



Pai-nosso que estais nos céus

7 catequeses sobre a oração

PAI NOSSO, QUE ESTAIS NOS CÉUS

7 catequeses sobre a oração

D. José João dos Santos Marcos, Bispo de Beja

e

Pe. Rui Manuel Mendes Carriço

*É a vida de um quarto de milénio
que vos convido a festejar!*

+ J. Marcos, bispo de Beja

250
anos

RESTAURAÇÃO

DIOCESE - BEJA

1770 - 2020



Edição SCAP

DIOCESE
DE
BEJA
2019/2020

ÍNDICE

UM TESOURO À VOSSA DISPOSIÇÃO!	3
QUE É A ORAÇÃO? [1ª Catequese]	5
JESUS E A ORAÇÃO [2ª Catequese]	9
A TRADIÇÃO DA ORAÇÃO [3ª Catequese]	15
APRENDAMOS A ORAR COM JESUS [4ª Catequese]	19
A ORAÇÃO DO PAI NOSSO [5ª Catequese]	25
AS PETIÇÕES DO PAI NOSSO (I) [6ª Catequese]	31
AS PETIÇÕES DO PAI NOSSO (II) [7ª Catequese]	35

SIGLAS

CIC – Catecismo da Igreja Católica

SC – Constituição Conciliar sobre a Sagrada Liturgia Sacrosanctum
Concilium

UM TESOURO À VOSSA DISPOSIÇÃO!

Caros filhos e filhas, irmãs e irmãos muito amados no Senhor:

Em vossos corações habitem a paz e a alegria de Jesus Cristo, Senhor Nosso!

Pensei que as catequeses para adultos neste ano em que festejamos os 250 anos da restauração da nossa diocese deveriam ser algo especial. Achei que seria muito oportuno fazermos uma Iniciação à Oração em toda a diocese, baseando-nos na quarta parte do Catecismo da Igreja Católica (CIC n. 2559-2865). Mas, poderá dizer alguém, todos nós que somos católicos praticantes já sabemos rezar! Damos graças ao Senhor por essa oração que já fazeis, por esse princípio de oração. Mas ser cristão é viver a vida como um percurso espiritual que começa na infância, desenvolve-se e floresce na adolescência e na Juventude, dá frutos na vida adulta...e esse percurso, tal como acontece na vida física, cria e desenvolve linguagens adaptadas a cada momento. Certamente que vos parecerá desajustada a linguagem de um adulto que fala como se fosse ainda criança, e muito vos admiraria ver um jovem a falar como se já estivesse na terceira idade. E nunca ouvistes dizer que a maturidade espiritual é uma ave rara que, habitualmente, levanta voo só ao entardecer da vida? Por isso, seja qual for neste momento o ponto em que se encontra cada um de vós, tendes ainda certamente um longo caminho a percorrer!

É tarefa minha e dos padres e diáconos vossos pastores, queridos irmãos, ensinar-vos a orar. A oração é um verdadeiro tesouro que pomos à vossa disposição para vos ajudarmos a crescer na fé escutando aquilo que o Senhor vos diz nos acontecimentos da vossa vida e aprendendo a combater o bom combate da vida cristã. Na oração relacionamo-nos com o Senhor escutando-O e respondendo-Lhe, crescemos na amizade com Ele recebendo o Seu Espírito Santo Consolador e aprendendo a ser-Lhe dóceis, agindo de acordo com os Seus Mandamentos e as Suas inspirações.

A oração cristã aprende-se em comunidade fraterna, em grupo de irmãos e irmãs, pois o Mestre da Oração é Cristo Ressuscitado, que prometeu estar connosco quando nos reunimos em Seu Nome. É Ele

que, pelo Seu Espírito, dá testemunho ao nosso Espírito de que somos filhos de Deus. Ele é a Verdade e a Vida, Ele é também o Caminho que nos conduz ao Pai. Convidamos-vos assim, irmãos, a fazer estas sete catequeses nas vossas paróquias e nos diversos lugares desta diocese, se possível até ao início da Quaresma, como exercícios práticos de oração. Pode acontecer que, para algumas destas catequeses, seja necessário mais do que um encontro.

Podereis seguir este esquema:

Sinal da Cruz

Cântico

Oração invocando o Espírito Santo

Leitura calma do texto da Catequese

Proclamação das leituras indicadas

Diálogo e partilha. Como pôr em prática a Palavra de Deus escutada?

Oração

Cântico final

Coragem, irmãs e irmãos!

Abri os vossos corações para receberdes do Senhor os tesouros que Ele vos oferece neste ano de festa!

Ele vos abençoe e derrame sobre vós a abundância das Suas graças e dons!

Peço-vos que rezeis por mim, pelos nossos padres e diáconos, pelos seminaristas, pelas religiosas e religiosos, e por toda a diocese de Beja.

+ J. Marcos, bispo de Beja

QUE É A ORAÇÃO?

Meu Deus, eu creio, adoro...

1. Assim começa a oração que, em 1916, o Anjo ensinou aos Pastorinhos de Fátima. Se reconhecemos o amor que Deus tem por nós, acreditamos n'Ele. *Só o amor é digno de fé.* Digno de fé, digno de adoração e de amor.

No ano passado, quisemos, nestes encontros, cultivar a Fé Cristã. Mergulhando nas palavras do Credo, procurámos reavivar em nós a Fé da Igreja, na qual fomos batizados. Neste ano, todo ele marcado pela celebração dos 250 anos da restauração da nossa diocese, convido-vos a adorar o Senhor, a louvá-l'O, a dar-Lhe graças por tantos dons concedidos a esta Igreja à qual nós hoje pertencemos.

Orar é dizer “ámen” a Deus

2. Adorar a Deus é a primeira resposta de quem n'Ele acredita. Sendo resposta, é expressão da Fé, mas é também alimento da vida e da prática moral cristã. O «ámen» que dizemos na Liturgia, por obra do Espírito Santo traduzir-se-á, no concreto das nossas vidas, numa obediência amorosa à lei do Senhor.

Quando alguém reza, só pelo facto de rezar expressa uma verdade fundamental do ser humano: eu não sou Deus. Sou criatura Sua e, para que a minha vida não seja um fracasso, preciso de me relacionar bem com Ele. A humildade, que é a base da oração, começa aí. Sou um ser humano, um ser humano pecador, profundamente dividido entre o bem que Deus me manda e eu desejo praticar, e o mal que se me apresenta. O reconhecer esta minha condição de homem pecador chamado e programado para ser santo, é outra condição para começar a rezar a Deus. Mas quem é esse Deus a quem nós procuramos na oração?

3. Surpreendentemente, no capítulo quarto do Evangelho de S. João, Deus apresenta-Se como um pobre sedento que nos pede a nós de beber.

Se conhecesses o dom de Deus e Quem é Aquele que te diz “Dá-me de beber”, tu é que lhe pedirias e Ele te daria uma água viva (Jo 4,10). Esta resposta de Jesus à estranheza da mulher samaritana, a quem Ele pedia água, diz-nos da nossa ignorância a respeito do Senhor. Conhecer o dom de Deus é conhecer o Espírito de Deus, por meio do qual o Pai e o Filho vêm morar em nós. Certamente reparastes, irmãos, na resposta do Senhor àquela mulher samaritana que começava a orar, pedindo a Jesus a água viva do Seu Espírito: *vai chamar o teu marido e volta aqui (Jo 4,15-18).* Jesus, para nos ajudar a caminhar na oração com verdade, pergunta-nos pelos nossos apoios humanos e por tudo aquilo que é estruturante da nossa existência. É que a oração não serve para melhorar a nossa vida pagã, serve para alimentar em nós a vida do Espírito, a vida própria dos filhos de Deus.

Abraão: a oração do crente

4. Convido-vos, irmãos, nesta primeira catequese, a folhear a Sagrada Escritura para aprendermos a orar como cristãos.

Nos primeiros capítulos do livro do Génesis, vemos que a oração nasce a partir das realidades da criação: a oferta das primeiras crias do rebanho por Abel, a invocação do nome de Deus por Enoc, a oferenda de Noé que é agradável ao Senhor que o abençoa, porque o seu coração é justo e anda com Deus.

Com Abraão, aprendemos a oração da fé: escutemos o chamamento de Deus e obedecemos-Lhe, partindo para onde o Senhor nos mandar. Tendo acreditado em Deus, caminhado na Sua presença e em aliança com Ele, Abraão está preparado para acolher na sua tenda a presença divina dos três Anjos, que lhe anunciam o nascimento de Isaac. Ao saber da condenação de Sodoma e Gomorra, Abraão, amigo de Deus, sintonizado com a misericórdia do Senhor, intercede por aquelas cidades com uma audaciosa confiança. Mas o momento mais dramático e maravilhoso da história de Abraão e da sua oração é o sacrifício de Isaac, seu filho querido, por meio do qual Deus lhe tinha prometido uma descendência numerosa. Ele tinha a certeza, ao dispor-se a obedecer a Deus, de que Ele é capaz de ressuscitar os mortos. A oração do homem crente restaura o homem na semelhança

com Deus e fá-lo participar no poder do amor de Deus que salva e dá a vida a uma grande multidão.

