

opusdei.org

# **Trabalhar bem, trabalhar por amor (3): Trabalho e contemplação (I)**

Ser contemplativos é desfrutar do olhar de Deus. Por isso, quem se sabe acompanhado por Ele ao longo do dia, vê com outros olhos as ocupações em que se empenha. Texto editorial sobre o trabalho.

06/01/2011

**Gostaria que hoje, na nossa  
meditação, nos persuadísemos**

**definitivamente da necessidade de nos dispormos a ser almas contemplativas, no meio da rua, do trabalho, com uma conversa contínua com o nosso Deus, a qual não deve esmorecer ao longo do dia. Se pretendemos seguir lealmente os passos do Mestre, esse é o único caminho[1].**

Para nós, que estamos chamados por Deus a santificar-nos no meio do mundo, converter o trabalho em oração e ter alma contemplativa é *o único caminho*, porque **ou sabemos encontrar na nossa vida corrente o Senhor, ou não O encontraremos nunca[2].**

Convém que meditemos devagar este ensinamento capital de S. Josemaria. Neste texto consideraremos o que é a contemplação; noutros momentos deter-nos-emos a aprofundar a vida contemplativa no trabalho e nas atividades da vida corrente.

## COMO EM NAZARÉ, COMO OS PRIMEIROS CRISTÃOS

A descoberta de Deus nas coisas correntes de cada dia dá aos próprios afazeres o seu valor último e a sua plenitude de sentido. A vida oculta de Jesus em Nazaré, **os anos intensos de trabalho e de oração, nos quais Jesus teve uma vida tão normal como a nossa, simultaneamente divina e humana**[3], mostram que a atividade profissional, a atenção à família e as relações sociais não são obstáculo para *orar sempre*[4], mas ocasião e meio para uma vida intensa de convívio com Deus, até que chega um momento em que é impossível estabelecer uma diferença entre trabalho e contemplação.

Por este caminho da contemplação na vida corrente, seguindo os passos do Mestre, decorreu a vida dos primeiros cristãos: «quando passeia,

conversa, descansa, trabalha ou lê, o crente ora»[5], escrevia um autor do século II. Anos mais tarde São Gregório Magno testemunha, como um ideal tornado realidade em numerosos fiéis, que «a graça da contemplação não se dá só aos grandes e não aos pequenos; mas muitos grandes a recebem e também muitos pequenos; e tanto entre os que vivem retirados, como entre as pessoas casadas. Portanto, se não há estado algum entre os fiéis que fique excluído da graça da contemplação, todo o que guardar interiormente o coração pode ser contemplado com essa graça»[6].

O Magistério da Igreja, sobretudo a partir do Concílio Vaticano II, recordou muitas vezes esta doutrina tão importante para os que temos a missão de levar Cristo a todos os sítios e transformar o mundo com o espírito cristão. «As atividades diárias apresentam-se como um

precioso meio de união com Cristo, podendo converter-se em matéria de santificação, terreno de exercício das virtudes, diálogo de amor que se realiza nas obras. O espírito de oração transforma o trabalho e, assim, é possível contemplar a Deus, mesmo permanecendo nas ocupações mais variadas»[7].

## **A CONTEMPLAÇÃO DOS FILHOS DE DEUS**

O Catecismo ensina que «a contemplação de Deus na Sua glória celestial é chamada pela Igreja "visão beatífica"»[8]. Dessa contemplação plena de Deus, própria do Céu, podemos ter uma certa antecipação nesta terra, uma incoação imperfeita[9] que, embora seja de uma ordem diversa da visão, é já uma verdadeira contemplação de Deus, bem como a graça, que sendo de uma ordem diferente da glória, é, não obstante, uma verdadeira

participação na natureza divina. *Agora vemos como num espelho, obscuramente; depois veremos cara a cara. Agora conheço de modo imperfeito, depois conhecerei como sou conhecido*[10], escreve São Paulo.

Essa contemplação de Deus *como num espelho*, no decurso da vida presente, é possível graças às virtudes teologais: à fé e à esperança *vivas*, informadas pela caridade. A fé, unida à esperança e vivificada pela caridade, «faz-nos saborear, de antemão, o gozo e a luz da visão beatífica, termo da nossa caminhada nesta Terra»[11].

