

Papa: a oração é diálogo com Deus

Na Audiência desta quarta-feira o Papa deu continuidade ao ciclo de catequeses sobre a oração, falando hoje sobre como “a oração dos lábios, aquela que é sussurrada ou recitada em coro, está sempre disponível, e é tão necessária quanto o trabalho manual.”

21/04/2021

Catequese 30 - A oração vocal

Estimados irmãos e irmãs, bom dia!

A oração é diálogo com Deus; e, num certo sentido, todas as criaturas “dialogam” com Deus. No ser humano, a oração torna-se *palavra*, invocação, cântico, poesia... A Palavra divina fez-se carne, e na carne de cada homem a palavra volta a Deus na oração.

As palavras são as nossas criaturas, mas são também as nossas mães, e em certa medida plasmam-nos. As palavras de uma prece levam-nos em segurança através de um vale escuro, orientando-nos para prados verdes, ricos de água, fazendo-nos banquetear diante dos olhos de um inimigo, como o Salmo nos ensina a recitar (cf. Sl 23). As palavras nascem dos sentimentos, mas há também o caminho inverso: aquele em que as palavras moldam os sentimentos. A Bíblia educa o homem para garantir que tudo vem à luz através da palavra, que nada de humano seja excluído, censurado. Acima de tudo,

a dor é perigosa se permanecer coberta, fechada dentro de nós... Uma dor encerrada dentro de nós, que não se exprime nem desabafa, pode envenenar a alma; é mortal.

É por este motivo que a Sagrada Escritura nos ensina a rezar até com palavras às vezes audazes. Os escritores sagrados não nos querem enganar sobre o homem: sabem que no seu coração existem também sentimentos pouco edificantes, até mesmo o ódio. Nenhum de nós nasce santo, e quando estes sentimentos negativos batem à porta do nosso coração, devemos ser capazes de os desarmar com a oração e com as palavras de Deus. Nos Salmos encontramos também expressões muito duras contra os inimigos – expressões que os mestres espirituais nos ensinam a atribuir ao diabo e aos nossos pecados – mas são palavras que pertencem à realidade humana e que acabaram no contexto das

Sagradas Escrituras. Estão ali para nos testemunhar que se, perante a violência, não houvessem palavras para tornar inofensivos os maus sentimentos, para os canalizar de modo que não prejudiquem, o mundo inteiro seria inundado por eles.

A primeira oração humana é sempre uma recitação vocal. Os lábios movem-se sempre em primeiro lugar. Embora todos saibamos que rezar não significa repetir palavras, no entanto a oração oral é a mais segura e pode ser praticada sempre. Os sentimentos, por mais nobres que sejam, são sempre incertos: vêm e vão, abandonam-nos e regressam. Não só, mas até as graças da oração são imprevisíveis: às vezes as consolações abundam, mas nos dias mais escuros parecem evaporar-se completamente. A oração do coração é misteriosa e em certos momentos falha. A oração dos lábios, aquela

que é sussurrada ou recitada em coro, está sempre disponível, e é tão necessária quanto o trabalho manual. O *Catecismo* afirma: “A oração vocal é um elemento indispensável da vida cristã. Aos discípulos, atraídos pela oração silenciosa do seu Mestre, este ensina-lhes uma oração vocal: o Pai-Nosso” (n. 2701). “Ensina-nos a rezar”, pedem os discípulos a Jesus, e Jesus ensina uma oração vocal: o Pai-Nosso. E naquela prece há tudo.

Todos deveríamos ter a humildade de certos idosos que, na igreja, talvez porque a sua audição já não é aguda, recitam em meia-voz as orações que aprenderam quando eram crianças, enchendo a nave de sussurros. Esta prece não perturba o silêncio, mas dá testemunho da sua fidelidade ao dever da oração, praticada durante uma vida inteira, sem nunca falhar. Com a oração humilde, estes orantes são frequentemente os grandes

intercessores das paróquias: são os carvalhos que de ano em ano alargam os seus ramos, para oferecer sombra ao maior número de pessoas. Só Deus sabe quando e quanto os seus corações estavam unidos àquelas orações recitadas: certamente essas pessoas também tiveram que enfrentar noites e momentos vazios. Mas pode-se permanecer sempre fiel à prece vocal. É como uma âncora: agarrar-se à corda para permanecer ali, fiéis, aconteça o que acontecer.

Todos temos que aprender com a constância daquele peregrino russo, mencionado numa famosa obra de espiritualidade, que aprendeu a arte da oração repetindo a mesma invocação inúmeras vezes: “Jesus Cristo, Filho de Deus, Senhor, tende piedade de nós, pecadores!” (cf. CIC, 2616; 2667). Repetia só isto. Se as graças entraram na sua vida, se um dia a oração se tornou tão ardente

que ele sentiu a presença do Reino aqui entre nós, se o seu olhar se transformou até ser como o de uma criança, foi porque ele insistiu em recitar uma simples jaculatória cristã. No final, ela torna-se parte da sua respiração. É bonita a história do peregrino russo: é um livro ao alcance de todos. Recomendo que o leiam: ajudará vocês a compreenderem o que é a oração vocal.

Por conseguinte, não devemos desprezar a oração vocal. Alguém diz: “Mas, é coisa para as crianças, para gente ignorante; estou procurando a prece mental, a meditação, o vazio interior para que Deus venha”. Por favor, não se deve cair na soberba de desprezar a oração vocal. É a oração dos simples, a que Jesus nos ensinou: Pai nosso que estais no céu... As palavras que pronunciamos levam-nos pela mão; às vezes restituem o sabor,

despertam até o mais adormecido dos corações; estimulam sentimentos dos quais tínhamos perdido a memória, e levam-nos pela mão rumo à experiência de Deus. E acima de tudo, de maneira segura, são as únicas que dirigem a Deus as perguntas que Lhe aprazem. Jesus não nos deixou na névoa. Disse-nos: “Eis como deveis rezar!”. E ensinou a oração do Pai-Nosso (cf. *Mt* 6, 9).

.....

Saudações:

Saúdo cordialmente os fiéis de língua portuguesa. Vos convido a nunca abandonar as orações simples que aprendemos de pequenos no seio da nossa família e que guardamos na memória do coração. São vias seguras de acesso ao coração do Pai. Que Deus vos abençoe!

.....

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/papa-a-oracao-
e-dialogo-com-deus/](https://opusdei.org/pt-br/article/papa-a-oracao-e-dialogo-com-deus/) (10/02/2026)