

## Eu não gostava de reuniões de oração

### Quando eu afivelei a máscara...

Eu tinha dificuldade com reuniões de oração. Era difícil me concentrar no que estava fazendo, achava o andamento dessas reuniões pouco objetivo e, muitas vezes, tinha críticas ao conteúdo dos pedidos feitos – a meu ver, muitas vezes eram genéricos demais (do tipo “vamos orar pela paz no mundo”) ou focados em coisas que não deveriam merecer a atenção de Deus (do tipo “peço orações pelo meu cachorro”).

Mas, eu sabia que bons cristãos gostam de orar. Um bispo emérito da Igreja Metodista costuma dizer que a oração sempre está na ordem do dia, ou seja, oração deve ter prioridade. E o bispo está coberto de razão.

Eu vivia, então, uma situação conflituosa: era chamado a fazer algo importante para minha vida espiritual e não tinha motivação para fazer isso. E situações desse tipo permitem três tipos de resposta e eu precisava escolher uma delas:

- i. Aprender a gostar de fazer aquilo que era requerido - encontrar satisfação no ato de orar.
- ii. Assumir uma posição de rebeldia, do tipo “não gosto e não faço”, e, naturalmente pagar o preço que decorreria dessa postura (críticas e perda da reputação de bom cristão).
- iii. Vestir a máscara, fingindo gostar da prática, e achar meios de fugir dela através de desculpas (falta de tempo ou outra coisa assim).

Acho que você já sabe qual opção eu escolhi: vesti a máscara por bom tempo. Eu não tinha temperamento para ser rebelde e faltava-me maturidade espiritual para assumir que tinha uma lacuna na minha vida espiritual e trabalhar para superar o problema.

E assim, por bom tempo, fiquei com minha máscara afivelada e consegui manter intacto meu “prestígio” na comunidade, mas, é claro que isso atrapalhou meu desenvolvimento espiritual – eu até podia disfarçar a verdade junto às pessoas, mas não podia enganar o Espírito Santo.

**Será que alguma vez você já agiu assim em algum campo da sua vida espiritual?** Será que esse cenário é familiar para você? Acredito que sim. Seu problema pode ser conseguir orar (como era o meu), ou frequentar com assiduidade a Escola Dominical, ou se motivar a ajudar os miseráveis (uma irmã me disse, certa vez, que os miseráveis estavam naquela situação porque gostavam...), ou ainda estudar a Bíblia (conforme falamos na aula passada) ou até mesmo participar atentamente dos cultos. É comum as pessoas terem problemas em pelo menos um ou mais desses campos espirituais.

Eu tive que me virar meio sozinho e superar o problema meio na base da tentativa e erro. Levou algum tempo, mas eu consegui melhorar bastante. E espero que meu depoimento ajude você a lutar para superar suas próprias dificuldades.

### O que fazer para tirar a própria máscara?

Na minha experiência, há quatro passos que você vai precisar dar para superar um problema espiritual desse tipo:

- i. Aceite ter o problema
- ii. Busque ajuda
- iii. Descubra as raízes da sua dificuldade
- iv. Elimine essas raízes uma a uma

### Aceite ter o problema

Como já falamos, em aulas passadas, o primeiro passo sempre é aceitar que o problema existe, seja ele no campo da oração, do perdão, do estudo bíblico ou de outro qualquer. A tendência mais comum, antes da tomada de consciência, é ficar arranjando desculpas para justificar a dificuldade.

Uma desculpa muito comum é **minimizar a situação** - no meu caso, eu argumentava que oração é uma atitude passiva e eu era uma pessoa de ação, ou seja, minha própria natureza, coisa difícil de mudar, é que me afastaria da oração. Outra desculpa muito usada é **esconder-se em meio à multidão**, isto é, alegar que quase todo mundo tem a mesma dificuldade.

Essas desculpas me lembram do meu sargento, na época do serviço militar: quando eu chegava atrasado e dava uma desculpa do tipo “o trânsito estava ruim”, ele dizia que a desculpa explicava, mas nunca justificava, a falta cometida. E aplicava a punição devida.

Você precisa deixar as desculpas de lado e se convencer que precisa mudar e é isso que Deus espera. No meu caso, seria preciso fazer um esforço para mudar de atitude em relação à prática da oração, porque eu nunca conseguiria crescer espiritualmente sem construir um hábito forte de oração. Portanto, **minha opção era mudar ou mudar**.

### **Busque ajuda**

Você não vai conseguir mudar sozinho, vai precisar de ajuda. E a primeira ajuda que você deve conseguir é a que vem do Espírito Santo. E para chamá-lo a participar da sua luta, é preciso orar e confessar a dificuldade. No meu caso, isso gerou um paradoxo: para resolver a dificuldade de orar eu precisava começar a luta... orando. As coisas de Deus parecem mesmo loucura para o mundo.

