

Posso falar com Deus?

Deus escuta-me? Posso falar com Ele? Como posso fazer oração? "Para ouvir o Senhor, é necessário aprender a contemplá-Lo, a sentir a Sua presença constante na nossa vida; é preciso parar e dialogar com Ele, reservar-Lhe espaço mediante a oração". Papa Francisco, Audiência 1 de maio de 2013.

01/03/2024

1. Posso falar com Deus e escutá-Lo?

2. Como dialogo com Ele?
 3. Como é que Jesus rezava?
 4. Há diferentes formas de oração?
-

Posso falar com Deus e escutá-Lo?

Sim. No Antigo Testamento, Abraão, Moisés e os Profetas falavam e escutavam Deus. No Novo Testamento, Jesus ensina-nos como nos podemos relacionar com o nosso Deus Pai. Milhares de pessoas ao longo dos séculos tiveram esta experiência da oração. Os Santos são exemplo de que, em qualquer época e circunstância, Deus procura cada pessoa, e esta pode responder mantendo com Ele um verdadeiro diálogo.

“Para ouvir o Senhor, é necessário aprender a contemplá-lo, a sentir a

sua presença constante na nossa vida; é preciso parar e dialogar com Ele, reservar-lhe espaço mediante a oração. Cada um de nós, também de vós rapazes, moças e jovens, tão numerosos hoje de manhã, deveria interrogar-se: que espaço reservo ao Senhor? Paro para dialogar com Ele? Desde quando éramos crianças, os nossos pais acostumaram-nos a começar e a terminar o dia com uma oração, a fim de nos educar para sentir que a amizade e o amor de Deus nos acompanham. Recordemo-nos mais do Senhor durante os nossos dias!” (Papa Francisco, audiência 1 de maio de 2013.)

Como dialogo com Ele?

Todos os homens são chamados a comunicarem com Deus. Pela criação, Deus chama todo o ser do nada à criação, mesmo depois de ter perdido, pelo pecado, a semelhança com Deus, o homem continua a ser

imagem do seu Criador. Conserva o desejo de quem o criou e procura.

Deus é o primeiro a chamar o homem. Ainda que o homem esqueça seu Criador ou se esconda longe de sua Face, ainda que corra atrás de seus ídolos ou acuse a divindade de tê-lo abandonado, o Deus vivo e verdadeiro chama incessantemente cada pessoa ao encontro misterioso da oração.

É Deus quem toma a iniciativa na oração, pondo em nós o desejo de O procurar, de Lhe falar, de compartilhar com Ele a nossa vida. A pessoa que reza, que se dispõe a ouvir a Deus e a falar-Lhe, responde a essa iniciativa divina. Quando rezamos, isto é, quando falamos com Deus, é todo o homem que reza.

De onde vem a oração humana? Qualquer que seja a linguagem da oração (gestos e palavras), é o homem todo que reza. Mas, para

designar o lugar de onde brota a oração, as Escrituras falam às vezes da alma ou do espírito, geralmente do coração (mais de mil vezes). É o coração que reza.

O coração é nosso centro escondido, inatingível pela razão e por outra pessoa; só o Espírito de Deus pode sondá-lo e conhecê-lo. Ele é o lugar da decisão, no mais profundo de nossas tendências psíquicas. É o lugar da verdade, onde escolhemos a vida ou a morte. É o lugar do encontro, pois, à imagem de Deus, vivemos em relação; é o lugar da Aliança.

Para escutar o Senhor, é necessário aprender a contemplá-Lo, a detetar a sua presença constante na nossa vida.

A oração não se reduz ao surgir espontâneo de um impulso interior; para rezar é preciso querer. Aprendemos a falar com Deus por

meio da Igreja ouvindo a palavra de Deus, lendo os Evangelhos e, acima de tudo, imitando o exemplo de Jesus (*cfr. Catecismo da Igreja Católica*, nn 2559-2564, 2567, 2650)

Contemplar o mistério

“Minutos de silêncio”. - Deixai-os para os que têm o coração seco. Nós, os católicos, filhos de Deus, falamos com nosso Pai que está nos céus.

