

# **Conhecê-lo e conhecer-te (4): Quando sabemos colocar-nos à escuta**

A vida de Moisés ensina que, para cumprir a missão à qual somos chamados, precisamos ser transformados pelo Espírito Santo através da escuta de Deus no diálogo filial com Ele.

01/03/2020

O Senhor pensou em Moisés para uma missão crucial: guiar o seu povo em uma nova etapa da história da

salvação. Com a sua cooperação, Israel foi libertado da escravidão no Egito e conduzido até a terra prometida. Pela sua mediação, o povo judeu recebeu as tábuaas da Lei e as bases do culto a Deus. Como Moisés chegou a ser quem foi? Como atingiu essa sintonia com Deus que, com o tempo, fez que ele fosse um grande bem para tantas pessoas, nada menos que para todo o seu povo e para todos nós que viríamos depois?

Embora Moisés tenha sido escolhido por Deus desde o seu nascimento – basta considerar a sua milagrosa sobrevivência da perseguição do Faraó – é curioso que ele só tenha encontrado o Senhor muitos anos depois. Na juventude parecia apenas um homem comum, sem dúvida preocupado com os de sua raça (cfr. *Ex* 2, 15). Talvez o que melhor explique esta transformação seja a sua capacidade de ouvir o Senhor[1].

De modo semelhante, para chegar a ser o que somos chamados a ser, também nós precisamos nos transformar através da escuta. É verdade que não é fácil chegar a experimentar o que nos conta o livro do Êxodo, que “o Senhor falava com Moisés cara a cara, como se fala com um amigo” (*Ex 33, 11*). É um processo que costuma levar anos – a vida inteira – e muitas vezes é preciso *recomeçar a aprender* a fazer oração, como se estivéssemos no começo do nosso diálogo com o Senhor.

## **Moisés, Moisés!**

Descobrir a necessidade da oração é saber que “ele nos amou primeiro” (*1 Jo 4,19*) e que seguindo essa lógica, também *ele nos falou primeiro*: “Deus criou o homem à sua imagem, à imagem de Deus ele o criou; varão e mulher ele os criou. E Deus os abençoou *e lhes disse...*” (*Gen 1, 27-28*)[2]. Deus, que tomou a

iniciativa de criar-nos por amor e para destinarnos a uma missão determinada, também se adianta a nós na vida de oração. Em nosso diálogo com o Senhor é ele quem pronuncia a primeira palavra.

Esta palavra inicial pode ser reconhecida já no *desejo* de Deus, que Ele mesmo semeou em nosso coração e que desperta por meio de mil experiências diversas. A primeira aparição a Moisés teve lugar no Horeb, chamado também o “monte de Deus”. Lá, “o anjo do Senhor manifestou-se em forma de chama de fogo no meio de uma sarça. Moisés olhou: a sarça ardia, mas não se consumia. Moisés disse para si mesmo: ‘Vou aproximar-me e verificar esta visão prodigiosa: por que a sarça não se consome’” (*Ex 3, 2-3*). Não se trata de mera curiosidade diante de um evento extraordinário, mas de clara percepção de que algo

transcendente, superior a ele, está acontecendo. Em nossa vida, também nós podemos surpreender-nos diante de fatos que abrem aos nossos olhos uma dimensão mais profunda da realidade. Pode ser uma descoberta íntima, de algo que talvez antes nos tenha passado despercebido: intuímos a presença de Deus ao reconhecer algum de seus dons, ou ao ver como as contrariedades nos fizeram amadurecer e nos prepararam para enfrentar diferentes circunstâncias ou tarefas. Pode ser também uma descoberta na realidade que nos rodeia: a família, os amigos, a natureza... De um modo ou de outro, experimentamos a necessidade de rezar, de agradecer, de pedir... e nos dirigimos a Deus. Esse é o primeiro passo.

“O Senhor viu que Moisés se aproximava para olhar e o chamou do meio da sarça: -Moisés, Moisés! E ele respondeu: Eis-me aqui” (Ex 3, 4).

O diálogo se estabelece quando o nosso olhar se encontra com o de Deus, que já estava olhando para nós. E as palavras – se é que são necessárias – fluem quando deixamos que as d'Ele venham primeiro. Se tentarmos sozinhos, não poderemos rezar. Convém, antes, pôr os olhos no Senhor e recordar a sua promessa consoladora: “Sabei que estou convosco todos os dias até o fim do mundo” (*Mt 28, 20*).

