



Sociedade das Ciências Antigas

ORAÇÃO DE JESUS OU ORAÇÃO DO CORAÇÃO

“Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus, tem piedade de mim pecador”.

A “Oração de Jesus” ou “Oração do Coração”, é talvez, a mais simples e singela de todas as orações. Ela é bastante conhecida e pronunciada nos meios em que se prega a oração e trata-se de um precioso presente que se recebe no coração, como um beijo de despertar. Ali ela permanece inerte, até chegada a hora de ser praticada continuamente, abrindo uma nova perspectiva dentro do coração e da alma do homem.

A “Oração de Jesus ou do Coração” é centralizada no Nome Divino, podendo apresentar algumas alterações nas palavras que a compõem, pois o poder está no nome de Jesus; deste modo o nome “Jesus”, por si só, pode satisfazer todas as necessidades de quem ora.

A Oração retrocede ao Novo Testamento e tem tido um uso contínuo e tradicional. O método de contemplação baseado no Nome Divino é atribuído a São Simeão, chamado de “O Novo Teólogo” (949-1022). Aos 14 anos, São Simeão teve uma visão da Luz Divina, na qual parecia estar separado de seu corpo. Pasmo, e dominado por uma alegria sufocante, sentiu uma humildade que lhe consumia, e chorou, tomando emprestada a oração do Publicano: “Meu Deus, tem piedade de mim, pecador” (Lucas 18:13). Muito tempo depois desta visão, a grande alegria retornava a São Simeão cada vez que ele repetia a Oração; São Simeão ensinou a seus discípulos a orarem da mesma forma. A oração evoluiu para sua forma expandida: “Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus, tem piedade de mim pecador”. Sob esta aparência ela chegou até nós através de gerações de monges e leigos piedosos.

A invocação do Nome Divino não é característica única da Igreja Ortodoxa, pois também é utilizada por Católicos Romanos, Anglicanos e Protestantes, embora em menor grau. Nos montes Sinai e Atos os monges produziram um sistema completo de contemplação baseado nesta simples oração, praticada em absoluto silêncio. Estes monges vieram a ser conhecidos como “Quietistas” (em grego: “Hesicastas”).

São Gregório Palamas (1296-1359), o último dos grandes Pais da Igreja, tornou-se o expoente dos Hesicastas. Ele conquistou, depois de muita luta, um lugar irrefutável dentro da Igreja para a Oração de Jesus e os Quietistas. No século XVIII quando o czarismo dificultou o monasticismo na Rússia, e os Turcos esmagaram a Ortodoxia na Grécia, o monastério de Neamtzu na Moldávia (Romênia) se tornou um dos grandes centros para a Oração de Jesus.

A Oração é considerada essencialmente espiritual por ser focada completamente em Jesus: todos os pensamentos, esforços, esperança, fé e amor são derramados em devoção ao Deus Filho. Cumpre dois preceitos básicos do Novo Testamento. No primeiro, Jesus diz: “Em verdade, em verdade vos digo: o que pedires ao Pai, ele vos dará em meu nome. Até agora, nada pedistes em meu nome; pedi e recebeis, para que a vossa alegria seja completa” (João 16:23, 24). No segundo preceito temos a súplica de São Paulo para orar sem cessar, (1 Tess. 5:17). Mais adiante temos as instruções de Jesus sobre como orar (fornecidas por Ele próprio quando ensinou o Pai Nosso aos seus discípulos): “Tu,

porém, quando orares, entra no teu quarto e, fechando tua porta, ora ao teu Pai que está lá, no segredo; e o teu Pai, que vê no segredo, te recompensará“ (Mateus 6:6).

Jesus ensinou ainda, que todo o ímpeto, bom ou mal, se origina nos corações dos homens. “O homem bom, do bom tesouro do coração tira o que é bom, mas o mau, de seu mal tira o que é mal; porque a boca fala daquilo do que está cheio o coração” (Lucas 6:45).

Eram nestes e em muitos outros preceitos do Novo e do Velho Testamento, que os Santos Padres, até mesmo antes de São Simeão, baseavam sua oração fervorosa e simples. Eles desenvolveram um método de contemplação no qual a oração incessante se tornou tão natural quanto a respiração, seguindo a cadência rítmica da batida do coração.

Todos os caminhos que conduzem à Deus são cercados de armadilhas, porque o inimigo (Satanás) sempre espera o tropeço do homem. Ele naturalmente ataca mais assiduamente quando se está empenhado em encontrar o caminho para a salvação. Seu maior esforço encontra-se em dificultar tal encontro.

Na oração mística as tentações encontradas excedem todo o resto em perigo; isso porque os pensamentos encontram-se em um nível mais elevado, tornando as tentações proporcionalmente mais sutis. Alguém disse que “o misticismo começou em uma névoa e terminou em cisma”; tal observação um tanto incrédula, possui uma certa verdade. O misticismo só é de real valor espiritual quando praticado com absoluta sobriedade.

