

A oração de um cristão é igual à de uma pessoa de outra religião?

Um novo texto da série “Perguntas sobre a Fé Cristã”. Este artigo explica a diferença entre a oração de um cristão e a de uma pessoa que professa uma religião diferente.

18/04/2024

Sumário:

1. Que é a oração?

2. Qual a diferença entre a oração cristã e a de outras religiões?

3. Quais são os tipos de oração?

4. Qual é a relação entre a oração pessoal e a oração da Igreja?

5. Qual é o papel do Espírito Santo na oração?

1. Que é a oração?

“A oração é a elevação da alma a Deus ou o pedido feito a Deus dos bens convenientes”^[1]. É um diálogo pessoal, íntimo e profundo, entre o homem e Deus^[2], e cada um está chamado a descobrir a riqueza deste diálogo e a entrar em relação com o seu Criador. Deus convida constantemente cada indivíduo a participar do misterioso encontro da oração. É Ele que toma a iniciativa,

despertando em nós a vontade de procura-lo, de nos comunicarmos com Ele e de torná-Lo parte da nossa vida. A pessoa que se dedica à oração, disposta a ouvir Deus e a dialogar com Ele, está respondendo a essa iniciativa divina.

O cristão tem como exemplo o próprio Cristo, que orava constantemente ao Pai e nos ensinou a orar^[3]. Além disso, a oração cristã não é o resultado de um exercício individual de reflexão ou introspeção, mas se insere no diálogo entre o Filho e o Pai, mediante a ação do Espírito Santo na alma. “É em Jesus que o homem se torna capaz de se aproximar de Deus com a profundidade e a intimidade da relação de paternidade e filiação. Com os primeiros discípulos, com confiança humilde, dirijamo-nos então ao Mestre e peçamos-lhe: ‘Senhor, ensina-nos a rezar’ (Lc 11, 1)”^[4].

Textos de São Josemaria para meditar

Sempre que sentimos no nosso coração desejos de melhorar, de responder mais generosamente ao Senhor, e procuramos um guia, um norte claro para a nossa existência cristã, o Espírito Santo traz à nossa memória as palavras do Evangelho: ‘importa orar sempre e não cessar de o fazer’.

A oração é o fundamento de todo o trabalho sobrenatural; com a oração somos omnipotentes; se prescindíssemos deste recurso, nada conseguiríamos.

(*Amigos de Deus*, n. 238)

São tantas as cenas em que Jesus Cristo fala com o seu Pai, que se torna quase impossível determo-nos em todas. Mas penso que não podemos deixar de considerar as horas, tão intensas, que precederam

a sua Paixão e Morte, quando se prepara para consumar o Sacrifício que nos reconduzirá ao Amor Divino. Na intimidade do Cenáculo o seu Coração transborda, dirige-se suplicante ao Pai, anuncia a vinda do Espírito Santo, anima os seus a um contínuo fervor de caridade e de fé.

(*Amigos de Deus*, n. 240)

2. Qual a diferença entre a oração cristã e a de outras religiões?

A principal diferença entre a oração cristã e as formas de algumas correntes espiritualistas radica na procura de um encontro pessoal com Deus, Uno e Trino (com Deus, Pai de Nosso Senhor Jesus Cristo no Espírito Santo) e não simplesmente como uma busca individual de paz e equilíbrio interior. “A oração cristã é sempre determinada pela estrutura da fé cristã, na qual resplandece a verdade mesma de Deus e da criatura”^[5]. Cristo ensina-nos como

devemos orar, o que significa rezar dentro do seu corpo místico, que é a Igreja.

A oração cristã também tem uma dimensão comunitária: “mesmo quando se realiza em solidão, possui na realidade o seu ser no interior daquela ‘comunhão dos santos’, na qual e com a qual se reza, tanto em forma pública e litúrgica como em forma privada”^[6]. O cristão, mesmo quando se encontra só e reza em segredo, tem consciência de orar sempre em união com Cristo, no Espírito Santo, juntamente com todos os santos, para o bem da Igreja. “É à Igreja que a oração de Jesus é entregue (‘assim vós deveis rezar’, Mt 6, 9)”^[7] e, portanto, realiza-se plenamente dentro da comunidade dos batizados.

Textos de São Josemaria para meditar

A oração do cristão nunca é monólogo.

(*Caminho*, n. 114)

‘Minutos de silêncio’. – Deixai-os para os que têm o coração seco. Nós, os católicos, filhos de Deus, falamos como nosso Pai que está nos céus.

(*Caminho*, n. 115)

‘Um minuto de oração intensa; é quanto basta’, dizia um que nunca rezava.

Um enamorado acharia que bastava contemplar intensamente, durante um minuto, a sua amada?

(*Sulco*, n. 465)

3. Quais são os tipos de oração?

Tradicionalmente, a Igreja divide as principais expressões da oração em três tipos que se complementam: oração vocal, meditação e oração

contemplativa. Todas são essenciais para um cristão que procura aprofundar a sua relação com Deus e compartilham a característica comum do recolhimento do coração.