Jacob, Moisés, David

5. Deus renova a Sua promessa a Jacob, naquele sonho em que lhe faz ver uma escada ligar a terra e o Céu. Anos mais tarde, quando regressava ao encontro do seu irmão Esaú, Jacob luta durante uma noite inteira com um ser misterioso, que se nega a revelar o seu nome mas que o abençoa, antes de o deixar, ao romper da aurora. *Não te deixo, se não me abençoares* (Gn 32, 28-30). Aqui a oração surge como o combate da fé e a vitória da perseverança. De facto, aquele que recusou revelar o seu nome, mudou-lhe o nome de Jacob (aquele que suplanta) para Israel (forte com Deus).

Escravidado no Egito, o povo de Israel luta por sobreviver conservando no coração a promessa de Deus a Abraão, a Isaac e a Jacob. Podemos ver o chamamento de Moisés na sarça ardente como uma iniciação à oração que leva Moisés a aceitar a vontade de Deus e a pôr-se à Sua disposição como mediador entre Ele e o povo. Por meio de Moisés, o Senhor libertou Israel do Egito, e levou-o pelo deserto ao Monte Sinai e à Terra Prometida. Quantas vezes Moisés intercedeu pelo povo, para lhe alcançar o perdão de Deus! *O Senhor falava com Moisés frente a frente, como um homem fala com o seu amigo* (Ex 33,11). A oração de Moisés é sobretudo uma intercessão, graças à qual o servo de Deus se mantém fiel à sua missão, entre Deus e o povo.

6. Na Terra Prometida, adaptando-se a uma nova situação, o povo de Israel aprende a adorar apenas o Deus dos seus pais, evitando prestar culto aos ídolos dos povos que continuavam a habitar em Canaã. A missão primeira de Elias e dos profetas consistiu em chamar o povo à conversão para viver na fidelidade à Aliança que Deus tinha feito com os seus pais.

A oração de David é verdadeiramente inspirada e inspiradora. Os Salmos que ele compôs transformaram-se na oração do povo de Israel, sobretudo na liturgia do templo, mandado edificar por Salomão. Esses salmos e cânticos também foram rezados pelos apóstolos, pela

Virgem Santíssima e pelo próprio Jesus, e são hoje a base da oração das Igrejas cristãs em todo o mundo.

Vamos proclamar:

Sl 130, 1	Jo 4, 5-26	Gn 32, 25-31
Sl 131, 1-3	Gn 12, 4	2 Cor 4, 6
Rm 8, 26	Heb 11, 17-19	Sl 23, 2-6

Perguntas para diálogo e partilha:

- 1 - Que ligação existe entre a fé e a adoração a Deus?
- 2 - Que é a adoração?
- 3 - Que é a humildade? Porque é necessária para fazermos verdadeira oração?
- 4 - Que nos ensina o Senhor Jesus a respeito da oração, no Seu encontro com a Samaritana?
- 5 - Que te ensina a história de Abraão a propósito da Sua relação com o Senhor?
- 6 - E a história de Moisés?
- 7 - Tu rezas os salmos? Porquê?

Oração:

Salmo 92 (91), 2-6 . 13-16, com o refrão:

É bom louvar o Senhor!

Orações espontâneas

Pai nosso

JESUS E A ORAÇÃO

É Jesus quem nos revela a importância da oração. Para acolhermos esta realidade devemos aproximar-nos do Evangelho. Aproximando-nos do Evangelho encontramos o Senhor como Homem Orante, isto é, como Alguém que ora, que nos ensina a fazer oração e que acolhe as nossas preces.

Jesus reza

Jesus fazia parte de um povo orante que nos legou o livro dos Salmos. Este livro é exemplo e expressão da sua vida de oração e comunhão com Deus. Jesus cresceu, portanto, num clima espiritual de oração, assumiu esta herança espiritual, mas ultrapassou o horizonte do povo em que nasceu. A oração envolveu toda a Sua vida e missão.

1. O Senhor apresenta-nos um novo modo de rezar demarcado do estilo da oração dos pagãos, dos escribas e dos fariseus, mostrando-se nisto um inovador, ao dizer: “Quando orardes não sejais como os hipócritas que gostam de rezar de pé nas sinagogas e nos cantos das ruas, para serem vistos pelos homens. Em verdade vos digo: já receberam a sua recompensa. Tu, porém, quando orares, entra no quarto mais secreto. E, fechada a porta reza em segredo a teu Pai, pois Ele, que vê o oculto, há-de recompensar-te. Nas vossas orações, não sejais como os gentios, que usam muitas palavras, porque pensam que, por falarem muito serão atendidos. Não façais como eles porque o vosso Pai Celeste sabe do que necessitais antes de vós lho pedirdes” (Mt 6, 5-8).

2. Jesus ultrapassou, também, a questão que se colocava sobre o lugar físico da oração.

À mulher Samaritana, junto do poço de Jacob, Ele disse: “Chega a hora e é já, em que os verdadeiros adoradores hão-de adorar o Pai em espírito e verdade, pois são assim os adoradores que o Pai pretende” (Jo 4, 23). Curiosamente, embora saibamos pelos textos evangélicos que o Senhor visitava a sinagoga e o Templo de Jerusalém, no entanto, os textos nunca nos apresentam Jesus em

oração nesses locais. O monte ou o deserto são os lugares preferenciais onde o Mestre se dirige ao Pai. A Sua oração tem mais a ver com uma Pessoa do que com um lugar. Em suma, Jesus assume um posicionamento novo face ao modo de orar.

3. A própria vida de Jesus aparece-nos com um ritmo muito concreto de oração. O Mestre reza ao amanhecer: “de madrugada, ainda escuro, levantou-se e saiu; foi para um lugar solitário e ali se pôs em oração” (Mc 1, 35). Depois da multiplicação dos pães, reza durante o dia: “Logo que despediu a multidão, subiu a um monte para orar na solidão. E, chegada a noite ali estava só” (Mt 14, 23). Reza, ainda, à noite: “A Sua fama espalhava-se cada vez mais juntando-se grandes multidões para O ouvirem e para que os curasse dos seus males. Mas Ele retirava-se para os lugares solitários e aí se entregava à oração” (Lc 5, 15-16).

4. A oração está presente em momentos decisivos da vida do Senhor. Alguns exemplos: Ele reza quando é batizado (Lc 3, 21); antes de chamar os apóstolos, (Lc 6, 6-12); antes da Transfiguração (Lc 9, 28); reza para que a fé de Pedro seja fortalecida (Lc 22, 31-32); para que o Espírito venha sobre os discípulos (Jo 14, 15-17^a); antes da ressurreição de Lázaro (Jo 11, 41); por ocasião da Sua entrada triunfal na cidade santa de Jerusalém (Jo 12, 27); durante a última Ceia para que o Pai O glorifique (Jo 17, 1-5); ora pelos seus discípulos e por todos os que não-de acreditar Nele (Jo 17, 6-26); reza antes da paixão (Lc 22, 39.46); quando é crucificado e pede perdão para os seus algozes (Lc 23, 34); e quando exala o último suspiro sobre a cruz (Lc 23, 46).

5. Os Evangelhos dão-nos também, alguns pormenores sobre o modo como Jesus rezava, ao dizerem que no Monte das Oliveiras, antes da paixão, se pôs de joelhos (Lc 22, 41); que elevou aos olhos ao céu e pronunciou a bênção sobre os pães (Mt 14, 19); que orava sozinho (Lc 9, 18).

A oração de Jesus dirige-se ao Pai

6. No horizonte da oração do Senhor Jesus está o Pai a quem Ele chama *Ábbá* e com Quem se relaciona com profunda intimidade e obediência. A união consciente com o Pai está presente desde muito cedo na vida de Jesus. De facto, aos doze anos, quando é encontrado por Maria e José a ensinar no Templo, Jesus surpreende-os com as perguntas: “Porque me procuráveis? Não sabíeis que Eu devia estar na casa de Meu Pai? (Lc 2, 49) Esta intimidade que já aqui se encontra presente, ainda como que em pequena semente, ver-se-á desabrochar nas profundas palavras do discurso da despedida de Cristo, Homem adulto, que S. João nos transmite (Jo 13-17).

7. Já anteriormente, Jesus havia dado testemunho de Si e falado publicamente acerca da Sua união com o Pai ao dizer no Templo, por ocasião da festa dos Tabernáculos: “Então sabeis quem Eu sou e sabeis donde venho?! Pois Eu não venho de Mim mesmo; há um Outro verdadeiro que Me enviou e que vós não conheceis. Eu é que O conheço, porque procedo Dele e foi Ele que me enviou” (Jo 7, 28-29) E, mais adiante, declara abertamente “Eu e o Pai somos um só” (Jo 10, 30-31). Por causa destas palavras quase foi apedrejado.

8. A intimidade de Jesus com o Pai expressa-se na vivência da Sua vontade a qual é alimento para o próprio Senhor: “O Meu alimento é fazer a vontade Daquele que Me enviou a consumir a Sua obra” (Jo 4, 34) Jesus vive “pelo Pai” significando que tudo o que Ele faz corresponde à vontade do Pai: “Em verdade vos digo: o Filho por si mesmo não pode fazer nada, senão o que vir fazer ao Pai, pois aquilo que Este faz também faz igualmente o Filho” (Jo 5, 19).

