

Sobre a Oração

Do Livro de Teófilo Hermesista

I. A Ciência da oração (da carta 15).

Escreve-me que rezou com dedicação e se acalmou, recebendo uma certeza interior de que vai ser livre daquilo que a maçava; e depois, na verdade tudo se resolveu.

Lembre-se como rezou aqui e tente rezar sempre assim, para que a oração venha do coração e não apenas da boca ou do pensamento...

Não lhe vou esconder, mesmo que já tenha rezado assim, dificilmente conseguirá rezar assim sempre, tal oração é doada por Deus, ou despertada pelo Anjo da guarda. Ela aparece e desaparece, mas disso não podemos concluir que podemos deixar de nos esforçar por ela. Ela aparece quando alguém se esforça, a quem não se esforça ela não aparece. Nós vemos que os santos se esforçavam muito pela oração e com o seu esforço criavam em si um espírito de oração. A imagem de como eles conseguiram isso foi deixada por eles nos seus livros. Tudo o que nos foi dito compõe a ciência da oração, que é a ciência das ciências. Mais tarde vamos falar dessa ciência, agora toquei no assunto só de passagem. E ajunto ainda: não há nada mais importante do que a oração, ou seja, devemos nos esforçar por ela o mais dedicadamente possível. Que Deus lhe ajude em tal esforço.

II. Desconcentração das idéias durante a oração (da carta 31).

O pensamento desconcentra-se durante a leitura das orações - O que fazer? Disso ninguém está livre. Mas aí não há pecado, e sim inoportunidade. Isso torna-se pecado quando alguém desenvolve idéias inoportunas propositadamente. E quando elas fogem despropositadamente, qual é a culpa? A culpa aparece, quando alguém repara que as idéias não estão no lugar e continua a desenvolvê-las. É preciso que seja assim: quando uma idéia começa a escapar, coloque-a logo no seu devido lugar.

Para que no tempo da oração, as idéias se desconcentrem menos é preciso concentrar-se em rezar com calor; e para isso - antes de começar as orações - é preciso aquecer a alma refletindo e fazendo vênias.

Habitue-se a rezar com as suas próprias palavras. Como por exemplo, as orações da noite consistem em: agradecer a Deus pelo dia e por tudo, com que se encontrou durante o dia, de bom ou de mau. É preciso ter penitência por tudo que foi feito de mau durante o dia, pedir perdão, prometendo modificar-se no dia seguinte e pedir a Deus defesa durante o sono. Diga tudo isto a Deus do seu pensamento e do seu coração. As orações da manhã consistem em: agradecer a Deus pelo sono, pela renovação das forças e pedir-Lhe que durante o dia a ajude a fazer tudo em Sua glória. E isso diga a Ele de todo o seu coração e pensamento. E também, de manhã e à noite, diga a Deus as suas necessidades, mais as da alma, e se for preciso as exteriores, dizendo-Lhe como uma criança: - Senhor, vê a minha fraqueza e falibilidade, ajuda, e cura-me! Tudo isso ou do gênero pode ser dito perante Deus pelas suas próprias palavras não recorrendo ao livro de oração. E isso pode ser melhor. Experimente, se der resultado, pode deixar o livro de oração, se não der, é preciso rezar com o livro, se não a oração pode acabar completamente sem sentido.

Para rezar pelo livro e se concentrar nas idéias e aquecer o coração, é preciso tempo livre - além de rezar, sente-se e medite bem sobre o conteúdo de cada oração e sinta-as. Quando começar a lê-las depois disso na oração - da manhã ou da noite - todos os sentimentos e idéias que conseguiu obter enquanto refletia, vão se renovar e aquecer o coração. Nunca leia orações apressadamente. E mais: esforce-se por aprender orações de-cór. Isso ajuda muito a não se distrair durante a oração. E é preciso aprender a rezar como a qualquer outro trabalho.

