

José Maria Alves

## **EVÁGRIO PÔNTICO**

### **OBRAS**



\*\*\*

## **INTRODUÇÃO**

Homem do mundo tornou-se num humilde Padre do Deserto.

Nasceu por volta do ano 345, na Ásia Menor. Pouco ou nada se sabe da sua juventude e da sua formação académica.

Na Páscoa de 383 foi-lhe concedido o hábito monástico.

Partiu para o deserto do Egipto. Primeiro para Nitria, a cerca de cinquenta quilómetros a sudeste de Alexandria, por dois anos; depois, e para o resto de sua vida, para o deserto de Células, mais afastado e reservado aos monges mais experientes.

Faleceu no ano de 399.

\*\*\*

Nesta antologia surge-nos em primeiro lugar um ESBOÇO MONÁSTICO QUE ENSINA O MODO DE EXERCER A ASCESE E A HESÍQUIA.

Enuncia as bases para a vida monástica e pode considerar-se destinado a todos os que se iniciavam nessa vida, especialmente aos anacoretas e ascetas que viviam na solidão do deserto, tratando temas tão variados como a renúncia ao mundo e a si próprio, humildade, celibato, pobreza, trabalho, solidão, oração e meditação sobre a morte.

Em segundo lugar, os CAPÍTULOS SOBRE O DISCERNIMENTO DAS PAIXÕES E DOS PENSAMENTOS, que tem por objecto o combate espiritual do monge contra os seus “demónios” e consequentes maus pensamentos.

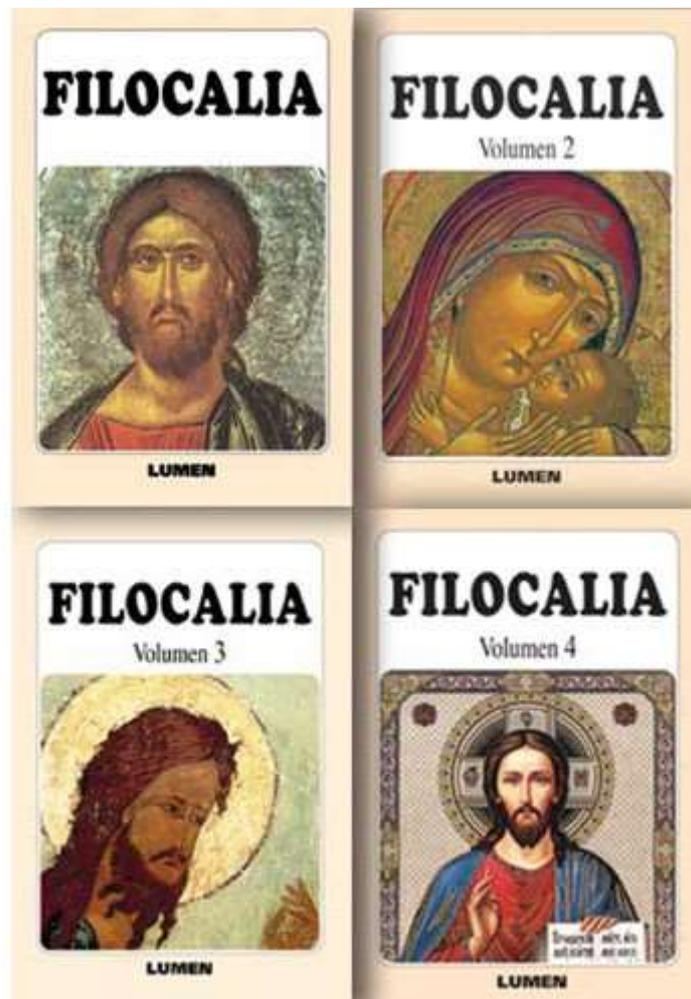
Em terceiro lugar os CAPÍTULOS NÉPTICOS, em que a Filocalia acrescenta cinco excertos do TRATADO PRÁTICO ou O MONGE, dois deles referindo-se aos ensinamentos dos Pais do Deserto, em especial do Pai Macário.

A este florilégio apresentado na FILOCÁLIA GREGA sob o nome de Evágrio, convirá aditar o TRATADO DA ORAÇÃO,

atribuído a são Nilo pela tradição grega e que deve ser restituído a Evágrio, como está inequivocamente demonstrado por vários investigadores.

É nesta obra extraordinária que vamos encontrar os excelentes ensinamentos místicos de Evágrio.

\*\*\*



Falemos um pouco da Filocalia e da Oração.

A palavra filocalia significa “amor à beleza”, entendida como uma beleza divina e humana capaz de despertar a comunhão do homem com Deus.

A FILOCALIA é uma colecção de textos e obras que se constituem na sua essência como a verdadeira escola mística da Oração Interior.

Os textos da FILOCALIA foram dispostos cronologicamente. Nela, existe uma predominância do pensamento de EVÁGRIO O PÔNTICO.

A Filocalia enumera, numa lista clássica desde as origens do monaquismo, sete ou oito paixões: a gula, a cupidez, a avareza, a cólera - *que engloba a raiva e a inveja* -, a tristeza ou medo - *da morte* -, a preguiça - *como pesar espiritual* -, a vanglória e o orgulho.

São ao todo oito os pensamentos genéricos que são “pecados” ou doenças da alma: o primeiro é o da gula, depois vem a fornicação, o terceiro é a avareza, o quarto a tristeza, o quinto a cólera, o sexto a acédia\*, o sétimo a vanglória, o oitavo o orgulho.

- \* Nota – A acédia representa o tédio, a tristeza ou a ansiedade do coração, vivenciado como o vazio do sem

sentido do que se é e do que se faz, algo que se assemelha a uma destrutiva angústia existencial.

Estes pensamentos podem ou não desassossegar a alma – *o que de nós não depende.*

Mas, que os deixemos instalar, sem combate, permitindo que desenfreiem as paixões, isso já é da nossa inteira responsabilidade.

Quanto à ORAÇÃO.

Descrevemos infra um dos métodos utilizados na denominada ORAÇÃO INTERIOR.

Senta-te numa cadeira baixa ou pequeno banco, no teu quarto ou outro aposento isolado, às escuras ou na penumbra, em silêncio, com a cabeça baixa e os olhos fechados, respirando silenciosamente.

Por intermédio da respiração imagina-te a olhar para dentro do teu coração fazendo com que o pensamento passe da cabeça – *mente* - para o coração.

Ao inspirar diz lentamente: “Senhor Jesus Cristo” ou “Senhor”, levando a invocação para dentro do coração.

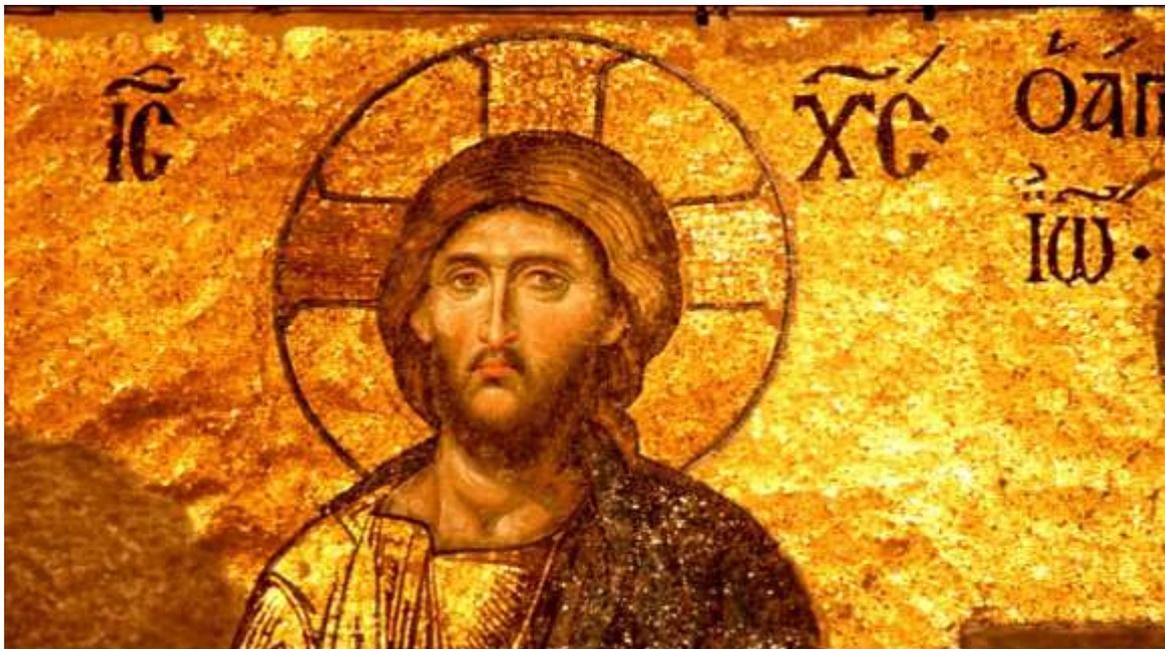
Ao expirar diz: “tende piedade de mim!”.