(*Caminho*, 115)

Que não faltem no nosso dia alguns momentos dedicados especialmente a conviver com Deus, a elevar até Ele o nosso pensamento, sem que as palavras tenham necessidade de assomar aos lábios, porque cantam no coração. Dediquemos a esta norma de piedade o tempo suficiente; à mesma hora, se possível. Ao lado do Sacrário, fazendo companhia Àquele que ficou entre nós por Amor. E se não houver outro

remédio, em qualquer lugar, pois o nosso Deus está de forma inefável na nossa alma em graça.

(Amigos de Deus, 249)

Olha que conjunto de razões sem razão te apresenta o inimigo, para que abandones a oração: “Falta-me tempo” - quando o estás perdendo continuamente -; “isto não é para mim”, “eu tenho o coração seco”... A oração não é problema de falar ou de sentir, mas de amar. E ama-se quando se faz o esforço de tentar dizer alguma coisa ao Senhor, ainda que não se diga nada.

(Sulco, 464)

Sempre que sentimos no coração desejos de melhorar, de corresponder mais generosamente ao Senhor, e procuramos um roteiro, um norte claro para a nossa existência cristã, o Espírito Santo traz-nos à memória as palavras do

Evangelho: *Importa orar sempre e não desfalecer*. A oração é o fundamento de toda a atividade sobrenatural; com a oração somos onipotentes e, se prescindíssemos desse recurso, nada conseguiríamos.

(Amigos de Deus, 238)

Como é que Jesus rezava?

No Novo Testamento, o modelo perfeito da oração encontra-se na prece filial de Jesus. Feita muitas vezes na solidão, no segredo, a oração de Jesus implica uma adesão amorosa à vontade do Pai até a cruz e uma confiança absoluta de ser ouvido.

Jesus Cristo dá testemunho de que está em comunicação com o Seu Pai e convida-nos a fazer o mesmo. Jesus ensina seus discípulos a orar com um coração purificado, uma fé viva e perseverante, uma audácia filial.

A oração da Virgem Maria, em seu "Fiat" e em seu "Magnificat", caracteriza-se pela oferta generosa de todo seu ser na fé, por isso a nossa Mãe é também modelo de oração, de pessoa atenta ao que Deus lhe quer dizer para Lhe responder.

Três parábolas principais sobre a oração nos são transmitida por S. Lucas:

- A primeira, "o amigo importuno", convida a uma oração persistente: "Batei e se vos abrirá". Àquele que assim ora, o Pai do céu "dará tudo o que precisa", sobretudo o Espírito Santo, que contém todos os dons.

- A segunda, "a viúva importuna", focaliza uma das qualidades da oração: é preciso rezar sempre sem esmorecimento, com a paciência fé. "Mas, quando vier o Filho do homem, acaso encontrará fé na terra?

- A terceira parábola, "o fariseu e do publicano", refere-se à humildade do coração que reza. "Meu Deus, tem piedade de mim, pecador."

(*cfr. Catecismo da Igreja Católica, 2566-2567; 2613-2622*)

Contemplar o mistério

São tantas as cenas em que Cristo fala com seu Pai, que se torna impossível determo-nos em todas. Mas penso que não podemos deixar de considerar as horas, tão intensas, que precedem a sua Paixão e Morte, quando se prepara para consumir o Sacrifício que nos devolverá ao Amor divino. Na intimidade do Cenáculo, seu coração transborda: dirige-se suplicante ao Pai, anuncia a vinda do Espírito Santo, anima os seus íntimos a manterem um contínuo fervor de caridade e de fé.

(*Amigos de Deus, 240*)

Meu conselho é que, na oração, cada um intervenha nas passagens do Evangelho, como mais um personagem. Primeiro, imaginamos a cena ou o mistério, que servirá para nos recolhermos e meditar. Depois, empregamos o entendimento para considerar este ou aquele traço da vida do Mestre: seu Coração enternecido, sua humildade, sua pureza, seu cumprimento da Vontade do Pai. Depois, contamos-lhe o que nos costuma ocorrer nessas matérias, o que sentimos, o que nos está acontecendo. É preciso permanecermos atentos, porque talvez Ele nos queira indicar alguma coisa: e surgirão essas moções interiores, o cair em si, essas reconvenções.

(Amigos de Deus, 253)

Fala Jesus: “Digo-vos, pois: Pedi e dar-se-vos-á; buscai e achareis; batei e abrir-se-vos-á”. Faz oração. Em que

negócio humano te podem dar mais garantias de êxito?