A contemplação é um conhecimento amoroso e gozoso de Deus e dos seus desígnios manifestados nas criaturas, na Revelação sobrenatural e plenamente na Vida, Paixão, Morte e Ressurreição de Jesus Cristo nosso Senhor. «Ciência de amor»[12], assim a chama São João da Cruz. A

contemplação é um claro conhecimento da verdade, alcançado não por um processo de raciocínio mas por uma intensa caridade[13].

A oração mental é um diálogo com Deus. **Escreveste-me: "Orar é falar com Deus. Mas de quê?". De quê?! D'Ele e de ti; alegrias, tristezas, êxitos e fracassos, ambições nobres, preocupações diárias..., fraquezas; e ações de graças e pedidos; e Amor e desagravo. Em duas palavras: conhecê-Lo e conhecer-te – ganhar intimidade!** [14].

Na vida espiritual, este convívio com Deus tende a simplificar-se à medida que aumenta o amor filial, cheio de confiança. Sucede então que, com frequência, já não são necessárias as palavras para orar, nem as exteriores nem as interiores. **As palavras tornam-se supérfluas, porque a língua não consegue expressar-se;**

**o entendimento aquieta-se. Não se discorre, olha-se!**[15].

Isto é a contemplação, um modo de orar ativo mas sem palavras, intenso e sereno, profundo e simples. Um dom que Deus concede aos que O procuram com sinceridade, põem toda a alma no cumprimento da Sua Vontade, com obras e procuram mover-se na Sua presença. **Primeiro uma jaculatória, e depois outra e outra... Até que parece insuficiente esse fervor, porque as palavras se tornam pobres...: e abrem-se as portas à intimidade divina, com os olhos postos em Deus sem descanso e sem cansaço**[16]. Isto pode suceder, como ensina S. Josemaria, não só nos tempos dedicados expressamente à oração, mas também **enquanto realizamos com a maior perfeição possível, dentro dos nossos erros e limitações, as tarefas próprias da**



**nossa condição e do nosso  
ofício**[17].

## **SOB A AÇÃO DO ESPÍRITO SANTO**

O Pai, o Filho e o Espírito Santo inabitam na alma em graça[18]: somos templos de Deus[19]. Não há palavras para expressar a riqueza do mistério da Vida da Santíssima Trindade em nós: o Pai que gera eternamente o Filho, e o Espírito Santo, vínculo de Amor subsistente, que procede do Pai e do Filho. Pela graça de Deus, tomamos parte nessa Vida como filhos.

O Paráclito une-nos ao Filho que assumiu a natureza humana para nos fazer participantes da natureza divina: *quando chegou a plenitude dos tempos, Deus enviou o Seu Filho, nascido de mulher (...) para que recebêssemos a adoção de filhos. E, porque vós sois filhos, Deus enviou aos vossos corações o Espírito de Seu Filho, que clama: «Abba, Pai»*[20]. E

nesta união com o Filho não estamos sós mas formamos um corpo, o Corpo místico de Cristo, a que todos os homens estão chamados a incorporar-se como membros vivos e a ser, como os apóstolos, instrumentos para atrair outros, participando no sacerdócio de Cristo[21].

A vida contemplativa é a vida própria dos filhos de Deus, vida de intimidade com as Pessoas Divinas e transbordante de afã apostólico. O Paráclito infunde em nós a caridade que nos permite alcançar um conhecimento de Deus que sem a caridade é impossível, pois *o que não ama não conhece Deus, porque Deus é amor*[22]. Quem mais O ama melhor O conhece, já que esse amor — a caridade sobrenatural — é uma participação na infinita caridade que é o Espírito Santo[23], *que tudo penetra, mesmo as profundezas de Deus. Com efeito, qual dos homens*

*conhece as coisas que são do homem, senão o espírito do homem que está nele? Assim, também, as coisas que são de Deus ninguém as conhece senão o Espírito de Deus [24].*

Esse Amor, com maiúscula, instaura na vida da alma uma estreita familiaridade com as Pessoas Divinas e um entendimento de Deus mais fino, mais rápido, certo e espontâneo, em profunda sintonia com o Coração de Cristo[25].

