

# A HUMILDADE É O MEIO DE CONHECER A DEUS



Retiro de Advento 2023 com Sta Teresa dos Andes (1900-1920) - Enraizados na Alegria Divina

## À escuta do Evangelho: a alegria da humildade

« *Princípio do Evangelho de Jesus Cristo, Filho de Deus. Conforme está escrito no profeta Isaías: “Eis que envio à tua frente o meu mensageiro, a fim de preparar o teu caminho. Uma voz clama no deserto: ‘Preparai o caminho do Senhor, endireitai as suas veredas.’” João Baptista apareceu no deserto, a pregar um batismo de arrependimento para a remissão dos pecados. Saíram ao seu encontro todos os da província da Judeia e todos os habitantes de Jerusalém. E eram batizados por ele no rio Jordão, confessando os seus pecados. João vestia-se de pelos de camelo e trazia uma correia de couro à cintura; alimentava-se de gafanhotos e mel silvestre. E pregava assim: “Depois de mim vai chegar outro que é mais forte do que eu, diante do qual não sou digno de me inclinar para desatar-lhe as correias das sandálias. Eu vos batizei em água, mas Ele há de batizar-vos no Espírito Santo. » (Mc 1,1-8)*

O tempo do Advento, que nos prepara para o Natal, não é só um tempo de espera, é também (e sobretudo) um tempo de preparação para a vinda do Menino Deus. Mas para que serviria esperar a vinda de um amigo à nossa casa se, quando ele chegasse, não tivéssemos nada para lhe oferecer? «Preparai o caminho do Senhor», pede o profeta Isaías: pedido retomado por João Batista no Evangelho. Sim: “preparai o caminho que conduz à vossa casa, para que o Senhor lá chegue e Se saiba esperado, tendo confiança no bom acolhimento que aí receberá da vossa parte”. **É importante que estejamos bem dispostos para acolher a vinda do Menino Deus no Natal.**

João Batista, pela sua pregação e pelo seu estilo de vida, é o arquétipo do homem que prepara cuidadosamente a vinda do Senhor e ajuda os outros a preparar-se também para ela. «*Vestido de pelos de camelo e com uma correia de couro à cintura*», alimentando-se «*de gafanhotos e mel silvestre*», João escolhe viver de maneira extremamente pobre, tanto que não quer receber nenhuma glória que não venha do próprio Deus. Não vem impor-se como alguém «importante» diante do Senhor. Claro que nem todos são chamados a viver tão pobremente como o Percursor. No entanto, todos os homens são chamados a imitar a sua humildade, não se «fazendo importantes», começando por reconhecer a sua condição de pecadores diante de Deus. Não reconhecem publicamente os seus pecados todas aquelas multidões que vêm ter com João Batista?



A humildade é calma e alegre. Prepara as pessoas para receber na casa do seu coração, a vinda do seu Senhor e Salvador Jesus Cristo. **Longe da pusilanimidade, a humildade é, pelo contrário, cheia de coragem e de firmeza.** João Batista dá um magnífico exemplo dela. Espera calmamente a vinda do Messias. Está feliz, como o amigo do Esposo, que se alegra com a felicidade do Esposo: «*Esta é a minha alegria! E tornou-se completa!*» [Jo 3,29], dirá ele, um pouco mais tarde. Prepara essa vinda, não hesitando em anunciá-la ao povo. Muitos vêm a ele, incluindo as pessoas que têm necessidade de mudar de vida (as prostitutas, os publicanos...), enquanto outros se recusam a fazê-lo (especialmente os fariseus). Humilde, João Batista dava ainda maior prova de coragem e de força, não deixando em silêncio a má conduta de Herodes, arriscando a própria vida. Teria a audácia de dizer bem alto o que muitos pensavam em voz baixa. No final da sua missão, beneficiar-se-ia de toda a amizade e toda a estima do próprio Jesus. Um homem humilde é um amigo de Cristo, porque também Ele é «*manso e humilde de coração*» [Mt 11,29].