(Caminho, 96)

Como enamora a cena da Anunciação! Maria - quantas vezes temos meditado nisso! - está recolhida em oração..., aplica os seus cinco sentidos e todas as suas potências na conversa com Deus. Na oração conhece a Vontade divina; e com a oração converte-a em vida da sua vida. Não esqueças o exemplo de Nossa Senhora!

(Sulco, 481)

Há diferentes formas de oração?

O Espírito Santo, que ensina a Igreja e lhe recorda tudo o que Jesus disse, educa-a também para a vida de oração, suscitando expressões que se renovam dentro de formas permanentes: bênção, súplica, intercessão, ação de graças e louvor.

O homem pode descobrir no seu coração todas as bênçãos de que Deus o fez participante. Por sua vez, o homem pode responder a Deus, fonte destas bênçãos, com oração de louvor. A adoração é a primeira atitude do homem que se reconhece criatura perante o seu Criador.

A oração de pedido tem por objeto o perdão, a procura do Reino, como também toda verdadeira necessidade.

A oração de intercessão consiste num pedido em favor de outrem. Não conhece fronteiras e se estende até os inimigos. Funda-se na confiança que temos no nosso Pai Deus que quer o melhor para os seus filhos e o atende nas suas necessidades.

Toda alegria e todo sofrimento, todo acontecimento e toda necessidade podem ser a matéria da ação de graças que, participando da ação de graças de Cristo, deve dar plenitude a

toda a vida: "Por tudo dai graças (1Ts 5,18).

A oração de louvor, totalmente desinteressada, dirige-se a Deus. Canta-o pelo que Ele; dá-lhe glória, mais do que pelo que Ele faz, por aquilo que Ele É.

(cfr. Catecismo da Igreja Católica, 2644-2649)

Contemplar o mistério

Escreveste-me: “Orar é falar com Deus. Mas de quê?” - De quê? DEle 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!

(Caminho, 91)

“Reze por mim”, pedi-lhe como faço sempre. E respondeu-me espantado: “Mas está-lhe acontecendo alguma coisa?” Tive de esclarecer-lhe que a todos nos acontece ou ocorre alguma coisa em qualquer instante; e acrescentei-lhe que, quando falta a oração, “passam-se e pesam mais coisas”.

(Sulco, 479)

Quando tudo é fácil: Obrigado, meu Deus! Quando chega um momento difícil: Senhor, não me abandones!

(Amigos de Deus, 247)

É muito importante - peço-vos perdão pela insistência - observar os passos do Messias, porque Ele veio para nos mostrar o caminho que conduz ao Pai. Descobriremos com Ele como é possível dar relevo sobrenatural às atividades aparentemente mais pequenas; aprenderemos a viver cada instante

com vibração de eternidade, e compreenderemos com maior profundidade que a criatura necessita desses tempos de conversa íntima com Deus: para relacionar-se com Ele, para invocá-lo, para louvá-lo, para romper em ações de graças, para escutá-lo ou, simplesmente, para estar com Ele.

(Amigos de Deus, 239)

Com esta procura do Senhor, toda a nossa jornada se converte numa única conversação íntima e confiada. Já o afirmei e escrevi muitas vezes, mas não me importo de repeti-lo, porque Nosso Senhor - com o seu exemplo - nos faz ver que esse é o comportamento acertado: oração constante, da manhã até a noite e da noite até a manhã. Quando tudo é fácil: Obrigado, meu Deus! Quando chega um momento difícil: Senhor, não me abandones! E esse Deus, *manso e humilde de coração*, não

esquecerá as nossas súplicas nem permanecerá indiferente, pois Ele afirmou: *Pedi e dar-se-vos-á, buscai e achareis, batei e abrir-se-vos-á.*

(Amigos de Deus, 247)

Que firmeza deve produzir em nós a palavra divina! Não inventava nada quando - ao longo do meu ministério sacerdotal - repetia e repito incansavelmente esse conselho. Foi tirado da Escritura Santa; foi lá que o aprendi: Senhor, não sei dirigir-me a ti! Senhor, ensina-nos a orar! E logo vem toda essa assistência amorosa - luz, fogo, vento impetuoso - do Espírito Santo, que ateia a chama e a torna capaz de provocar incêndios de amor.

(Amigos de Deus, 244)

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/posso-falar-
com-deus/](https://opusdei.org/pt-br/article/posso-falar-com-deus/) (15/01/2026)