

A hora da oração

Oração: é a hora das intimidades santas e das resoluções firmes (Sulco)

09/09/2020

O que é a oração mental? Sta. Teresa responde: “A oração mental, a meu ver, é apenas um relacionamento íntimo de amizade em que conversamos muitas vezes a sós com esse Deus por quem nos sabemos amados”. A oração mental busca “aquele que meu coração ama”. É Jesus e, nele, o Pai. Ele é procurado porque desejá-lo é sempre o começo

do amor, e é procurado na fé pura, esta fé que nos faz nascer dele e viver nele. Na oração, podemos ainda meditar; contudo, o olhar se fixa no Senhor (Catecismo da Igreja Católica, 2709).

O heroísmo, a santidade, a audácia, requerem uma constante preparação espiritual. Aos outros, sempre darás somente aquilo que tiveres; e, para lhes dar Deus, tens de cultivar o trato com Ele, viver a sua Vida, servi-Lo.
Forja, 78

Procuremos, portanto, não perder nunca o “ponto de mira” sobrenatural, vendo Deus por detrás de cada acontecimento: ante as coisas agradáveis e as desagradáveis, ante o consolo... e ante o desconsolo pela morte de um ser amado. Antes de mais nada, a conversa com nosso Pai-Deus, procurando o Senhor no centro da nossa alma. Não é coisa que se possa considerar uma

ninharia ou algo de pouca monta: é manifestação clara de vida interior constante, de autêntico diálogo de amor. Uma prática que não produzirá em nós nenhuma deformação psicológica, porque - para um cristão - deve ser tão natural como o bater do coração.

Amigos de Deus, 247

Não?... Porque não tiveste tempo?... - Tens tempo. Além disso, como é que serão as tuas obras, se não as meditaste na presença do Senhor, para bem orientá-las? Sem essa conversa com Deus, como é que acabarás com perfeição o trabalho de cada jornada?... - Olha, é como se alegasses que te falta tempo para estudar, porque estás muito ocupado em dar uma aulas... Sem estudo, não se pode dar uma boa aula. A oração está antes de qualquer coisa. Se o entendes assim e não o pões em prática, não me digas que te falta

tempo: muito simplesmente, não
queres fazê-la!

Sulco, 448

A tua vida tem que ser oração
constante, diálogo contínuo com o
Senhor: perante o agradável e o
desagradável, perante o fácil e o
difícil, perante o ordinário e o
extraordinário...

Em todas as ocasiões, tem que vir à
tua cabeça, imediatamente, a
conversa com teu Pai-Deus,
procurando-O no centro da tua alma

Forja, 538

Costumo dizer com frequência que,
nestes momentos de conversa com
Jesus, que nos vê e nos escuta do
Sacrário, não podemos cair numa
oração impessoal. E explico que, para
meditarmos de modo que se instaure
imediatamente um diálogo com o
Senhor - não é preciso nenhum ruído

de palavras -, temos que sair do anonimato, colocar-nos na presença divina tal como somos, sem nos emboscarmos na multidão que enche a igreja, nem nos diluirmos numa enfiada de palavreado oco, que não brota do coração, mas, no melhor dos casos, de um hábito despojado de conteúdo.

Amigos de Deus, 64

.....

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/orar-e-o-
caminho-para-atalhar-todos-os-males/](https://opusdei.org/pt-br/article/orar-e-o-caminho-para-atalhar-todos-os-males/)
(25/01/2026)