Podes orar movendo os lábios silenciosamente ou em pensamento, mentalmente.

Esforça-te por afastar os pensamentos. Não te impacientes e repete cada vez mais este exercício. Se a mente estiver com propensão à divagação, inundada de pensamentos, terás de a trazer de volta para a atenção das palavras da Oração.

Com a necessária paciência, esquece tudo o que te rodeia, concentrando-te única e exclusivamente na oração.

\*\*\*



**ESBOÇO MONÁSTICO QUE ENSINA O MODO DE  
EXERCER A ASCESE E A HESÍQUIA**

\*\*\*

1 – O monge e aquele que não sendo monge se quer entregar sem reservas à vida espiritual não deve contrair matrimónio. Para além de todas as preocupações com o mundo passará a carregar com as inerentes ao casamento. O casamento tem as suas virtudes, mas também os seus inconvenientes. Ninguém pode servir simultaneamente a dois senhores. Por outro lado, o casamento alimenta a vida carnal em detrimento da espiritual.

Do casamento nascem ou podem nascer filhos que são um motivo de preocupação.

A família na maior parte das vezes não proporciona o equilíbrio mental para que o homem se possa dedicar a Deus em exclusividade, pois está assoberbado pelo trabalho e pelo sustento, pela educação dos filhos e está constantemente a ser confrontado com diferenças de opinião, discussões e tantos outros males, que não permitem o recolhimento ou solidão e a paz.

O homem que não é casado, que não se inquieta em excesso com as coisas do mundo, pode dedicar-se a Deus entregando-lhe o seu coração.

Caso seja casado, com ou sem filhos, deve fazer com haja harmonia no seio da família e seja respeitada a sua hesíquia sempre que possível. Neste caso, tudo o que aqui se escrever terá de ser adaptado às exigências de vida do homem que vivendo no mundo aspira à união com Deus, nomeadamente por intermédio da Oração Constante, pela Meditação na Morte e pela leitura dos Textos Sagrados.

2 – Assim, deve ser o monge ou o homem puramente espiritual, sem esposa, filhos, dedicado à vida do espírito e sem quaisquer preocupações.

Deve libertar-se do comércio, dos negócios, da política e de quaisquer outras actividades que não estejam directamente relacionadas com a espiritualidade.

Assim, abandonando definitivamente este mundo material deixa-se apropriar pela ascese do hesicasmo\*.

- \* Nota – Abraçando o hesicasmo, que significa quietude, repouso ou paz interior (São Gregório Palamas), evitando as conversas exageradas, que não passam de tagarelice (Santo Hesíquio), estamos devidamente preparados para receber os frutos da oração. Aí não necessitamos de nos ancorar em papas, igrejas, padres, missas, em suma nas

aparências, mas tão-somente na Oração. Basta-nos amar: “Ama e faz tudo o que quiseres.” (Santo Agostinho).

Podemos, deste modo, definir o hesicasmo como uma doutrina espiritual contemplativa, que busca a união de Deus com o homem através da Oração contínua ou Oração de Jesus. -

3 – Queres assumir a vida monástica e alcançar a beatitude da hesíquia?

Abandona as preocupações do mundo, dos governantes e de tudo o que representam, que é um poder efémero.

Liberta-te da matéria e das paixões, dos desejos e apegos, e da carnalidade para que possas praticar a hesíquia.

Satisfaz-te com uma alimentação frugal, mas que não te deixe adoecer.

Quando os alimentos não abundarem contenta-te com um pouco de pão, sal e água.

4 – Não ambiciones riquezas, mesmo que seja para distribuir pelos pobres, pois este desejo conduz muitas vezes à vanglória e confunde e gera perturbações na mente.

Não acumules roupas. Fica com as que te são estritamente necessárias.

Se ficares sem alimento nem vestes, não te sintas envergonhado por aceitar o que outros te oferecem, pois esta vergonha é uma espécie de orgulho.

No entanto, se tiveres mais do que precisas dá a quem tem menos do que tu e que mais necessita. Que quem tem muito não tenha tanto, para o que tem pouco não fique sem nada.

Não te preocupes com o amanhã. O amanhã dar-te-á tudo o que necessitas.

Procura primeiro o reino de Deus e todo o resto te será dado por acréscimo.

Entrega ao Senhor o fardo das tuas preocupações, certo de que Ele cuidará de ti no momento oportuno.

5 – Não tenhas criados nem outros servidores, pois exigem que lhes pagues e os alimentos, o que nem sempre te será possível e causará grandes inquietações. Não hesites em escolher o bem-estar espiritual ao bem-estar material.

Convive apenas com os que estão apartados das coisas materiais, para que não fiques como eles agrilhado a

conversas fúteis, ao ódio, à arrogância, à tristeza, aos escândalos, medos e outros males.

Não te deixes aprisionar pelas exigências da família e pelas afeições aos que te são próximos e que te envolvem com as suas inquietações fazendo-te perder a hesíquia.

Nunca te esqueças das palavras do Senhor:

“Segue-me e deixa que os mortos sepulsem os seus próprios mortos.”

6 – Se não conseguires alcançar a hesíquia no lugar onde habitas, na tua terra natal, parte para um outro onde ninguém te conheça e onde a possas praticar com diligência e sem obstáculos.

Evita o burburinho das cidades e escolhe para viver lugares desertos, mantendo-te recolhido na tua cela ou habitação.

7 – Se tens amigos não procures a sua companhia a toda a hora. Se os vires poucas vezes será muito mais proveitoso.

Se a tua família ou os teus amigos se constituírem um obstáculo para o teu crescimento espiritual, afasta-te deles. Não são mais do que pedras de tropeço no teu caminho.

Que os teus amigos sejam homens de paz e teus irmãos na espiritualidade. Quando conviveres com eles, fica apenas o

tempo necessário e retorna à tua cela ou habitação para que não percas a hesíquia.

Como Jesus disse:

“Minha mãe e meus irmãos são os que fazem a vontade do meu Pai que está no céu.”

8 – Não desejes banquetes de iguarias nem vivas escravo da ilusão dos prazeres, pois quem vive para o prazer já está morto.

Se fores alvo de constantes convites que te obriguem a deixar a tua cela ou habitação recusa-os.

A permanência prolongada fora da cela ou habitação é danosa, destruindo a graça, ofuscando o entendimento e dissolvendo o fervor.

Trabalha sempre que possas para que não sejas um peso para os outros e consigas dominar o demónio da acédia.

9 – Sentado na tua cela ou habitação, recolhe o teu intelecto, medita no dia da tua morte.

Vê o cadáver que o teu corpo há-de ser um dia.

Rememora os teus pecados, erros e imperfeições.

Condena a vaidade deste mundo e torna-te diligente para que permaneças fiel ao propósito da hesíquia.

Sabe que a morte física do homem não é verdadeiramente uma morte, já que é vencida pela ressurreição.

Que o juízo final te pode afastar eternamente de Deus e do seu amor ou que se perseverares poderás usufruir da Sua presença e amor para todo o sempre.

Vigia para não caíres em tentação, estejas na tua cela, no teu quarto ou em qualquer outro local.

10 – Jejuia tanto quanto puderes, em função do teu estado de saúde.

O jejum lava as imperfeições, os erros e os pecados, embelezando a alma, santificando o entendimento, afasta os maus pensamentos e o maligno, aproximando-nos progressivamente de Deus.

Se comeres uma única refeição por dia, não desejes mais, a menos que te sintas fraco ou estejas doente e tenhas de te alimentar duas, três ou mais vezes. Se fores constante no jejum não perturbarás o teu entendimento.