1) Oração vocal: Refere-se a uma forma de oração que se expressa verbalmente, isto é, mediante palavras articuladas ou pronunciadas, e que pode manifestar-se tanto externa como internamente, no profundo do coração. Esta forma de oração realiza-se utilizando fórmulas pré-estabelecidas, longas ou breves, tomadas da Sagrada Escritura (como o Pai Nosso e a Ave Maria) ou recebidas da tradição espiritual (como a Salve Rainha).

“A oração vocal é, por excelência, a oração das multidões. Mas também a oração mais interior não pode menosprezar a oração vocal (...).

Então a oração vocal é uma primeira forma da oração contemplativa”^[8].

2) Meditação (também conhecida como oração mental) – Meditar implica focar a mente na consideração pausada de uma realidade ou ideia, com o propósito de obter uma melhor e mais completa compreensão. Para um cristão, a prática da meditação implica dirigir os pensamentos para Deus. “A meditação mobiliza o pensamento, a imaginação, a emoção e o desejo. Essa mobilização é necessária para aprofundar as convicções de fé, suscitar a conversão do coração e fortificar a vontade de seguir a Cristo”^[9].

Existem diversas formas de meditação, de acordo com a diversidade de mestres espirituais na Igreja. “Mas um método é apenas um guia; o importante é avançar, com o

Espírito Santo, pelo único caminho da oração: Jesus Cristo”^[10].

3) A oração contemplativa “é a expressão mais simples do mistério da prece. A oração é um *dom*, uma graça; não pode ser acolhida senão na humildade e na pobreza”^[11]. A Igreja define-a como a forma mais íntima de diálogo pessoal com Deus, em que a alma alcança a união com a oração de Cristo que nos faz participar do seu mistério, numa atmosfera interior de amor silencioso^[12].

Todos os cristãos são chamados a alcançar a plenitude da contemplação em qualquer circunstância da sua vida. Esta oração conduz a um crescimento ativo e à consciência da presença de Deus, assim como ao desejo de uma profunda comunhão com Ele, tanto nos momentos especificamente dedicados à oração como ao longo de

toda a vida. A oração, portanto, tem como objetivo integrar todas as dimensões da pessoa humana, abarcando a inteligência, a vontade e os sentimentos, e chega ao centro do coração para transformar as suas disposições e dar forma a toda a vida cristã, tornando-o semelhante a Cristo.

Textos de São Josemaria para meditar

Neste entretecido, neste atuar da fé cristã, engastam-se, como joias, as orações vocais. São fórmulas divinas: *Pai Nossa... Ave-Maria... Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo*. Há essa coroa de louvores a Deus e à Nossa Mãe que é o Santo Rosário e tantas e tantas outras aclamações, cheias de piedade, que os nossos irmãos cristãos recitaram desde o princípio.

(*Amigos de Deus*, n. 248)

Que não faltem no nosso dia alguns momentos dedicados especialmente a travar intimidade com Deus, elevando até Ele o nosso pensamento, sem que as palavras tenham necessidade de vir aos lábios, porque cantam no coração. Dediquemos a esta norma de piedade um tempo suficiente, a hora fixa, se possível.

(*Amigos de Deus*, n. 249)

Eu gostaria que hoje, na nossa meditação, nos persuadíssemos definitivamente da necessidade de nos dispormos a ser almas contemplativas no meio do mundo e 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, este é o único caminho.

(*Amigos de Deus*, n. 238)

Começamos com orações vocais, que muitos de nós repetimos desde crianças: são frases ardentes e simples, dirigidas a Deus e à Sua Mãe, que é nossa Mãe. (...) 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. Vivemos então como cativos, como prisioneiros. Enquanto realizamos com a maior perfeição possível, dentro dos nossos erros e limitações, as tarefas próprias da nossa condição e do nosso ofício, a alma anseia escapar-se. Vai até Deus como o ferro atraído pela força do íman. Começa-se a amar Jesus de forma mais eficaz, com um doce sobressalto.

(*Amigos de Deus*, n. 296)

4. Qual é a relação entre a oração pessoal e a oração da Igreja?

Como já se mencionou, a oração cristã não se limita a um indivíduo, mas transcende-o e se insere no diálogo de amor entre o Pai e o Filho, através do Espírito Santo. Deus instituiu a sua Igreja como um canal para isso, a Igreja atua como mediadora na nossa relação com Ele. Para alcançar a relação íntima e confiada a que estamos chamados, necessitamos dos sacramentos da Igreja, já que são os sinais e instrumentos “pelos quais o Espírito Santo difunde a graça de Cristo, que é a Cabeça, na Igreja, que é seu Corpo. A Igreja contém, portanto, e comunica a graça invisível que ela significa”^[13].

