



As Disciplinas como Hábitos

As Disciplinas Espirituais são práticas que nos levam a usufruir dos meios de graça dispostos pelo Senhor para o nosso crescimento espiritual e maturação como discípulos de Cristo, de maneira a nos tornarmos mais parecidos com Jesus em nosso pensar, nosso sentir e nosso agir. Todavia, para que possamos de fato extrair das disciplinas o melhor, devemos praticá-las com constância e consistência.

Constância refere-se a fazer das disciplinas hábitos pessoais. Stephen Covey nos lembra de um ditado importante: “Plante um pensamento, colha uma ação; plante uma ação, colha um hábito; plante um hábito, colha um caráter; plante um caráter, colha um destino”.¹ Os hábitos são as práticas com as quais nos comprometemos em bases regulares diárias ou semanais, são coisas que fazemos sempre e que por fazermos sempre tem um impacto significativo sobre nós.

As disciplinas não devem ser praticadas de vez em quando, quando der, quando sobrar tempo e etc, pois dessa forma – sem constância – não trarão os benefícios sobre nossa formação espiritual que deveriam trazer. Orar de vez em quando não irá aprofundar nosso relacionamento com o Senhor assim como correr de vez em quando não trará benefício real para nossa saúde e conversar com seu amigo de vez em quando também não trará crescimento real para a relação. É preciso que pratiquemos as disciplinas com disciplina! Parece um trocadilho ruim, mas o fato é que sem disciplina, tudo o que teremos serão lampejos de relacionamento com Deus distanciados demais entre si e incapazes de nos formar, nos forjar a imagem e semelhança de Jesus.

Por outro lado a constância dá a consistência as disciplinas. A constância nos permite compreender cada disciplina de maneira mais profunda, pois quanto mais praticamos as disciplinas mais compreendemos como cada uma delas tem seu próprio caminho e ritmo, como cada uma tem uma proposta, um desafio e uma tentação. A oração, por exemplo, é uma disciplina na qual começamos engatinhando, aprendendo a colocar diante do Eterno nossos anseios dia a dia. Contudo, com o passar dos dias notamos que nossa oração vai mudando, vai se aprofundando e amadurecendo. Os momentos de oração vão se tornando um encontro cada vez mais pessoal, com uma linguagem cada vez mais pessoal, com uma atitude cada vez mais pessoal. É o relacionamento com o Pai por meio do Filho no Espírito Santo – com toda a Trindade – que está se aprofundando e crescendo, lançando raízes mais profundas e erguendo galhos mais altos, está ganhando consistência.

Cornelius Plantinga descreve com uma singular beleza esse quadro: “Confessar pecados a Deus e dar graças a Deus, ler a Escritura, pregar e escutar sermões, combater a injustiça, cuidar dos animais como boa mordomia, cantar hinos de louvor, educar crianças para reverenciar a Jesus Cristo como rei de toda a criação – tais práticas e as crenças em que se baseiam, ligam-nos ao Deus vivo, de forma que, pela repetição dessas práticas e crenças, conhecemos a Deus mais de perto, amamo-lo mais profundamente e o servimos mais eficientemente. Práticas religiosas honestas constroem momentum espiritual”.²

Obviamente a consistência só pode vir com a constância, mas como poderemos adquirir a constância?

A busca pelas disciplinas

Creio que um dos momentos mais importantes da vida espiritual é quando nos fazemos a seguinte pergunta com toda a franqueza: por que eu não oro? Por que não leio as Escrituras? Estamos realmente carecas de saber – alguns literalmente – que é impossível aprofundar nosso relacionamento com Jesus e sermos moldados a sua imagem sem as disciplinas. Então por que ao mesmo tempo que sabemos disso mostramos um afrouxamento tão grande em nossa prática devocional?

Bem, primeiro vamos considerar a possibilidade de uma real falta de entendimento: não sabemos como as disciplinas espirituais são importantes no todo da nova vida a qual Jesus comprou para nós na cruz do calvário. Não conseguimos ainda visualizar de maneira orgânica, integradora e clara que aquele nasceu em Cristo deve agora

¹ COVEY, Stephen. *Os sete hábitos das pessoas altamente eficazes* – 53a Edição. Rio de Janeiro: Best Seller, 2015, p.75

² PLANTINGA, Cornelius. *Não era para ser assim*. São Paulo: Cultura Cristã, 1998, p. 115

crescer em Cristo e que para isso Cristo já nos dispôs os meios de graça. Devemos ir até eles pelas disciplinas. Nesse caso, os nossos primeiros encontros visam estabelecer esse quadro maior e nos tornar conscientes das necessidades das disciplinas dentro de uma visão integrada da vida cristã.

Em segundo lugar vamos considerar a possibilidade de que o cristão saiba a importância das disciplinas, mas as priorize por uma falta de motivação. Afinal, “pessoas espiritualmente saudáveis conhecem muito bem o impasse da letargia e da dúvida. Elas conhecem a depressão espiritual. Sabem o que é sentir que o mundo se esvaziou de Deus”.³ Thomas Merton destaca que “o desejo [...] é a coisa mais importante na vida contemplativa. Sem desejo nunca vamos receber os grandes dons de Deus”.⁴ Nesse caso, o caminho é pedir ao Senhor que derrame sobre nós, graciosamente, um novo vigor espiritual para que possamos buscá-lo. Afinal, apenas o Senhor pode nos atrair para Ele mesmo pelo seu Espírito.

