa grande parte da sua oração a repetir: *“Quem és tu, ó dulcíssimo Deus meu? Quem sou eu, vilíssimo verme e inútil servo teu?”* (Considerações sobre os Estigmas 3). Ele sabe que é pequeno e insignificante, mas sabe também que pertence a um dulcíssimo Deus (*“sou teu servo!”*)... e isto é o que lhe dá solidez e força para crescer no seguimento do seu Senhor: sempre mais consciente de ser amado de modo totalmente gratuito, tornado capaz de responder a tal amor com a paixão do apaixonado cheio de gratidão.

Na escola de Francisco, também eu poderei reconhecer honestamente que o meu verdadeiro tesouro é o amor que Deus tem por mim em Jesus Cristo, e não o meu amor por Ele, que sempre se reduz a bem pouco...

E então não acharei mais fatigante, mas *simples e salutar* trazer na oração, com os aspectos positivos, também os lados obscuros da minha vida: a alegria e a tristeza, o entusiasmo e o

⁴⁵ Cf. *Angelus* de domingo, 19 de novembro de 2017.

desânimo no caminho, a vitória da graça e o meu pecado, a generosidade e a preguiça, a cuidadosa atenção e a indiferença para com os irmãos...

E finalmente serei consciente de que *“a santidade não é tanto um esporte no qual triunfam os heróis, mas uma aventura de misericórdia em que os pequenos e os humildes são cumulados de dons; e o que conta é a convicção, alegremente aceita, de uma profunda miséria que a misericórdia do Senhor Jesus salva continuamente”* (G. Huighe).

Aplicando ao campo espiritual as indicações sobre o novo e eficaz método de tratar das feridas expondo-as ao sol, descoberto pelo grande cirurgião Cesare Magati (1577-1647), em seguida frade capuchinho com o nome de Liberato de Scandiano, posso, sem temor também eu, expor ao sol do Seu amor as minhas pobreza, inserindo-me no vasto número dos enfermos do Evangelho (*Mt 9,12 e Lc 19,10*), para reconhecer que Ele, e somente Ele, é o Médico de que absolutamente preciso. E Lhe direi:

*Neste novo dia, ama-me, Senhor, Senhor.
Mesmo que eu não seja amável,
mesmo que eu seja pobre e Te ame pouco,
mesmo que eu não mereça,
ama-me, Senhor.
Quando eu não tiver vontade de Te amar,
quando eu tiver medo de Te e fugir,
quando ninguém me amar,
ama-me, Senhor.
E correrei como João;
me voltarei a Ti como Maria Madalena;
arderá também o meu coração como aos dois discípulos de Emaús...
Ama-me, Senhor, e cada dia será Páscoa também para mim!*

CONCLUSÃO

Aprender a rezar significa aprender a nos deixarmos amar

Se a oração pessoal da qual falamos – repetimo-lo ainda uma vez – *“é um entreter-se por um certo tempo na companhia d’Aquele por quem sabemos que somos amados”* (Santa Teresa de Ávila), então se trata de aprender a estar aí, sob o olhar daquele Deus cujo rosto se revelou plenamente a nós no Cristo crucificado, de cujo coração traspassado jorrou o rio do amor que nos faz viver! Estar aí, deixar-se alcançar por aquele olhar, não fugir dele nem para fazer coisas que nos pareçam mais importantes, nem porque nos consideramos indignos de sermos amados por Ele, e, portanto, incapazes de “crer” naquela “incrível” bela notícia, que é justamente o “Evangelho” (= somos amados desde sempre e incondicionalmente no Filho muito amado). Estar aí, e Lhe dizer com

Francisco: *“Tu és o meu Deus e meu tudo! Tu és o bem, todo bem, o sumo bem, Senhor Deus vivo e verdadeiro... Tu és beleza, Tu és a paz... Tu és toda a nossa riqueza...”*.

Mas como dissemos várias vezes, não é fácil “manter” o olhar do Senhor e vencer o impulso instintivo de se esconder como Adão que – percebendo que estava nu, isto é, pobre e limitado – tenta inutilmente se esquivar daquele olhar e escuta chamar: *“Adão, onde estás?”* (Gn 3,9).