A abstinência de determinados alimentos é uma decisão tua, já que não é o que entra pela boca que mancha o homem. Podes comer ou não comer carne e peixe ou outros alimentos por razões que a tua alma determine.

11 – Suporta com alegria as vigílias. Vigia e ora sem cessar.

Para além da oração é muito proveitoso dedicar algum tempo à leitura dos Salmos, do Evangelho, da Filocalia, e de outros textos espirituais, bem como na meditação sobre a morte, sempre com a oração na mente ou no coração e a consequente lembrança de Deus.

Dorme num leito duro e submete o corpo a todas as austeridades que não prejudiquem gravemente a tua saúde.

Os padecimentos desta vida nada são quando comparados com a glória que poderás alcançar.

Se a tristeza te invadir ora com o coração. A oração libertar-te-á dos padecimentos externos e dos ataques que a tua mente te poderá causar.

\*\*\*

**CAPÍTULOS SOBRE O DISCERNIMENTO DAS PAIXÕES  
E DOS PENSAMENTOS**



\*\*\*

1 – Entre os demónios que tentam desviar-nos do caminho estão os que se dirigem à gula, à avareza, à tristeza, ao orgulho, à carnalidade e os que despertam a busca da glória neste mundo.

No entanto, os três principais, que são a gula, a avareza e o desejo de glória, abrem caminho a todos os outros.

2 - Os pensamentos demoníacos introduzem na alma representações de objectos sensíveis.

É pelo objecto representado que se pode reconhecer o demónio que se aproximou. Se se formar no meu espírito a imagem de alguém que me ofendeu ou agrediu, é prova de que estou a ser assediado por pensamentos de rancor ou ódio. O mesmo se passa com imagens de poder e riqueza ou de mulheres.

3 – Dificilmente poderá o homem desembaraçar-se de todas estas memórias se não tiver domínio sobre a irascibilidade e a concupiscência.

É através destas duas paixões que tomam forma quase todos os pensamentos demoníacos que se instalam na mente, precipitando-nos para o abismo da ruína e para a perdição.

Para tal devemos jejuar, orar e vigiar com uma atenção constante, repudiando apetites supérfluos, o poder, a riqueza e a glória, e nalguns casos até desprezando o nosso próprio corpo. Mas deveremos fazê-lo de modo humilde, sem qualquer desejo de que os homens nos observem nas nossas práticas, sob pena de sermos atormentados pelo demónio da vanglória, ainda mais perigoso do que os outros.

A ausência de tais desejos libertará o homem para Deus.

Devemos observar o que o médico das almas nos ensina: pela caridade curamos a irascibilidade, pela oração

purificamos a nossa mente e pelo jejum aniquilamos a carnalidade.

Curados destes males, em nada vislumbraremos diferenças. Seremos homens renovados, em que tudo, seja homem ou mulher, grego ou judeu, governante ou governado, será o Senhor, Aquele que é tudo em todos.

4 - Os demónios utilizam inúmeras vezes elementos exteriores ao próprio homem para produzir uma imagem, como o ruído das ondas para um marinheiro ou o crepitar do fogo para um bombeiro ou para um fazendeiro que viva isolado na floresta.

5 - A nossa irascibilidade constitui-se como uma grande ajuda aos nossos demónios, mesmo que tenhamos desprezado alimentos, riqueza e glória.

A irascibilidade é um flagelo para a oração.

Como disse David, põe fim à tua cólera e renuncia à irascibilidade.

Afasta de ti todas as preocupações, contentando-te com o que tens, sem quaisquer desejos, para que possas beneficiar da oração.

6 – Entre os pensamentos há os que derrotam e os que são derrotados: os maus pensamentos derrotam os bons e são por eles derrotados. O Espírito Santo permanece atento ao primeiro pensamento que surge, e é a partir dele que nos condena ou aprova.

O que quero dizer é o seguinte: eu tenho um pensamento de hospitalidade, e tenho-o por causa do Senhor, mas ele é derrotado quando o *tentador* chega e sugere que eu seja hospitaleiro pela glória que isso me pode trazer. Outro exemplo: eu tenho um pensamento de hospitalidade pensando que assim me poderei mostrar aos homens como bom, mas ele também é derrotado, quando se introduz na mente um pensamento melhor, que orienta a minha virtude para o Senhor constringendo-me a não agir em função dos homens.

Se assim, por nossos actos, a partir daí permanecermos com nossos primeiros pensamentos, ainda que postos à prova pelos segundos, receberemos a paga pelos pensamentos antes surgidos, porque, por sermos homens, e por lutarmos contra os demónios, não temos a força necessária para guardar incólume um pensamento recto nem, inversamente, para mantermos um mau pensamento sem tentação, por termos em nós as sementes da virtude. Mas se um dos pensamentos que derrotam se prolonga, instala-se no lugar do que foi derrotado, e será segundo

este segundo pensamento, que daí em diante o homem receberá o estímulo que o fará agir.

7 – Após longa e apurada observação, aprenderemos a conhecer a diferença que existe entre os pensamentos angélicos, os pensamentos humanos e aqueles que provêm dos demónios.

Os dos anjos perscrutam a natureza das coisas e buscam as suas razões espirituais.

Exemplo: porque foi o ouro criado, explorado e trabalhado, dando origem a candelabros, queimadores de incenso e cálices litúrgicos.

O pensamento demoníaco sugere sem o menor decoro a simples aquisição do ouro e vaticina o gozo e a glória que dele resultam.

8 – Existe um demónio a que chamamos de “vagabundo” e que se aproxima dos irmãos sobretudo nos começos da aurora.

É de todo necessário que o anacoreta o identifique, sob pena de sendo por ele influenciado venha a cair nas garras do demónio da fornicção, do da cólera ou do da tristeza.

Deixemos que dia após dia, pacientemente, o demónio vá mostrando o seu jogo, para que depois, conhecendo

detalhadamente as suas maquinações, o coloquemos em fuga, desmascarando-o com uma única palavra.

Para que saias vitorioso de tão ingrata tarefa, senta-te concentrado e lembra-te de tudo o que aconteceu. Quando é que foste tomado pelo espírito da fornicção, da cólera ou da tristeza. Observa-te detalhadamente para que quando o demónio se aproximar de ti o possas desmascarar demonstrando-lhe que és conhecedor do lugar por onde entrou, humilhando-o, e humilhado te abandone.

A fuga dos maus pensamentos para longe será a prova de que lhe foi dirigida a palavra correcta, pois nenhum demónio permanece depois de ter sido abertamente desmascarado.

Quando o demónio se retira sentirás um sono pesado, uma espécie de morte física acompanhada de um frio anormal das pálpebras, as costas ficam inchadas e pesadas, e bocejas constantemente.

Pela oração tudo isto desaparecerá rapidamente.

9 – A aversão que apresentarmos aos muitos demónios contribuirá de modo especial para a nossa salvação, favorecendo a prática da virtude.

10 – Quanto ao demónio que torna a alma insensível, necessitarei de falar dele? Temo e tremo até de escrever a seu respeito.

Por causa dele a alma sai de seu próprio estado e rejeita quer o temor a Deus quer a piedade. Não mais considera o pecado como pecado, nem qualifica a transgressão como transgressão. De tudo escarnece, sem qualquer remorso, inclusivamente do julgamento final. Diz uma coisa e age contrariamente ao que afirma; é insensível ao pecado, às Escrituras, ao mal praticado pelos homens.

Este demónio é atraído pelos persistentes pensamentos de vanglória e atinge os que não são piedosos com os seus irmãos desvalidos, doentes, presos ou moribundos.

Pode também ser combatido pela ascese, que acalma o olhar e seca a concupiscência.

No entanto, se este demónio assolar um anacoreta que não tenha concebido na sua mente pensamentos de fornicação e não deixou a sua cela ou residência por causa da acédia, é porque tal homem recebeu a castidade e a perseverança do Senhor, nada podendo contra ele.

A vitória da vontade ou da graça concedida permite que vejas a beleza de uma mulher, maravilhado e pleno de gratidão, sem que a desejes.

11 – Não há nenhum demónio que não instigue a alma a gozar do prazer, a não ser o demónio da tristeza. Este procura secar e destroçar todo o prazer por meio da tristeza.