Assim pois, uma fé confiada em Deus é ingrediente básico de qualquer oração sincera. O melhor modo de começar a rezar é, frequentemente, pedir ao Senhor que Ele nos ensine. Foi o que fizeram os apóstolos e é o caminho que São Josemaria ensinou a percorrer: “Quem não se considere preparado, recorra a Jesus, como faziam os seus discípulos: *ensina-nos a orar!* Logo verificará como o Espírito Santo *ajuda a nossa fraqueza; pois, não sabendo o que*

*havemos de pedir nas nossas orações, nem a forma conveniente de exprimir-nos, o mesmo Espírito ora por nós com gemidos inexplicáveis, que não se podem contar, porque não há formas adequadas para descrever a sua profundidade”*[3].

## **Tira as sandálias dos pés**

Ao terminar um retiro espiritual, a bem-aventurada Guadalupe Ortiz de Landázuri escrevia a São Josemaria: “Do meu trato íntimo com Deus, da minha oração, etc., já falei outras vezes: quando faço um pouco a minha parte, Deus me facilita e me rendo inteiramente”[4]. A iniciativa da oração – e a própria oração – são um dom de Deus. Ao mesmo tempo convém também perguntar-se qual é o nosso papel. O diálogo com o Senhor é uma graça, e exatamente por isso, não é algo inteiramente passivo, pois para recebê-la é preciso, de alguma forma, querer recebê-la.

Além de uma disposição receptiva, o que mais se pode fazer para ter uma vida de oração intensa? Um bom começo pode ser perceber diante de quem estamos, e corresponder com uma atitude de reverência e de adoração. No diálogo do monte Horeb, “Deus lhe disse: ‘Não te aproximes daqui! Tira as sandálias dos pés, porque o lugar onde estás é chão sagrado’. E acrescentou: ‘Eu sou o Deus de teu pai, o Deus de Abraão, o Deus de Isaac, o Deus de Jacó’. Moisés cobriu o rosto, pois temia olhar para Deus” (*Ex 3, 5-6*).

Tirar as sandálias e cobrir o rosto foi a resposta do maior profeta do povo de Israel em seu primeiro encontro com Deus. Com esses gestos expressava a sua consciência de estar diante do Deus transcendente. Algo parecido podemos fazer quando nos aproximamos de Jesus no Sacrário em uma atitude de adoração. Durante uma vigília de

oração, diante de Jesus sacramentado, Bento XVI expressava-se com palavras que nos dizem como adorar o Senhor: “Aqui na hóstia sagrada Ele está diante de nós e no meio de nós. Como então, vela-se misteriosamente num santo silêncio e, como então, precisamente assim revela o verdadeiro rosto de Deus. Ele fez-se para nós grão de trigo que cai na terra e morre para dar muito fruto até ao fim do mundo (cf. *Jo* 12, 24). Ele está presente como naquela época estava presente em Belém. Convida-nos para aquela peregrinação interior que se chama adoração. Coloquemo-nos agora a caminho para esta peregrinação e peçamos-Lhe que nos guie”[5].

A atitude de adoração pode manifestar-se em nossa oração de diversos modos. Diante do Santíssimo, por exemplo, ajoelhamo-nos, como um sinal da nossa pequenez diante de Deus. E quando,

por diversas circunstâncias, não for possível rezar diante do Santíssimo, podemos realizar atos equivalentes como olhar o interior de nossa alma para descobrir lá o Senhor, e colocar a alma de joelhos, recitando com calma cada palavra da oração inicial ou de outra oração que nos lembre que estamos na sua presença.

## **A nuvem o cobriu**

Em outro momento do seu diálogo com Deus, Moisés recebeu as tábua de Lei. A cena é impressionante e, ao mesmo tempo, de grande intimidade: “a glória do Senhor repousou sobre o monte Sinai, que ficou envolvido na nuvem durante seis dias. No sétimo dia, o Senhor chamou Moisés do seio da nuvem. A glória do Senhor aparecia aos israelitas como um fogo devorador sobre o cume do monte. Moisés penetrou na nuvem e subiu a montanha. Ficou ali quarenta dias e quarenta noites” (Ex 24, 16-18)

Essa nuvem, além de manifestar a glória de Deus e ser figura antecipada da presença do Espírito Santo, permitia um ambiente de intimidade no diálogo entre o profeta e o seu criador. Isso mostra que para rezar é necessário exercitar-se em algumas destrezas que facilitem a intimidade com Deus: amor ao silêncio exterior e interior; e uma *disciplina da escuta* que permita perceber sua voz.