## Na escola de Teresa dos Andes:

### « A humildade é um meio para conhecer a Deus »

Não é, pois, surpreendente que a humildade tenha sido a virtude preferida de Juanita! Todos os santos procuraram ser humildes, tentando assim estar mais unidos ao seu Senhor. Pensemos na Virgem Maria! Falando de si mesma, ela se contenta em dizer que o Altíssimo «*Se inclinou sobre a sua humilde serva*» [Lc 1,48]. Santa Teresa de Jesus (d'Ávila), por seu lado, não para de exortar as suas filhas carmelitas a tornar-se cada vez mais e mais humildes, para se tornarem grandes santas. E o que dizer do santo frade canadense André Bessette (1845-1937), um dos maiores taumaturgos do séc. XX, que afirmou o quanto «*é surpreendente que me peçam muitas vezes curas, mas raramente me pedem humildade, espírito de fé. No entanto, é tão importante*» ?

A humildade tem essa característica de ser negligenciada; no entanto, ela ajuda as pessoas a viverem melhor. Juanita recorda ao seu irmão Lucho – que duvida da fé cristã – que «*a humildade é o meio de conhecer a Deus. 'Deus – diz a Imitação de Cristo – não Se revela aos orgulhosos'. Humilhemo-nos diante d'Ele. Peçamos-Lhe, do fundo do coração, que se manifeste infinitamente às nossas almas. [...] Quem se aproxima do fogo, se aquece*» (Carta 96).

Juanita experimentou quanto **o fogo da humildade abre perspectivas novas em nossa vida, a começar pelo fato de Deus Se desvelar mais à alma**, revelando-*Se* bem melhor, mais amante, do que até então tínhamos pensado... «*Compreendi, dizia a pequena santa do Chile, que o que me separava de Deus era o meu orgulho. De agora em diante quero e me proponho ser humilde. Sem a humildade, as outras virtudes são hipocrisia. Sem ela, as graças recebidas de Deus são prejuízo e perda. A humildade alcança-nos a semelhança com Cristo, a paz da alma, a santidade e a união íntima com Deus.*» (Diário, retiro de 1917). Sem humildade, é impossível progredir verdadeiramente na nossa relação com o Senhor.

*Santa Teresa dos Andes insiste, numa carta em que copia estas palavras marcantes dirigidas pelo Sagrado Coração de Jesus a Santa Margarida Maria Alacoque: «Eu sou todo Amor e a maior pena que podem causar ao Meu Coração é duvidar da minha bondade. O Meu Coração é compassivo, mas quanto mais Ele tem de restaurar corações, mais se alegra, na condição de não haver malícia. Se soubesses o trabalho que eu poderia fazer numa alma cheia de misérias se ela me deixasse atuar... O Amor não tem necessidade de nada. Só quer não encontrar resistência; e, habitualmente, o que eu peço a uma alma, para a tornar santa, é que Me deixe trabalhar nela. As imperfeições*



da alma não me causam desagrado, mas atraem a Minha compaixão, na condição de que não se compraza nelas. Amo tanto as almas... As imperfeições devem servir-lhes de degraus para subir até Mim por meio da humildade, da confiança e do amor. Inclino-me para a alma que se humilha e abaixo-me até ao seu nada para uni-la a Mim» (Carta 109). Com efeito, **quanto mais a pessoa se mostra humilde, mais está disposta a ter confiança em Deus e a não opor resistência ao trabalho paciente do Amor nela.** Deixemos o Sagrado Coração trabalhar nas nossas almas, lá onde muitas vezes pomos entraves à confiança porque, na nossa fé, temos falta de humildade!

Muitas vezes é mais proveitoso exercitar-nos em nos tornar humildes – mesmo que seja timidamente – do que multiplicar à saciedade orações, peregrinações ou outros longos tempos fortes espirituais... E nós, por nossa vez, desejamos tornar-nos humildes, para deixar que o Coração de Jesus trabalhe nos nossos corações? Exercitamo-nos na humildade? Se sim, como entrar nesse belo dinamismo, que é o dos santos como João Batista o Precursor, Teresa de Jesus dos Andes, Margarida Maria Alacoque, Frei André e tantos outros?

Juanita exercitou-se na humildade de maneira concreta. Ela confessa candidamente ter caído muitas vezes. Cabe a nós inspirar-nos nas suas práticas sem nos desencorajarmos. «Quando penso no que sou diante de Deus e em relação às outras criaturas, considero-me como um nada criminoso. Mas depois, reconhece ela humildemente, se alguém me diz alguma coisa que me humilha, respondo imediatamente, movida pelo amor-próprio. É verdade que, por vezes, procuro abaixar-me, mas custa-me muito e às vezes não consigo.» (Carta 36).