III. Arrefecimento. (da carta 42).

O inimigo desta disposição radical, conseqüentemente o inimigo mais grave, você definiu bem-o arrefecimento. Ó coisa mais amarga! Mas saiba que nem toda a diminuição de calor é o destruidor do arrefecimento. Ele pode aparecer em consequência da queda de forças físicas, ou doença. Tanto uma como outra - não faz mal, passa. Grave é o arrefecimento que resulta do prepositado desvio à vontade de Deus, com paixão a algo que não é divino, em oposição à consciência que nos tenta explicar e fazer parar. Isso amortece o espírito e corta a vida espiritual. É isso que deve temer mais, tema como o fogo, como a morte. Ele pode resultar em consequência da perda de atenção em si e a perda do temor de Deus. A isso tenha atenção para evitar tamanho mal. O que diz respeito aos casos de arrefecimento despropositado, resultante da queda de forças ou doença, existe uma única regra: aguentar, não infringindo os habituais costumes pios, mesmo que eles sejam feitos sem nenhum gosto. Quem aguenta isso pacientemente, afasta-se logo do arrefecimento e o coração volta a ter o habitual zêlo. Tome isso em atenção e mantenha a partir de agora duas coisas em mente: em primeiro lugar, de maneira nenhuma deixar arrefecer o seu zêlo, e em segundo, em caso de arrefecimento

despropositado - puxar e puxar pelos costumes habituais tendo a certeza que essa realização fria das coisas vai fazer voltar a vitalidade e o calor do esforço.

IV. A oração curta (da carta 42).

Para ser mais fácil habituarmos-nos a lembrar sempre de Deus, os cristãos zelosos têm uma maneira especial, concretamente - repetir sem parar uma curta oração - de duas ou três palavras. A maior parte das vezes ela é " Senhor, tem piedade! " - "Senhor Jesus Cristo, tem piedade de mim pecador! ." Se você nunca ouviu falar disso, ouve-o agora e se nunca agiu assim, comece então desde já.

V. O tempo necessário para a radicação da constante lembrança de Deus (da carta 43).

Inspiro-a! Comece dedicadamente e continue sem interromper - logo alcançará o que procura. Estabelecer se há uma venerante atenção unicamente em Deus- e com ela virá a paz interior. Digo: logo, entretanto, não será depois de um dia ou dois. Será preciso meses se não forem anos! Peça a Deus, e Ele Próprio a ajudará.

VI. A oração como regra (da carta 49).

Você pergunta sobre a regra da oração. Sim, é preciso ter regra, devido à nossa fraqueza, para que de um lado a nossa preguiça não se estique e do outro o nosso zelo se mantenha em medida. Os mais nobres da oração tinham regra e mantinham-na. - Cada vez eles começavam pelas orações estabelecidas, e se depois lhes ia ao encontro a oração independente eles deixavam-nas e rezavam com a sua própria oração. Se eles assim faziam quanto mais nós o temos que fazer. Sem orações estabelecidas nem sabemos mesmo como rezar. Se elas não existissem ficaríamos mesmo sem oração alguma.

Entretanto, não é preciso arranjar muitas orações. Um número pequeno de orações rezadas como devem ser, é melhor do que muitas orações rezadas com pressa, o que é difícil de aguentar, se a sua quantidade não é à medida do esforço.

Para si acho inteiramente suficiente a realização, de manhã e à noite, das orações que estão estabelecidas nos livros, as da manhã e antes de deitar. Só que tente lê-las cada vez com a máxima atenção e respectivos sentimentos. Para ter mais progresso nisso, no tempo livre esforce-se por lê-las todas, considerar e sentir, para que quando começa a lê-las na sua regra da oração, lhe sejam conhecidos os pensamentos e sentimentos sagrados que se encontram nelas. Oração não significa apenas lêr as orações, mas sim, reproduzir em si o seu conteúdo, e dizê-las como se elas viessem da nossa mente e do nosso coração.

Depois de considerar e sentir as orações, esforce-se por decorá-las para já não se preocupar com o livro e com a luz quando chegar o tempo da oração, para que no tempo da sua execução, não se distraia com o que os olhos vêem, e para que seja mais favorável o contato interior com Deus. Você verá o muito que isso ajuda. E também é muito importante o fato de que em qualquer lugar ou situação é como se tivesse o livro de oração consigo.