Para conseguirmos, é preciso ter encontrado o verdadeiro rosto do verdadeiro Deus, o que emerge do Evangelho, e sermos liberados, ao menos por um pouco, das falsificações que sobre Ele foram depositadas em nossa mente e em nosso coração. O grande obstáculo é que tendemos a confundir os critérios que regem as relações humanas com aqueles que regem a relação com o Senhor. Quais critérios?

“Eu te amo (ou seja: eu te estimo, te aprecio, te considero um bem precioso...) se mereceres, se fores bom, se fores digno de receber o meu amor”: é este o refrão que ouvimos repetir desde a primeira infância. Todos fomos alimentados com isso. Penetrou-nos na mente e no coração como um veneno que tende a poluir continuamente a nossa relação com o Senhor. Sim, todos nós temos um instintivo, um medo hereditário do Senhor, o mesmo medo que o animal selvagem tem do homem. E a oração silenciosa pode ser então comparada a uma obra de cativação: como a raposa com o Pequeno Príncipe⁴⁶, pois também o nosso coração deve aprender a se deixar aproximar gradualmente pelo Senhor. Devagar, o seu Rosto deve deixar de nos fazer medo e se tornar um Rosto amável, reconfortante, que nos compreende, nos encoraja, que sempre tem confiança em nós e nos leva a nos manter ou a retomar o caminho.

Rezar significa aprender a deixar que a *Boa notícia* do amor que Deus manifestou por nós em Cristo Jesus se enraíze em nossa mente até impregná-la totalmente, de modo a se tornar uma verdade incontestada e indiscutível, sabendo que não a *evidência* dos nossos sentidos e das nossas emoções, mas a *certeza* da Sua Palavra são o seu fundamento. Esta certeza é para a nossa mente como uma luz que ilumina de significado e de valor toda a realidade, vista e interpretada somente à luz da Páscoa do Senhor Crucificado e Ressuscitado. Esta é aquela *renovação da mente* que São Paulo um tempo pedia aos Romanos e hoje pede também a nós (Rm 12,2): uma mente iluminada pelo Evangelho, que se distancia cada vez mais da lógica do mundo e dos seus critérios de avaliação, hoje propostos com força inédita. Tarefa – delicada e paciente – da nossa mente é, então, fazer com que esta certeza evangélica chegue ao nosso coração, pois se a mente pode ser convencida pela

⁴⁶ *“E foi então que apareceu a raposa: - Bom dia, disse a raposa. - Bom dia, respondeu polidamente o príncipezinho, que se voltou, mas não viu nada. Eu estou aqui, disse a voz, debaixo da macieira... - Quem és tu? perguntou o príncipezinho. Tu és bem bonita... - Sou uma raposa, disse a raposa. - Vem brincar comigo, propôs o príncipezinho. Estou tão triste - Eu não posso brincar contigo, disse a raposa. Não me cativaram ainda... - Que quer dizer ‘cativar’?... - É uma coisa muito esquecida, disse a raposa. Significa ‘criar laços’... Tu não és ainda para mim senão um garoto inteiramente igual a cem mil outros garotos. E eu não tenho necessidade de ti. E tu não tens também necessidade de mim. Não passo a teus olhos de uma raposa igual a cem mil outras raposas. Mas, se tu me cativas, nós teremos necessidade um do outro. Serás para mim o único no mundo. E eu serei para ti única no mundo... Começo a compreender, disse o príncipezinho. Existe uma flor... Eu creio que ela me cativou... A raposa calou-se e considerou por muito tempo o príncipe: - Por favor... cativa-me, disse ela... Que é preciso fazer? perguntou o príncipezinho. É preciso ser paciente, respondeu a raposa. Tu te sentarás primeiro um pouco longe de mim, assim, na relva. Eu te olharei com o canto do olho e tu não dirás nada. A linguagem é uma fonte de mal-entendidos. Mas, cada dia, te sentarás mais perto ... No dia seguinte o príncipezinho voltou. - Teria sido melhor voltares à mesma hora, disse a raposa... É preciso ritos. - Que é um rito? perguntou o príncipezinho... - É o que faz com que um dia seja diferente dos outros dias; uma hora, das outras horas... - Adeus, disse a raposa. Eis o meu segredo. É muito simples: só se vê bem com o coração. O essencial é invisível para os olhos... - Foi o tempo que perdeste com tua rosa que fez tua rosa tão importante... - Os homens esqueceram essa verdade, disse a raposa. Mas tu não a deves esquecer. Tu te tornas eternamente responsável por aquilo que cativas. Tu és responsável pela rosa...”*: A. DE SAINT-EXUPÉRY, *O Pequeno Príncipe*.