Jesus levou a vontade do Pai até às últimas consequências ao sofrer a paixão e a morte na cruz, confirmando deste modo que faz tudo segundo o agrado do Pai numa obediência filial para a redenção do mundo. A oração de Jesus no Jardim das Oliveiras é exemplo da Sua obediência ilustrada nas palavras “Pai, se quiseres afasta de Mim este cálice; contudo, não se faça a Minha vontade, mas antes a Tua” (Lc 22, 42). Aqui, nesta oração, vemos como a vontade humana do Filho é duramente posta à prova através de sofrimento e dor. Mas é também nela que se mostra a Sua oblação ao Pai de acordo com a Carta aos

Hebreus: “Nos dias da Sua vida mortal, Cristo dirigiu preces e súplicas, com grandes clamores e lágrimas, Àquele que O podia livrar da morte, e foi atendido por causa da sua piedade. Apesar de ser Filho, aprendeu a obediência no sofrimento. E, tendo atingido a Sua plenitude, tornou-se, para todos que Lhe obedecem causa de salvação eterna” (Hb 5, 7-9). Ao dirigir a Deus, nas Suas últimas palavras, “Pai nas Tuas mãos entrego o Meu espírito,” (Lc 23, 46) Cristo dá testemunho, até ao último instante da Sua vida sobre a terra, de que a Sua existência humana esteve sempre orientada de acordo com a vontade do Pai. Consequentemente, tal como Ele profetizava, o Pai não O abandonou porque no seu Mistério Pascal se realizou a Palavra anteriormente proclamada: “Quando tiverdes erguido ao alto o Filho do Homem, então ficareis a saber que Eu Sou o que Sou” (Jo 8, 28).

Jesus ora, ensina a orar e atende a nossa oração

É com estas palavras que o Catecismo da Igreja Católica (CIC n. 2599-2616) apresenta a revelação da oração na Pessoa de Jesus Cristo, ecoando a célebre expressão de S. Agostinho “Cristo ora por nós como nosso sacerdote; ora em nós como nossa cabeça e recebe a nossa oração como nosso Deus” (*Instrução Geral à Liturgia das Horas*, n. 7)

“Como bom pedagogo Cristo toma conta de nós no ponto em que nos encontramos e progressivamente conduz-nos até ao Pai. Dirigindo-se às multidões que O seguem, Jesus parte daquilo que elas já conhecem acerca da oração segundo a Antiga Aliança e abre-as à novidade do Reino que chega. Depois revela-lhes em parábolas essa novidade, e por fim aos seus discípulos, que hão-de ser pedagogos da oração da Sua Igreja, abertamente lhes falará do Pai e do Espírito Santo” (CIC n. 2607).

9. Para que a oração seja pura, o Senhor insiste na conversão do coração que se mostra na reconciliação com os irmãos antes de se apresentar a oferta sobre o altar (Mt 5, 23-24); no amor e oração para com os inimigos e aqueles que nos perseguem (Mt 5, 44-45); em orar sem muitas palavras (Mt 6, 7); na pureza do coração e na busca do Reino (Mt 6, 21.25.33). Seguidamente, o Senhor recomenda a insistência confiante, sem desânimo: “Pedi e ser-vos-á dado; procurai

e achareis; batei e não-de abrir-vos, porque todo aquele que pede, recebe; quem procura, encontra e ao que bate abrir-se-á” (Lc11, 9-10). O Mestre une, também a necessidade do discípulo em fazer a vontade de Deus, porque não chega dizer: “Senhor, Senhor” para entrar no reino dos Céus, mas é preciso “fazer a vontade de meu Pai” (Mt 7, 21) Finalmente, fala-nos da vigilância como forma de não entrar em tentação: “Quando chegou ao local [o Monte das Oliveiras], disse-lhes ‘Orai para que não entreis em tentação.’ [E mais adiante diz de novo aos discípulos:] ‘Porque dormis? Levantai-vos e orai, para que não entreis em tentação’” (Lc 22, 40.46).

10. Entre todos os textos do Evangelho, contudo, em nenhum como na oração do Senhor, a Igreja reconhece com toda a plenitude que o Mestre a ensina a orar. Pela oração dominical podemos vislumbrar a intimidade que existe entre o Pai e o Filho já que esta oração expressa o modo como Cristo devia comunicar com o Pai. Por isso, o Catecismo segundo uma antiga tradição, chama ao Pai nosso “o resumo de todo o Evangelho” (*CIC n. 2761*). É a oração da Igreja que em todas as tradições litúrgicas faz parte da oração da manhã e da tarde, dos Sacramentos e da Liturgia Eucarística.

Jesus atende a nossa oração como nosso Deus

11. Nos evangelhos encontramos inúmeros testemunhos de que a oração dirigida a Cristo é por Ele respondida “mediante prodígios que antecipam o poder da Sua morte e Ressurreição” (*CIC n. 2616*). O Senhor atende a oração expressa nas palavras do leproso: “‘Senhor, se quiseres podes purificar-me’ e Jesus disse-lhe: ‘Quero. Fica purificado.’” (Mc 1, 40-41). Atende, ainda, a hemorroíssa que em silêncio lhe toca nas vestes (Mc 5, 28) e também a súplica do cego Bartimeu que clama: “Jesus, Filho de David, tem piedade de mim!” (Mc 10, 47)

12. Na tradição orante da Igreja, estas palavras de Bartimeu ficaram conhecidas como a invocação do nome de Jesus ou oração do coração, muito ligada à praxis da oração da Igreja, onde está presente o conteúdo teológico e o método de interiorização ao estilo das jaculatórias. “Esta invocação de fé tão simples, foi desenvolvida na

tradição da oração sob as mais variadas formas, tanto no Oriente como no Ocidente. A formulação mais habitual, transmitida pelos espirituais do Sinai, da Síria e do monte Athos é a invocação: “Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus vivo, tem piedade de mim que sou pecador!” Ela conjuga o hino cristológico de Filipenses 2, 6-11 com a invocação do publicano e dos mendigos da luz (Mc 10, 46-52; Lc 18, 13). Por ela o coração sintoniza com a miséria dos homens e a misericórdia do seu Salvador” (CIC n. 2667).

Vamos proclamar:

Mt 6, 5-15

Mt 7, 7-11

Perguntas para diálogo e partilha:

- 1 - Jesus nasceu e foi educado no seio de um povo que rezava. Enquanto criança e adolescente, como te parece que Ele tomou o gosto pela vida de oração?
- 2 - Que aspetos novos trouxe Jesus ao modo de orar?
- 3 - Apresentar alguns exemplos onde se vê que a oração de se Jesus dirige ao Pai.
- 4 - Jesus ensina a orar. Para além do Pai nosso, que outras passagens do evangelho mostram Jesus a instruir os discípulos sobre a oração?
- 5 - Jesus atende a nossa oração porque é nosso Deus. A quem costumamos dirigir a tua oração?

Oração:

Mt 11, 25-27

5 minutos repetindo em silêncio a invocação: “**Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus vivo, tem piedade de mim que sou pecador!**”

Preces partilhadas

Pai nosso

A TRADIÇÃO DA ORAÇÃO

A oração faz parte da nossa iniciação às coisas de Deus. Ela representa um caminho no qual o Espírito Santo nos vai instruindo. Isto quer dizer que orar está para lá de um simples querer pessoal ou de um sentimento momentâneo e que o caminho da oração é algo que se vai construindo pela vida fora. O Espírito que chama a Igreja à oração e que atrai e inspira cada um de nós, vai-nos amadurecendo progressivamente na nossa relação com Deus.

As fontes da oração

No dizer de Jesus, o Espírito Santo é a água viva que sai do Seu coração para nos ser oferecida (Jo 7, 37-39). Recebemos esta Água para podermos ter a vida divina em nós tal como professamos no *Credo*: “Creio no Espírito Santo, Senhor que dá a vida...”

Mergulhamos nesta Água divina através da leitura da **Sagrada Escritura**. Com efeito, “é o Espírito que dá aos leitores e ouvintes, segundo a disposição dos seus corações, a inteligência espiritual da Palavra de Deus... [e] faz apelo à resposta da fé, enquanto assentimento e compromisso” (*CIC n. 1101 e 1102*). Porém, esta leitura da Palavra deve ser acompanhada pela oração, para que se estabeleça o diálogo entre Deus e cada um de nós. “O diálogo entre Deus e os homens, com a ajuda do Espírito Santo, exige silêncio de modo que favoreça a meditação... durante a qual a Palavra de Deus é acolhida interiormente e a resposta se prepara pela oração” (*Preliminares do Lecionário, nº 28*). É partindo deste diálogo, realizado no silêncio interior dos corações, que se chega ao compromisso.

1. A **Liturgia da Igreja** é outro campo onde podemos banhar-nos na Água viva do Espírito. Ela é “participação na oração de Cristo, dirigida ao Pai no Espírito Santo” (*CIC n. 1073*). A oração cristã tem na Liturgia a sua fonte e o seu cume, na medida que tudo dela brota e tudo para ela converge (*SC, n. 10*). Nela o Espírito Santo manifesta-Se como pedagogo da fé da Igreja e o artífice dos Sacramentos (*CIC n. 1091*).

É Ele que conduz a Igreja ao encontro de Cristo e torna actual na nossa vida, através dos Sacramentos, as maravilhas da salvação para que Cristo seja tudo em nós (1 Cor 15, 28).