Às vezes custa-nos valorizar o silêncio e, se na oração não ouvimos nada, tendemos a preencher o tempo com palavras, leituras ou inclusive imagens e sons. Mas é possível que, embora o façamos com boa intenção, dessa maneira não consigamos ouvir o Senhor. Necessitamos talvez de uma *conversão ao silêncio*, que é mais do que meramente calar-se. São Josemaria fez uma anotação no verão de 1932 – que passou posteriormente para *Caminho* – que

mostra de modo expressivo como o diálogo com Deus terá sempre que passar por esta rota: “O silêncio é como que o porteiro da vida interior”[6].

Os sons externos e as paixões internas nos afastam de nós mesmos, mas o silêncio nos recolhe e nos leva a interrogar-nos sobre a nossa própria vida. O ativismo ou a loquacidade na oração não nos aproximam de Deus como tampouco permitem uma atividade profunda. Com a agitação não há tempo para recolher-se, para pensar, para viver em profundidade, enquanto o silêncio – interior e exterior – nos leva ao encontro com o Senhor, a maravilhar-nos diante d’Ele. Com efeito, a oração precisa de um silêncio que não seja meramente negativo, vazio, mas *cheio de Deus*, que nos leve a descobrir a sua presença. Como anotava a bem-aventurada Guadalupe: “Aprofundar

nesse silêncio até chegar aonde está só Deus; onde nem os anjos podem entrar sem a nossa autorização”. E lá, “adorar a Deus, louvá-lo e dizer-lhe palavras carinhosas”[7]. Esse é o silêncio que permite ouvir a Deus.

Trata-se, em suma, de fixar a nossa atenção – inteligência, vontade, afetos – em Deus, para deixar que Ele se dirija a nós. Por isso, podemos fazer a nós mesmos as perguntas que o papa Francisco sugeria: “Há momentos em que você se coloca na presença d’Ele em silêncio, permanece com Ele sem pressa e se deixa olhar por Ele? Deixa que o fogo d’Ele inflame o seu próprio coração? Se não lhe permite que Ele alimente o calor do seu amor e da sua ternura, você não terá fogo, e então como poderá inflamar o coração dos outros com o seu testemunho e as suas palavras?”[8].

Unida ao silêncio, é igualmente necessária a constância, porque rezar custa. Implica tempo e esforço, como aconteceu com Moisés, que ficou seis dias coberto pela nuvem, e só no sétimo recebeu a palavra do Senhor. Em primeiro lugar, se requer uma constância *exterior* para manter um horário mais ou menos fixo de oração, e uma duração concreta. Esta foi uma recomendação constante na vida de São Josemaria: “Meditação. – Tempo fixo e a hora fixa – Senão, acabará adaptando-se à nossa comodidade: isso é falta de mortificação. E a oração sem mortificação é pouco eficaz”[9]. Essa constância, movida pelo amor, será a porta de entrada para um relacionamento de amizade com Deus, com muita conversa, já que ele não se impõe: só nos fala se nós quisermos. Nossa constância constitui um modo de manifestar e cultivar um desejo ardente de receber as suas palavras de carinho.

Além da constância exterior, se requer uma constância *interior*, como parte da disciplina da escuta: precisamos centrar a inteligência que se dispersa, mover a vontade que não quer completamente e alimentar os afetos que algumas vezes não nos acompanham. Isso pode cansar, principalmente se é preciso fazê-lo com frequência porque há muitos estímulos que nos distraem. Ao mesmo tempo, a escuta disciplinada não se pode confundir com um excessivo rigorismo ou com exercícios de concentração muito metódicos, porque a oração flui de acordo com muitas circunstâncias. Flui, fundamentalmente, por onde Deus permite – “o vento sopra onde quer” (*Jo 3, 8*) – mas também corre de acordo com a nossa situação particular. Às vezes passamos longos momentos pensando nas pessoas a quem amamos, pedindo ao Senhor por elas, e isso pode já ser um diálogo de amor.