Quando se instala no anacoreta convence-o a repudiar os bens do mundo e a evitar o desejo. Mas se ganhar raízes acaba por manipular a alma fazendo com que esta sinta vontade de se evadir para um outro lugar.

No entanto, este espírito que aflige os homens pode nalguns casos levá-los ao arrependimento e a uma nova vida.

12 – Quem dominar a irascibilidade conseguirá dominar os demónios, mas quem é seu escravo não é digno da vida monástica.

É pela mansidão do temperamento, pela humildade, que o anacoreta consegue vencer todos os demónios, pois esta virtude amedronta-os e faz com que se afastem.

13 – A vanglória é um dos pensamentos que abarca praticamente todas as coisas, estendendo-se pela terra.

Vanglória que abre os portais a todos os demónios.

Da vanglória nasce o orgulho. Vanglória e orgulho são combatidos pela oração.

14 – Quando o intelecto dos anacoretas adquire alguma impassibilidade, pode ter tendência a passear-se pelas cidades, vangloriando-se em função dos elogios que lhe são dirigidos, vindo ao seu encontro o espírito da fornicação.

Permanecendo sentados na nossa cela ou quarto devemos estar atentos a nós mesmos, numa atenção e oração constante, e progredindo na virtude, dificilmente seremos arrastados pelo maligno, recebendo a luz que emana de Deus.

15 – Não posso escrever sobre todas as maquinações do maligno e tenho vergonha de enumerar alguns dos seus estratagemas, temendo pelos leitores mais sensíveis e sugestionáveis.

Mas vou falar-vos do demónio da fornicação e do seu engenho.

Quando alguém adquiriu indiferença relativa à parte carnal e arrefeceu os pensamentos da luxúria, este demónio intromete-se na mente do anacoreta introduzindo a imagem de homens e mulheres que se divertem juntos, tornando-o espectador de acções e atitudes libidinosas.

Mas esta não é das tentações que mais duram, pois pode ser afastada pela oração intensa, vigilância e contemplação espiritual.

Muitas vezes dirige a sua acção para a carne, fazendo com que o anacoreta ceda a um abrasamento animal.

Temos de saber que este demónio tem milhares de estratégias para subjugar o homem.

16 – Quem é o pastor que apascenta um rebanho e não se alimenta de seu leite?

É assim necessário, que o anacoreta guarde noite e dia este pequeno rebanho, com medo que uma das suas ovelhas – *representação mental* – possa ser devorada por animais selvagens ou caia nas mãos de algum ladrão, e se tal coisa vier a acontecer neste vale florido, deve sem tardar arrancar a presa da goela do leão.

A representação de um irmão torna-se presa dos animais selvagens, se a fazemos pastar na nossa mente com antipatia. A representação de uma ou mais mulheres, se a nutrimos com lascívia vergonhosa. A do ouro e de outros metais preciosos se for guardada com cupidez. As representações dos santos carismas, se as fizermos desfilarem na mente na companhia da vanglória. O mesmo acontecerá com todas as outras representações, quando se tornam vítimas das paixões.

17 – Porque temos de temer a morte?

Se nós morremos com o Senhor, acreditamos que também viveremos com ele.

18 – Quando o intelecto, depois de se despir do homem velho, se reveste da graça, faz com que no momento da oração veja o que as Escrituras denominam de *Lugar de Deus*.

19 – No conjunto imenso dos demónios, alguns tentam o homem na sua mente enquanto animal racional. Quando por eles somos assaltados, vingam em nós, entre outras, as representações de vanglória, do orgulho, da inveja e da maledicência.

Quando os demónios que nos visitam, nos perturbam enquanto animais desprovidos de razão, afectam-nos na irascibilidade e na concupiscência, que são comuns quer aos racionais quer aos irracionais.

20 – Anacoreta, quando qualquer demónio te visitar, para que o possas derrotar debes agir do seguinte modo:

- Pesquisa em ti qual foi o pensamento que o demónio procurou instalar no teu intelecto.
- Analisa esse pensamento e discrimina as suas várias partes.

- Qual destas partes é a que mais te atormenta?

Supõe que te enviou um pensamento de lascívia representado por uma mulher. A mente que recebe esta imagem, não pode ela ser pecado. A representação da mulher esteja nua ou vestida também não. O pecado nasce da representação do desejo que em ti nasce.

Sempre que investigas as imagens que surgem na tua mente, as perniciosas, se quiseres pecaminosas, serão dissipadas.

21 – O demónio da avareza é um dos que mais se disfarça e tem uma habilidade especial em causar erro no visitado.

Finge ser parcimonioso e amigo dos pobres, acolhe os hóspedes com generosidade, hóspedes que não são tão pobres como parecem, auxilia os desvalidos, visita as prisões, aproxima-se das mulheres ricas indicando-lhes os que são dignos de ajuda, exorta os ricos para que abandonem a sua riqueza.

Assim, enganando as almas, encurrala-as em pensamentos de avareza, entregando-as ao demónio da vanglória.

Depois de ter estabilizado as almas na vanglória surge o demónio do orgulho.

Quanto a nós, depois de termos orado pela ausência dos pensamentos que nos foram depositados na mente,

vivamos na pobreza dando graças: não esqueçamos nunca que nada trouxemos para este mundo e quando partirmos nada levaremos.

Manifestemos o nosso contentamento com os alimentos e vestes que temos. Como disse Paulo: "a avareza é a raiz de todos os males."

22 – Os pensamentos impuros que persistem em nós, como consequência directa das paixões, fazem com que o intelecto caia na ruína e na perdição.

Pois como a representação do pão persiste no esfomeado por causa da fome e a representação da sede persiste no sequioso por causa da sede, também as representações de riquezas e bens persistem devido à cupidez, e as representações dos alimentos e dos pensamentos condenáveis engendrados pelos alimentos persistem devido às paixões. A mesma evidência se impõe no que tange aos pensamentos da vanglória e a outras representações.

Não é possível que um intelecto empolado por tais representações se apresente diante de Deus e da sua glória. Um intelecto absorvido por tais representações, envolvido por tais pensamentos, não possuindo a impassibilidade da alma que renunciou às ambições do mundo, não poderá aceder à companhia amorosa de Deus.

23 – Entre os demónios que se opõem à prática espiritual, podemos enumerar três principais, que são os primeiros a visitar as almas dispondo-as ao pecado. Demónios da gula, da avareza e da vanglória.

Tu que aspiras à oração pura, vigia diligentemente a tua irascibilidade e se persegues a castidade domina o teu ventre. Não te alimentes nunca até que fiques plenamente saciado. Vigia durante a oração e afaste de ti o ódio.

Atingirás a impassibilidade de coração e com ela o Reino.

\*\*\*

## **CAPÍTULOS NÉPTICOS**



Pai Macário

\*\*\*

1 - Eis o que dizia nosso santo mestre: é preciso que o monge esteja sempre pronto, como se fosse morrer amanhã, e, inversamente, que use o seu corpo como se tivesse que viver com ele por inúmeros anos. Isto afasta os pensamentos da acédia e torna o monge mais zeloso e, por

outro lado, mantém a saúde do corpo e constante a abstinência.

2 – Aquele que alcançou a ciência e que colheu o prazer por ela oferecido não se deixará persuadir pelo demônio da vanglória, mesmo que ele lhe proponha todos os prazeres do mundo.

Existe algo maior do que a contemplação espiritual?

3 – É também necessário conhecer o caminho dos monges que nos precederam aprendendo com eles.

4 – Certa vez, pelo meio-dia fui visitar o santo padre Macário e, cheio de sede, pedi-lhe que me desse um pouco de água.

Ele respondeu-me: “Satisfaça-se com a sombra, já que muitos nem isso têm.”

Falei-lhe da abstinência ao que me disse: “Tem coragem, meu jovem. Durante vinte anos não tive o bastante nem de pão, nem de água, nem de sono. De facto, eu pesava o pão, media a água para beber e, apoiando-me contra a parede, roubava uma pequena parte ao meu sono.”

5 – Quando a mente vagueia, a leitura, a vigília e a oração fixam-na.

Quando a concupiscência abrasa, a fome, a provação e a anacorese extinguem-na.

Quando a parte irascível está alterada, a salmodia, a paciência e a misericórdia a acalmam-na.