Em terceiro lugar, considerando que o cristão saiba da importância e esteja motivado para praticar as disciplinas, pode acontecer que no início de sua tentativa de abraçar as disciplinas falte o planejamento. Planejar-se para praticar as disciplinas é aplicar no dia-a-dia a verdade de que as disciplinas devem ser uma prioridade em nossa vida. Por meio do conhecimento compreendemos que elas são prioritárias, por meio da motivação desejamos priorizar e por meio do planejamento tornamos as disciplinas de fato prioritárias. E como fazer isso? Bill Hybels, em uma passagem brilhante, afirma: “A sua agenda é mais do que um mero organizador do que precisa ser feito; é a principal ferramenta que ajudará você a se tornar quem você deseja ser”.⁵

O conceito é simples: qual é a primeira coisa que você faz quando deseja se tornar um guitarrista? Aloca tempo e outros recursos necessários para aprender e aprimorar-se, não é mesmo? Então as coisas que colocamos em nossa agenda são mais do que compromissos e tarefas: são nossas escolhas que estão formando hábitos que estão nos formando como pessoas. O segredo é colocar as disciplinas na agenda, planejar-se para realizá-las, separando tempo e outros recursos que venham a ser necessários para praticarmos as disciplinas com constância até obtermos consistência.

Dallas Willard ressalta que grande parte do discipulado – nos tornarmos como Jesus em nosso pensar, sentir e agir – fica comprometido por falta de planejamento e pontua: “Não planejar seguir a Jesus difere, diante de Deus e dos homens, de planejar não seguir após Ele?”.⁶ Como afirma um ditado conhecido, falhar em planejar é planejar falhar. Para crescermos em Jesus, devemos planejar como, onde e quando vamos nos dedicar às disciplinas espirituais.

Henri Nowen ilustra esse planejamento citando a dura rotina de um mosteiro trapista, na qual os monges se aplicam a uma rígida disciplina a fim de se dedicarem a uma vida de oração e contemplação. Nowen afirma: “O monge que deseja fazer de sua vida, o que quer que faça, uma prece contínua sabe que isso só é possível no contexto de uma programação diária bem concreta que o apoie para a realização de seu objetivo”.⁷ Sendo assim, “ninguém que seriamente deseja viver uma vida de prece pode perseverar nesse desejo e realizá-lo sem um caminho bastante concreto”.⁸

Considerando que tudo esteja em seu lugar – entendimento, motivação e planejamento – é necessário um último item para tornar esse ambiente propício às disciplinas: esforço continuado. Henri Nowen ressalta que por um lado as disciplinas⁹ exigem um “sério esforço”.¹⁰ Assim como nos esforçamos para implementar hábitos saudáveis que possam nos dar qualidade de vida, as disciplinas espirituais não irão se tornar parte de nosso viver diário se não aplicarmos uma quantidade razoável de dedicação e energia para torná-las hábitos em nossas vidas. É necessário um “sério esforço”, uma “longa obediência na mesma direção” como afirmou Eugene Peterson citando Friedrich Nietzsche.¹¹ A ideia de Peterson é que a caminhada cristã é uma longa peregrinação, uma obediência contínua enquanto seguimos sempre na mesma direção. Creio que esta é uma imagem que captura bem o esforço contínuo das disciplinas.

Quando todos esses elementos se unem – conhecimento, motivação, planejamento e esforço contínuo – temos um ambiente no qual as disciplinas podem prosperar como hábitos e assim cumprir seu papel: nos encaminhar na experiência de um relacionamento pessoal com o Eterno de maneira que sejamos transformados mais e mais a semelhança de Jesus, nosso Salvador.

³ PLANTINGA, Cornelius. *Não era para ser assim*. São Paulo: Cultura Cristã, 1998, p. 48

⁴ MERTON, Thomas. *A experiência interior*. São Paulo: Martins Fontes, 2007, p.71

⁵ HYBELS, Bill. *Simplifique*. São Paulo: Editora Vida, 2014, p.40

⁶ WILLARD, Dallas. *The Spirit of Disciplines*. New York: HarperOne, 1991, p.13

⁷ NOWEN, Henry. *Crescer: Os três movimentos da vida espiritual*. São Paulo: Paulinas, 2011, p.130

⁸ NOWEN, Henry. *Crescer: Os três movimentos da vida espiritual*. São Paulo: Paulinas, 2011, p.130

⁹ Nowen está neste trecho falando especificamente sobre a oração, mas creio que o conceito é válido para as disciplinas em geral.

¹⁰ NOWEN, Henry. *Crescer: Os três movimentos da vida espiritual*. São Paulo: Paulinas, 2011, p.120

¹¹ PETERSON, Eugene. *Uma longa obediência na mesma direção*. Cultura Cristã, 2004, p.12