

TERAPIA DA ALMA NA TRADIÇÃO CRISTÃ ORTODOXA

CARTILHA X

A SENSUALIDADE E OS DESEJOS DESORDENADOS

Castidade, dignidade e integração afetiva

Biblioteca da Igreja Apostólica Ortodoxa da América

Apresentação. Esta cartilha expõe princípios da ascese e da pastoral ortodoxa em linguagem contemporânea, com atenção à dignidade, à responsabilidade e à proteção das pessoas. Trata-se de uma síntese formativa, não de tradução literal dos Santos Padres nem de aconselhamento médico individual.

1. A pessoa humana é mais do que seus impulsos

A tradição cristã ortodoxa contempla cada pessoa como imagem de Deus, chamada à comunhão, à liberdade responsável e à santidade. O corpo não é uma prisão da alma nem um inimigo a ser destruído. É parte constitutiva da vida humana, recebida como dom e destinada à ressurreição.

A afetividade e a sexualidade integram a história concreta das pessoas. Reconhecer a força do desejo não significa declarar impuro o corpo, assim como admitir a existência de impulsos não significa estar obrigado a obedecer a todos eles. A vida espiritual convida a orientar a liberdade para relações verdadeiras, responsáveis e misericordiosas.

O cuidado pastoral deve evitar tanto o desprezo do corpo quanto a redução da pessoa à satisfação imediata. A pergunta cristã não é apenas “o que desejo?”, mas também “que forma de amor este desejo favorece?”

2. Desejo, paixão e escolha moral

Na linguagem dos Padres ascéticos, uma paixão desordenada não se confunde com toda emoção, atração ou sensação corporal. Trata-se de uma inclinação que, ao dominar a liberdade, pode afastar a pessoa do amor a Deus e ao próximo. A simples ocorrência involuntária de um pensamento não equivale à decisão de praticá-lo.

A tradição distingue a percepção inicial, a atenção dada ao pensamento, o consentimento e a formação gradual de hábitos. Essas distinções ajudam o fiel a não cair em escrúpulos: perceber uma atração não é o mesmo que desejar explorar ou ferir alguém.

O discernimento cristão exige consciência, responsabilidade e perseverança, sem transformar toda dificuldade interior em culpa permanente.

3. O testemunho de Evágrio Pôntico

Evágrio Pôntico descreve oito pensamentos principais, entre eles a porneía, expressão ascética tradicionalmente associada à impureza sexual. Seu interesse está no modo como imagens, lembranças e desejos ocupam a atenção e influenciam a vontade.

Para aplicar esse ensinamento hoje, é preciso ler seus escritos segundo seu contexto monástico. A disciplina de um eremita não pode ser transportada mecanicamente

para a vida de um casal, de um adolescente ou de uma pessoa em sofrimento psíquico.

A lição permanente é a vigilância serena: conhecer o que nos move, resistir à objetificação do outro e cultivar pensamentos compatíveis com a dignidade humana.

4. São João Cassiano e a pureza do coração

Nas Instituições Cenobíticas, especialmente no livro VI, São João Cassiano trata da luta contra a impureza. O autor relaciona a castidade ao conjunto das virtudes: humildade, moderação, oração, perseverança e verdade diante de si mesmo.

A pureza, em sua perspectiva, não pode ser obtida somente por imposições exteriores. Requer transformação interior e cooperação com a graça. Uma vida exteriormente controlada, mas cheia de orgulho, desprezo ou violência, não realiza a finalidade do Evangelho.

É necessário distinguir a disciplina monástica descrita por Cassiano de prescrições indiscriminadas para todos os fiéis. A direção espiritual deve levar em conta estado de vida, idade, saúde, história familiar e vocação.

5. São João Clímaco: a castidade e a humildade

O décimo quinto degrau de A Escada da Ascensão Divina é dedicado à castidade. São João Clímaco apresenta a luta ascética como uma jornada da pessoa inteira, não apenas como um conjunto de proibições corporais.

A castidade, compreendida positivamente, significa ordenar os afetos para que o outro seja amado como pessoa, nunca reduzido a objeto de consumo. Essa vida exige humildade: não é coerente vangloriar-se de uma disciplina sexual enquanto se humilha ou se despreza o próximo.

A tradição ortodoxa une vigilância dos pensamentos, oração e arrependimento à alegria da comunhão com Deus. A meta não é produzir medo do próprio corpo, mas formar um coração livre para amar.

6. A castidade segundo as diferentes vocações

A disciplina da castidade assume expressões diferentes conforme a vocação. No matrimônio, envolve fidelidade, respeito, cuidado mútuo e responsabilidade na vida conjugal. No celibato e na vida monástica, expressa a entrega da pessoa segundo uma forma específica de consagração.

Não se deve tratar o casamento como espiritualidade inferior nem pressupor que o celibatário seja automaticamente mais santo. A vida matrimonial possui sua própria ascese: paciência, escuta, reconciliação, honestidade e serviço.