\*\*\*

## **TRATADO DA ORAÇÃO**



\*\*\*

1 – Se quisermos preparar um perfume aromático, devemos misturar em partes iguais, conforme a Lei (Êxodo 30,34) o incenso diáfano, a canela, o ónix e a mirra.

Este é o quaternário das virtudes. Se as virtudes forem completas e iguais, o intelecto não será traído.

2 – A alma purificada pelo cumprimento dos mandamentos torna inflexível a atitude do intelecto, e torna-o apto à impassibilidade que se deseja.

3 – A prece é uma conversa do intelecto com Deus.

Quanta firmeza não deve ter a inteligência para pender constantemente para o Senhor, discorrendo com ele sem nenhum intermediário?

4 – Se Moisés, quando se tentou aproximar da sarça ardente, foi até impedido de tirar as sandálias dos pés, como intentas ver Aquele que está acima de todo e qualquer pensamento, sem que te desembaraces de todo e qualquer pensamento que esteja na posse das paixões?

5 – Ora primeiro para receber o dom das lágrimas, com o desígnio de embrandecer pelo luto a solidez da tua alma e para que confessando contra ti mesmo os teus pecados ao Senhor, obtenhas o seu perdão.

6 – Usa as lágrimas para obter sucesso em todos os teus pedidos, pois o Senhor alegra-se quando tu oras com lágrimas.

7 – Quando vertes jorros de lágrimas durante a tua oração, não te posicionas no alto, como se estivesses acima da maior parte dos teus semelhantes.

Aconteceu simplesmente, que a tua oração recebeu um auxílio para que pudesses com ardor confessar os teus pecados e agradecer ao Senhor com as tuas lágrimas.

Não transformes em paixão o antídoto das paixões, se não quiseres começar a agastar o doador da graça.

8 – Muitos daqueles que choraram sobre os seus pecados, esquecendo-se do objectivo das lágrimas, enlouqueceram ou perderam-se pelo caminho.

9 – Sê corajoso e reza com energia; afasta de ti todas as preocupações e as muitas reflexões que aparecerem, pois desassossegam-te e agitam-te para enfraquecer a oração.

10 – Quando os demónios vêem o monge cheio de ardor na prece verdadeira, começam a sugerir-lhe ideias sobre certos objectos supostamente necessários; logo excitam as lembranças que lhes estão ligadas, forçando o intelecto a ir no seu encalço; depois, como este não os encontra, entristece-se e lamenta-se. No momento da prece, os demónios rememoram-lhe os objectos das suas buscas e das suas lembranças, com a finalidade de que o intelecto, dirigido a neles se deter, perca a oração frutífera.

11 – Esforça-te por tornar o teu intelecto surdo e mudo no momento da prece, e aí poderás orar com proveito.

12 – Se te advier alguma provocação ou contradição e te sentires irritado, percebendo a cólera, se te levantares para responder, lembra-te da oração e do julgamento que o aguarda nela, e logo sentirás a acalmia do movimento desordenado que se tinha instalado no teu coração.

13 – Tudo o que fizeres para te vingares de um irmão, que te possa ter feito mal, transformar-se-á numa pedra de tropeço no momento da oração.

14 – A oração é um rebento da doçura e da ausência de cólera.

15 – A prece é o fruto da alegria e da acção de graças.

16 – A prece é a exclusão da tristeza e do desencorajamento.

17 – Vai, vende tudo o que tens e dá-o aos pobres; depois, toma a tua cruz e renuncia a ti mesmo, para que possas orar sem distracção.

18 – Se quiseres orar com dignidade, renuncia sempre a ti mesmo, e se suportas todo o género de barulho e agitação, aceita-o com sabedoria para que a oração produza frutos.

19 – Por cada pena que suportares com sabedoria, colherás o fruto no momento em que estiveres a orar.

20 – Se orares correctamente, não entristeças ninguém, caso contrário será vã a tua caminhada.

21 – Deixa a tua oferenda, como foi dito, diante do altar, e vai primeiro reconciliar-te com o teu irmão, para que depois, ao voltar, possas orar sem perturbação. Pois a raiva cega a razão daquele que ora e obscurece a sua oração.

22 – Aqueles que acumulam interiormente penas e rancores assemelham-se a alguém que tenta encher com água um balde furado. Nestes, a oração não pode produzir bom fruto.

23 – Se fores perseverante rezarás sempre com alegria.

24 – Enquanto estiveres a orar correctamente, apresentar-se-te-ão coisas tais, que considerarás justo o uso da cólera. Ora, não existe cólera justa contra o próximo, em hipótese alguma. Se tu procurares, verás que é sempre possível ordenar as coisas sem cólera. Portanto, utiliza todos os meios ao teu alcance para que não te deixes invadir e explodir por via da cólera.

25 – Cuidado para que, sob pretexto de curar alguém, não te tornes incurável, dando um golpe mortal na tua própria oração.

26 – Se te abstiveres da cólera, obterás misericórdia; demonstrarás que és demasiado prudente para te deixares ludibriar, e poderás ser contabilizado entre os que oram verdadeiramente.

27 – Determinado contra a cólera, não admitirás jamais a concupiscência; pois é ela que proporciona o material para a cólera, e esta perturba o olho do intelecto, destruindo assim o estado de oração.

28 – Não ores somente nas atitudes exteriores, mas coloca a tua inteligência no sentimento da prece espiritual, com o devido temor.

29 – Às vezes, mal principias a oração, estarás orando correctamente; outras vezes, contrariamente, malgrado todos os teus esforços, não alcançarás o objectivo.

30 – Quando um anjo aparece, no mesmo instante todos aqueles que causavam perturbação desaparecem, e o intelecto passa a um estado de grande calma na qual reza com alegria. Às vezes, ao contrário, a guerra quotidiana acossa-nos; o intelecto debate-se sem poder erguer os olhos. É porque foi afectado pelas paixões. Porém, se procurar mais e mais, encontrará; se bater vigorosamente, ser-lhe-á aberto.

31 – Não ores para que se cumpram as tuas vontades, pois elas não coincidem necessariamente com a vontade de Deus. Antes, conforme o ensinamento, reza dizendo: “Que a Tua vontade se realize em mim”; do mesmo modo, em todas as coisas, reza para que se faça a vontade de Deus, pois ele sempre quer o bem e o que for mais proveitoso para a tua alma, e tu nem sempre buscas a mesma coisa.

32 – Muitas vezes, nas minhas orações, pedi que se cumprisse aquilo que eu considerava bom para mim, e eu obstinava-me nesse pedido, violentando tolamente a vontade de Deus, não me limitando a pedir o que fosse mais útil para mim. Entretanto, ao receber a graça, grande era a minha decepção por não ter solicitado o cumprimento da vontade de Deus de preferência ao cumprimento do meu desejo, pois nada do que recebi era como o que havia imaginado.

33 – O que há de bom, senão Deus? Por conseguinte, deixemos com ele tudo o que a nós respeita e ficaremos bem. Pois quem é bom, é necessariamente o provedor de excelentes dons.

34 – Não te apoquentes se não receberes imediatamente de Deus aquilo que pedes; é que Ele quer ainda mais o teu bem, pela tua perseverança em permanecer com ele na oração. De facto, o que existe de mais elevado do que conversar com Deus, recolhendo-se na sua intimidade?

35 – A oração sem distracção é a mais alta compreensão do intelecto.

36 – A prece é uma ascensão do intelecto para Deus.

37 – Quando estiveres a orar renuncia a tudo para obter o Todo.

38 – Reza primeiramente para ser purificado das paixões. Depois para ser libertado da ignorância e do esquecimento, e finalmente para que fiques liberto de toda a tentação e de todo o abandono espiritual.

39 – Na oração, procura unicamente a justiça e o reino, ou seja, a virtude e a gnose, e todo o mais te será dado por acréscimo.

40 – É justo orar não apenas pela tua salvação, mas pela salvação de todo o teu povo, imitando deste modo os anjos.

41 – Investiga se estás realmente presente em Deus na tua oração, ou se foste vencido pelos elogios humanos e conduzido pelo desejo de os obter, sob pretexto da duração da tua prece.

42 – Quer rezes com os irmãos, quer só, esforça-te para rezar, não por hábito, mas com sentimento.

43 - O sentimento e natureza da oração é uma gravidade respeitosa acompanhada da compunção e da dor da alma no confessar das faltas, com gemidos secretos.

