

**12 de dezembro de 2025**  
**O CAMINHO DO ADVENTO**  
**Dia 13: “A vida interior”**

As meditações desta semana conduzem-nos, passo a passo, ao tema da contemplação.

Na nossa Santa Igreja, temos uma rica tradição mística que descreve o profundo encontro entre Deus e a alma, convidando-nos a empreender esse caminho. Existem ordens religiosas que se dedicam inteiramente à oração contemplativa, apresentando a Deus todas as preocupações e intenções da Igreja e do mundo. Retirando-se totalmente do mundo, permitem que a chama do amor divino arda nos seus corações.

Certamente, trata-se de uma vocação especial, não destinada a todos. No entanto, o caminho interior que elas percorrem encerra aspectos essenciais para todos aqueles que desejam aprofundar a sua fé. Assim como no mundo se aprende com os especialistas de um determinado campo, no nível espiritual podemos aprender com aqueles que cultivaram intensamente a vida interior.

Na meditação de ontem, concluí dizendo que deveríamos procurar momentos para nos retirarmos e entrarmos em contato mais profundo com o Senhor, para assim corresponder ao seu desejo de se comunicar conosco numa relação de confiança e familiaridade.

De fato, o Senhor diz-nos no Evangelho: "Quando orares, entra no teu quarto, fecha a porta e ora ao teu Pai, que está no segredo; e o teu Pai, que vê no segredo, recompensar-te-á" (Mt 6, 6).

São João da Cruz, um dos mais notáveis mestres espirituais, explica o seguinte<sup>1</sup>:

*«É importante notar que o Verbo, Filho de Deus, juntamente com o Pai e o Espírito Santo, está essencial e presencialmente escondido no íntimo da alma. Portanto, a alma que deseja encontrá-lo deve abandonar todas as coisas segundo a afeição e a vontade, e entrar em profundo recolhimento dentro de si mesma, considerando todas as coisas como se não existissem. Deus está, portanto, escondido na alma e é lá que o bom contemplativo deve procurá-lo com amor.»*

Vemos, assim, que Deus habita em nós e nos atrai para O procurarmos no nosso interior.

Os mestres espirituais ensinam-nos que não devemos deixar-nos absorver pelas coisas externas. Este é um ponto essencial para o aprofundamento da nossa vida interior. Com facilidade, deixamo-nos absorver pelas coisas externas; deixamo-nos levar, apegamos o nosso coração às coisas passageiras e às pessoas, buscando nelas consolo e depositando nelas a nossa esperança, etc.

---

<sup>1</sup> São João da Cruz: "O Cântico Espiritual", Canción 1, 6.

No entanto, tudo isso nos impede de nos aprofundarmos e de encontrarmos Deus no íntimo da nossa alma. Podemos dizer que estamos ocupados e entretidos com as coisas deste mundo. Geralmente, essas ocupações são tão absorventes que também afetam o tempo que realmente gostaríamos de dedicar exclusivamente a Deus.

O padre Gabriel de Santa Maria Madalena, carmelita descalço, escreve a este respeito<sup>2</sup>:

*"Compreendo, meu Deus, que para Vos encontrar tenho de sair de todas as coisas: do barulho e da agitação da vida exterior, da tagarelice sobre coisas mundanas, da curiosidade que me leva a sair para ver, para ouvir, para saber... Sair deste mundo exterior que constantemente tenta captar a minha atenção, os meus pensamentos e os meus afetos. Ajuda-me a silenciar a minha curiosidade inútil e a minha tagarelice excessiva. Ajuda-me a passar por todas as vicissitudes da vida, por todas as suas atrações insistentes, pela sua agitação e pelos seus rendimentos acelerados, sem que o meu olhar e o meu coração se apeguem a essas coisas, procurando nelas satisfação, consolo ou interesse pessoal.»*

Embora isto se aplique particularmente às almas que levam uma vida retirada do mundo e totalmente focada em Deus, também é válido para todos aqueles que desejam intensificar o seu caminho com o Senhor. Seria uma ilusão acreditar que é possível aprofundar a vida espiritual sem estarmos dispostos a deixar para trás tudo o que nos impede de abandonar uma vida superficial e nela encontrar o nosso "lar".

Como seria estranho para nós, católicos, se, por exemplo, num mosteiro contemplativo fossem adotados costumes mundanos! Parecer-nos-ia uma contradição e falaríamos de uma "mundanização" do mosteiro.

Da mesma forma, seria estranho se nós, cristãos, não percorrêssemos seriamente o caminho da transformação interior e os nossos hábitos se assemelhassem aos daqueles que não conhecem o Senhor e ainda não receberam a graça que Ele lhes preparou. Seria igualmente contraditório e estariamos a contribuir para a crescente mundanização da Igreja.

Assim, o crescimento da nossa vida espiritual não só é frutífero para a nossa própria santificação, como também para o testemunho que somos chamados a dar àqueles que procuram Deus.

Portanto, se quisermos aprofundar seriamente o nosso caminho de seguimento de Cristo, torna-se mais atual do que nunca o convite para entrarmos no nosso próprio coração, onde o Senhor estabeleceu a sua morada.

---

<sup>2</sup> P. Gabriel a S. Maria Magdalena O.C.D, "Geheimnis der Gottesfreundschaft" [IntimidadE Divina] (Freiburg: Verlag Herder Freiburg, 1957), 41. Traduzido por Mirjana Gerstner.

**Meditação sobre a leitura do dia:** <https://es.elijamission.net/un-corazon-ardiente-3/>