2. A porta da Fé conduz-nos à oração, porque quem reza deseja a face de Deus: “A vossa face, Senhor, eu procuro. Não escondais de mim o vosso rosto” (SI 26, 8-9). Oramos, portanto, em esperança e, à medida que rezamos, a nossa esperança vai-se alimentando e fortalecendo: “Esperei no Senhor com toda a confiança e Ele atendeu-me. Ouviu o meu clamor” (SI 39, 2). O Catecismo da Igreja Católica diz que “O amor é a fonte da oração; quem bebe dessa fonte atinge os cimos da oração” (CIC n. 2658). **Fé, Esperança e Caridade** são, portanto, fontes da oração.

3. **Os acontecimentos** de cada dia são, igualmente, ocasião em que Deus nos dá o Seu Espírito que em nós clama “Ábbá! Pai” (Gal 4, 6). A História, a nossa vida e o nosso tempo estão nas mãos de Deus. Como diz o Catecismo da Igreja Católica no nº 2659: “É hoje que nós O encontramos; não ontem nem amanhã, mas hoje: - ‘Quem dera ouvísseis hoje a Sua voz: Não endureçais os vossos corações?’” (SI 94, 7-8).

As expressões da oração

A oração exprime-se de três maneiras: de forma vocálica, pela meditação e através da oração mental.

4. A **oração vocálica** é formada por palavras e faz parte do nosso quotidiano. Jesus rezou com palavras quando, por exemplo, visitava a sinagoga ao sábado. Foi, também, com palavras que Ele transmitiu aos seus discípulos aquela que, para nós, é a oração por excelência, o *Pai nosso*.

Rezando com palavras, associamos os nossos sentidos espirituais e corporais, rezamos com todo o nosso ser, para traduzirmos os nossos sentimentos. Esta é por “excelência oração das multidões” e a “primeira forma da oração contemplativa” (CIC n. 2704).

5. A **meditação** é uma busca, passando dos pensamentos à realidade, procura descobrir e compreender os movimentos que agitam o coração. Para ajudar, segue-se um texto escrito que pode ser a Escritura, textos da Liturgia, pensamentos espirituais dos Padres da Igreja, a Criação de Deus e a Sua presença na História, obras de espiritualidade, etc.

Há, também, quem prefira seguir um determinado método de meditação, mas, como diz o Catecismo da Igreja Católica: “Um método é apenas um guia; o importante é avançar, com o Espírito Santo, no caminho único da oração: Cristo Jesus” (CIC n. 2707).

Os mistérios de Cristo são de preferência tema central na meditação. Aliás, é isto que acontece na recitação do Rosário da Virgem Maria. “A meditação mobiliza o pensamento, a imaginação, a emoção e o desejo” (CIC n. 2708).

6. Acerca da **oração mental** nos fala Santa Teresa de Jesus ao dizer: “A oração mental não é, em meu entender, senão uma relação íntima de amizade, em que muitas vezes nos entretemos a sós com Deus, que sabemos que nos ama” (Vida, 8). Esta relação de amizade profunda é envolvida por uma busca amorosa de Jesus e centra-se toda n’Ele.

A oração mental está, pois, marcada pelo desejo de estar com o Senhor, “arranja-se tempo para estar com Ele” e, embora não se possa “meditar sempre...pode-se entrar sempre em oração mental, independentemente das condições de saúde, trabalho ou afetividade. O coração é o lugar da busca e do encontro, na pobreza e na fé” (CIC n. 2710), marcada por uma “entrega humilde e pobre à vontade amorosa do Pai” (CIC n. 2712). Outras características: dom, relação de aliança, comunhão, tempo forte de oração, escuta, silêncio, união à oração de Jesus, comunhão de amor (CIC n. 2713-2719).

Vamos proclamar:

Jo 7, 37-39

Gal 4, 6

1 Cor 15, 28

Salmo 94, 7-8

Perguntas para diálogo e partilha:

- 1 - Partindo do que foi apresentado, quais são as fontes da oração?
- 2 - Que relação existe entre o Espírito Santo e a oração?
- 3 - Quando lêes a Sagrada Escritura tens consciência de que fazes oração no Espírito de Jesus?
- 4 - E nos acontecimentos de cada dia, vês a presença de Deus?
- 5 - Na segunda parte da Catequese apresentaram-se três modos de orar. Quais são eles?
- 6 - Que aprendeste do terceiro modo de orar?

Oração:

Jo 7, 37-39

Salmo 94 – com o refrão:

“Escutemos, hoje, a voz do Senhor”.

Preces livres, acompanhadas do refrão:

“Dai-nos, Senhor, o Vosso Espírito”

Pai nosso

APRENDAMOS A ORAR COM JESUS

Oramos para ser dóceis ao Espírito Santo

1. Nenhum de nós foi o primeiro a acreditar em Cristo. Todos acreditamos n'Ele porque d'Ele ouvimos falar. Porque n'Ele cremos, a Ele dirigimos a nossa oração. A experiência de fé de cada um de nós é única, sem dúvida, mas ninguém é cristão sozinho. Estamos rodeados por uma nuvem de testemunhas e de grandes mestres. A história da Igreja, e mesmo a história do mundo, foram, em grande parte, edificadas pela oração e pela ação de homens e de mulheres como S. Bento, S. Inácio de Loiola, S. Teresa de Jesus, e de tantos outros que, na vida terrena, se tornaram amigos de Deus e que agora no Céu intercedem por nós e pelo mundo. O seu exemplo continua a ser luminoso para a Igreja. São muitos os mestres, são variadas as espiritualidades, mas o Espírito Santo que os suscitou e anima é um só. Isto, sempre devemos tê-lo presente.

2. Hoje, nesta nossa Igreja diocesana de Beja, há muitas pessoas que não rezam, porque não sabem. Nunca foram iniciadas na oração cristã. Dizem que são cristãs porque foram batizadas e algumas até vão à Missa aos domingos. Mas serão realmente cristãs e filhas de Deus? Diz S. Paulo, na Carta aos Romanos, que *são filhos de Deus todos os que são conduzidos pelo Espírito de Deus* (Rm 8, 14), ou seja, que a prova real da vida cristã está, não apenas na fé que professamos, mas também no que celebramos e, sobretudo, no que praticamos. Por isso também o Senhor Jesus disse aos seus discípulos na última Ceia: *Se permanecerdes em Mim e as minhas palavras permanecerem em vós, pedi o que quiserdes, e vós o tereis. Dando vós muito fruto, Meu Pai é glorificado. Então vos tornareis meus discípulos* (Jo 15, 7-8). A vida do cristão é a vida de Jesus, a vida segundo o Espírito, vivida na docilidade ao Espírito de Cristo Senhor. Essa vida em diálogo de amor com o Senhor, supõe que nós tenhamos o ouvido aberto para podemos escutar os seus conselhos e conhecer a Sua vontade. Para isso serve a oração. Outra característica da oração cristã está em pedirmos ao Pai em nome de

Jesus, sabendo que o Pai nos ama e nos dará tudo o que lhe pedimos em nome do Seu Filho (Jo 16, 23-28).

Aprender a orar nas famílias e nas paróquias: a Catequese

3. Onde se pode aprender a orar e a viver assim? A tradição católica sempre acentuou que o primeiro e o mais importante lugar da cultura da vida cristã é a família. A Reforma da Igreja promovida pelo Concílio de Trento, no século XVI, promoveu, contra a ignorância em que viviam muitos cristãos, o ensino do Catecismo, realizado sobretudo por Ordens e Congregações Religiosas. Quando, no séc. XIX, muitas famílias cristãs deixaram de poder transmitir a fé aos filhos, fundou-se nas paróquias a catequese infantil, que preparava as pessoas para a primeira comunhão, para a profissão de fé e para o Crisma. Hoje, quase transformada numa aula, a catequese paroquial tem dificuldade em ajudar as pessoas a acreditar, a celebrar e a praticar, tal como Jesus nos manda. Também as famílias contemporâneas muito dificilmente conseguem hoje transmitir aos filhos a vida cristã. Mas como lemos no Catecismo da Igreja Católica: *A família cristã é o primeiro lugar da educação para a oração, pois é a igreja doméstica, na qual os filhos de Deus aprendem a orar em Igreja e a perseverar na oração. Particularmente para os filhos pequenos, a oração familiar quotidiana é o primeiro testemunho da memória viva da Igreja pacientemente despertada pelo Espírito Santo (CIC n. 2685)*. Hoje, na nossa diocese, são muito poucas as famílias que rezam unidas todos os dias.

Mestres da oração: bispo, presbíteros e diáconos, religiosos

4. Os ministros ordenados, bispo, presbíteros e diáconos, são responsáveis pela formação espiritual e pelo progresso na oração dos seus irmãos e irmãs em Cristo. São eles que guiam o povo de Deus até às fontes vivas da oração: a palavra de Deus, a Liturgia, a vida teologal, o hoje de Deus nas situações concretas. Sem a sua presença de pastores e guias, facilmente as comunidades cristãs se reduzem a praticar uma religiosidade natural, que usa algumas das formas de oração da Igreja, mas sem o Espírito Santo. Com estas catequese que pomos nas vossas mãos, tentamos ajudar-vos, caros

irmãos e irmãs, a passar da fé para a Fé, dessa fé religiosa-natural que tendes, para a Fé cristã que faz aparecer, em nossas vidas, as obras de Jesus Cristo, Filho de Deus.