44 – Se o teu intelecto divaga durante o tempo da oração, é porque ele ainda não ora como um verdadeiro monge, permanecendo no mundo e ocupado em ornamentar a tenda exterior.

45 – Ao rezar, vigia constantemente a memória, de modo a que, ao invés de lhe sugerir lembranças, ela te conduza à consciência do seu exercício, pois o intelecto tem uma tendência terrível em se deixar confundir pela memória no momento da oração.

46 – Quando rezares, a memória apresentar-te-á imagens de coisas antigas, temas novos, ou o rosto de alguém que te fez mal.

47. O demónio é extremamente ciumento relativamente ao homem que ora, usando de todos os artifícios para o fazer perder o seu real objectivo. Não cessa de reavivar na memória o pensamento das coisas e de despertar na carne todas as paixões, com a finalidade de embaraçar o caminho do orante na direcção de Deus e das suas delícias.

48 – Quando, depois de muitos gemidos, o perverso demónio não conseguiu estorvar a oração do justo, retira-se por algum tempo, mas logo volta a investir sobre o que ora. Incendeia as suas preces para destruir o excelente estado que nele se instalou pela oração, ou então excita-o com algum prazer desapropriado para ultrajar o intelecto.

49 – Depois de teres rezado como bem convém, espera por aquilo que não convém; coloca-te com virilidade em pé para vigiar o fruto da oração. A isto foste predestinado desde o princípio: trabalhar e vigiar. Depois de haver trabalhado, portanto, não deixes sem guarda o teu trabalho, caso contrário ele não te terá servido para nada.

50 – Toda a guerra que é travada entre nós e os demónios impuros não tem outra motivação do que a prece espiritual. Pois esta é-lhes hostil e odiosa; mas para nós, ela é salutar e agradável.

51 – O que é que têm em vista os demónios quando despertam em nós a gula, a impureza, a inveja, a cólera, o rancor e outras paixões? Querem que o nosso intelecto, por elas perturbado, não possa rezar como deveria, porque as paixões da parte irracional assumem a liderança e impedem-no de se mover segundo a razão; isto é, segundo as razões dos seres enquanto objecto de contemplação, que o intelecto deveria usar para atingir a Razão, ou seja o Logos ou Verbo de Deus.

52 – Nós atingimos as virtudes – primeiro grau: a vida activa – *em vista das razões dos seres criados*. Segundo grau: contemplação interior – *tendo em vista o Verbo que as estabeleceu*. Terceiro grau: teologia - *quanto ao Senhor, ele costuma aparecer no estado de oração*.

53 – O estado de oração é um hábito impassível que, por um amor supremo, transporta aos cumes intelectuais a inteligência ávida de sabedoria espiritual.

54 – Não é somente a cólera e a concupiscência que devem ser dominadas por quem aspira orar verdadeiramente; é ainda necessário que se desembarace de todo o pensamento apaixonado.

55 – Aquele que ama Deus conversa incessantemente com Ele como com um Pai, despojando-se de todo pensamento passional.

56 – Não é por termos atingido a *apatheia* que iremos rezar verdadeiramente, pois podemos ater-nos aos pensamentos simples e, mesmo assim, distrairmo-nos na meditação, ficando, portanto, longe de Deus.

57 – Digamos que o intelecto não se detém nos pensamentos simples; nem por isto atingiu o lugar da oração, pois pode encontrar-se na fase da contemplação dos objectos, divagando sobre as suas motivações; ora, essas motivações, mesmo sendo expressões simples, imprimem, enquanto considerações de objectos, uma marca no intelecto que muito o afastam de Deus.

58 – Suponhamos que o intelecto se eleva acima da contemplação da natureza corporal. Ainda assim não terá uma visão completa de Deus, pois pode encontrar-se ainda sujeito à ciência das coisas inteligíveis, participando da sua multiplicidade.

59 – Se quiseres orar, necessitarás de Deus, que dá a oração a quem ora. Invoca-o, portanto, dizendo: Santificado seja o teu nome, venha a nós o teu reino, que é o mesmo que dizer, o Espírito Santo e seu Filho único, pois foi o que ensinou quando ordenou a adoração do Pai em espírito e verdade.

60 – Aquele que reza em espírito e em verdade, não busca nas criaturas os louvores que dedica ao Criador: é em Deus mesmo que ele louva Deus.

61 – Se fores um teólogo, rezarás verdadeiramente; e se rezares verdadeiramente, serás um teólogo.

62 – Quando o teu intelecto, ocupado por um amor inflamado por Deus, sai, por assim dizer, pouco a pouco da sua carne, quando rejeita todos os pensamentos que provêm dos sentidos, da memória ou do temperamento, ao mesmo tempo em que se preenche de respeito e de alegria, então tu podes considerar-te próximo dos confins da oração.

63 – O Espírito Santo, compadecido da nossa fraqueza, visita-nos ainda que não estejamos purificados; se por um

acaso ele encontrar o nosso intelecto orando com toda a sinceridade, socorrer-nos-á dissipando a multidão dos raciocínios e pensamentos que o assediam, transportando-o ao amor da prece espiritual.

64 – Enquanto outros se servem das alterações do corpo para fornecer à inteligência raciocínios, conceitos e reflexões, o Senhor, faz o contrário: dirige-se directamente ao intelecto para pousar aí a gnose conforme a sua vontade; e, pelo intelecto, acalma o desequilíbrio do corpo.

65 – Quem aspira à verdadeira oração, mas explode em cólera ou guarda rancor, dá mostras de demência. Assemelha-se a alguém que quer ter uma visão profunda e para isso perfura os olhos.

66 – Não imagines que a divindade está em ti quando estiveres rezando, nem permitas que o teu intelecto aceite tal impressão de uma qualquer forma; conserva-te imaterial diante do Imaterial, e assim compreenderás.

67 – Toma cuidado com as armadilhas dos adversários: pode acontecer que, enquanto estiveres a rezar com pureza e sem perturbação, se apresente repentinamente na tua

frente uma forma desconhecida e estranha induzindo-te à presunção de nela estar Deus fazendo com que tomes pela Divindade o objecto quantitativo que surgiu repentinamente aos teus olhos; ora, a Divindade não tem quantidade nem imagem.

68 – Quando o demónio, na sua inveja, fracassa na tentativa de perturbar a tua memória durante a oração, procura violentar a constituição do corpo despertando na inteligência algum fantasma desconhecido e, assim, dar-lhe forma. O intelecto, acostumado como está a ver tudo conceitualmente, é assim facilmente subjugado: aquele que tendia apenas ao conhecimento imaterial e sem forma, deixa-se iludir e enxerga no fumo a luz.

69 – Mantém-te em guarda, defendendo o teu intelecto de todo e qualquer conceito, no momento da oração, para que ele esteja firme na tranquilidade própria da sua natureza original. Então, Aquele que se compadece dos ignorantes virá em teu auxílio, e assim receberás o glorioso dom da oração.

70 – Não poderás possuir a pureza da oração se estiveres assoberbado com as coisas materiais e perturbado por

preocupações contínuas, pois a oração é a supressão dos pensamentos.

71 – É impossível correr imobilizado. O intelecto submetido às paixões não consegue encontrar o lugar da oração espiritual porque é arrastado em todas as direcções pelo pensamento apaixonado e não se consegue manter firme.

72 – Quando alguém atinge a oração pura, desembaraçada das paixões, os demónios já não o atacam pela esquerda, mas antes pela direita. Apresentam-lhe uma visão ilusória de Deus numa imagem agradável aos sentidos, de modo a fazer com que acredite ter obtido completamente o objectivo da oração. Ora, dizia um admirável gnóstico, esta é a obra da paixão da vanglória e de um demónio cujo toque faz palpar as veias do cérebro.

73 – Penso que o demónio, ao tocar o local mencionado, configura à vontade a luz ao redor do intelecto e assim a paixão da vanglória é colocada num raciocínio, que o intelecto passa a moldar para localizar, aturdido, a ciência divina e essencial. E como por esta altura ele não é mais assaltado pelas paixões carnis e impuras, mas ora com verdadeira pureza, imagina que nenhuma acção inimiga se exercerá mais sobre ele. É levado a julgar como divina a

aparição nele produzida pelo demónio por meio deste temível estratagema que consiste, como dissemos, em provocar no cérebro certas reacções na luz que está ali presente, apresentando uma forma ao intelecto.