lógica do raciocínio coerente, que deriva de uma fé no Ressuscitado bem fundada sobre as coordenadas do tempo e do espaço (e assim são os sólidos fundamentos da fé cristã!), o coração fala uma outra linguagem: não aquela do puro raciocinar, mas aquela do sentir, ou seja, aquela da experiência. O coração necessita se “familiarizar” com esta presença do Senhor, porque, instintivamente, percebe o mundo divino como algo *fascinosum et tremendum*, que não pode ser aproximado de modo imprudente e que suscita *temor e tremor*.

Vencer esta ideia, esta imagem de Deus, é uma empresa árdua para nós; antes, impossível. Somente acolhendo o dom do Espírito, nós somos introduzidos em uma mais autêntica experiência de fé, passando do medo do escravo à confiança/*parrésia* do filho que, em Cristo Jesus, conheceu a boa notícia de ser, também ele, um filho amado pelo Pai.

Muitas são as resistências do nosso coração. Vencê-las, como acenei, é algo parecido ao que se faz para domesticar os animais selvagens. A este propósito, vem-me espontâneo acenar aqui o que vejo fazer um caro irmão. Chama-se Rainero, e há trinta anos divide o seu tempo entre o trabalho como artesão e o de adestrador de cavalos, passando rapidamente do laboratório ao estábulo e espaços adjacentes, onde tem mais de vinte cavalos. A que ele pratica é chamada “doma progressiva”, que se diferencia da “doma tradicional”, a mais difundida, com a qual os cavalos são submetidos com a dureza do tratamento para obter a docilidade produzida pelo medo do dono. A “doma progressiva” é marcada, ao contrário, por chegar a obter a colaboração obediente do animal criando uma relação de confiança, que lhe permita superar o medo instintivo do homem. Em uma, está um cavalo que está submisso por medo dos golpes que já recebeu; na outra, há um que obedece porque conquistado pela confiança de quem dele se aproximou com respeito. E é bonito ver como meu irmão leva adiante, com paciência e determinação, esta “doma progressiva” com cavalos de todo tipo, dos potros aos adultos já marcados por uma relação violenta e sofrida com o homem. E é uma maravilha descobrir que os cavalos assim domados sabem socializar com crianças, jovens e adultos sem qualquer problema.

A “doma progressiva” praticada pelo meu irmão me remete ao modo com que o Senhor busca vencer o nosso medo, aproximando-se de nós gradualmente para tornar-nos familiar a sua presença. Mas a nossa desconfiança em relação a ele é muito maior do que aquela que o cavalo tem em relação ao homem. Não por acaso, para domesticar o nosso coração, o Senhor precisa de um tempo bem mais longo. Mesmo assim, o seu único, grande, divino desejo é vencer as nossas resistências, para que deixemos que Ele se aproxime de nós, conquistados pelo seu amor: “*Quando eu for elevado da terra, atrairei todos a mim*” (Jo 12,32).

Sim, encaminhamo-nos pela oração contemplativa quer dizer nos deixarmos domesticar, ou seja, deixar que o Senhor se aproxime de nós e nos “con-vença”⁴⁷ de que Ele nos ama, que nós somos preciosos para Ele, e que também o Pai nos vê somente naquele Filho *que lhe basta sempre e em tudo e pelo qual fez e faz a nós coisas tão grandes* (São Francisco). A luz do amor que a Páscoa do Senhor Jesus lançou sobre o rosto de cada um de nós faz com que o Pai não saiba mais nos ver senão inundados por aquela luz, feitos para sempre maravilhosamente “seus” (“*O Senhor se compraz em ti... Serás uma coroa gloriosa nas mãos do Senhor*”: Is 62,1-5).

