



# Viver de Amor

*Santa Teresinha em ação*

Distribuição Interna  
Gratuita

São Paulo, Janeiro de 2010 - Ano 09 - Número 115

## EDITORIAL

### *A Palavra é prata e o Silêncio é ouro*

Nossa sociedade atual é muito barulhenta, e o homem moderno tem grande dificuldade de conviver com o silêncio. Talvez o silêncio tenha o poder de fazer o homem ficar diante de si mesmo, olhar-se, sentir-se. O silêncio é como estar nu em frente ao espelho. O fato é que a maioria das pessoas tem medo do silêncio e foge dele. Os recursos para produzir barulho em torno de si são múltiplos: falar demais (inclusive com animais!), uso exagerado do telefone, horas diante da televisão, internet, música o tempo todo, compulsão para a leitura, não aguentar ficar em casa sozinho, etc...

Claro que a vida espiritual dessa pessoa, se a tem, é também muito barulhenta. Terá um modo de oração em que se multiplicam palavras e ideias, devoções e rituais. Pouco silêncio diante de Deus, embora um salmo diga: "Para Deus até o silêncio é louvor!".

Obviamente esse indivíduo dispersivo e superficial terá dificuldade no relacionamento com as pessoas, pois tem dificuldade em ouvir, em prestar atenção profunda no outro. Falta-lhe empatia. Provavelmente ele apresentará grande propensão para o ativismo e poderá viciar-se em trabalho.

A Bíblia louva o silêncio e recomenda cautela ao falar: "No muito falar não faltará o pecado" (Pr 10, 19). O próprio Jesus disse: "No dia do julgamento, todos devem prestar contas de cada palavra inútil que tiverem falado. Porque você será justificado por suas próprias palavras, e será condenado por suas próprias palavras" (Mt 12, 36). Mas o texto mais contundente sobre os pecados da língua, talvez seja o capítulo terceiro da Carta de Tiago: "Observem uma fagulha, como

acaba incendiando uma floresta imensa. A língua é um fogo, o mundo da maldade".

Todo cristão que quer crescer espiritualmente deve entrar em si mesmo e aprender a ficar em silêncio. Deve-se começar pelo externo, isto é, falando menos e permanecendo, diariamente, por alguns momentos em solidão. A única companhia permitida nessa circunstância é a de Deus. Mas, cuidado, Deus fala também no silêncio; portanto, evite a tentação da verborragia diante Dele.

Esse silêncio diante de Deus, na tradição religiosa, chama-se meditação ou oração contemplativa. O método é simples: a) disciplinar-se, escolhendo um horário diário (no mínimo, quinze minutos) e local para estar sozinho e em silêncio amoroso com Deus; b) acalmar a mente, silenciar o coração e invocar a luz e o calor do Espírito Santo; c) permanecer em silêncio amoroso com o Senhor Deus, simplesmente ESTAR COM ELE; d) ler e refletir sobre um pequeno texto da Palavra de Deus de que você mais gosta, perguntando-se: O que Deus está me falando com essa mensagem? Como devo conduzir minha vida para ser mais fiel a Deus? É o momento de se fazer um bom exame de consciência. Pedir perdão e forças para melhorar; e) terminar com um grande sentimento de louvor e gratidão por todas as graças recebidas e, sobretudo, agradecer o infinito amor do Pai.

A grande mística Santa Teresa de Ávila teria dito que teria o céu garantido quem fizesse quinze minutos de meditação por dia. Não custa garantir! Aliás, a mesma santa intuiu que podemos estar no céu já nesta vida, pois "Onde está Deus, aí está o céu!".

**Frei Rubens Sevilha, Pároco**