74 – O anjo de Deus, chegando subitamente, expulsa do nosso interior, com uma só palavra, toda acção adversa e devolve a luz do intelecto a uma actividade sem desvios.

75 - Quando o Apocalipse fala dos anjos que tomam incenso para o colocar nas orações dos santos, creio que se trata desta graça operada pelos anjos. De facto, eles comunicam o conhecimento da oração verdadeira, de sorte que o intelecto permaneça daí em diante sem deflexões, desencorajamento ou acédia.

76 – Os perfumes das taças são considerados como as preces dos santos, oferecidas pelos vinte e quatro anciãos.

77 – Como taças, devemos entender o amor de Deus, ou seja, a caridade perfeita e espiritual na qual a oração se cumpre em espírito e em verdade.

78 – Se te parece que nas tuas orações não tens qualquer necessidade de verter lágrimas pelos teus pecados, considera o quanto estás afastado de Deus, quando deverias estar com ele sem cessar, e aí chorarás copiosamente.

79 – Se tiveres consciência dos teus limites, a compunção ser-te-á mais fácil; chamar-te-ás a ti mesmo de miserável, como Isaías.

80 – Se tu rezares correctamente, atingirás uma grande plenitude, os anjos irão escoltar-te como escoltaram Daniel e iluminar-te-ão quanto às razões dos seres.

81 – Sabe que os santos anjos nos incitam à oração e que se colocam ao nosso lado, felizes e orando por nós. Assim, se formos negligentes e acolhermos pensamentos estranhos, nós acabamos por os agastar, porque, enquanto eles lutam por nós com bravura, nós nem sequer suplicamos a Deus por nós mesmos; desprezando os seus serviços, nós abandonamos Deus Nosso Senhor para irmos ao encontro dos demónios impuros.

82 – Reza como se deve rezar e sem perturbação; salmodia com atenção e harmonia, e serás como uma pequena águia planando nas alturas.

83 – O salmodiar acalma as paixões e apazigua a intemperança do corpo; a oração faz com que o intelecto exerça a sua actividade própria.

84 – A oração é a actividade que convém à dignidade do intelecto; é o seu hábito mais excelente, adequado e completo.

85 – A salmodia depende da sabedoria multiforme; a oração é o prelúdio do conhecimento imaterial e uniforme.

86 – O conhecimento é excelente, pois colabora com a oração despertando a potência intelectual do intelecto à contemplação da gnose divina.

87 – Se não tiveres ainda recebido o carisma da oração e da salmodia, persevera: tu acabarás por o receber.

88 – Jesus contou-lhes uma parábola para demonstrar que se deve rezar sempre, sem desfalecer. Portanto, não desfaleças por muito esperar, nem te desencorajes por não teres recebido; receberás mais cedo ou mais tarde. Concluiu assim a parábola: “Embora eu não tema Deus nem me preocupe com os homens, ao menos, por causa da insistência desta mulher, far-lhe-ei justiça. Assim, Deus também fará justiça aos que por Ele clamam dia e noite.”

Tem coragem e persevera na santa oração.

89 – Não queiras que aquilo que te diz respeito se componha segundo as tuas ideias, mas segundo o bel-prazer de Deus; assim não terás preocupações e estarás repleto de gratidão nas tuas orações.

90 – Mesmo que te pareça estar com Deus, tem cuidado com o demónio da luxúria, pois ele é extraordinariamente ardiloso e extremamente ciumento. É quase mais rápido do que o movimento, a sobriedade e a vigilância do intelecto, ao ponto de te arrastar para longe de Deus ao mesmo tempo em que permanece ao lado deste último com temor reverencial.

91 – Se te dedicas à oração, prepara-te para os ataques dos demónios e suporta com coragem os seus golpes; pois

atirar-se-ão sobre ti como feras e farão todo o tipo de mal ao teu corpo.

92 – Prepara-te como um lutador experiente para que não vaciles, mesmo que de repente vejas um fantasma; para não te deixares perturbar, mesmo diante da aparência de uma espada brandida contra ti ou de um relâmpago disparado contra o teu rosto; para que não fraquejes minimamente na tua coragem, mesmo que estejas perante um espectro medonho e sangrento; mantém-te firme e com o auxílio da profissão de fé, suportarás com a leveza do teu coração a visão de todos os teus inimigos.

93 – Quem suportar as tormentas obterá também as consolações e àquele que for constante nos transe desagradáveis, não lhe irão faltar os agradáveis.

94 – Toma cuidado para que os demónios enganadores não te enganem com alguma visão; está atento, recorre à oração e invoca Deus, para que, se a representação vier dele, ela o esclareça por si só; se não, que ele se apresse a expulsar o sedutor. Tem confiança: os cães não conseguirão ficar; se te entregares a uma súplica ardente, invisivelmente e sem se mostrar, o poder de Deus fustigará e expulsará os demónios para bem longe de ti.

95 – É bom que não ignores esta manha: por vezes, os demónios dividem-se, e se tu pareces querer buscar auxílio nalguns deles, os outros entram em cena sob formas angélicas e expulsam os primeiros, para que tu te enganes pensando que estás perante verdadeiros anjos.

96 – Esforça-te para alcançar muita humildade e muita coragem, e os insultos dos demónios não conseguirão alcançar a tua alma; nenhum flagelo se aproximará da tua tenda, porque Deus dará ordens a teu favor aos seus anjos para que eles te guardem; e os anjos, invisivelmente, expulsarão para longe de ti as empreitadas hostis.

97 – Quem se dedica à oração pura ouvirá barulhos e agitações, vozes e insultos; mas não fraquejará, nem perderá o sangue frio, dizendo a Deus: “Eu nada temo, porque o Senhor está comigo”, e outras coisas assim.

98 – Quando tiveres tentações deste tipo, recorre a uma oração breve e enérgica.

99 – Se os demónios ameaçam aparecer subitamente nos ares, derrubar-te e saquear o teu intelecto, não te

apavores; nem dê qualquer atenção às suas ameaças. Eles amedrontam-te para perceber se tu ainda te ocupas com eles, ou se já os conseguiste desprezar completamente.

100 – Se é na presença de Deus, o Todo-Poderoso, Criador e Providência, que estás durante a oração, porque trazes para esta dita presença o absurdo de lhe passar ao largo para teres medo de mosquitos e gafanhotos? Não ouviste aquele que disse: “Temerás ao Senhor teu Deus”? E também: “Ele, diante de cujo poder tudo treme e teme”?

101 – O corpo tem como alimento o pão, a alma, a virtude, o intelecto a oração espiritual.

102 – Reza não como o fariseu, mas como o publicano no lugar sagrado da oração, para que também tu sejas justificado por Deus.

103 – Faz todos os esforços para que nada digas seja contra quem for durante a oração; se o fizeres estarás a demolir tudo o que edificaste e a tua oração tornar-se-á abominável.

104 – Que o devedor de mil talentos te sirva de lição: se tu não acertares contas com o teu devedor, tão-pouco obterás a remissão, pois está escrito: “Ele entregou-o aos torturadores”.

105 – Não escutes as exigências do teu corpo durante o exercício da oração; não deixes que a picada de uma pulga, de um mosquito ou o movimento de uma mosca te prive do maior benefício da oração.

106 – Aconteceu a um santo homem que orava, travar um violento combate com o maligno. Mal o santo erguera as mãos, o inimigo transformou-se num leão que cravou as garras nas suas pernas, sem deixar a presa para que baixasse os braços. Mas ele não os baixou até que completou as suas orações habituais.

107 – Algo assim aconteceu, como o sabemos, com João o Anão, ou melhor, o grandíssimo monge que levou uma vida solitária num buraco: devido à sua intimidade com Deus, ficou inalterável enquanto um demónio, sob a forma de um dragão enrolado a seu corpo, lhe torturava as carnes e arrotava em seu rosto.

108 – Também leste, certamente, as vidas dos monges de Tabenesa, onde se diz que durante o sermão que o abade Teodoro fazia aos irmãos, duas víboras se arrastaram sobre os seus pés; sem se perturbar, fez um arco sob o manto com as pernas para as alojar até que terminasse o sermão. Só depois do sermão é que o abade mostrou as víboras aos irmãos, narrando-lhes o sucedido.