Preparando-se assim, quando rezar, preocupe-se em guardar o seu pensamento das vaporizações (de idéias) e o seu sentimento da frieza e indiferença, tentando de todas as maneiras concentrar a atenção e aquecer o sentimento. Depois de cada oração faça vênias, quantas achar necessário, com a sua palavra sobre a necessidade que sinta ou com a habitual oração curta. Com isso o tempo de oração prolonga-se, mas a sua força aumenta. Reze mais tempo por si, principalmente quando acabar as orações escritas, pedindo perdão pela distração despropositada, e entregando-se a Deus para todo o dia.

Também durante o dia deve manter a oração com atenção a Deus. Para isso, como já foi dito várias vezes - lembrança de Deus, e para isso - a oração curta. É bom, muito bom aprender de cór alguns salmos e lê-los durante o trabalho ou entre os trabalhos, as vezes em vez da oração curta, refletindo. Isto é um costume dos antigos cristãos posto em prática ainda por São Pakórnio e Santo Antônio.

Passando assim o dia, reze à noite com mais atenção e dedicação, aumente as vênias, e os seus pedidos a Deus e de novo entregando-se a Deus vá se deitar com a oração curta na língua, e adormeça com ela ou com a leitura de algum salmo.

Que salmos deve decorar? Decore aqueles que lhe caírem no coração quando os lêr. Para uns, certos salmos têm mais estímulo do que outros. Comece por: Tem misericórdia de mim, ó Deus (salmo 50 (51)), depois, Bendize ó minha alma ao Senhor (salmo 102 (10)), Louvai ao Senhor ou minha alma (salmo 145 (146)), - os salmos que se cantam na liturgia; - ainda os salmos iniciais das orações antes da santa comunhão: O Senhor é meu pastor (salmo 22 (23)), Do Senhor é a terra e a sua plenitude (salmo 23 (24)), Amo ao Senhor porque ele ouviu a minha voz (salmo 115 (116)), o primeiro salmo Apressa-Te Deus em me livrar (salmo (69/70), os salmos das horas... entre outros. Leia o livro dos salmos e escolha.

Decorando tudo isto você vai permanecer com o armamento todo de oração. Quando aparecer algum pensamento que a confunda, tenha pressa em se direcionar ao Senhor, com a oração curta ou com a leitura de algum salmo - especialmente: Apressa-Te Deus em me livrar.. e a nuvem que a confunde desaparece logo.

Aí tem tudo sobre a regra da oração, e ainda repito: - lembre-se, que tudo isto é para facilitar, o mais importante é - **permanecer conscientemente perante Deus no seu coração, com veneração e cair aos seus pés com dôr.**

VII. Regra da oração formada pela oração curta (da mesma carta).

Veio-me à cabeça dizer-lhe mais isto! Pode limitar a sua regra da oração apenas com vênias, a oração curta e as suas próprias palavras. Comece a fazer vênias dizendo: Senhor, tem piedade! ou outra oração expressando a sua necessidade, louvor ou agradecimento a Deus. Para que a preguiça não entre nisso, é preciso determinar a quantidade de orações, ou o tempo que a oração deve durar, ou uma e outra coisa juntas.

Isso é indispensável porque todos nós temos uma singularidade incompreensível. Quando, por exemplo, estamos ocupados com algo exterior, as horas passam num minuto, mas quando começamos a rezar, nem um minuto passa e já nos parece que estamos rezando por muito tempo. Essa idéia não é prejudicial quando a oração é realizada segundo uma regra estabelecida. Quando alguém reza só fazendo vênias e dizendo a oração curta, aí apresenta-se uma grande tentação, pode fazer parar a oração que mal começou, deixando uma falsa certeza de que a oração foi como deve ser. Por isso os oradores benévolos para não se submeterem a essa mentira inventaram o rosário, que se oferece para uso a aqueles que não querem rezar pelo livro mas, por si. Utiliza-se ele assim: dizem -Senhor Jesus Cristo, tem piedade de mim pecador, ou pecadora e passam um rosário entre os dedos, dizem outra vez e passam outro e etc- durante cada oração fazem uma vênia, baixando-se ou caindo ao chão, como quiserem ou então nos rosários pequeninos baixando-se e nos rosários grandes caindo ao chão. Aí a regra baseia-se num determinado número de orações com vênias, onde podem entrar outras orações ditas pelas suas palavras. Para que aí não se deixe enganar pela pressa, ao dizer as orações e a fazer vênias, ao determinar a quantidade de vênias, determina-se também o tempo de oração, para cortar com a pressa, e se ela aparecer complete o tempo acrescentando novas vênias.