⁴⁷ Vença os medos/trevas do nosso coração, após ter iluminado a mente com a sua Palavra: “*Sumo, glorioso Deus, ilumina as trevas do meu coração e dá-me fé direita, esperança certa e caridade perfeita...*” (Oração diante do Crucifixo): assim rezava Francisco no início do seu caminho de conversão, também ele às voltas com o “medo de Deus” que tinha se enraizado em seu coração por causa da vida vazia que tinha levado antes.

Trata-se então de dar espaço ao dom pascal do Espírito que derrama e faz crescer a capacidade de crer firmemente que, desde sempre, somos amados por Deus em Cristo Jesus, amados assim como somos, tornados amáveis justamente porque amados. Crer com São Paulo que *“nada nem outra criatura qualquer poderá nos separa do amor de Deus que está em Cristo Jesus”* (Rm 8,35). Este é o coração do Evangelho, e é a mais bela notícia que a história ouviu. Tão bela, ao ponto de parecer muito bela para ser verdadeira. Não por nada, para ser acolhida e acreditada, requer uma profunda conversão: *“O Reino dos céus está próximo. Convertedei-vos e crede no Evangelho”*, diz a nós o Senhor Jesus; e quer dizer *“convertei-vos crendo no Evangelho”*, ou seja: *“libertai-vos dos vossos ídolos, aqueles que se alojam em vossas mentes e enraizados no coração, e acolhei o convite para entrar no Reino do único verdadeiro Deus, aquele que vedes em mim”*.

Esta é a notícia realmente bela que – sozinha – tem o poder de nos tornar livres: *“Se permanecerdes em minha palavra, sereis verdadeiramente meus discípulos, e conhecereis a verdade, e a verdade vos libertará”* (Jo 8,31-32). De fato, é a única que nos cura do medo de sermos feios/não gratos/rejeitados... um medo que paralisa o nosso coração e nos torna incapazes de amar. Amados por primeiro e sempre por um amor que é misericórdia (ou seja: compreensão, perdão, eros e ágape da mãe pelos seus filhos; as entranhas de piedade do nosso Deus que conhecemos em Cristo Jesus), pelo Espírito que foi derramado em nós, fomos nos tornando capazes de amar, por nossa vez, como sabemos ser amados pelo Senhor.

O maior desafio, o nó mais difícil de desatar, permanece sempre este: acolher, com a mente nutrida pela Palavra, que o olhar do Senhor sobre mim não é como o dos meus pais/educadores, mas é um olhar radicalmente diverso; ele é total e somente um olhar de ternura, de amor incondicional. Também a nós são referidas as palavras ditas pelo Pai ao Filho no Jordão e no Tabor: *“Este é o meu Filho, o escolhido. Escutai o que ele diz”* (Lc 9,35). Na oração silenciosa, deixo que esta *“luz da mente”* desça ao coração e o aqueça, o conforte e lhe permita sentar-se/repousar finalmente aos pés do Senhor⁴⁸.

A sólida rocha sobre a qual se funda a nossa verdadeira grandeza, a nossa indestrutível dignidade, é justamente crer neste incrível *“evangelho”*: no seu Filho muito amado, também nós somos *amados por Deus!* E, quando no Pai nosso, dizemos *“não nos deixeis cair em tentação”*, pedimos que não se enraíze em nós a dúvida a dúvida sobre a fidelidade do Seu amor quando a vida nos desilude, nos trai e nos despoja.

Na sóbria e densa oração que deixou ao término da *Carta a toda a Ordem*, Francisco nos oferece uma límpida descrição de um discipulado maduro. Creio que seja belo referi-la aqui, como conclusão de nossa tentativa em descrever *“uma via franciscana à contemplação”*.

“Onipotente, eterno, justo e misericordioso Deus, dá a nós, miseráveis, fazer, por ti mesmo, o que sabemos que tu queres, e sempre querer o que te apraz, para que, interiormente purificados, interiormente iluminados, e acesos no fogo do santo espírito, possamos seguir os vestígios de teu amado Filho, nosso Senhor Jesus Cristo, e chegar só por tua graça a ti, Altíssimo, que na Trindade perfeita e na Unidade simples vives e reinas e és glorificado, Deus onipotente, por todos os séculos dos séculos. Amém”.