Por meio dos sacramentos, o cristão é introduzido no mistério da comunhão dos santos, onde está unido a toda a comunidade da Igreja

e participa dos seus bens espirituais. Dessa forma, quando reza, ele reza junto com toda a Igreja e, ao mesmo tempo, a oração da Igreja se individualiza em cada cristão. “A oração cristã, portanto, é sempre ao mesmo tempo autenticamente pessoal e comunitária. Por esta razão, recusa técnicas impessoais ou centradas sobre o eu, as quais tendem a produzir automatismos nos quais o orante cai prisioneiro dum espiritualismo intimista, incapaz duma livre abertura para o Deus transcidente”^[14].

Textos de São Josemaria para meditar

Comunhão dos Santos. – Como to hei de dizer? – Sabes o que são as transfusões de sangue para o corpo? Pois assim vem a ser a Comunhão dos Santos para a alma.

(*Caminho*, n. 544)

Se sentires a Comunhão dos Santos – se a viveres – serás de bom grado um homem penitente. – E compreenderás que a penitência é ‘*gaudium, etsi laboriosum*’ – alegria, embora trabalhosa. E sentir-te-ás ‘aliado’ de todas as almas penitentes que foram, são e serão.

(*Caminho*, n. 548)

Comunhão dos Santos... Bem a sentiu aquele jovem engenheiro, quando afirmava: ‘Padre, em tal dia, a tal hora, estava a pedir por mim!’.

Esta é e será a primeira ajuda fundamental que havemos de prestar às almas: a oração.

(*Sulco*, n. 472)

5. Qual é o papel do Espírito Santo na oração?

Por participar no diálogo de amor entre o Pai e o Filho, a oração cristã é

o resultado da ação do Espírito Santo, que atua na alma infundindo as virtudes da fé, da esperança e da caridade, e leva o ser humano a crescer na presença de Deus.

Independentemente do caminho, do método de oração, é o Espírito Santo quem atua em cada cristão. “O Espírito Santo, cuja unção impregna todo o nosso ser, é o mestre interior da oração cristã. É o artífice da tradição viva da oração (...). Na comunhão do Espírito Santo, a oração cristã se torna oração da Igreja”^[15].

Meditar com São Josemaria

Como fazer oração? Atrevo-me a assegurar, sem temor de me enganar, que há muitas, infinitas maneiras de orar. Mas eu preferia para todos nós a autêntica oração dos filhos de Deus, não o palavreado dos hipócritas que hão de ouvir de Jesus: ‘nem todo o

que me diz, Senhor, Senhor, entrará no reino dos céus'.

Os que são movidos pela hipocrisia podem talvez conseguir o ‘ruído da oração – escrevia Santo Agostinho – mas não a sua voz, porque aí falta vida’ e há ausência de afã por cumprir a Vontade do Pai. Que o nosso clamor – Senhor! – vá unido ao desejo eficaz de converter em realidade essas moções interiores, que o Espírito Santo desperta na nossa alma.

(*Amigos de Deus*, n. 243)

Passaram muitos anos e não conheço outra receita. Se não te consideras preparado, recorre a Jesus como faziam os seus discípulos: ‘ensina-nos a fazer oração’. Comprovarás como o Espírito Santo ‘ajuda a nossa fraqueza, pois que, não sabendo sequer o que havemos de pedir nas nossas orações, nem como é conveniente expressarmo-nos, o

mesmo Espírito Santo facilita as nossas súplicas com gemidos inexplicáveis', que não podem contar-se porque não existem modos apropriados para descrever a sua profundidade.

(*Amigos de Deus*, n. 244)

Referências:

- Catecismo da Igreja Católica, Quarta Parte: A Oração Cristã (2558-2565).
- Congregação para a Doutrina da Fé, *Orationis Formas*, Carta aos Bispos da Igreja Católica acerca de alguns aspectos da meditação cristã, 15/10/1989.

^[1] *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2559.

^[2] cf. Congregação para a Doutrina da Fé, Carta aos Bispos da Igreja Católica acerca de alguns aspectos da meditação cristã, 15/10/1989, n. 3.

^[3] cf. Lc 11, 1-4

^[4] Bento XVI, Audiência geral (Catequese sobre a oração), 04/05/2011.

^[5] Congregação para a Doutrina da Fé, Carta aos Bispos da Igreja Católica acerca de alguns aspectos da meditação cristã, 15/10/1989, n. 3.

^[6] *Ibid.*, n. 7.

^[7] *Ibid.*

^[8] *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2704.

^[9] *Ibid.*, n. 2708.

^[10] *Ibid.*, n. 2707.

^[11] *Ibid.*, n. 2713.

^[12] cf. *Ibid.*, n. 2724.

^[13] *Ibid.*, n. 774.

^[14] Congregação para a Doutrina da Fé, Carta aos Bispos da Igreja Católica acerca de alguns aspectos da meditação cristã, 15/10/1989, n. 3.

^[15] *Catecismo da Igreja Católica*, n. 2672.

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/a-oracao-de-
um-cristao-e-igual-a-de-uma-pessoa-de-
outra-religiao/](https://opusdei.org/pt-br/article/a-oracao-de-um-cristao-e-igual-a-de-uma-pessoa-de-outra-religiao/) (28/01/2026)