Quantas vênias devemos fazer por cada oração, nós temos no livro Sliedovannaia psaltir: no final, e em duas proporções - para os dedicados e para os preguiçosos ou ocupados. Os monges experientes que ainda hoje vivem em dependências de conventos em celas características. Por exemplo: no Valaani ou Solovki, realizam assim todas as missas. Se quiser, ou se alguma vez quiser, pode realizar a sua regra dessa maneira. Mas primeiro esforce-se por realizar como está escrito, pode ser que não haja necessidade de estabelecer uma nova regra. Mas para qualquer caso mando-lhe um rosário. Você faça assim! Repare quanto tempo passa durante as suas orações da manhã, e da noite, depois sente-se, diga a sua oração curta pelo rosário, e veja quantas orações diz durante o tempo que costumava ser preciso para a oração. Esse número que seja a medida da sua regra. Não faça isso durante as orações mas faça com a mesma atenção. Depois realize a sua regra de pé e fazendo vênias.

Ao lêr isto, não pense que a estou a mandar para o convento. Sobre a oração pelo rosário eu própria ouvi pela primeira vez de uma pessoa da sociedade e não de um monge. Muitos homens e mulheres rezam assim. Isso lhe vai ser preciso. Quando rezar com orações que decorou, de outras pessoas, e não a comover, pode rezar desta maneira um dia ou dois, depois reze outra vez com as orações que decorou, e assim - alternadamente.

E ainda repito: A natureza da oração consiste em erguer a mente e o coração para Deus. Estas regras são para ajudar. Não podemos passar sem elas, somos fracos.

VIII. A indispensabilidade de se esforçar bastante antes que veja resultado (da carta 48).

Escreve-me que não consegue organizar os seus pensamentos, fogem todos e a oração não vai como gostaria que fosse; e de dia entre outras ocupações, encontros com outros, quase não se lembra de Deus.

Não pode ser de repente, é preciso esforçar-se bastante para colocar os pensamentos no lugar, pelo menos um pouco; da maneira como você o esperava: mal começa já tem tudo, - nunca acontece.

IX. É indispensável se forçar a rezar. (da mesma carta).

Você tem um livro de conversas do santo Macário do Egito. Leia a conversa número 19 - sobre o fato de que os cristãos precisam se forçar para qualquer boa ação. Aí está escrito que "é preciso se forçar a rezar se não tem oração de espírito," e que "nesse caso Deus vendo que a pessoa se esforça muito e que se prende contra a vontade do seu coração, (ou seja, prende os seus pensamentos) dá-lhe a verdadeira oração," ou seja sem distração, organizada, profunda, quando o pensamento não se afasta de Deus. Mal o pensamento começa durante a oração, comece a estar com Deus sem se afastar, já não vai querer se distanciar Dele, porque com isso está ligada uma espécie de doçura, da qual você prova e não quer outra.

O esforço que se deve utilizar aqui exatamente, já o disse várias vezes: não soltar os pensamentos propositalmente, e quando fugirem sem que o queira, voltar a pô-los no lugar, repreendendo-se com arrependimento e mágoa por tal desorganização. O Santo Klimacus, sobre isso diz que "é preciso fixar o seu pensamento forçosamente nas palavras da oração."

Quando decorar as orações como lhe escrevi na carta anterior, pode ser que a coisa vá melhor. O ideal seria ir à Igreja, aí se abriria mais facilmente o espírito de oração, porque aí está tudo direcionado para isso; mas para si isso não dá jeito. Então esforce-se em casa por aprender a rezar sem distração e o resto do tempo permanecer com Deus quanto puder. Decorando as orações, não se esqueça de se aprofundar em cada palavra e senti-la, assim quando rezar, essas palavras vão atrair a sua atenção e aquecer o sentimento da oração.