Ao fazer essa oração pedindo ajuda, não use meias palavras. Afinal, Deus já sabe mesmo tudo que vai no seu coração – não é possível posar de bom cristão com Ele. Mas a Bíblia ensina que, se você confessar sua dificuldade sinceramente, Ele é tão misericordioso que perdoar e agir na sua vida:

*Se confessarmos nossos pecados, ele é fiel e justo para perdoar nossos pecados e nos purificar de toda injustiça. 1 João 1:9*

Outra ajuda que você pode ter é buscar inspiração na experiência de outras pessoas que já passaram e venceram dificuldades semelhantes à sua – você pode encontrar esses depoimentos, por exemplo, em livros escritos por cristãos sérios. E foi isso que fiz: fui atrás de alguns livros que tratavam do tema “oração”, para aprender com a experiência dos autores. E aprendi muito: seus depoimentos me abriram os olhos para várias questões das quais não tinha a menor ideia.

Finalmente, você de buscar também a ajuda de alguma pessoa que sirva como mentor/a. Pastores/as costumam cumprir bem esse papel, mas, além deles/as, outras pessoas podem ajudar também, como algum/a amigo/a que seja mais maduro/a espiritualmente do que você e com quem você se sinta confortável em compartilhar suas dificuldades. No meu caso, eu tive ajuda de um pastor que era muito amigo meu.

E não se acanhe em pedir esse tipo de ajuda. Qualquer pessoa que venha andando pela estrada do cristianismo sabe das dificuldades enfrentadas e vai entender suas dificuldades. O mais provável é que aconteça o contrário: você venha a crescer aos olhos dessa pessoa justamente por querer evoluir na sua vida espiritual.

### **Descubra as raízes da sua dificuldade**

O terceiro passo é identificar as raízes reais do problema, que vão muito além daquelas desculpas que você costumava dar para si mesmo e para os outros. Por exemplo, no meu caso, eu percebi que a maior dificuldade era me manter concentrado durante o ato de orar.

Outra coisa que me atrapalhava e também costuma gerar dificuldades para muitas pessoas, especialmente quando estão em público, é a preocupação em orar da forma correta. E isso acontece porque o ser humano sempre busca validação para seus atos.

## **Elimine essas raízes uma a uma**

Identificada as verdadeiras raízes da dificuldade, o próximo passo é procurar superá-las uma a uma. E não tente fazer tudo de uma vez só, como num passe de mágica, pois as coisas não funcionam assim. É preciso tempo e paciência.

Por exemplo, eu consegui melhorar minha dificuldade de concentração seguindo algumas dicas:

- Antes de entrar em oração, prestar atenção no que se passava na minha própria mente, isso porque, frequentemente, nem nos damos conta de estarmos distraídos. Trata-se de **tomar consciência dos pensamentos que podem atrapalhar a oração**, sejam eles mais simples (do tipo “eu estou com fome”) ou mais complexos (“não sei como vou pagar as contas amanhã”). Focar previamente nesses pensamentos torna mais fácil controlá-los.
- Começar a orar da forma certa, pois é preciso pegar um bom ritmo. Se você vai fazer uma sessão de ginástica, precisa antes aquecer os músculos para que respondam adequadamente e coisa similar acontece com a oração. Por exemplo, reserve alguns momentos para ficar em silêncio, em meditação, antes de começar a orar. Sempre comece a oração colocando o foco em Deus e nunca em você mesmo/a - comece dando graças por tudo que Ele já fez na sua vida, deixando para depois os seus pedidos. Se você tiver alguma dificuldade com os pensamentos que teimam em atrapalhar sua concentração, confesse-os a Deus e peça ajuda.

Eu aprendi também algumas coisas importantes quanto à forma de orar. E a primeira delas é que a avaliação da oração que importa mesmo não é aquela feita pela pessoa ao lado na reunião de oração e sim a feita por Deus. É com Ele que é preciso se preocupar.

Aprendi também que cada pessoa tem um tipo diferente de relacionamento com Deus – umas se sentem mais íntimas dele e outras o tratam com mais cerimônia. Isso depende da cultura onde a pessoa foi criada, da trajetória espiritual dela, do seu momento na vida e assim por diante. Assim, é natural que pessoas diferentes falem com Deus de forma também diferente.

Isso significa que não há uma fórmula certa para orar, que precisa ser seguida por todo mundo. E se adotássemos esse caminho, deveríamos usar o “Pai Nosso”, a fórmula de oração ensinada pelo próprio Jesus.

Portanto, é perda de tempo fazer comparações entre a própria forma de orar e a de outras pessoas que parecem ser mais espiritualizadas.

E também aprendi a nunca tentar “importar” fórmulas de terceiros, pois elas talvez funcionam para algumas pessoas, mas provavelmente não trazem bons resultados para outras.

Finalmente, a oração deve ser uma manifestação da individualidade da pessoa, toando-se mais sincera e autêntica. E Deus sempre recebe a oração sincera e respeitosa. E somente a prática mostra a forma como cada pessoa se sente confortável falando com Deus. Então é preciso praticar a oração, sempre que possível, tanto para adquirir intimidade com Deus, como para desenvolver o próprio estilo de oração.