Em poucas palavras, Francisco resumiu os dados essenciais de um autêntico caminho de conversão. Nenhum esforço titânico, nenhum voluntarismo voltado a ganhar um amor que sempre nos precede e do qual o Espírito nos torna gradativamente conscientes.

⁴⁸ Cf. Kalani Murima. *Siediti, cuore mio! Avventure di contemplazione*, EDB, Bologna 1981: é o título de um belo texto sobre o tipo de oração do qual estamos falando, escrito pelo Pe. A. MARCHESINI, um médico dehoniano missionário em Moçambique desde 1969.

“Em nenhum outro texto, o Santo condensou em uma síntese tão vigorosa tamanha doutrina. Ele nos fala sobre a necessidade da graça, ensina-nos que a santidade é cumprimento da vontade de Deus em um caminho que leva o homem a Deus na imitação e união com Cristo, possibilitada pela ação do Espírito que ilumina e inflama o homem. E a luz, certamente, é a fé, como o fogo que o Espírito acende é o amor”⁴⁹.

Desde que o Mistério de Deus se deu a conhecer a nós no Rosto humano do Filho de Maria, a estrada da contemplação está aberta a todo filho de homem. Encaminharmo-nos por ela significa abrimo-nos a uma experiência de paz profunda: aquela que o Senhor prometeu dar a quem o busca com fidelidade e humildade (Jo 14,27). E é a única paz da qual o coração do homem conserva sempre uma indelével saudade, a partir do momento em que, como nos recorda o grande Agostinho, *“Fizestes-nos para Ti, Senhor, e o nosso coração está inquieto enquanto não descansar em Ti”* (Confissões, 1,1).

Algumas sugestões práticas

Se contemplar significa saborear a doçura de estar sob o olhar d’Aquele que nos ama e sentir crescer a exigência de responder ao seu amor, fazendo-o passar aos irmãos que caminham ao nosso lado, para proceder nesta forma de oração, nos é pedida uma real disponibilidade para deixar que o Espírito opere em nós uma “purificação interior” como opção fundamental de fechamento ao mal. Algumas atitudes tornam impraticável um caminho contemplativo autêntico, pois nos impedem de “saborear as coisas do Reino”. Aceno a três:

9. O desprezo pelos pobres e o fechamento do coração para com eles;

10. O cultivar rancores contra quem “nos calcou sob os pés” (digo “cultivar”, ou seja, “fomentar, acariciar” o rancor, que é diferente de nos sentirmos contrariados e sentir um pouco raiva);

11. Abrir a mente à sujeira, tão difundida hoje, da pornografia, que polui a mente e suscita o mal-estar/temor do coração: é a consciência de que, reprovando as escolhas da mente, alimenta no coração o medo de Deus⁵⁰.

São três obstáculos dos quais é necessário tomar consciência e, com honestidade, mantermos distância.

Vejamos agora algumas sugestões simples e práticas que nos podem ser de auxílio no caminho árduo, mas fascinante da contemplação.

1. Rezar é uma arte: não nos improvisamos “pessoas de oração”, mas, como em toda arte, aprende-se também esta com humilde perseverança.

2. Rezar se aprende rezando, como nadar se aprende nadando. É preciso se esforçar com constância e regularidade, sem pretender ver resultados rápidos. Rezar, de fato, é um gesto pobre: parece desperdício de tempo. Frequentemente, cansamos de rezar porque não somos pobres e não suportamos a pobreza da oração. Somos habituados à rapidez e à eficiência, mas não valem para a vida interior, onde se dão passos e não saltos.

⁴⁹ Cf. D. BARSOTTI, *San Francesco preghiera vivente...*, p. 38.

⁵⁰ “E dado que existe uma poluição atmosférica que envenena o ambiente e os seres vivos, assim há também uma poluição do coração e do espírito, que mortifica e envenena a existência espiritual”: cf. Bento XVI, *Homília na Solenidade de Pentecostes* (31 de maio de 2009).

3. Quanto mais se reza, mais se sente a necessidade de rezar; menos se reza, menos se deseja rezar: neste campo, acontece o contrário do que acontece com o alimento para o corpo.

4. Nas primeiras etapas, o Senhor deixa a nós a iniciativa de buscar os meios e auxílios que consideramos mais oportunos e úteis para nós, como se tudo dependesse apenas do nosso esforço. Só mais adiante Ele toma a iniciativa, progressivamente, para nos impulsionar sempre mais ao cumprimento da sua vontade e ao abandono confiante e filial.

