

# HÁBITOS

*“Vinde a mim todos os que estais cansados e sobrecarregados e eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo e aprendei de mim que sou manso e humilde de coração; e encontrareis descanso para as vossas almas. Porque o meu jugo é suave e meu fardo é leve.” (Mt 11:28-30)*

A decisão de seguir os passos do Mestre implica em uma vida de obediência e de renúncia (Mt 16:24-25). Muitas pessoas entendem que, por isso, ser um verdadeiro cristão é algo demasiadamente “pesado”. Nessa fala de Jesus registrada em Mt 11:28-30, o Mestre fala justamente sobre isso. Jesus está se dirigindo a pessoas que precisavam aprender a viver de certa forma, mas isso representava um enorme peso para elas.

O jugo (ou canga) é um acessório usado para manter unidos uma parelha de bois durante os trabalhos agrícolas e de transporte. É comum que, em tais parelhas de animais, um seja mais experiente que o outro e o menos experiente aprenda com o mais experiente durante a caminhada. Eles precisam fazer os mesmos movimentos para sincronizar os passos.

Para os judeus da época, jugo também remetia ao conjunto de regras resultantes da interpretação que determinado rabino (mestre da Lei) fazia da Torá, e que deveria ser seguida por seus discípulos. Cada rabino tinha o seu jugo. Jesus com essa fala declara que era Rabbi (mestre) com um jugo diferente dos demais rabinos.

Jesus declara: venham a mim, aprendam comigo, andem comigo. Sincronizem seus passos com os meus. E verão que o meu jugo é suave e meu fardo é leve. Aprenderão de mim que a intenção do Pai não é ter filhos que saibam um conjunto de regras difíceis de cumprir, mas filhos que tenham o caráter do Pai e que conheçam os valores e os princípios de um Reino eterno. Contudo, desenvolver o caráter de Deus é igualmente difícil! Como cristãos, nosso alvo de vida é sermos semelhantes a Jesus (Rm 8:29), o primogênito do Pai. E, antes de nos sentirmos “cansados e sobrecarregados” com esse propósito, precisamos entender o que isso significa.

Ao ver uma bela performance de um grande profissional, artista ou atleta, por vezes desejamos conseguir fazer o mesmo. Todavia, o desejo tem como foco apenas os momentos de glória e evidência. É como ouvir uma cantora lírica, desejando conseguir cantar de forma semelhante, ou ver o desempenho do campeão

de Ironman, almejando ter a mesma resistência física. O foco do desejo, contudo, raramente será trilhar os anos de estudo, as horas de treinamento e de ensaios, os cuidados com o corpo, com a voz, as privações e a manutenção da boa forma física e mental baseada em uma vida regrada e cuidadosa.

Alguns querem, sinceramente, ser semelhantes a Jesus, mas apenas nos momentos de proeminência. Quando Jesus afirma que seu fardo é leve é porque, como “filho do homem”, ele se preparou para carregá-lo. Na preparação, Jesus orou, jejuou, meditou, clamou ao Pai nas madrugadas, leu as escrituras, decorou textos, serviu, submeteu-se e afastou-se das plateias (Is 53:7, Mc 1:35, Mt 4:1-2, Mt 17:1-2, Mt 14:23, Mc 14:32, Jo 6:15).

**DISCIPLINAS ESPIRITUAIS:** Jesus andava com o Pai e ensinou aos seus discípulos que esse caminho é marcado, sobretudo, por passos de obediência e de perseverança. Disciplina refere-se a um estado de obediência. Jesus foi obediente e ensinou os seus discípulos a trilhar esse caminho. Didaticamente, chamamos as práticas cotidianas de Jesus em seu relacionamento com o Pai de “*disciplinas espirituais*”. Se temos que ser “semelhantes” a Jesus, que assim o sejamos em tudo (Rm 8:17).

As Disciplinas Espirituais são a continuidade da manifestação da **graça de Deus** em nossas vidas. Em tempos em que as pessoas são definidas por suas exterioridades, falar de disciplinas interiores (Mt 6:4,6,18) pode gerar uma sensação de inutilidade. Essa valorização do exterior já era algo comum também nos tempos de Jesus (Mt 23:27). O homem externaliza aquilo que já faz parte do tesouro do seu coração em seus hábitos cotidianos (Lc 6:45). Esses hábitos residem no interior do homem (de dentro para fora) e, ao mesmo tempo, moldam o coração humano (de fora para dentro). O que adoramos se reflete em nossos hábitos. Se Deus é o centro do nosso coração, nossos hábitos vão refletir isso. Por outro lado, cultivar hábitos de adoração mantém nosso coração alinhado com a vontade do Pai.