X. *Preparação para a oração (carta 48).*

Faça ainda isto. Não se ponha a rezar de repente, depois dos deveres da casa, conversas, corridas, mas preparando-se um pouco para estar devidamente perante Deus.

Estabeleça em si um sentimento de necessidade de orar exatamente nessa hora, porque pode não haver outra. Não se esqueça de renovar na consciência as suas necessidades espirituais, e mais próximo a sua necessidade atual - concentração dos pensamentos na oração, com o desejo de encontrar consolação para elas, - unicamente em Deus. Quando tiver no coração a consciência e sensação destas necessidades, Ele Próprio não deixará os pensamentos fugirem, mas a obrigará a rogar ao Senhor por eles. Mais que tudo você sentirá a sua inteira incapacidade, que se não fosse Deus estaria completamente perdida. Se alguém está em perigo, e tem perante si a face capaz de o livrar desse perigo, será que apesar disso vai olhar para os lados? Não cairá perante ela e rogará? Assim será consigo quando começar a oração com o sentimento de que está em perigo e consciente de que unicamente Deus a pode livrar desse perigo.

Por trás de todos nós existe um pecado - qualquer trabalho, por menor que seja, começamos com alguma preparação, mas a oração começamo-la de passagem - e temos pressa em acabá-la como se fosse um trabalho de passagem à parte de todos os outros, e não o mais importante deles. De onde é que quer conseguir a concentração das idéias e sensações durante a oração nessas circunstâncias? É por isso que ela corre à balda, desorganizadamente.

Não - faça o favor de negar a si nesse pecado, e de nenhuma maneira reze só de passagem. Meta na cabeça que essa relação à oração é um crime, um crime horrível - penal. Considere a oração como o primeiro dos seus deveres, e tenha-a assim no coração. Então comece a oração como o primeiro dever e não como um entre outros.

Esforce-se, Deus será seu ajudante. Mas atenção, tem que realizar aquilo que vos é escrito. Se começar, logo-verá o fruto. Esforce-se por sentir a doçura da verdadeira oração. Quando sentir, isso vai atrair e inspirá-la para a oração, difícil e atenciosa.

XI. *Ocupações da vida. (da carta 49).*

Nós temos uma credibilidade, que é quase geral, de que mal começamos os trabalhos de casa, ou fora, saímos da área dos trabalhos divinos ou que agradem a Deus. Por isso quando nasce o desejo de se louvar à Deidade ou se fala nisso, normalmente junta-se com isso a idéia de que é assim, tem que fugir da sociedade, fugir de casa - para o deserto ou para a floresta.

Mas nem uma coisa nem outra é assim. Os deveres da vida e da sociedade, dos quais depende a existência de casas e comunidades, foram estabelecidos por Deus e a sua realização não é uma fuga para a área que não agrada Deus mas sim, a de caminhar em deveres divinos. Tendo essa falsa credibilidade, todos agem assim, preocupados com os deveres da vida e da sociedade, não se preocupando nem um pouco de pensar em Deus. Vejo que essa credibilidade se apoderou de ti. Faça o favor de se livrar dela, e aumente a certeza de que tudo o que você faz agora, em casa ou fora, como filha, como irmã e como cidadã, é divino e agrada a Deus; porque para tudo relacionado com isso existem os próprios mandamentos. E o seguimento deles, como pode não agradar a Deus? Com essa credibilidade você torna-os desagradáveis para Deus, porque não os realiza com a disposição que Deus desejava que eles fossem realizados. Você não está a fazer trabalhos divinos divinamente. Eles perdem-se de graça - e ainda afastam o pensamento de Deus.