## Concretamente : 7 resoluções

Eis aqui alguns dos exercícios de humildade praticados pela pequena santa do Chile. Qual (ou quais) poderíamos nós escolher para nos preparar para o Natal?

### 1) Escolher pequenos sacrifícios

«Nosso Senhor, notava Teresa, pede-me os sacrifícios mais pequeninos. Mas é inconcebível o quanto eles me custam. Pediu-me que fizesse tudo por amor.» (Diário 54).

### 2) Saber amavelmente dizer não

No decurso de um baile numa casa rica, um jovem aproximou-se de Juanita e perguntou-lhe se ela queria dançar com ele. Não querendo rejeitar esse jovem apaixonado por ela, nem ceder ao flerte que se anunciava, ela respondeu amavelmente: «Pode ir comigo buscar qualquer coisa para comer» ...

### 3) Permanecer humildemente firme

Teresa dos Andes experimentou mesmo essa humildade cheia de firmeza. «Peço-lhe que não se deixe levar pelo desencorajamento, escreve ela, encorajando uma amiga desanimada. Chorar muito pelas faltas que cometemos não é humildade; menos ainda se são involuntárias. Deve, imediatamente depois da queda, pedir perdão a Jesus e depois – como uma criança com a sua mãe – apoiar-se sobre o Seu Coração, continua a sua carta com ternura. Somos filhos que ainda não sabem andar. Como é que Jesus se poderá zangar com as quedas que temos pela nossa ignorância ou por fraqueza? Evite sempre qualquer falta voluntária. Peça a Jesus que a liberte disso.» [Carta 144].



Uma firmeza humilde é uma vantagem em sociedade. «Faz-te respeitar dando um bom exemplo, escreve Juanita a uma amiga. *Esforça-te em sociedade por vencer sempre o respeito humano. Forma a tua opinião e não cedas quando os outros não julgarem com retidão.*» (Carta 121). Os últimos conselhos de Teresa dos Andes ilustram bem a coragem serena da verdadeira humildade; uma pessoa humilde atrai sobre si o respeito. Sabe também manter uma distância acertada face às opiniões por vezes veiculadas demasiado apressadamente.

#### 4) Exercitar-se em se levantar audaciosamente depois das quedas

A humildade é uma verdadeira mola para nos levantarmos depois de uma queda. Onde somos tentados a nos desencorajar, quando caímos, Juanita pelo contrário: sabe mostrar-se cheia de audácia. «Quando caíres, escreve ela à sua prima, diz simplesmente ao Coração de Jesus: « Senhor, não te esqueceste que eu não consigo fazer nada por mim mesma? Tu não me seguraste. Senhor, tu és o responsável por eu ser miserável, porque não me socorreste». Assim, responsabilizamo-Lo e essas relações de confiança (n'Ele) e de desconfiança (de si) O encantam» (Carta 109).

#### 5) Conter-se de falar demais

Uma outra prática que Juanita utilizava com sucesso era abster-se de falar durante uma conversa, quando espontaneamente gostaríamos de nos antecipar e brilhar nas respostas. «Humildade. Não falando de si mesmo, não dando a sua opinião se ninguém no-la pede, não chamar a atenção de ninguém.» (Carta 137).

#### 6) Ousar pedir perdão

Outra resolução é ousar pedir perdão, quando for necessário. Nem sempre é fácil... mas é libertador! «No outro dia pedi perdão às criadas, para me humilhar», escreve Juanita (Diário § 22). Recebeu delas o perdão imediato. Mas não foi assim noutra ocasião. Juanita tinha então 14 anos e, no decorrer de um banho de mar, teve um ataque de cólera inútil contra a mãe e umas amigas. «Não sei quantas vezes pedi perdão» (Diário §9), testemunha Juanita. O perdão demorou a chegar... E se não chegasse a ser dado? Teria ficado a satisfação do dever cumprido e também do respeito à liberdade do outro, sabendo que tal situação é sempre crucificante.

#### 7) Meditar sobre a humilhação de Cristo

Enfim, é sempre bom meditar sobre o abaixamento do Senhor, que se humilhou por cada ser humano até parecer tolo, desprezível e merecedor da mais ignóbil possível das mortes. Teresa meditava regularmente neste tema. Costumamos meditar sobre os sofrimentos, sobre a humilhação que Jesus quis suportar para nos salvar? É impossível permanecer arrogante ao considerar o quanto Jesus nos amou e Se entregou por nós... «Se, por fraqueza, eu cair, Jesus querido, olharei para ti na colina do Calvário e, ajudada por Ti, levantar-me-ei [...] antes mil mortes que causar-Te a menor dor.» (Diário retiro 1916).

