

O que é a oração? Como se faz? Deus escuta e responde?

Rezar. No Novo Testamento, Jesus ensina-nos como podemos relacionar-nos com o nosso Pai Deus. Milhares de pessoas, ao longo dos séculos, tiveram esta experiência da oração, mas há ocasiões em que não sabemos como nos havemos de dirigir a Deus ou não temos a certeza se nos atenderá.

21/07/2019

Sumário

1. Posso falar com Deus e escutá-l'O?
 2. Como conversar com Deus? Que significa rezar?
 3. Como rezava Jesus?
 4. Há diferentes formas de oração?
-

1. Posso falar com Deus e escutá-l'O?

Sim, no Antigo Testamento, Abraão, Moisés e os profetas falavam e escutavam a Deus. No Novo Testamento, Jesus ensina-nos como nos podemos relacionar com o nosso Pai Deus. Milhares de pessoas, ao longo dos séculos, tiveram esta experiência da oração. Os santos são um exemplo de que em qualquer época ou circunstância Deus procura uma pessoa e esta pode responder-

Lhe, mantendo com Ele um verdadeiro diálogo.

«Para ouvir o Senhor, é necessário aprender a contemplá-l'O, 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 vós rapazes, raparigas e jovens, tão numerosos hoje de manhã, deveria interrogar-se: que espaço reservo ao Senhor? Paro para dialogar com Ele? Desde que éramos crianças, os nossos pais acostumaram-nos a começar e a terminar o dia com uma oração, a fim de nos educarem a sentir que a amizade e o amor de Deus nos acompanham. Recordemo-nos mais do Senhor durante os nossos dias!».

Papa Francisco, Audiência de 1 de maio de 2013.

2. Como conversar com Deus? Que significa rezar?

Todos os homens estão chamados à comunicação com Deus. Pela criação, Deus chama todo o ser do nada à existência. Mesmo depois de ter perdido, pelo seu pecado, a sua semelhança com Deus, o homem continua a ser imagem do seu Criador. Mantém o desejo d' Aquele que o criou e procura-O.

Deus chama incansavelmente cada pessoa ao misterioso encontro da oração. É Deus quem toma a iniciativa na oração, pondo em nós o desejo de O procurar, de Lhe falar, de partilhar com Ele a nossa vida. A pessoa que reza, que se dispõe a escutar Deus e a falar-Lhe, responde a essa iniciativa divina.

Quando rezamos, isto é, quando falamos com Deus, é o homem todo

que ora. Mas para designar o lugar donde brota a oração, as Sagradas Escrituras falam às vezes da alma ou do espírito ou, com mais frequência, do coração (mais de mil vezes). É o coração que ora.

O coração é o nosso centro oculto, só o Espírito de Deus o pode sondar e conhecer. É o lugar da decisão, no mais profundo das nossas tendências psíquicas. É a sede da verdade, onde escolhemos entre a vida ou a morte. É o lugar do encontro com Deus, da relação entre Deus e cada um de nós pessoalmente.

A oração não se reduz à explosão espontânea de um impulso interior: para orar é preciso querer orar e aprender a orar. Aprendemos a falar com Deus através da Igreja: escutando a palavra de Deus, lendo os Evangelhos, e, sobretudo, imitando o exemplo de Jesus.

Catecismo da Igreja Católica, n.
2559-2564

Textos de São Josemaria para rezar

"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

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. Ao lado do Sacrário,
acompanhando Aquele que ali ficou
por Amor. Se não houver outro
remédio, em qualquer lugar, porque

o nosso Deus está de modo inefável na nossa alma em graça.

Amigos de Deus, n. 249

Olha que quantidade de razões sem razão te apresenta o inimigo para abandonares a oração: "não tenho tempo" (quando o perdes 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 amamos quando nos esforçamos por dizer alguma coisa ao Senhor, mesmo que não se diga nada.

Sulco, n. 464

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 onnipotentes; se prescindíssemos deste recurso, nada conseguiríamos.

Amigos de Deus, n. 238

3. Como rezava Jesus?

No Novo Testamento, o modelo perfeito de oração é a oração filial de Jesus. Feita muitas vezes na solidão, no segredo, a oração de Jesus comporta uma adesão amorosa à vontade do Pai até à cruz e uma confiança absoluta de que será atendida.

Jesus Cristo dá-nos testemunho de que está em contínua comunicação

com o seu Pai e convida-nos a fazê-lo. Na sua doutrina, Jesus ensina os seus discípulos a orar com um coração purificado, uma fé viva e perseverante, como filhos que falam com o seu Pai.

A oração da Virgem Maria, no seu *Fiat* e no seu *Magnificat*, caracteriza-se pelo oferecimento generoso de todo o 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 poder responder.

O Evangelho de São Lucas transmite-nos três parábolas nas quais Jesus fala sobre a oração:

- “O amigo importuno”, que nos convida a uma oração persistente. “Batei, e a porta abrir-se-vos-á”. Aquele que assim ora, o Pai celeste “lhe dará tudo quanto necessitar”.

- “A viúva importuna”, está centrada numa das qualidades da oração: é

preciso orar sem se cansar, com a paciência da fé.

