

O Papa Francisco explica quatro características da oração

O Papa Francisco refletiu sobre como Jesus, inclusivamente nos momentos de êxito, dedicou tempos para a oração, para se retirar e estar a sós com o Pai. Assinalou que esses diálogos “íntimos” com Deus Pai são como um leme que guia a sua missão no mundo.

04/11/2020

Estimados irmãos e irmãs, bom dia!

(...) Durante a sua vida pública, Jesus recorre constantemente ao poder da oração. Os Evangelhos mostram-no quando se retira em lugares isolados para rezar. Trata-se de observações sóbrias e discretas, que deixam apenas imaginar aqueles diálogos orantes.

Contudo, elas testemunham claramente que mesmo em momentos de maior dedicação aos pobres e aos doentes, Jesus nunca negligenciava o seu diálogo íntimo com o Pai. Quanto mais estava imerso nas necessidades do povo, tanto mais sentia a necessidade de descansar na Comunhão trinitária, de voltar para o Pai e para o Espírito.

Portanto, na vida de Jesus existe um segredo, escondido aos olhos humanos, que representa o ponto fulcral de tudo. A oração de Jesus é uma realidade misteriosa, da qual só

intuímos algo, mas que permite ler toda a sua missão na justa perspectiva. Naquelas horas solitárias – na madrugada ou durante a noite – Jesus mergulha na sua intimidade com o Pai, ou seja, no Amor do qual toda a alma tem sede. É isto que sobressai dos primeiros dias do seu ministério público.

Num sábado, por exemplo, a cidade de Cafarnaum transformou-se num “hospital de campanha”: ao pôr do sol, levam todos os doentes a Jesus e Ele cura-os. Mas antes do amanhecer, Jesus desaparece: retira-se para um lugar solitário e reza. Simão e os outros procuram-no e quando o encontram dizem-lhe: «Todos te procuram!». O que responde Jesus?: «Vamos às aldeias vizinhas, para que Eu pregue também lá, pois foi para isso que vim» (cf. *Mc* 1, 35-38). Com frequência Jesus vai além, além na oração com o Pai e além noutras

aldeias, noutros horizontes para ir anunciar a outros povos.

A oração é *o leme que guia a rota* de Jesus. Não é o sucesso, não é o consentimento, não é aquela frase sedutora “*todos te procuram*”, que ditam as etapas da sua missão. É o modo menos confortável que traça o caminho de Jesus, mas que obedece à inspiração do Pai, que Jesus ouve e acolhe na sua prece solitária.

Características da oração cristã

O *Catecismo* afirma: «Quando ora, Jesus já nos ensina a orar» (n. 2607). Portanto, a partir do exemplo de Jesus, podemos obter algumas *características da oração cristã*.

Antes de mais, possui um primado: é *o primeiro desejo do dia*, algo que se pratica ao amanhecer, antes que o mundo desperte. Ela restitui uma alma àquilo que de outra forma ficaria sem respiro.

Um dia vivido sem oração corre o risco de se transformar numa experiência aborrecida ou tediosa: tudo o que nos acontece poderia transformar-se para nós num destino mal suportado e cego. Jesus, ao contrário, educa na obediência à realidade e, portanto, à escuta.

A oração é, antes de mais nada, escuta e encontro com Deus. Por conseguinte, os problemas da vida quotidiana não se tornam obstáculos, mas apelos do próprio Deus a ouvir e encontrar quantos estão à nossa frente. Assim, as provações da vida transformam-se em ocasiões para crescer na fé e na caridade. O caminho diário, incluindo as dificuldades, adquire a perspetiva de uma “vocação”.

A oração tem o poder de transformar em bem o que de outra forma seria uma condenação na vida; a oração tem o poder de abrir um grande

horizonte para a mente e de alargar o coração.

Em segundo lugar, a oração é uma arte a praticar *com insistência*. O próprio Jesus diz-nos: batei, batei, batei à porta. Todos somos capazes de orações episódicas, que nascem da emoção de um momento; mas Jesus educa-nos para outro tipo de oração: aquela que conhece uma disciplina, um exercício e é assumida no âmbito de uma regra de vida. A oração perseverante produz uma transformação progressiva, fortalece em tempos de tribulação, concede a graça de ser amparados por Aquele que nos ama e nos protege sempre.

Outra característica da oração de Jesus é *a solidão*. Quem reza não foge do mundo, mas prefere lugares desertos. Ali, no silêncio, podem surgir muitas vozes que escondemos no íntimo: os desejos mais afastados, as verdades que nos obstinamos a

sufocar e assim por diante. E, acima de tudo, Deus fala no silêncio.

Cada pessoa precisa de um espaço para si, onde cultivar a sua vida interior, onde as ações têm sentido. Sem vida interior tornamo-nos superficiais, agitados, ansiosos - a ansiedade faz-nos muito mal! Por isso devemos rezar; sem vida interior fugimos da realidade e também fugimos de nós mesmos, somos homens e mulheres sempre em fuga.

Por fim, a oração de Jesus é o lugar onde percebemos que *tudo vem de Deus e para Ele volta*. Por vezes, nós seres humanos acreditamos que somos senhores de tudo ou, caso contrário, perdemos toda a autoestima, vamos de um lado para o outro. A oração ajuda-nos a encontrar a correta dimensão na relação com Deus, nosso Pai, e com toda a criação. Por fim, a oração de Jesus consiste em entregar-se nas

mãos do Pai, como Jesus no jardim das oliveiras, naquela angústia: “Pai se for possível... mas seja feita a tua vontade”. O abandono nas mãos do Pai. É bom quando estamos agitados, um pouco preocupados e o Espírito Santo nos transforma a partir de dentro e nos leva a este abandono nas mãos do Pai: “Pai, seja feita a tua vontade”.

Amados irmãos e irmãs,
redescubramos no Evangelho Jesus Cristo como mestre de oração, e coloquemo-nos na sua escola.
Garanto-vos que encontraremos a alegria e a paz!

Libreria Editrice Vaticana /
Rome Reports

francisco-explica-quatro-caracteristicas-
da-oracao/ (17/02/2026)