Também no plano humano aqueles que se amam compreendem-se com mais facilidade e, por isso, S.

Josemaria recorre a essa experiência para transmitir, de algum modo, o que é a contemplação de Deus; por exemplo, contava que na sua terra às vezes se dizia: olha como o contempla! e explicava como esse modo de dizer se referia a uma mãe que tinha o filho nos braços, a um noivo que olhava para a sua noiva, a

mulher que velava o marido. Pois assim devemos contemplar o Senhor.

Mas toda a realidade humana, por mais formosa que seja, é uma sombra da contemplação que Deus concede às almas fiéis. Se já a caridade sobrenatural supera em altura, em qualidade e em força qualquer amor simplesmente humano, o que dizer dos Dons do Espírito Santo, que permitem deixar-nos levar docilmente por Ele? Com o crescimento destes Dons — Sabedoria, Entendimento, Conselho, Fortaleza, Ciência, Piedade e Temor filial — cresce a *conaturalidade* ou a familiaridade com Deus e abre-se todo o colorido da vida contemplativa.

Em especial, pelo Dom da Sabedoria — o primeiro e maior dos Dons do Espírito Santo[26] — outorga-se-nos não só o conhecer e assentir nas verdades reveladas acerca de Deus e

das criaturas, como é próprio da fé, mas *saborear* essas verdades, conhecê-las com «um certo sabor de Deus»[27]. A Sabedoria —*sapientia*— é uma *sapida scientia*: uma ciência que se saboreia.

Graças a este Dom não só se crê no Amor de Deus, mas *sabe-se* de um modo novo[28]. É um saber a que só se chega com santidade; e há almas obscuras, ignoradas, profundamente humildes, sacrificadas, santas, com um sentido sobrenatural maravilhoso: ***Eu te louvo ó Pai, Senhor do Céu e da terra, porque ocultaste estas coisas aos sábios e aos prudentes, e as revelaste aos pequeninos***[29].

Com o Dom da Sabedoria a vida contemplativa penetra nas *profundidades de Deus*[30]. Neste sentido S. Josemaria convida-nos a meditar **um texto de São Paulo, em que se nos propõe todo um**

**programa de vida contemplativa — conhecimento e amor, oração e vida — (...): *que Cristo habite pela fé nos vossos corações; e que arraigados e fundados na caridade, possais compreender, com todos os santos, qual seja a largura, o comprimento, a altura e a profundidade do mistério; e conhecer também aquele amor de Cristo, que excede toda a ciência, de modo que fiqueis cheios de toda a plenitude de Deus (Ef 3,17-19)***  
**[31].**

Temos que implorar ao Espírito Santo o Dom da Sabedoria juntamente com os outros Dons, o seu séquito inseparável. São os presentes do Amor divino, as jóias que o Paráclito entrega a todos os que querem amar a Deus com todo o coração, com toda a alma, com todas as forças.

## PELO CAMINHO DA CONTEMPLAÇÃO

Quanto maior for a caridade, mais intensa será a familiaridade com Deus na qual surge a contemplação. Até a caridade mais débil, como a de quem se limita a não pecar gravemente mas não procura cumprir em tudo a Vontade de Deus, estabelece uma certa conformidade com a Vontade divina. No entanto, um amor que não procura amar mais, que não tem o fervor da piedade, parece-se mais com a cortesia formal de um estranho do que ao afeto de um filho. Quem se conformasse com isso na sua relação com Deus, não passaria de um conhecimento das verdades reveladas insípido e passageiro, *porque quem se contenta com ouvir a palavra, sem a pôr em prática, é semelhante a um homem que contempla a imagem do seu rosto num espelho: mal se contemplou e,*

*tendo-se retirado, logo esqueceu como era*[32].