- “O fariseu e o publicano” diz respeito à humildade do coração orante: “Meu Deus tende compaixão de mim, que sou pecador”.

Catecismo da Igreja Católica, nn. 2566-2567; 2613-2622

Textos de São Josemaria para rezar

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 consumir 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

Eu aconselho-te a que, na tua oração, intervenhas nas passagens do Evangelho, como uma personagem mais. Primeiro, imaginas a cena ou o mistério, que te servirá para te recolheres e meditares. Depois, aplicas o entendimento, para considerar aquele rasgo da vida do Mestre: o seu Coração enternecido, a sua humildade, a sua pureza, o seu cumprimento da Vontade do Pai. Conta-lhe então o que te costuma suceder nestes assuntos, o que se passa contigo, o que te está a acontecer. Mantém-te atento, porque talvez Ele queira indicar-te alguma coisa: surgirão essas moções interiores, o caíres em ti, as admoestações.

Amigos de Deus, n. 253

Fala Jesus: "Em verdade vos digo: pedi e dar-se-vos-á; buscai e encontrareis; batei e abrir-se-vos-á".

Faz oração. Em que negócio humano te podem dar mais garantias de êxito?

Caminho, n. 96

Como nos encanta o episódio da Anunciação! Maria (quantas vezes o meditámos!) está recolhida em oração...; põe os seus cinco sentidos e todas as suas potências em diálogo com Deus... Na oração conhece a Vontade divina; e com a oração torna-a vida da sua vida.

Não te esqueças do exemplo da Virgem!

Sulco, n. 481

.....

4. Há diferentes formas de oração?

O Espírito Santo ensina-nos e recorda-nos tudo o que Jesus disse, e

também nos educa para a vida de oração, suscitando expressões que se renovam no âmbito de formas permanentes de orar: bendizer a Deus, pedir-Lhe perdão, pedir-Lhe aquilo de que precisamos, dar-Lhe graças e louvá-Lo.

O homem pode descobrir no seu coração todas as bênçãos das quais Deus o fez participante. Por sua vez, o homem pode retribuir a Deus, bendizendo Aquele que é a fonte de toda a bênção. A oração de petição tem por objeto o perdão, a busca do Reino, bem como qualquer necessidade verdadeira.

A oração de intercessão consiste numa petição em favor de outrem. Não conhece fronteiras e estende-se até aos inimigos. Fundamenta-se na confiança que temos no nosso Pai Deus, que quer o melhor para os seus filhos e atende todas as suas necessidades.

Toda a alegria e todo o sofrimento, todo o acontecimento e toda a necessidade podem ser matéria de ação de graças, a qual, participando na de Cristo, deve encher a vida toda, como aconselhava São Paulo aos Tessalonicenses: «Dai graças em todas as circunstâncias» (1 Ts 5, 18). A oração de louvor, totalmente desinteressada, dirige-se a Deus: canta-O por Si próprio, glorifica-O, não tanto pelo que Ele faz, mas sobretudo porque ELE É.

Catecismo da Igreja Católica, n.
2644-2649

Textos de São Josemaria para rezar

Escreveste-me: "Orar é falar com Deus. Mas de quê?". De quê?! D'Ele 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, n. 91

"Reza por mim", pedi-lhe, como faço
sempre. E respondeu-me,
assombrado: "Mas, aconteceu-lhe
alguma coisa?".

Tive de lhe explicar que a todos nos
"acontece" sempre "alguma coisa", a
todo o instante; e acrescentei que,
quando falta a oração, mais "coisas"
nos acontecem, e "pesam".

Sulco, n. 479

É muito importante –perdoai a
minha insistência– observar os
passos do Messias, porque Ele veio
mostrar-nos o caminho que nos leva
ao Pai: descobriremos, com ele, como
se pode 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 precisa desses tempos de conversa íntima com Deus, para privar com Ele na sua intimidade, para invocá-lo, para ouvi-lo ou, simplesmente, para estar com Ele.

Amigos de Deus, n. 239

Com esta busca do Senhor, toda a nossa jornada se converte numa única conversa, íntima e confiada. Afirmei-o e escrevi-o tantas vezes, mas não me importo de o repetir, porque Nosso Senhor faz-nos ver - com o seu exemplo - que este é o comportamento certo: oração constante, de manhã à noite e da noite até de manhã. Quando tudo sai com facilidade: obrigado, meu Deus! Quando chega um momento difícil: Senhor, não me abandones! E esse Deus, manso e humilde de coração, não esquecerá os nossos rogos nem permanecerá indiferente, porque Ele

afirmou: pedi e dar-se-vos-á; buscai, e encontrareis; batei, e abrir-se-vos-á.

Amigos de Deus, n. 247

Que firmeza deve produzir em nós a Palavra divina! Não inventei nada, quando –ao longo do meu ministério sacerdotal– repeti e repito incansavelmente esse conselho. Foi recolhido da Escritura Santa, daí o aprendi: Senhor, não sei dirigir-me a Ti! Senhor, ensina-nos a orar! E vem toda a 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, n. 244