5. Os primeiros passos são, por isso, difíceis e um pouco complicados: como uma criança que começa a caminhar, a alma tem necessidade de encontrar instrumentos e apoios.

Mostram-se importantes, então. Alguns elementos concretos: encontrar *lugar* mais adequado; escolher o *tempo* mais oportuno (e que tenha uma certa duração: o melhor é em torno dos 30 minutos!); buscar uma *posição* que permita ao corpo “fazer a sua parte”, sem ser obstáculo; valer-se de um *ícone do Senhor*, que nos seja significativo e mantê-lo diante de nós; procurar as *leituras da Missa do dia*; aprender a “administrar” com humildade as *distrações*, sem se perturbar e, às vezes, “valorizando-as” como possíveis indicadores das orientações do nosso coração...

6. Para quem desejar um esquema para seguir, aquele da Missa – que é o vértice, a fonte e também o paradigma de toda oração na Igreja – permanece válido também para a oração pessoal:

ritos iniciais e ato penitencial = silêncio – invocação ao Espírito e à Virgem Maria, para que sustentem a nossa oração – humilde reconhecimento do nosso pecado;

liturgia da Palavra = leituras da Missa do dia, com aplicação à própria vida;

oração dos fiéis = pedido de auxílio para viver a Palavra e para outras necessidades;

oração eucarística = louvor, bênção, agradecimento...; *Pai nosso* conclusivo.

7. Quando possível, cuidar seja da *preparação remota* à oração (não nos dispersarmos durante o dia, controlar os pensamentos e as fantasias, utilizar a oração do Nome ou aquelas “aspirações” tão familiares à tradição franciscana para manter viva em nós a “*Jesu dulcis memoria*”); seja a *preparação próxima* (não “se lançar” à oração sem ter feito uma parada para recolhimento, e predispor, sempre que possível, os instrumentos que serão usados).

8. Levar a vida à oração e a oração à vida, evitando as especulações abstratas e as fantasias espirituais. Escancarar o coração para acolher o seu Amor, livres do medo. Quando houver aridez, ler lentamente e “ruminar” algum salmo ou trecho da Sagrada Escritura.

9. Saber esperar com paciência o Senhor e a alegria que Ele traz consigo, sem nutrir pretensões de qualquer tipo: estejamos em sua companhia, em primeiro lugar, para agradá-Lo e não para uma nossa gratificação. Não devemos buscar as consolações de Deus, mas *o Deus de toda consolação* (2Cor 1,3); e o seu silêncio tem o objetivo de purificar e acrescentar o nosso desejo d’Ele⁵¹.

10. Perder-se docemente na contemplação do rosto do Senhor e do seu amor gratuito e fiel (*Tu és santo... Tu és forte, Tu és..., Tu és...: Louvores a Deus Altíssimo*, de São Francisco). Repousar no coração de Jesus “*como a criança bem tranquila no regaço acolhedor de sua mãe*” (Sl 130). Deixar-se olhar por Ele, permanecer sob o seu olhar cheio de ternura, e levar-Lhe toda a nossa vida, também a nossa pobre realidade.

Mas o mais belo conselho sobre como organizar o tempo da oração mental nos é oferecido, ainda uma vez, por J. Philippe: um conselho precioso porque, em seu franco realismo, mantém-nos

⁵¹ Remeto ainda às precisas considerações sobre a oração como lugar do tédio e do desencorajamento, que se encontram em: S. FAUSTI, *Una comunità legge il Vangelo di Luca*, EDB, Bologna 1997, às pp. 417-419 e 595-597.

na humildade e nos exorta a não desencorajarmos, porque nos tira as ilusões de poder “tocar o céu com um dedo”. Escreve ele:

“Como administrar concretamente o tempo que estabelecemos para dedicar à oração contemplativa? Duas simples observações:

É preciso cuidar bem do início, cuidar bem do final e, entre os dois, fazer o que for possível!

O que conta é pôr-se realmente à presença de Deus...