5. Os religiosos, desde os monges do deserto do Egito do séc. IV e V, têm dedicado a sua vida sobretudo ao louvor de Deus e à intercessão pelo Seu povo. Eles, procurando dar a Deus o que é de Deus, estruturam toda a sua vida com a oração. Libertos das motivações mundanas, tornam-se homens e mulheres de oração. Vivem para rezar, preparando-se assim para o encontro definitivo com o Senhor. A história das suas vidas é, no fundo, a história da sua relação com Deus, ou seja, da sua oração. Sem oração, não se mantém nem se propaga a vida consagrada, e toda a vida cristã.

Apesar das dificuldades presentes, a catequese das crianças, dos jovens e dos adultos, nas paróquias, deve ser uma ajuda para o crescimento da fé e o caminho da oração. O aprender de cor as fórmulas tradicionais das orações é um suporte indispensável para quem reza. Mas é necessário e muito importante que o Espírito Santo ajude quem as reza a saborear o sentido das palavras dessas fórmulas.

A vida comunitária e a direção espiritual

Para se progredir retamente no caminho da oração, claro que são necessárias a vida comunitária e a direção espiritual. Onde o cristianismo surge, aparece sempre a vida em comunidade, pois é no meio dos irmãos que o Senhor Ressuscitado Se manifesta. E a direção espiritual, feita com uma pessoa que tenha experiência de Deus, também é muito útil. *O Espírito Santo concede a certos fiéis dons de sabedoria, de fé e de discernimento, em vista deste bem comum que é a oração (CIC n. 2690)*. Segundo o conselho de S. João da Cruz, *quem quer progredir na perfeição deve ver bem em que mãos se põe porque, qual o mestre, tal será o discípulo, e tal pai, tal filho (Chama viva de amor, 2ª redação, estrofe 3, declaração 30)*.

Lugares próprios para a oração

6. Em relação aos lugares próprios para rezarmos, *do Senhor é a terra e tudo o que nela existe* (Sl 24), e certamente em qualquer lugar podemos fazer oração. Mas segundo o ensinamento de Jesus à samaritana, que lhe perguntava qual era o lugar correto para se adorar a Deus, se o monte Garizim dos samaritanos ou a montanha de Sião em Jerusalém, *Deus é espírito e os Seus adoradores devem adorá-l'O em espírito e em verdade* (Jo 4, 24). No entanto, é evidente que há lugares mais apropriados para fazermos oração. A igreja é o lugar próprio da oração litúrgica para a comunidade paroquial e também o lugar privilegiado para a adoração da presença real de Cristo no Santíssimo Sacramento.

Para a oração pessoal, pode servir um pequeno oratório com a Sagrada Escritura e imagens. Numa família cristã, este género de pequeno oratório favorece a oração em comum. As comunidades monásticas também são ótimas para quem quer participar da Liturgia das Horas e ter espaço solitário para uma oração pessoal mais intensa. As peregrinações e as procissões evocam a nossa marcha na terra para o Céu, lembram-nos que a nossa vida é uma caminhada para Deus.

A oração no teu dia-a-dia

7. Ainda que nem todos os cristãos possam ser monges e viverem inteiramente para a oração, todos nós precisamos de orar, para podermos saborear a vida por dentro, e vivê-la na presença do Senhor.

Um cristão que deseja crescer na vida cristã precisa de estruturar o tempo da sua vida, e cada um dos seus dias, com a oração. De manhã, antes de sair de casa para trabalhar, deve realizar a primeira coisa para a qual foi criado: deve louvar o Senhor, rezando as Laudes. E à noite, quando regressa a casa, deve rezar a oração da tarde, as Vésperas. E deverá também, ao iniciar as refeições, agradecer ao Senhor os alimentos de que dispõe para se alimentar. Durante o dia, pode e deve oferecer ao Senhor os seus trabalhos, invocá-l'O nas dificuldades e nas tentações e, antes de se deitar, deve agradecer o

dia que terminou, pedir perdão dos seus pecados e pedir ao Senhor que lhe conceda um repouso tranquilo.

É tradição bem católica a oração do terço do Rosário, oração contemplativa dos mistérios da vida de Jesus. Mas a oração mais sublime é aquela que o próprio Jesus ensinou aos Seus discípulos para a fazerem como memorial da Sua Morte e Ressurreição: é a Eucaristia que celebramos todos os domingos e festas de guarda. Como afirmaram os mártires de Bitínia, ao serem julgados no longínquo século III, *nós os cristãos não podemos viver sem celebrar o domingo*, sem realizarmos o culto novo da Eucaristia.

Vamos proclamar:

1 Cor 12, 1-7

Sl 40 (39), 7-11

Rm 8, 14-17

Hb 10, 5-10

Is. 50, 4-9

Jo 16, 23-28

Rm 12, 1-3

Perguntas para diálogo e partilha:

- 1 - Qual a importância das famílias para a Iniciação à Oração das novas gerações?
- 2 - Na tua família, que lugar tem a oração comunitária? O que rezais e quando?
- 3 - Qual deverá ser o papel das paróquias neste âmbito, para além da celebração da Eucaristia e dos outros sacramentos?
- 4 - Sendo a vida cristã moldada pelo acreditar, pelo celebrar e pelo praticar, como poderemos nós recuperar e cultivar a unidade da fé, da esperança e da caridade nas nossas vidas?
- 5 - Segundo afirma S. Paulo na Carta aos Romanos, capítulo 12, em que consiste a prática do culto espiritual, próprio dos filhos de Deus?
- 6 - Que pensas acerca do esquema diário de oração que te é proposto no nº 7 do texto desta catequese?

Oração:

Salmo 40 (39), 7-11, com o refrão:

Eu venho Senhor, para fazer a vossa vontade!

5 minutos de oração silenciosa, invocando o nome de Jesus:

***Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus vivo,
tem piedade de mim que sou pecador!***

Orações espontâneas (pela Igreja, pelo mundo, pelos que sofrem, por nós mesmos).

Pai nosso

A ORAÇÃO DO PAI NOSSO

A oração do Filho Único, entregue aos filhos adotivos

1. A iniciação à oração daqueles que se preparam para receberem os sacramentos da Iniciação Cristã (Batismo, Confirmação e Eucaristia) tem o seu ponto alto na entrega do Pai nosso, a oração do Senhor. De facto, a iniciação à oração feita até esse momento com os salmos, tem como base a tradição judaica à qual Jesus pertencia. Mas agora trata-se de iniciar os eleitos à novidade da oração do próprio Senhor. Jesus, o Filho de Deus feito homem, orava de uma forma surpreendente, digamos mesmo escandalosa naquele contexto social em que a oração não era feita na língua falada habitualmente por todos, o aramaico, mas na língua hebraica, e em que o nome de Deus, para não ser invocado em vão, nem era sequer pronunciado. Jesus falava com Deus tratando-O com a palavra aramaica «Ábbá», a qual, traduzida à letra, significa «Paizinho querido». Esta palavra era a primeira que os bebés aprendiam a dizer, juntamente com «Imma», mãezinha querida. No Evangelho de S. Lucas, podemos ver que a relação de Jesus com o Pai é constante, e deixa entrever que existe entre Eles um relacionamento impressionante de amor. Não por acaso, as primeiras palavras e também as últimas que S. Lucas regista de Jesus, são referidas ao Pai: *Porque me procuráveis? Não sabíeis que devo estar na casa de meu Pai?* (Lc 2,49) e *Pai, em tuas mãos entrego o meu espírito* (Lc 23,46). A propósito, lembremos aqui que o Senhor Jesus foi julgado e condenado a morrer na cruz, por ter afirmado ser **Filho** de Deus!

2. Mas como foi que Jesus ensinou aos discípulos a oração do Pai nosso?

Um dia estava Jesus em oração, em certo lugar. Quando acabou, disse-Lhe um dos Seus discípulos: «Senhor, ensina-nos a orar, como João Batista também ensinou os seus discípulos» (Lc 11, 1). Respondendo a este pedido, Jesus confiou-lhes o Pai nosso, a oração cristã fundamental, da qual nos chegaram duas versões: a do Evangelho de S. Lucas, mais breve, com cinco petições (cf. Lc 11, 2-4), e a de S. Mateus, com sete (cf. Mt 6, 9-13).

Pai,
santificado seja o teu nome;
venha o teu Reino;

dá-nos o nosso pão de cada dia;

perdoa os nossos pecados,
pois também nós perdoamos
a todo aquele que nos ofende;
e não nos deixes cair em
tentação.

(Lc 11, 2-4)

Pai nosso, que estais no Céu,
santificado seja o vosso nome,
venha a nós o vosso Reino;
seja feita a vossa vontade,
assim na terra, como no Céu.

O nosso pão de cada dia nos dai
hoje;

perdoai-nos as nossas ofensas,
assim como nós perdoamos
a quem nos tem ofendido;
e não nos deixeis cair em
tentação,

mas livrai-nos do Mal.