109 – A respeito de outro irmão espiritual, lemos que foi atacado por uma cobra durante o exercício da oração. Mas não se moveu até ter acabado suas orações habituais e não sofreu nada por isso, porque amou Deus mais do que a si mesmo.

110 – Mantém os olhos baixos durante a oração, renuncia à carne e à alma e vive segundo a tua inteligência.

111 – Um outro santo que levava uma vida solitária e orava com a coragem e assiduidade devida foi assaltado por demónios. Durante duas semanas, jogaram com ele como se fosse uma bola e molestaram-no lançando-o pelos ares, enquanto ele se resguardava na oração.

112 – Um outro santo, cheio do amor por Deus e de zelo pela oração, encontrou, quando andava pelo deserto, dois anjos que o ladearam e com ele caminharam. Porém não lhes deu a menor atenção para não perder o melhor, pois lembrou-se da palavra do Apóstolo: “Nem anjos, nem príncipes, nem potências poderão separar-nos da caridade de Cristo.”

113 – O monge torna-se igual aos anjos pela oração verdadeira.

114 – Tu aspiras ver a face do Pai que está no Céu: não procures, por nada deste mundo, ver uma forma ou uma figura no momento da oração.

115 – Não desejes ver os anjos, nem as potências, nem Cristo, para não perder totalmente o bom senso e não venhas a acolher o lobo ao invés do pastor, adorando os demónios teus inimigos.

116 – A origem das ilusões do intelecto é a vanglória; é ela que incita o intelecto a tentar circunscrever a divindade em imagens e formas.

117 – Quanto a mim, dir-te-ei um pensamento meu que já expressei noutras ocasiões: feliz é o espírito desapegado de toda a forma no momento da oração.

118 – Feliz é o intelecto que numa prece sem distracção, obtém sempre novos incrementos no amor a Deus.

119 – Bem-aventurado é o intelecto que no momento da oração se torna imaterial e de tudo fica separado.

120 – Feliz é o intelecto que durante a oração atinge a perfeita insensibilidade.

121 – Feliz é o monge que identifica todos os homens como Deus, depois de Deus.

122 – Feliz é o monge que vê a salvação e o progresso de todos como se seus fossem, com toda a alegria.

123 – Feliz é o monge que se considera o mais imperfeito e o mais rejeitado de todos.

124 – Monge é aquele que está separado de tudo e ao mesmo tempo unido a todos.

125 – Monge é o que se sente um com todos, por se ver a si próprio em cada um.

126 – Conduz a oração à sua perfeição quem faz frutificar para Deus toda a sua inteligência primordial.

127 – Evita toda a mentira e todo o juramento, se é que queres orar como um verdadeiro monge; caso contrário, é em vão que pregas o que não te convém.

128 – Se quiseres orar em espírito, não tenhas aversão por ninguém. Deste modo não terás nuvens a obscurecer a tua visão durante a oração.

129 – Deixa nas mãos de Deus as necessidades do teu corpo; assim mostrarás que nas mesmas mãos deixarás as do espírito.

130 – Se entrares na posse das promessas, serás um rei; volta o teu olhar para elas e carregarás alegremente a tua pobreza presente.

131 – Não recuses a pobreza e a aflição, alimentos da prece que não pesam.

132 – Que as virtudes corporais te sirvam para obter as da alma; que as da alma sirvam às do espírito; e estas à gnose imaterial e essencial.

133 – Quando rezares contra um determinado pensamento e constates que ele cede facilmente ao poder da oração, examina a sua origem, para que não caias numa emboscada e acabes traído pelo mesmo erro.

134 – Pode acontecer que os demónios te sugiram pensamentos e por outro lado, te estimulem a rezar contra eles, fazendo-te crer que os venceste quando foram eles que te enganaram.

135 – Se rezas contra uma paixão ou contra um demónio inoportuno, lembra-te daquele que disse: “Persegui e

alcancei os meus inimigos e não me detive enquanto não se confessaram vencidos; eu derrotei-os e eles não puderam levantar-se, caindo sob meus pés”. É isto o que deves dizer armando-te de humildade contra os adversários.

136 – Não creias ter adquirido a virtude enquanto não lutares por ela até que sangres; pois é preciso resistir ao pecado até à morte, como diz o divino Apóstolo, como um verdadeiro lutador.

137 – Quando tiveres sido útil a alguém, outro o prejudicará, para que o sentimento de injustiça te faça dizer ou fazer algo de condenável contra o próximo, assim dissipando em infelicidade tudo o que conseguiste juntar de felicidade. Este é o objectivo dos demónios; é preciso vigiar sempre.

138 – Recebe os assustadores assaltos dos demónios tentando sempre escapar à sua servidão.

139 – À noite, os demónios chamam o mestre espiritual para o perturbar; de dia servem-se dos homens para o rodear de vicissitudes, calúnias e perigos.

140 – Não recuses os espinhos, se te escoriam os pés ao caminhar e se crescem para cardar; ao menos, assim, as tuas vestes tornar-se-ão brancas e brilhantes.

141 – Enquanto não renunciarees às paixões, enquanto o teu intelecto se opuser à virtude e à verdade, não sentirás à tua volta o perfume de bom aroma.

142 – Desejas a oração? Emigra daqui e conquista domicílio no céu de hoje em diante, não pela simples palavra, mas pela prática angélica e pela gnose divina.

143 – Se somente durante as aflições te lembras do Juízo Final, de como ele é apavorante e incorruptível, ainda não aprendeste a servir o Senhor com temor e a regozijar-te nele. Pois sabe, que mesmo nos despertares e nos descansos espirituais, é ainda mais necessário prestar-lhe um culto cheio de piedade e de reverência.

144 – Prudente é o homem que, até alcançar a perfeita penitência, não se separa da lembrança dolorosa dos seus próprios pecados e das sanções do fogo eterno que os castigará.

145 – Aquele que, ainda cheio de pecados, ou de acessos de cólera, ousa sem prudência chegar a um conhecimento mais divino das coisas, ou mesmo penetrar na oração imaterial, receba ele a reprimenda do Apóstolo e que compreenda que é perigoso para si orar com a cabeça descoberta, pois, está dito: “uma alma assim deve levar sobre a cabeça o sinal da dominação, por causa dos anjos presentes”, cobrindo-se do pudor e da humildade convenientes.

146 – Assim como de nada adianta, a quem está doente dos olhos, fixar a vista insistentemente no Sol do meio-dia, tão-pouco de nada serve ao intelecto passional e impuro imitar a temível e eminente oração em espírito e em verdade; pelo contrário, provocará contra si a indignação da divindade.

147 – Se aquele que leva uma oferenda ao altar não for recebido pelo mestre incorruptível que de nada necessita, até que se reconcilie com o próximo que está contra ele, considere quanta sobriedade, vigilância e discernimento são precisos para oferecer a Deus um incenso agradável sobre o altar imaterial.

148 – Não sejas amigo nem da verborreia nem da fanfarronice, porque assim não serão as tuas costas que serão lavradas pelos pecadores, mas o teu rosto; tu servirás de diversão para os pecadores no momento da oração, eles seduzir-te-ão e hão de te arrastar para pensamentos bizarros.

149 – A atenção, buscando a oração, encontrará a oração, porque se a oração visa alguma coisa, é precisamente a atenção. Apliquemo-nos nisto.

150 – A vista é o melhor de todos os sentidos; a oração é a mais divina de todas as virtudes.

151 – A excelência da oração não está na quantidade, mas na qualidade, como testemunham os dois que subiram ao templo, bem como o ensinamento: “Nas vossas orações, não multipliqueis as palavras.”

152 – Enquanto tiveres ainda atenção para o que vem do corpo, enquanto a tua inteligência estiver voltada para os atractivos exteriores, não terás certamente vislumbrado o lugar da oração: estarás muito longe do ditoso caminho que te levará até ela.

153 – Porque só quando tu atingires, com as tuas orações, uma alegria que esteja acima de todas as outras, é que, por fim, terás verdadeiramente encontrado a oração.

\*\*\*



Monte Athos



Eremita do Monte Athos

\*\*\*

*Outubro de 2021*

José Maria Alves

<https://homeoesp.blogspot.com/>

<https://homeoesp.org/>