Corrija isso, e a partir de agora comece a fazer todos esses deveres com a consciência de que para fazê-los - existe um mandamento e faça como cumpre um mandamento de Deus. Se pensar assim, nenhuma ocupação de vida vai afastar seus pensamentos de Deus, mas, pelo contrário, vai aproximá-lo a Ele. Todos somos escravos de Deus. A cada um Ele deu um espaço e um dever, e observa como é que cada um o cumpre. Ele está em todo o lado, e também olha por ti. Tenha isso na cabeça, e faça cada dever como se lhe fosse ordenado por Deus. Qualquer que seja esse dever.

Faça assim as coisas da casa. Quando vem alguém de fora ou você vai para fora, tenha na cabeça em primeiro lugar que, foi Deus quem lhe mandou essa pessoa e observa se você a recebe ou age com ela divinamente, e em segundo - que Deus lhe confiou esse trabalho fora de casa, e observa se você o faz como Ele quer que o faça. Se você se dispuser assim, nem os deveres da casa, nem os de fora, vão distrair a sua atenção em Deus, pelo contrário, vai segurá-la junto Dele, e fazê-la refletir como

fazer determinado trabalho para agradar a Deus. Vai fazer tudo temendo Deus e esse temor vai segurar o seu pensamento inseparável Dele.

Faça o favor de acertar bem o que é que agrada a Deus, dentro ou fora da família, utilizando para se orientar, livros nos quais estão indicados os deveres obrigatórios para cada lugar. Acerte isso bem - para que nas atuais regras de vida e da sociedade, possa reconhecer o que foi trazido pela confusão, paixões e adultério. Depois da sua tomada decisão de louvar a Deus, é lógico que se afaste disso, sem precisar que a lembrem.

XII. *Despertar no coração algum sentimento por Deus (da carta 52).*

Gostaria de entrar mais depressa nesse paraíso? Faça o seguinte: não deixe a oração enquanto não despertar em si algum sentimento por Deus seja: veneração, agradecimento, magnificidade, humildade, quebrantação ou esperança...

XIII. *Negligência e pressa durante a oração (da carta 71).*

Onde é que se foi a sua oração? Ela parecia ter começado bem e você até já sentia a sua boa ação no coração. Eu vou lhe dizer onde é que ela se foi. Tendo rezado uma ou duas vezes com esforço e calor, e no Santo Sérgio e tendo sentido uma rápida ajuda em consequência da oração, você pensou que a sua oração já se tinha fixado e que não tem necessidade de se preocupar muito com ela: que ela vai bem por si mesma. Dando lugar a tal idéia, você começou a rezar negligente e apressadamente e deixou de prestar atenção aos pensamentos. Por isso a atenção foi diminuindo, os pensamentos dispersavam-se para todo o lado, e a oração não era sentida no coração. Agiu assim uma ou duas vezes e a oração desapareceu por completo. Comece a oração novamente e peça por ela ao Senhor.

XIV. *Ainda sobre a pressa na oração (da mesma carta).*

Suponho que tenha começado a realizar apressadamente a sua regra de oração, - à balda, só para a cumprir. - Imponha desde agora como lei - nunca rezar à balda. - Nada ofende tanto o Senhor como isso. É preferível não lêr as orações todas que devia, mas lêr com temor a Deus e veneração do que lêr tudo à balda. É melhor lêr só uma oração ou, caindo de joelhos, rezar por suas palavras do que agir assim. Começou a rezar dessa maneira, por isso não tem fruto. Faça o favor de se repreender por tal negligência. Tenha em mente que ninguém dos que rezam com atenção e esforço não deixam a oração sem sentir o seu efeito. Grande é o bem do qual nos privamos, deixando de rezar negligentemente.