(Mt 6, 9-13)

A oração do Pai nosso é o resumo de todo o Evangelho e o centro da Sagrada Escritura. Sendo a oração de Jesus, Filho de Deus, nela estão as palavras que o Pai Lhe deu e que Ele Lhe dirige amorosamente, no mesmo Espírito. Jesus deu aos Seus discípulos as palavras do Pai nosso, mas deu-lhes também o Espírito Santo, que *clama em nossos corações «Ábbá, ó Pai»* (Gl 4, 6). Por isso, a oração do Pai nosso é a oração principal do cristão. A tradição da Igreja Católica manda-nos rezá-lo três vezes ao dia, nas Laudes, nas Vésperas, e na Celebração Eucarística.

Pai nosso

3. Com que amor, caros irmãos e irmãs, deve brotar dos nossos lábios e do nosso coração esta oração do Senhor! Dizem os Padres da Igreja (autores cristãos dos primeiros séculos) que, quando alguém sobre a terra diz as palavras do Pai nosso, o Céu se abre sobre essa pessoa e Deus pergunta: «Quem chama por mim?» e poderá acrescentar: «Eu não sou Pai da tua soberba, nem da tua avareza, nem da tua luxúria, nem da ira, nem da gula, nem da inveja, nem da tua preguiça. Tudo isso tem outro pai ou outro falso pai – o diabo». Por isso, na introdução ao Pai nosso, a Igreja nos lembra que nos atrevemos a dizer estas palavras tão santas, não por nosso mérito,

mas por obediência a Cristo, que nos mandou: *quando orardes, dizei: Pai nosso...*

No capítulo oitavo do Evangelho de S. João, Jesus diz aos judeus que O queriam matar: *Vós sois do diabo, vosso pai, e quereis realizar os desejos do vosso pai. Ele foi homicida desde o princípio e não permaneceu na verdade, porque nele não há verdade: quando ele mente, fala do que lhe é próprio, porque é mentiroso e pai da mentira* (Jo 8,44). Assim, quem vive na mentira é filho de um falso pai, o diabo, o qual, porque a todos deseja escravizar para si próprio, se coloca a si mesmo no lugar de Deus. Deus é o único Pai verdadeiro, Aquele que dá a vida a todo o ser vivo e ama todas as suas criaturas.

Pai

4. Porque O tratamos como **Pai**? Porque somos cristãos. É próprio dos cristãos este tratamento dirigido a Deus. Em mais nenhuma religião os fiéis ousam tratar Deus por Pai. Porquê? Como Jesus nos diz no seu Evangelho: *Ninguém conhece o Pai senão o Filho e aquele a quem o Filho Se dignar revelá-l'O*, quer dizer, *os pequeninos*, aqueles que renasceram do Alto e se tornaram filhos adotivos de Deus (cf. Mt 11, 25-27). Deus é Pai e nós podemos invocá-l'O como tal porque nos foi revelado pelo Seu Filho feito homem e porque o Seu Espírito dá testemunho ao nosso espírito de que somos filhos de Deus. Tratar a Deus por Pai é possível a quem nasceu de Deus. Mas atenção: Deus é Pai, mas não como os nossos pais terrenos. Orar ao Pai é entrar no Seu mistério, tal como Ele é e tal como o Filho no-l'O revelou. Quando oramos ao Pai, estamos em comunhão com Ele e com o Seu Filho, Jesus Cristo, o que exige da nossa parte uma conversão contínua para podermos viver uma vida nova, a mesma vida de Jesus. Orar a Deus Pai deve desenvolver em nós duas disposições fundamentais: o desejo e a vontade de nos parecermos com Ele, e um coração humilde e confiante que nos faça voltar ao estado de crianças, porque é aos pequeninos que o Pai Se revela.

Nosso

5. E porque Lhe dizemos Pai nosso? Aparecendo ressuscitado a Maria Madalena, no domingo de Páscoa, Jesus disse-lhe: *Vai dizer a*

meus irmãos: Subo para o meu Pai e vosso Pai, para o meu Deus e vosso Deus (Jo 20, 17). Deus tem um único Filho, Jesus Cristo. Pelo Espírito que d'Ele recebemos é que nós podemos ousar dizer «Ábbá, Pai», como membros vivos deste Corpo, a Igreja, cuja Cabeça é o próprio Senhor Jesus Cristo. Referindo-se a Deus, Jesus trata-O por «meu Pai». Mas cada um de nós só tem autorização do Senhor para Lhe dizer «Pai nosso». Isto também porque é sempre e só como membros da Igreja que somos Seus filhos e nos podemos dirigir a Ele, tratando-O por nosso Pai.

Que estais nos Céus

6. Jesus ensinou-nos também a dizer «que estais nos Céus». Deus, que habita na luz inacessível que nenhum homem viu nem pode ver, mora nos Céus que são as almas dos cristãos, segundo a palavra de Jesus: *Quem me ama guardará a Minha palavra, Meu Pai o amará e Nós viremos a ele e faremos nele a Nossa morada* (Jo 14, 23). O símbolo dos Céus remete-nos para o mistério da Aliança que nós vivemos, quando oramos ao Pai. Ele mora nos Céus. A casa do Pai é a nossa pátria. Cristo desceu sozinho do Céu e para lá nos faz subir juntamente consigo, através da Cruz, da Ressurreição e da Ascensão.

7. Reconhecermos Deus como nosso Pai leva-nos a ver os outros como nossos irmãos em Cristo. Isso é a base do nosso relacionamento com eles. Toda a nossa vida de filhos de Deus se resume em vivermos a mesma vida de Cristo, Filho de Deus, com o mesmo amor, com o mesmo Espírito, com os mesmos sentimentos d'Ele. Daí a importância de conhecermos bem as Suas palavras e os Seus gestos e de acolhermos o Seu Espírito Santo, que vem em auxílio da nossa fraqueza.

Vamos proclamar:

Lc 11, 1-4

Mt 11, 25-30

Jo 8, 44

Mt 6, 9-13

Jo 20, 17

1 Pe 1, 3-5.17-21

Gal 4, 6

Jo 14, 23

Perguntas para diálogo e partilha:

- 1 - Toda a gente é filha de Deus? Porquê?
- 2 - Deus é Pai para todos, mas nem todos são filhos para Ele. Comente esta frase.
- 3 - O testemunho da oração de Jesus impressionou os discípulos. Porquê?
- 4 - Porque nos atrevemos a dizer *Pai* ao Deus que nos criou?
- 5 - Não seria melhor dizermos *meu Pai*, quando rezamos sozinhos esta oração do Senhor? Porque dizemos *Pai nosso*?
- 6 - Que são os Céus onde Deus mora?
- 7 - Quais as consequências positivas de chamarmos a Deus *nosso Pai*?

Oração:

Salmo 131 (130) com o refrão:

Pai, nas vossas mãos entrego o meu espírito!

Oração silenciosa invocando o nome de Jesus:

***Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus vivo,
tem piedade de mim que sou pecador***

Orações espontâneas

Pai nosso

AS PETIÇÕES DO PAI NOSSO (I)

Depois de invocarmos a Deus nosso Pai, apresentamos-Lhe “sete petições que são sete bênçãos. As primeiras três, mais teológicas, atraem-nos para a glória do Pai. As quatro últimas, como caminhos para Ele, entregam a nossa miséria à Sua graça” (CIC n. 2803).

Santificado seja o vosso nome

1. O Catecismo da Igreja Católica explica que não devemos atribuir um sentido causal a estas palavras. Sentido causal significa que não é a nossa oração que faz Deus tornar-Se santo; a santidade de Deus não depende de nós: Ele é Santo em Si mesmo. Devemos, então, perceber nesta petição um sentido estimativo, isto é, desejar que Deus seja reconhecido como Aquele que é Santo por excelência e tratá-l’O de forma santa (CIC n. 2807). Por outras palavras, é desejar que a Deus seja dada a honra, a glória e o respeito que Lhe são devidos e que a Sua santidade não permaneça exterior a nós como se fosse algo desconhecido.

2. *Santificado seja o vosso nome.* Na Bíblia o nome é a própria pessoa. No cântico do *Magnificat*, a Virgem Maria proclama: “O Todo Poderoso fez em mim maravilhas: Santo é o seu Nome”. Isto é o mesmo que dizer: “Santo é o Senhor”. O segundo dos dez mandamentos diz: “Não invocarás em vão o Nome do Senhor teu Deus” (Ex 20, 7). Na antiga Aliança pretendia-se, deste modo, evitar o uso abusivo e inconveniente do nome do Senhor (CIC n. 2146). Por esta razão, na tradição judaica embora se escrevesse o nome de Deus, ele nunca era pronunciado. Em vez dele, usavam-se outros nomes como “o Eterno, o Senhor, o Todo Poderoso”.

3. A perfeita revelação do Nome de Deus dá-se em Cristo. Esta revelação faz parte da Sua missão como Filho. Na oração sacerdotal do Senhor, rezada antes da Sua passagem deste mundo para o Pai, diz o seguinte: “Dei-Te a conhecer aos homens que, do meio do mundo, me deste... Agora ficaram a saber que tudo quanto me deste vem de Ti... Eu vim de Ti e eles creram que Tu me enviaste” (Jo 17,

6.8). Rezar com as palavras do Senhor significa, de algum modo, poder entrar já na poderosa manifestação do santo Nome de Deus. Quanto mais saborearmos estas palavras que o Mestre nos deu mais sentimos a ação santificadora de Deus em nós e no mundo.