Nenhuma condição de vida autoriza coerção sexual, violência, chantagem afetiva ou anulação do consentimento. A dignidade e a segurança de cada pessoa são responsabilidades inegociáveis.

7. Desejo, amor e reciprocidade

O amor cristão inclui o desejo do bem do outro. Quando uma relação se organiza exclusivamente em torno da posse, do domínio ou da gratificação de um dos envolvidos, torna-se necessário examinar o que nela precisa ser transformado.

A reciprocidade não apaga as diferenças pessoais; favorece o diálogo e o reconhecimento da liberdade. O casal cristão pode amadurecer sua afetividade por meio de oração comum, cuidado cotidiano, comunicação sincera e decisões responsáveis.

Afeto verdadeiro não se mede pelo controle do telefone, pela vigilância obsessiva nem por exigências de prova de amor. O acompanhamento pastoral pode ajudar a distinguir zelo, ciúme, insegurança e violência.

8. A cultura digital e a objetificação

As redes digitais ampliaram a circulação de imagens sexualizadas, promessas de gratificação imediata e relações mediadas por algoritmos. O desafio pastoral não é condenar indiscriminadamente a tecnologia, mas ensinar seu uso responsável.

Pode ser útil observar quando determinado hábito digital compromete o sono, o trabalho, os relacionamentos ou a liberdade de escolha. Evitar conteúdos exploratórios, estabelecer horários e preservar a privacidade são formas concretas de prudência.

O compartilhamento de imagens íntimas sem consentimento, a chantagem e qualquer exploração de crianças e adolescentes constituem situações graves, que exigem proteção e encaminhamento às autoridades competentes. O sacerdote jamais deve culpabilizar a vítima.

9. Vergonha, culpa e misericórdia

Uma pessoa pode lamentar escolhas passadas e desejar mudar de vida. A metanóia cristã acolhe esse reconhecimento e o orienta para a esperança. O arrependimento autêntico não é sinônimo de humilhação permanente.

Não é pastoralmente aceitável transformar o sacramento da reconciliação em interrogatório invasivo, humilhação pública ou controle abusivo da intimidade. A direção espiritual requer discrição, respeito e fidelidade à disciplina da Igreja.

Quando a pessoa apresenta pensamentos obsessivos de culpa, pânico ou lembranças traumáticas, o acompanhamento espiritual pode colaborar com a assistência psicológica e médica, sem pretender substituí-la.

10. O cuidado das pessoas que sofreram violência

A violência sexual, a exploração e os abusos de poder atingem a dignidade e podem causar profundas consequências físicas e psicológicas. A pessoa que sofreu violência não deve ser responsabilizada pelos atos do agressor.

O cuidado pastoral exige escuta sem julgamento, privacidade apropriada, proteção imediata quando houver risco e orientação para serviços de saúde e proteção. Em situações que envolvam crianças e adolescentes, observam-se os deveres legais de comunicação e salvaguarda.

Perdão espiritual não é obrigação de retornar a uma situação perigosa, retirar uma denúncia ou abandonar

medidas de proteção. Justiça e misericórdia não são inimigas.

11. Juventude e formação da consciência

Na adolescência surgem perguntas sobre identidade, corpo, vínculos, limites e pertencimento. Os jovens necessitam de diálogo, informação adequada à idade e adultos confiáveis; o medo e a vergonha, por si, não constituem uma educação cristã madura.

Pais e orientadores devem oferecer uma linguagem respeitosa sobre dignidade, privacidade, consentimento, responsabilidade e segurança digital. A tradição religiosa pode apresentar sua ética própria sem ridicularizar dúvidas ou constranger a pessoa a revelar sua intimidade diante de terceiros.

A catequese deve proteger os menores e promover o desenvolvimento de autonomia responsável, confiança e prudência.

12. Quando procurar ajuda clínica

O sofrimento relacionado à sexualidade pode coexistir com ansiedade, depressão, experiências traumáticas, comportamentos compulsivos ou dificuldades conjugais. Esses quadros não se diagnosticam pela leitura de um texto espiritual.

Quando houver perda persistente de controle, sofrimento intenso, risco de violência, trauma ou prejuízo importante da vida cotidiana, é apropriado buscar profissionais habilitados. O sacerdote pode oferecer escuta, oração e apoio comunitário, respeitando competências clínicas.

Não é correto atribuir compulsões, pensamentos intrusivos ou sintomas psiquiátricos automaticamente a forças demoníacas, nem incentivar a suspensão de tratamento por razões religiosas.

13. A confissão e o acompanhamento espiritual

Na prática ortodoxa, a confissão oferece oportunidade de reconhecer faltas, receber orientação e buscar reconciliação com Deus e com a comunidade eclesial. O sacerdote atua como servidor da misericórdia divina, não como proprietário da consciência alheia.

A orientação deve ser proporcional, discreta e adaptada à pessoa. Questões sobre a vida íntima não autorizam curiosidade indevida; a proteção de menores e adultos vulneráveis exige limites claros, transparência institucional e práticas seguras.