Alguns conselhos concretos que facilitam uma escuta disciplinada: fugir da atitude *multitarefa* para poder estar focado e presente durante o diálogo, sem ficar pensando em outras coisas; fomentar a disposição de quem vai aprender, reconhecendo humildemente o nosso nada e o tudo d'Ele, servindo-nos talvez de jaculatórias ou orações breves; formular ao Senhor perguntas abertas, deixando-lhe espaço para responder quando quiser, ou simplesmente dizendo-lhe que estamos dispostos a fazer o que Ele nos indicar; seguir o ritmo e o rumo por onde nos levarem as considerações de seu amor, evitando as distrações com pensamentos colaterais; aprender a ter a mente aberta para nos deixarmos surpreender por Ele e para sonhar os sonhos de Deus, sem pretender controlar excessivamente a oração. Vamos assim abrindo-nos ao mistério e à lógica do Senhor, o que nos

permite aceitar com paz o fato de não saber por onde Ele nos levará.

## “Mostra-me a tua glória”

Ao começar um tempo de oração, temos a expectativa de que o Senhor nos falará – como de fato acontece algumas vezes. No entanto, poderíamos ficar frustrados se no fim desse diálogo não tivéssemos ouvido nada ou muito pouco. De qualquer forma, é preciso manter a certeza de que na oração *sempre há fruto*. No monte Sinai, “Moisés disse: ‘Mostra-me tua glória’”. Parece que o Senhor quer realizar esse desejo: “‘Farei passar diante de ti toda a minha bondade e proclamarei meu nome, *Senhor*, na tua presença. A quem mostro meu favor, eu o mostro; a quem demonstro misericórdia, eu a demonstro’. E acrescentou: ‘Não poderás ver minha face, porque ninguém me pode ver e permanecer vivo’ (...). ‘Quando a

minha glória passar, eu te porei na fenda da rocha e te cobrirei com a mão enquanto passo. Quando eu retirar a mão, tu me verás pelas costas. Minha face, porém, não se pode ver” (Ex 33,18-23). Se Moisés tivesse se sentido frustrado por não ter podido ver o rosto de Deus, como desejava, talvez tivesse abandonado a sua intenção ou perdido a motivação para futuros encontros. Mas, pelo contrário, deixou-se conduzir por Deus e chegou assim a ser aquele com quem o Senhor conversava “face a face” (Dt 34,10).

A chave da oração não consiste em obter resultados tangíveis, e menos ainda em ficar ocupados durante um tempo determinado. O que buscamos no diálogo com o Senhor, não é um resultado imediato, e sim ser capazes de chegar até aquele lugar, aquele estado vital – por dizer de alguma forma – em que a oração se identifica cada vez mais com a própria vida:

pensamentos, afetos, esperanças... Trata-se de *estar* com o Senhor, manter-nos na sua presença ao longo do dia. Em suma, o fruto principal da oração é viver em Deus. A oração se entende assim como uma *comunicação de vida*: vida recebida e vida vivida, vida acolhida e vida entregue. Não importa, então, que não tenhamos sentimentos inflamados ou luzes fascinantes. De um modo muito mais simples, o tema de nossa oração será – como nos dizia São Josemaria[10] – o tema da nossa vida, e vice-versa, porque a nossa vida inteira se converterá em autêntica oração, avançando por “um caudal largo, manso e seguro”[11].

*Jorge Mario Jaramillo*

---

[1] Como sugere o papa Bento XVI em sua catequese sobre a oração: “Lendo o Antigo Testamento, destaca-se uma figura entre as outras: Moisés, precisamente como homem de oração”, Audiência geral, 1/06/2011.

[2] O mesmo acontece no segundo relato da criação do homem: cfr. *Gn* 2, 16. As cursivas não são do texto bíblico.

[3] *Amigos de Deus*, n. 244.

[4] Carta, 12/11/1949, em: *Cartas a um santo*, capítulo 2.

[5] Bento XVI, *Discurso*, 20/08/2005.

[6] *Caminho*, n. 281.

[7] Mercedes Eguíbar Galarza,  
*Guadalupe Ortiz de Landázuri. Trabalho, amizade e bom humor*, Quadrante, São Paulo, 2019, p. 88.

[8] Francisco, *Ex. Ap. Gaudete et exsultate*, n. 151.

[9] Sulco, n. 446.

[10] É Cristo que passa, n. 174.

[11] Amigos de Deus, n. 306.

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/conhece-lo-e-  
conhecer-te-4/](https://opusdei.org/pt-br/article/conhece-lo-e-conhecer-te-4/) (06/02/2026)