XV. *A regra de oração dependente de uma duração determinada (da mesma carta).*

De onde aparece a pressa durante a oração? Parece incompreensível. Entre outros deveres, passam horas, e não parece muito - mal nos pomos a rezar, logo parece que lá estamos há muito tempo, e então começamos a apressar para acabar mais rápido. A oração assim não tem sentido nenhum. O que se deve fazer para não cair nessa mentira? Fazem assim: Destinam para a oração um quarto de hora, ou meia hora, ou uma hora, como lhes der mais jeito, assim o som do relógio - passada meia hora ou uma hora - lhes dá sinal sobre o final da oração. Dessa maneira, começando a rezar não se preocupam em lêr tantas orações, mas em se dedicar a Deus no tempo estabelecido. Outros, determinando para si o tempo da oração, procuram saber quantas vezes podem passar o rosário calmamente. Assim pondo-se a rezar, vão passando o rosário sem pressa um determinado número de vezes e, nesse tempo, em mente estão perante Deus ou conversam com ele em próprias palavras ou lêem algumas orações ou, nem uma coisa nem outra, simplesmente fazem vênias perante a sua imensa glória. Tanto uns como outros aprendem a rezar de maneira a que esses minutos para eles se tornem agradáveis. É raro quando eles rezam apenas no tempo determinado, mas geralmente duplicam e até o triplicam. Escolha uma dessas maneiras e segure-se a ela sem largar. Não podemos passar sem determinadas regras. Os oradores que se esforçam há muito é que já não precisam de regras.

Já lhe escrevi que decorasse orações e começando a rezar, as lesse de cór sem pegar no livro. Isso é bom, começando a rezar, leia a oração ou o salmo que decorou e receba cada palavra não só com a mente mas também com o sentimento. Se alguma palavra da oração despertar os seus suspiros para Deus, não os corte, deixe-os continuar. A sua preocupação não é lêr tanto ou tanto mas é apenas estar na oração um determinado tempo que você vai saber ou pelo relógio ou pelo rosário. Não há necessidade de lêr apressadamente, mesmo que leia só uma oração ou um salmo durante o tempo todo, não faz mal. Um indivíduo contou que acontecia muitas vezes durante o tempo todo que se tinha determinado para a oração, lêr apenas o - Pai nosso. Porque cada palavra se transformava numa oração. Outro disse que quando lhe contaram que se pode rezar assim, ele passou todas as matinas em oração venerante, lendo - Tem misericórdia de mim, ó Deus, e não teve tempo de concluir o salmo.

XVI. Oração - a raiz de tudo (da mesma carta).

Tem que se habituar a rezar assim, e se Deus quiser em breve vai desenvolver em si a oração. Aí já não será preciso regra alguma. Esforce-se, se não, não vai prestar para nada. Se não tiver progresso na oração, não espere progresso em mais nada. Ela é a raiz de tudo.

XVII. Ainda sobre a indispensabilidade da oração por próprias palavras (da carta 79).

Tudo é de Deus. A Ele é que temos que recorrer. E você escreve que não reza. Muito bem! Você resolveu ser muçulmana ou quê?! Como não rezar? Você não precisa ler orações escritas, - mas diga-Lhe em suas próprias palavras o que tem na alma e peça ajuda. Vês Senhor o que se passa comigo? Isto e aquilo, não consigo suportar. Ajuda-me Todo-misericordioso! Diga-Lhe cada bocadinho da sua necessidade, e para tudo peça a ajuda correspondente. E essa será a verdadeira oração. Pode rezar sempre com a sua oração, não lendo orações escritas, não pode é haver indulgências e preguiça.

XVIII. Conselhos individuais, idéias e indicações de outras cartas.

1. ...Não se pode ocupar apenas de coisas espirituais: é preciso arranjar um trabalho manual. Mas deve fazê-lo quando a alma está cansada e não está em condições de lêr, de pensar e nem de rezar ... (da carta 3).
2. ...Antes de começar a oração e depois de acaba-la, reze com as suas próprias palavras, e nos intervalos entre as orações coloque as suas palavras ... (da mesma carta).
3. ...Insista ao Senhor, à Mãe de Deus e ao seu Anjo da guarda ... (da mesma carta).
4. ...O Senhor não é procurador de retalhos ... (da carta 38).
5. ...Pode haver inclinação para a direita e para a esquerda. O primeiro caso é zêlo sem raciocínio. O segundo - é preguiça.
6. ...Por isso tem sempre lugar a oração: segundo os destinos, conhecidos por Ti, salve-me!...(da mesma carta).
7. ...O progresso não vem de repente é preciso esperar. Tudo vem com o tempo. O fato de que isso acontece assim, está provado por experiências de pessoas que procuravam e criavam a salvação ... (da carta 43).