Muito diferente é o caso de quem deseja sinceramente identificar em tudo a sua vontade com a Vontade de Deus e, com a ajuda da graça, põe os meios: a oração mental e vocal, a participação nos Sacramentos — a Confissão frequente e a Eucaristia — o trabalho e o cumprimento fiel dos próprios deveres, a procura da presença de Deus ao longo do dia: o cuidado do plano de vida espiritual a par de uma intensa formação cristã.

O ambiente atual da sociedade conduz muitos a viver voltados para fora, com uma permanente ânsia de possuir isto ou aquilo, de ir daqui para acolá, de ver e olhar, de mover-se, de distrair-se com futilidades, talvez com o objetivo de esquecer o seu vazio interior, a perda do sentido transcendente da vida humana. A nós, que descobrimos a chamada



divina à santidade e ao apostolado, deve suceder-nos o contrário. Quanto mais atividade exterior, mais vida para dentro, mais recolhimento interior, procurando o diálogo com Deus presente na alma em graça e mortificando os afãs da *concupiscência da carne, a concupiscência dos olhos e a soberba de vida*[33]. Para contemplar Deus é preciso limpar o coração. *Bem-aventurados os limpos de coração, porque verão a Deus*[34].

Peçamos à Nossa Mãe Santa Maria que nos obtenha do Espírito Santo o dom de ser contemplativos no meio do mundo, dom que sobreabundou na sua vida santíssima.

---

[1] S. Josemaria, *Amigos de Deus*, n. 238.

[2] S. Josemaria, *Temas Atuais do Cristianismo*, n. 114.

[3] S. Josemaria, *Amigos de Deus*, n. 56.

[4] *Lc* 18, 1.

[5] Clemente de Alexandria, *Stromata*, 7, 7.

[6] São Gregório Magno, *In Ezechielem homiliae*, 2, 5, 19.

[7] João Paulo II, *Discurso ao Congresso «A grandeza da vida corrente», no centenário do nascimento do Beato Josemaria*, 12-I-2002, n. 2.

[8] *Catecismo da Igreja Católica*, n. 1028.

[9] cf. São Tomás de Aquino, *Summa Theologiae*, I, q. 12, a. 2, c; y II-II, q. 4, a.1; q. 180, a. 5, c.

[10] *1Cor* 12, 12; cf. *2Cor* 5, 7; *1 Jo* 3, 2.

[11] *Catecismo da Igreja Católica*, n. 163.

[12] São João da Cruz, *Noche oscura*, lib. 2, cap. 18, n. 5.

[13] São Tomás de Aquino, *Summa Theologiae*, II-II, q. 180, a. 1, c y a.3, ad 1.

[14] S. Josemaria, *Caminho*, n. 91.

[15] S. Josemaria, *Amigos de Deus*, n. 307.

[16] S. Josemaria, *Amigos de Deus*, n. 296.

[17] *Ibid.*

[18] cf. *Jo* 14, 23.

[19] cf. *1Cor* 3, 16; *2 Cor* 6, 16.

[20] *Gal* 4, 4-6.

[21] cf. *1Cor* 12, 12-13, 27; *Ef* 2, 19-22; 4, 4.

[22] *1Jo* 4, 9.

[23] cf. São Tomás de Aquino, *Summa Theologiae*, II-II, q. 24, a. 7, c. *In Epist. ad Rom.*, c. 5, lect. 1.

[24] *1Cor* 2, 10-11.

[25] cf. *Mt* 11, 27.

[26] cf. João Paulo II, *Alocução* 9-IV-1989.

[27] São Tomás de Aquino, *Summa Theologiae* II-II, q. 45, a. 2, ad 1.

[28] cf. *Rm* 8, 5.

[29] *Mt* 11, 25.

[30] *1Cor* 1, 10.

[31] S. Josemaria, *Cristo que passa*, n. 163.

[32] *Tg* 1, 23-24.

[33] *1Jo* 2, 16.

[34] *Mt* 5, 8.

J. López.

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de [https://  
opusdei.org/pt-pt/article/trabalho-  
contemplacao-e-trabalho-1/](https://opusdei.org/pt-pt/article/trabalho-contemplacao-e-trabalho-1/) (21/02/2026)