Para reconhecermos se a nossa oração é inspirada pelo Espírito Santo, devemos sempre estar atentos, se em nossa forma habitual de orar, não somos simplesmente levados a repetições de fórmulas desgastadas, o que torna, conseqüentemente, nossa oração sem sentido, e, por conseguinte privada totalmente de um contato mais íntimo da presença divina em nosso coração.

Há controvérsia, em relação a certos Quietistas que praticam atos excessivos de devoção e jejum por haverem perdido o senso de moderação no qual a Igreja deposita tão grande valor. Todo exagero é prejudicial e a moderação deve prevalecer a todo momento. “A Prática da Oração de Jesus é a simples realização tradicional da súplica do Apóstolo Paulo para sempre orar”.

A Via da Devoção é plena de profunda vida mística, a qual guarda e protege com a força de suas regras tradicionais; deste modo, seus místicos raramente se perdem. A ‘vida ascética’ é uma vida na qual prevalecem as virtudes ‘adquiridas’, ou seja, as virtudes que são o resultado de um esforço pessoal, acrescido pela graça que Deus concede a toda boa vontade de um homem.

Na ‘vida mística’, os dons do Espírito Santo predominam sobre os esforços humanos, e as virtudes ‘infundidas’ são predominantes sobre as ‘adquiridas’; a alma torna-se mais passiva do que ativa. Entre a vida ascética, ou seja, a vida na qual a ação humana predomina, e a vida mística, isto é, a vida na qual a ação de Deus predomina, existe a mesma diferença como entre remar um barco e velejá-lo; o remo é o esforço ascético, a vela é a passividade mística que é desfraldada ao vento divino”.

A Oração de Jesus é o núcleo da Oração mística, e pode ser usada por qualquer um, a qualquer hora. Não há nada de misterioso sobre isso (não se deve confundir “misterioso” com “místico”). É preciso seguir os preceitos e exemplos freqüentemente dados por nosso Senhor. Primeiro retira-se em um lugar silencioso: “Vinde vós, sozinhos, a um lugar deserto e descansai um pouco” (Marcos 6:31); “Empenhai a vossa honra em levar uma vida tranqüila” (1 Tess. 4:11); então reze em segredo, só e em silêncio.

O “Segredo” deve ser compreendido como é usado na Bíblia: por exemplo, Jesus nos pede para que façamos nossa caridade secretamente; não deixando que a mão esquerda saiba o que a direita faz. Não se deve desfilas as devoções, nem ostentá-las. “Só” significa a separação dos ambientes imediatos e das influências perturbadoras. De fato, nunca estamos em tanta companhia como quando rezamos “. . . também nós, com tal nuvem de testemunhas ao redor. . .”(Hebreus 12:1). As testemunhas são todas aquelas que rezam: Anjos, Arcanjos, santos e pecadores, os vivos e os mortos.

É na oração, especialmente na Oração de Jesus, que sutilmente nos damos conta de pertencer ao corpo vivente de Cristo. Em “silêncio” implica que a oração não seja audível. Que nem mesmo se medite nas palavras; que as palavras só sejam utilizadas para alcançar além de sua própria essência.

Na vida atarefada isto não é fácil, contudo pode ser feito; cada um de nós pode encontrar alguns minutos para uma Oração que consiste em apenas algumas palavras, ou até mesmo numa só. Esta Oração deveria ser repetida em quietude, sem pressa e pensativamente, cada pensamento deve se concentrar em Jesus e todos outros devem ser esquecidos, sejam alegrias ou tristezas.

Qualquer pensamento disperso, mesmo bom ou piedoso, pode se tornar um obstáculo. Quando se abraça uma pessoa querida, não se faz uma pausa para meditar como e por que se ama; simplesmente se ama com todo o coração. O mesmo ocorre quando espiritualmente se traz Jesus Cristo ao coração. Prestar atenção à profundidade e à qualidade do amor significa estar mais preocupado com as próprias reações, do que em se entregar sem reservas à Jesus; sem reter nada. É preciso pensar a oração enquanto se inspira e expira, acalmar a mente e o corpo, usando como ritmo a batida do coração. Não procure palavras, mas vá repetindo a Oração, ou apenas o nome de Jesus, com amor e adoração.

Isto é TUDO! É estranho; mas neste pouco há mais que em tudo!

É bom ter horas regulares para orar, e se isolar sempre que possível no mesmo quarto ou lugar, se possível diante de um ícone. O ícone está carregado com a presença objetiva de Aquele representado, e assim auxilia a oração enormemente. Os monges e freiras usam um rosário para manter fixa a atenção. Outros fecham os olhos em silêncio; focando-os para dentro.

A Oração de Jesus pode ser usada para culto e petição; como intercessão, prece, adoração, e como ação de graças. É um meio pelo qual se coloca tudo aquilo que está no coração, em relação a Deus e aos homens, aos pés de Jesus. É um meio de comunhão com Deus e com todos aqueles que rezam. Na verdade, o homem pode treinar seu coração para rezar até mesmo quando dorme, o que o mantém ininterruptamente dentro da comunidade de oração. Esta não é nenhuma declaração fantasiosa; muitos experimentaram este fato em sua vida, tal continuidade de oração é adquirida lentamente e com perseverança.

AMEM