No acompanhamento continuado, objetivos simples podem ser mais úteis do que promessas grandiosas: cultivar sinceridade, interromper comportamentos

prejudiciais, reparar injustiças e fortalecer relações respeitosas.

14. Meios espirituais de amadurecimento

A Oração de Jesus, a participação na Divina Liturgia, a Eucaristia recebida com preparação, a leitura do Evangelho e o serviço ao próximo alimentam a vida cristã. Não são técnicas para suprimir mecanicamente desejos, mas caminhos de comunhão e transformação pela graça.

A vigilância espiritual pode começar pelo reconhecimento de situações que despertam atitudes nocivas, seguido de escolhas concretas: afastar-se de situações exploratórias, criar rotinas saudáveis, aprender a descansar e procurar orientação quando necessário.

O jejum e outras disciplinas ascéticas precisam ser praticados com discernimento e não devem ameaçar a saúde física ou mental. O fruto desejado é maior capacidade de amar, não autopenalização.

15. Cinco situações para o discernimento pastoral

Casal em conflito: quando um dos cônjuges tenta impor intimidade por pressão ou chantagem, a prioridade é respeito, segurança e diálogo; a direção espiritual não pode justificar coerção.

Jovem envergonhado: quando uma pessoa procura aconselhamento com medo de ser condenada, o sacerdote acolhe sem humilhar e orienta com linguagem apropriada à idade e à situação.

Pessoa traumatizada: quando alguém relata abuso, a resposta é acreditar que sua dor merece cuidado, avaliar a segurança e favorecer o acesso a serviços de proteção e saúde.

Hábito digital compulsivo: diante de prejuízo significativo à vida diária, sugere-se apoio clínico apropriado juntamente com acompanhamento espiritual voluntário.

Casal que deseja crescer na fé: recomenda-se construir hábitos de oração, comunicação, caridade e compromisso, sem transformar a espiritualidade em instrumento de controle.

16. Caminhos para uma afetividade integrada

A integração afetiva não se alcança num único momento. Envolve reconhecer a dignidade do próprio corpo, cultivar discernimento, rever hábitos que causam dano, assumir responsabilidades e aprender a pedir perdão quando necessário.

A tradição ascética ensina perseverança e humildade: a queda não precisa converter-se em desespero, nem o progresso em soberba. A graça de Deus chama a uma liberdade que cresce com o amor.

O ideal da castidade cristã encontra sua medida no mandamento de amar a Deus e ao próximo. Onde houver respeito, cuidado, verdade, justiça e misericórdia, a pessoa pode reconhecer frutos concretos dessa transformação.

Conclusão pastoral

A Igreja é chamada a testemunhar uma espiritualidade que une verdade, misericórdia e responsabilidade. O cristianismo não declara mau o corpo humano, mas convida à ordenação dos desejos pelo amor e à preservação da dignidade própria e alheia.

A castidade, vivida segundo a vocação de cada pessoa, não consiste em medo da afetividade: significa aprender a não transformar ninguém em objeto, cultivar

fidelidade e buscar a paz de consciência na comunhão com Cristo. A direção espiritual deve acolher sem humilhar, corrigir sem violência e reconhecer os limites da competência pastoral.

Oração pela pureza do coração e pela liberdade interior

Senhor Jesus Cristo, Filho do Deus vivo, contemplai com misericórdia os nossos afetos, desejos e fragilidades. Ensinai-nos a amar com verdade, a respeitar a dignidade de cada pessoa e a cuidar de quem nos foi confiado.

Livrai-nos do orgulho, da exploração, da mentira e da indiferença. Concedei-nos humildade para reconhecer nossos erros, coragem para reparar o mal, prudência para proteger os vulneráveis e perseverança para amadurecer em vossa graça.

Abençoai as famílias, os esposos, os jovens, os consagrados e todos aqueles que procuram orientação. Que vosso Santo Espírito forme em nós um coração livre para servir e amar. Amém.

Referências bíblicas e patrísticas

• Gênesis 1,26–28; 2,18–25 — imagem de Deus, criação e comunhão.

• Mateus 5,8; 5,27–30; 19,3–12 — pureza de coração e responsabilidade.

• 1 Coríntios 6,12–20; 7,1–7; 13,1–13 — corpo, liberdade e amor.

• Efésios 5,21–33 — vida matrimonial e cuidado mútuo.

• Evágrio Pôntico. Praktikos, especialmente os capítulos iniciais sobre os oito pensamentos.

• São João Cassiano. Instituições Cenobíticas, livros V–VI (temperança e castidade).

• São João Clímaco. A Escada da Ascensão Divina, degrau XV (castidade).

• Observação: a tradição monástica requer interpretação pastoral prudente ao ser aplicada à vida familiar contemporânea.

IGREJA APOSTÓLICA ORTODOXA DA AMÉRICA

Na fé dos Apóstolos, no amor de Cristo.

www.iaoa.com.br