Venha a nós o vosso Reino

4. O pedido que fazemos ao dizer “venha” implica abandono e confiança na Providência divina (Lc 12, 22-44). “Venha” implica a virtude da Esperança. Através desta virtude “desejamos o Reino dos Céus e a vida eterna como nossa felicidade, pondo toda a confiança nas promessas de Cristo e apoiando-nos, não nas nossas forças, mas no socorro das graças do Espírito Santo.” (CIC n. 1817)

5. Pedir o Reino significa trabalhar, no tempo actual, pela sua vinda: “Pela oração, todo o cristão trabalha pela vinda do Reino.” (CIC n. 2632) E, também, “é justo e bom orar, para que a vinda do Reino da justiça e da paz influencie a marcha da história; mas também é importante levedar pela oração a massa das humildes situações quotidianas. Todas as formas de oração podem ser fermento, a que o Senhor compara o Reino” (CIC n. 2660).

6. Quando rezamos pela vinda do Reino, pedimos duas coisas: pedimos que Cristo reine no mundo através da Igreja; mas pedimos, também, a vinda do Reino no fim dos tempos. Reina agora na Igreja pela ação do Espírito. S. Paulo diz que o “Reino de Deus não é uma questão de comida ou de bebida, mas é justiça, paz e alegria no Espírito Santo” (Rom 14, 17). Ele é definido na oração litúrgica como um “Reino de verdade e vida, Reino de santidade e graça, Reino de justiça, de amor e paz.” Isto são frutos da presença do Espírito Santo em nós. (Prefácio de Cristo Rei).

7. O que significa pedir a vinda do Reino? “Quando alguém implora a vinda do Reino de Deus, o que pede realmente é que o Reino de Deus que está dentro de si, se desenvolva frutifique e chegue à sua plenitude... [pede que] Deus habite nos Seus santos como numa cidade bem governada...O Reino de Deus chegará à sua plenitude,

através do nosso aperfeiçoamento contínuo” (Orígenes, Liturgia da Horas, Solenidade de Cristo Rei)

Seja feita a vossa vontade assim na terra como no céu

8. Diz Jesus: “O meu alimento é fazer a vontade d’Aquele que Me enviou” (Jo 4, 34). E qual é essa vontade? “Deus nosso salvador quer que todos os homens se salvem e cheguem ao conhecimento da verdade” (1 Tm 2, 3-4). A vontade do Pai, que nutriu a vida do Filho como verdadeiro alimento, revelou-se em cada instante da Sua existência sobre a terra. A salvação da pessoa humana e o seu conhecimento perfeito do amor de Deus estão no centro da missão de Cristo. Para isto Ele veio dos céus à terra, à procura da ovelha perdida. No Seu mistério pascal esta procura e esta vontade divinas revelam-se em toda a sua grandeza.

9. No meio de um grande combate interior que antecedeu a sua prisão, julgamento e morte, Jesus reza ao Pai e diz: “Pai, se quiseres, afasta de Mim este cálice; contudo, não se faça a minha vontade, mas a Tua” (Lc 22, 39-42). Estas palavras, ditas em oração, remetem-nos para a Carta aos Hebreus. Aqui o autor coloca na boca do Filho de Deus as seguintes palavras, pronunciadas ao entrar no mundo: “Eu venho, ó Pai, para fazer a Tua vontade” (Hb 10, 10).

10. “Nas palavras e ações de Jesus, fazer a vontade do Pai significa viver totalmente para Ele...Jesus vive ‘pelo Pai’ no sentido de que tudo o que Ele faz corresponde à vontade do Pai; faz aquilo que o Pai faz. Por esta razão, a vida humana do Filho, a Sua atividade e a Sua existência terrena dirigem-se ao Pai - Ele vive inteiramente através do Pai - porque Nele a fonte de tudo é a Sua unidade com o Pai. ‘Eu e o Pai somos um só’ (Jo 10, 30). As Suas obras mostram a profunda comunhão que existe entre as Pessoas divinas. Nelas a divindade é manifestada como unidade entre o Pai e o Filho - a verdade do Pai e do Filho - aquela verdade que provocou tanta oposição entre aqueles que escutavam Jesus” (João Paulo II, *Catequeses sobre o Credo*).

11. Sozinhos, nada podemos. Peçamos ao Pai que una a nossa vontade à vontade de Cristo. A oração torna-se, pois, o caminho para

discernir a vontade de Deus na escuta da Sua palavra, ao rompermos com o mal e o pecado, ao ganharmos coragem para seguir os seus mandamentos, ao correspondermos com amor Àquele que nos ama.

Vamos proclamar:

Jo 17, 6-8

Jo 4, 34

Rom 14, 7

Lc 22, 29-32

Hb 10, 10

Perguntas para diálogo e partilha:

- 1 - O que significa orar para que o santo nome de Deus seja santificado?
- 2 - O segundo mandamento da Lei de Deus está relacionado com o Seu santo nome. O que diz ele?
- 3 - Lembras-te de alguma passagem do Evangelho em que Jesus fale do Reino de Deus? Apresenta essa passagem.
- 4 - Em que ocasiões Jesus nos apresenta a vontade de Deus relacionada com a oração?
- 5 - Porque será que vontade de Deus e oração estão relacionadas?

Oração:

Rom 14, 17-19

5 minutos de invocação do nome de Jesus:

**Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus vivo,
tem piedade de mim que sou pecador**

Preces livres, acompanhadas do refrão:

“Senhor, venha a nós o Vosso Reino”.

Pai nosso

AS PETIÇÕES DO PAI NOSSO (II)

O pão nosso de cada dia nos dai hoje

1. O pão é símbolo de tudo o que nos permite sobreviver na terra: ele resume de alguma forma, todas as nossas necessidades (Mt 6, 25-34).

“Pão nosso”. Estamos diante de um pedido feito no plural. Pertencendo às realidades e necessidades da nossa existência, o pão não é uma propriedade privada, exclusiva, mas é de todos: “O pão nosso de cada dia...”

2. O Catecismo da Igreja Católica ajuda-nos a descobrir o significado das palavras que rezamos.

Pedir “o pão nosso” significa pedir a justiça social: “A sociedade garante a justiça social, quando realiza as condições que permitam às associações e ao individuo obter o que lhe é devido, segundo a sua natureza e vocação. A justiça social esta ligada ao bem comum e ao exercício da autoridade” (CIC n. 1928). Pedir “o pão nosso” também significa querer partilhar os bens temporais e espirituais: Lc 16, 19-31 (a parábola do rico avarento e do pobre Lázaro) Mt 25, 31-46 (Juízo final). Pedir “o pão nosso” significa pedir trabalho e querer trabalhar: “No trabalho, a pessoa exerce e cumpre uma parte das capacidades inscritas na sua natureza... O trabalho é para o homem e não o homem para o trabalho. Cada um deve poder tirar do trabalho os meios de subsistência, para si e para os seus, e a possibilidade de poder servir a comunidade humana (CIC n. 2428). Pedir “o pão nosso” significa pedir o Pão que mata a nossa fome espiritual: fome de pão significa fome da Palavra de Deus (Dt 8, 3; Am 8, 11). Pedir “o pão nosso” recorda-nos a nossa condição de pobreza pois não temos os bens necessários para vivermos uma vida digna.

3. Quando oramos, pedimos “o pão nosso de cada dia”. Deus dá o necessário para cada dia (Ex 16, 21). Como entender a expressão “cada dia”? “O pão nosso de cada dia...pode entender-se no sentido literal ou espiritual, porque num e noutro sentido aproveita a nossa

salvação. Mas o pão da vida é Cristo: e este pão não é de todos, mas nosso. E assim como chamamos *Pai nosso*, porque Ele é o Pai dos que O conhecem e creem n'Ele, também dizemos o *pão nosso*, porque Cristo é o pão daqueles que recebem o Seu Corpo. E pedimos que nos seja dado em cada dia este pão, a nós que vivemos em Cristo e todos os dias recebemos a Sua Eucaristia como alimento da salvação, para não suceder que, por algum pecado grave, sejamos privados da comunhão do pão celeste e nos separemos do Corpo de Cristo” (S. Cipriano, bispo de Cartago, in *Liturgia das Horas III*, 5ª feira da 11ª Semana do Tempo Comum).

4. “...nos dai hoje” O Catecismo da Igreja Católica esclarece que “este hoje não é somente o hoje do nosso tempo mortal: é o ‘Hoje’ de Deus” (CIC n. 1165).

Perdoai-nos as nossas ofensas, assim como nós perdoamos a quem nos tem ofendido

5. Depois de pedirmos “o pão nosso de cada dia”, invocamos o perdão de Deus. Em ambos as petições encontramos o pronome pessoal “nosso” ou “nossos”. Significa, portanto, que quando rezamos, pedimos o pão e o perdão dos pecados para todos nós. E, ao pedirmos o perdão dos pecados consideramo-nos pecadores.