Frère Cyril ROBERT,  
ocd (Convento de Paris)



### Segunda-feira, 11 dezembro: maravilhados por Deus

« Cheios de temor, todos diziam: « Hoje vimos coisas maravilhosas! » [Lc 5,26]

« Não é um príncipe, não é um rei que te chama, mas Deus. O Rei dos reis te chama para unir-te a Ele. Pensa que Ele não se une com os anjos e vem chamar criaturas que o ofendem. Como nosso Deus é bom ! Como não chorar, como não morrer diante de tanto amor? » (Carta 146)

Elevemos os olhos para o presépio onde Jesus se apressa a nascer. Não é extraordinário? Deixemo-nos maravilhar pelo Deus que vem unir-se à nossa natureza humana.



### Terça-feira, 12 dezembro: viver de amor

«Vosso Pai, que está nos Céus, não quer que um só desses pequeninos se perca.» [Mt 18,14]

«Por que não amar a esse Deus que, sem precisar de nós, nos ama, olha para nós e sempre nos prodigaliza os seus bens? Viver de amor, viver em Deus é a única felicidade da alma. Acredita que não te estou escondendo que haja sofrimentos, mas na Cruz está o amor e, amando-O, somos felizes» (Carta 159)

Separar um momento para repetir que Deus é nosso Pai e quer ser nossa felicidade. apesar da cruz.

### Quarta-feira, 13 dezembro: Jesus Consolador

« Naquele tempo, Jesus tomou a palavra: 'Vinde a mim, vós todos que estais cansados sob o peso de vossos fardos, e Eu vos darei descanso» [Mt 11,28]

« Quando o peso da cruz nos esmaga, chamemos Jesus em nosso auxílio. Ele caminha à nossa frente e não ficará surdo aos nossos gemidos. Apesar das dores que sentia no caminho do Calvário, consolou as santas mulheres. Por que Jesus não nos reconfortaria?» (Carta 135)

Hoje eu poderia pedir a Jesus – Ele, o consolador dos corações aflitos – que depositasse seu olhar reconfortante sobre mim ou sobre alguém próximo a mim.



### Quinta-feira, 14 dezembro: força e alegria



Em verdade eu vos digo: entre aqueles que nasceram de mulher, não surgiu ninguém maior que João Batista; e, no entanto, o menor no Reino dos Céus é maior que Ele» [Mt 11,11]

« O amor de Jesus dá forças, alegria e nos serve para acumular méritos para o Céu» (Carta 128)

Fiquemos de pé diante de Deus para invocar o amor de Jesus! Peçamos-lhe sua força, como aquela que habitava São João da Cruz, e sua alegria, como aquela que inflamava o coração da santinha do Chile !

### Sexta-feira, 15 de dezembro: loucos de amor

« « A quem vou comparar esta geração? Ela é semelhante a crianças» [Mt 11,16]

«Quão pobre e embotado me parece o culto que prestamos ao nosso Deus em seu Sacramento! Como temos pouco respeito para com Aquele diante de quem os serafins se inclinam e se aniquilam! E Ele suporta tudo em silêncio. Ele permanece sem esplendor, escondido no pão. Oh, por que não nos tornamos loucos de amor?» (Carta 115)

Em nossa próxima Comunhão Eucarística,afirmemos o nosso amor ao Cristo escondido na hóstia consagrada...



### Sábado, 16 de dezembro: carinho e ternura

«Eu vos declaro: Elias já veio, mas, em vez de reconhecê-lo, fizeram com ele tudo o que quiseram. Do mesmo modo, o Filho do homem vai sofrer por eles» [Mt 17, 12]

« Minha querida filhinha, se soubesses o tão grande bem que tuas cartas me fazem, não somente agora, mas já antes, porque via nelas tanto carinho e ternura, que elas me davam uma vida nova» (Carta do senhor Miguel à sua filha Teresa)

Neste dia, eu poderia enviar uma palavrinha de conforto a uma pessoa que está sofrendo e/ou rezar por ela. O meu prazer ou o gosto de dar prazer a Deus?