O ato de pôr-se à presença de Deus no início da oração será frequentemente facilitado por algumas práticas habituais, um pequeno “rito” que nos damos e com o qual iniciamos o tempo da oração: acender uma vela diante de um ícone, uma prostração, uma invocação ao Espírito Santo, a recitação de um salmo que amamos, uma oração à Virgem Maria para lhe confiar este momento de oração... Segundo o que Deus inspirar a cada um e que possa ajudá-lo...

(Sobre o fim da oração) O primeiro conselho a dar é observar fielmente todo o tempo que decidimos dedicar a esta oração. Por exemplo, se decidi tomar para mim meia hora de oração todos os dias, não devo abreviar este tempo. Excetuado, evidentemente, um caso excepcional de grande cansaço ou uma emergência da caridade... Outro conselho: não é preciso sair descontente da oração. Ainda que tenha sido difícil, ainda que eu tenha a sensação de não ter feito nada de bom porque não senti nada, estava continuamente distraído, adormeci, etc., é preciso sair contente. Passei um momento com o Senhor, isto basta. Não fiz nada por mim mesmo, mas Ele certamente fez algo em mim e, em um ato de humildade e de fé, agradeço-O por isso. Qualquer que tenha sido a minha oração, a última palavra deve ser sempre o agradecimento. E verei, pouco a pouco, que não erro agindo assim...⁵².

Estes, a meu ver, são os “ingredientes” substanciais para uma oração autêntica.

Se soubermos nos deixar guiar humildemente pelo Espírito, protagonista e único mestre de toda oração autêntica, cada um chegará progressivamente à descoberta do “seu” modo de estar na presença do Senhor. O Espírito Santo, junto com Maria, sempre deve ser invocado no início de cada tempo de oração⁵³.

Bibliografia essencial

1. R. VOILLAUME, *Pregare per vivere*, Cittadella, Assisi 1974.
2. A. SEVE, *Trenta minuti per Dio*, Città Nuova, Roma 1978.

⁵² J. PHILIPPE, *Imparare a pregare...*, pp. 89-91. Estupenda a humilde confiança que o Papa Francisco inseriu no Prefácio de uma edição alemã da Bíblia para jovens: *“Quero confiar-lhes como meio a minha velha Bíblia. Frequentemente, eu a pego, leio por um pouco, depois a ponho de lado e me deixo olhar pelo Senhor. Não sou eu quem O olha, mas Ele me olha: Deus está realmente ali, presente. Assim me deixo observar por Ele e sinto – e certamente não é sentimentalismo –, percebo no mais profundo o que o Senhor me diz. Às vezes não fala, e então não sinto nada, apenas vazio, vazio, vazio... Mas, paciente, permaneço lá e P espero assim, lendo e rezando. Rezo sentado, pois sinto dores em ficar de joelhos. Às vezes, rezando, até adormeço, mas não faz mal: sou como um filho perto de seu pai. E isto é o que conta”*: in *La Civiltà Cattolica* n. 3972, 26.12.2015, p. 521.

⁵³ Um exemplo de invocação ao Espírito Santo e à Virgem Maria:

> *Vem, Santo Espírito, enche o coração dos teus fiéis, acende neles o fogo do teu amor pelo Senhor Jesus e pelo Pai!*

> *Mãe da Luz, Senhora da paz, Sede da Divina Sabedoria, Virgem fiel, Auxílio dos cristãos, Rainha dos Menores, Refúgio do pecador, que sou eu... rogai por nós e rogai conosco!*

3. I. LARRAÑAGA, *Mostrami il tuo volto*, Paoline, Milano 1986.
4. CONGREG. DOTTRINA DELLA FEDE, *Alcuni aspetti della meditazione cristiana*, Roma 1989.
5. A. LOUF, *Sotto la guida dello Spirito*, Qiqajon, Magnano 1990.
6. L. LEHMANN, *La preghiera francescana*, EDB, 1999.
7. D. BARSOTTI, *San Francesco preghiera vivente*, San Paolo, Milano 2008.
8. J.-M. GUEULLETTE, *La preghiera silenziosa. Stare alla Presenza*, Paoline, Milano 2012.
9. J. M. RECONDO, *Il cammino della preghiera in René Voillaume*, EDB, 2014
10. J. PHILIPPE, *Imparare a pregare per imparare ad amare*, Gribaudi, Torino 2014.