6. Na versão de S. Mateus 9,12 diz-se, “perdoa as nossas dívidas, assim como nós perdoamos aos nossos devedores”; em S. Lucas 11, 4 diz-se assim, “perdoai-nos as nossas ofensas, assim como nós perdoamos a quem nos tem ofendido”. Todo o pecado é uma dívida que se contrai ou comete contra Deus e o primeiro pecado – o mais perigoso no dizer do Papa Francisco – é o orgulho, ou seja, “a atitude de quem se coloca diante de Deus pensando que tem sempre as contas em ordem com ele” (*Catequeses sobre o Pai nosso*, 10 de Abril de 2019). Esta foi a atitude do fariseu na parábola contada por Jesus. Entrou no templo e, de pé, fez a seguinte oração: “Ó Deus, dou-Te graças por não ser como o resto dos homens, que são ladrões, injustos, adúlteros...” (Lc 18, 11).

7. Há, depois, uma segunda dívida que temos para com Deus: o amor. Ninguém é capaz de amar só por si mesmo, se não for com a presença da graça divina, com o Espírito Santo derramado em nossos corações (Rom 5, 5). O perdão decide-se no coração, no íntimo de cada um de nos; é ali que cada pessoa faz as suas opções (CIC n. 2843). Ao dizermos estas palavras, “perdoa-nos... como nós perdoamos” estamos a fazer um pedido e a tomar um compromisso. “Se Deus nos amou, também nós devemos amar-nos uns aos outros... Se alguém disser ‘Amo a Deus’, mas tiver ódio ao seu irmão, esse é um mentiroso; pois aquele que não ama o seu irmão que vê, não pode amar a Deus, que não vê” (1 Jo 4, 11.20). O perdão que esperamos de Deus, vem-nos através de Cristo, é um dom da Sua ressurreição: “A paz esteja convosco!... Recebei o Espírito Santo. Àqueles a quem perdoardes os pecados, ficarão perdoados; àqueles a quem os retiverdes, ficarão retidos” (Jo 21, 21-23).

8. Na celebração da Eucaristia, após a Oração do Senhor em que dizemos, “perdoai-nos como nós perdoamos”, trocamos uma saudação em sinal de mútua paz e unidade. Este gesto é muito antigo e vem-nos lembrar, precisamente antes da Comunhão, que ninguém pode fazer união com Cristo se não fizer união com os outros.

Não nos deixeis cair na tentação

9. A tentação pode ter dois significados. Primeiro, se vem do espírito do mal, de Satanás, a sua finalidade é que nos revoltamos contra Deus e contra o Seu projeto de amor sobre a nossa salvação. Podemos, então, dizer que esta tentação é uma cilada, porque muitas vezes nos é apresentada como algo de bom, de justo. Depois, a tentação também pode vir da parte de Deus: é um colocar-nos à prova. Pode ser um modo de Ele nos educar no sentido da fidelidade, da entrega, de um amor ilimitado e puro, isento de interesses e de duplos fins. Esta tentação é, portanto, diferente da anterior e, por isso, ela é mais uma espécie de exercício, de prova, com vista ao nosso aperfeiçoamento espiritual.

10. Santo Ambrósio, bispo de Milão (séc. IV), diz o seguinte: “Tal como a um atleta, Deus quer testar a natureza humana tanto quanto

ela seja capaz de aguentar. Ele quer que cada pessoa seja livre do mal, isto é, do inimigo, do demónio e do pecado. Mas o Senhor que tomou os nossos pecados e perdoou as nossas ofensas, também tem o poder para nos guardar e proteger contra as armadilhas do adversário, o demónio...Aquele que se entrega a Deus não tem que recear Satanás, pois, 'se Deus está connosco, quem pode estar contra nós?'... Não nos deixes cair na tentação causada pelo Tentador, que é a fonte de toda a corrupção" (*De Sacramentis* V, 20-30).

11. Rezar estas palavras é pedir a Deus que não nos deixe sozinhos com o grande dilema da nossa liberdade. Suspensos entre o bem e o mal, por fraqueza nossa, acabamos por tomar decisões erradas e caímos na tentação. A tentação é inevitável na nossa vida; aliás, é aqui, precisamente, que a nossa liberdade se fortalece quando sabemos escolher segundo a vontade de Deus. Na obediência ao Espírito Santo, encontramos a força necessária para enfrentar o combate da tentação, porque nos foi concedido o Espírito que nos conduz à liberdade. Como nos lembra S. Paulo, "Deus é fiel e não permitirá que sejais tentados além das vossas forças, mas, com a tentação, vos há-de igualmente facultar o meio de sair dela (1 Cor 10, 13).

12. O exemplo de Jesus é particularmente importante para nós. Ele aceitou ser tentado para nos ensinar a resistir e vencer o Tentador (Santo Agostinho, *Liturgia das Horas*, 1º Domingo da Quaresma). O Senhor Jesus sentiu o peso da tentação e, no Getsémani, disse a Pedro, Tiago e João: "Orai para que não entreis em tentação" (Lc 21, 40). O combate e a vitória sobre a tentação tornam-se possíveis pela oração. "Jesus venceu o Tentador desde o princípio e no combate da sua agonia. Foi ao seu combate e à sua agonia que Cristo nos uniu nesta petição ao nosso Pai. A *vigilância* do coração é lembrada com insistência em comunhão com a sua. A vigilância é 'guarda do coração' e Jesus pede ao Pai que 'nos guarde em seu nome'(Jo 17, 11). O Espírito Santo procura insistentemente despertar-nos para esta vigilância (*CIC n. 2849*).

Mas livrai-nos do mal. Ámen.

13. A oração de Jesus realizada na Ceia da despedida inclui dois pedidos relacionados com as duas últimas petições do Pai nosso. Primeiro, o pedido de que o Pai não nos deixe cair em tentação: “Pai Santo...guarda-os em Ti, para serem um só, como Nós somos!” (Jo 17, 11). Depois, que nos livre do mal: “Não Te peço que os retires do mundo, mas que os livres do Maligno” (Jo 17, 15). Estes pedidos estão, portanto, relacionados connosco.

14. *Livrai-nos do mal.* O que querem dizer estas palavras? “O Mal não é qualquer coisa de abstrato. Designa uma pessoa, Satanás, o Maligno, o anjo que se opõe a Deus. O ‘Diabo’ (‘dia-bolos’) é aquele que ‘se atravessa’ no desígnio de Deus e na Sua ‘obra de salvação’ realizada em Cristo” (CIC n. 2851). A última petição do Pai nosso é, pois, “uma súplica...para ser libertado do mal”, porque a experiência da tentação e do mal é comum a todos nós e “o seu poder é esmagador” (Papa Francisco, *Catequeses sobre o Pai nosso*, 15 de Maio de 2019).

15. A importância desta petição está presente em cada Eucaristia que celebramos. Assim, após a *Oração do Senhor*, retomamos a súplica para que o Senhor nos livre do mal. Aí o sacerdote diz: “*Livrai-nos de todo o mal, Senhor, e dai a paz aos nossos dias, para que, ajudados pela Vossa misericórdia, sejamos sempre livres do pecado e de toda a perturbação, enquanto esperamos a vinda gloriosa de Cristo nosso Salvador*”. E como para o cristão o único mal é a condenação eterna, terminar a oração do Pai nosso com esta súplica é afirmar o nosso desejo de vivermos eternamente com o Senhor e com os santos no Céu.

16. O *Pai nosso* termina, portanto, em esperança cristã: que o mal se cale, cesse de nos oprimir, desapareça para sempre do nosso horizonte e sejamos verdadeiramente livres no amor de Cristo.

Ámen

17. “Depois, acabada a oração, dizes: *Ámen*, corroborando por esta palavra, que significa ‘Assim seja, que isso se faça’ (cf. Lc 1, 38), que,

pelo Espírito Santo se cumpra em nós tudo quanto contém a ‘oração que o Senhor nos ensinou’” (S. Cirilo de Jerusalém, *Catech. myst.* 5, 18 in *CIC n.* 2856).

Vamos proclamar:

Lc 16, 19-31

1 Cor 10, 13

1 Jo 4, 11-20

Jo 17, 11-15

Jo 21, 21-23

Perguntas para diálogo e partilha:

- 1 - Ao pedirmos, “O pão nosso de cada dia nos dai hoje”, a que pão nos estamos a referir?
- 2 - Pedir a Deus este pão traz algum tipo de compromisso?
- 3 - Depois do pão, pedimos perdão pelas ofensas. Conheces alguma parábola de Jesus que fale da necessidade de perdoarmos assim como Deus nos perdoa?
- 4 - Qual é o gesto que realizamos durante a Eucaristia, para significar que perdoamos tal como Deus nos perdoa?
- 5 - Pedimos para não cair na tentação. Quais são os dois significados que tem a tentação?
- 6 - A oração do *Pai nosso* termina em esperança. Quais são as palavras que exprimem esta nossa esperança?

Oração:

Lc 11, 5-13

Salmo 50, com o refrão:

Misericórdia, Senhor, por vossa bondade.

5 minutos de oração silenciosa, invocando o nome de Jesus

Preces espontâneas, acompanhadas do refrão:

“Perdoai-nos, Senhor, assim como nós perdoamos”

Pai nosso

250
anos

RESTAURAÇÃO
DIOCESE - BEJA
1770 - 2020



Edição SCAP
DIOCESE
DE
BEJA
2019/2020

Imagem: **Cristo Pantocrator**
Autor: D. João Marcos