O pecado adoece a condição humana (Rm 3:9-18) e contamina nossos hábitos (Rm 7:5). Deus, por meio de Cristo, nos salva e nos supre de fontes legítimas de novos hábitos (Rm 7:23-25). Pela salvação em Cristo somos feitos pertencentes a um Reino espiritual (Rm 8:5-6), onde uma gama de dons e capacidades espirituais são postos à nossa disposição para vencermos o mundo (Lc 24:49 e At 1:8). Contudo, não há qualquer virtude espiritual sem Jesus. Todas as virtudes são virtudes dEle (1 Co 1:30-31, Tg 1:17), herdadas por aqueles que se tornam filhos e cujas vitórias e bênçãos estão nEle (Cl 2:9-10; Ef 1:3). Cumprimos nEle toda a Lei (Rm 8:3-4).

Por outro lado, o esforço humano nunca terá êxito sobre hábitos arraigados no pecado. Boas ações, quando no íntimo tem a intenção de autopromoção e auto idolatria, podem enganar os seguidores nas redes sociais, mas não enganam a Deus (Cl 2:22-23). É o poder de Deus, por meio da atuação do Espírito Santo, que nos capacita a vencer o pecado, fazer a obra de Deus, divulgar o evangelho e vencer nossos antigos hábitos. Ou seja, disciplinas espirituais não “criam” essas virtudes, como cantar não cria a voz e correr não cria músculos. Cantar torna a voz que Deus deu bela; e correr fortalece e aumenta os músculos que já estavam lá. Lembre-se: como nos diz Tiago, se uma coisa é boa é porque veio de Deus (Tg 1:17).

Isso diferencia o jugo do mestre Jesus de todas as religiões. As religiões, invariavelmente, criam liturgias e regras de vida com o objetivo de desenvolver o ser humano. Segundo o evangelho, não temos nada de bom a oferecer e tudo que somos teve que passar pela cruz (Rm 3:10-11 e Is 64:6). Não há treinamento que resolva isso. O Caminho não são regras, mas é uma pessoa, Jesus! E ele cumpriu tudo. Citando Richard J. Foster: “Sozinhas, as Disciplinas Espirituais nada podem fazer; elas podem nos colocar no lugar onde algo passa a ser feito”.

Fomos tornados justos (justificados). Somente no livro de Romanos isso é repetido por 35 vezes. A “justiça” é um dom (um presente) e nenhum esforço fará diferença nisso. As virtudes são como um fruto e cresceram naturalmente (Gl 3:22-23), mas isso não significa que não há mais nada a ser feito por nós. As *disciplinas espirituais* não salvam nem criam virtudes, mas refletem os *hábitos cotidianos dos adoradores* (Jo 4:23). Deus transforma nosso coração e nossa vida e torna fatos espirituais (realidades invisíveis) em fatos vivenciados no mundo visível e materializados na nossa vida em uma nova mente e em novos hábitos (Rm 8:5-11).

Finalmente, cabe uma advertência sobre um risco constantemente relacionado às *disciplinas espirituais*: torná-las regras impostas como o jugo dos fariseus, em um caminho de fardos e esgotamento. A isso chamamos “legalismo”. Quando tornadas “leis”, cumpridas como ritos, as disciplinas espirituais são reduzidas a uma religiosidade exterior e “pesada”, como a dos rabinos que Jesus confrontou.

As Disciplinas Espirituais são em sua maioria discretas, muitas são até mesmo secretas (Mt 6:6). Todas são obras internas e, por isso mesmo, autênticas e impossíveis de serem manipuladas. E só nelas sentiremos a leveza do fardo e a suavidade do jugo do Senhor Jesus. Uma nova vida requer novos hábitos. Vamos aprender com o Mestre?

## **PARA REFLEXÃO:**

Como está a nossa vida interior e nossos hábitos? Sentimos o fardo religioso de ter que cumprir coisas que não são exatamente reflexo de mudanças interiores amadurecidas? Quanto que a vida de aparências, supervalorizada no mundo de hoje, tem contaminado nosso relacionamento com Deus? Compreendemos a incoerência de declarar amor e devoção a Deus e ter hábitos dissociados dos hábitos de Jesus? Como temos, como família cristã, nos apoiado mutuamente a perseverar individualmente nas disciplinas espirituais tais como leitura bíblica e oração?

## **PARA ORAÇÃO:**

Como fez Davi no Salmo 139:23-24, vamos pedir ao Espírito Santo um exame profundo do nosso coração e a revelação do diagnóstico. Vamos confessar o nosso pecado e firmar diante do Pai o propósito de uma vida perseverante nas disciplinas espirituais, reconhecendo que isso só faz sentido se for de dentro para fora e pela graça e misericórdia de Deus. Vamos pedir que, nas próximas semanas, Deus nos conduza pelo caminho eterno, moldando nosso coração e mudando nossos hábitos.