



A RELAÇÃO PESSOAL COM DEUS

1. O amor de Deus
2. A oração
3. A Bíblia, Palavra de Deus
4. A vontade de Deus
5. O pecado

1

O AMOR DE DEUS

“Nisto consiste o Seu amor: Não fomos nós que O amámos; foi Ele que nos amou primeiro.”

(† 1 Jo 4, 10)

Ser cristão é levar dentro de si, onde quer que se vá, uma Presença: **uma relação** pessoal com Deus que acompanha a vida.

Pode parecer um atrevimento quereremos ter uma relação tão próxima com Alguém que está tão acima de nós. Mas **é Ele próprio que deseja esta relação** connosco e que dá o primeiro passo da amizade, abrindo-nos os Seus braços. E daqui é que deriva tudo o resto.

Chama-se GRAÇA a esta Presença e relação que Deus nos oferece. A “**Graça**” não é uma “coisa” que Deus nos dá mas a própria doação (gratuita) de Deus a nós: o amor ou a vida de Deus que nos é comunicada.

Q.f. QUESTÕES FREQUENTES

Por que razão Deus nos oferece a Sua Graça?

Não há razões. Ele oferece-nos a Sua amizade simplesmente porque nos ama e quer o nosso bem.

Deus ama a Humanidade em geral ou ama cada pessoa em particular?

Deus conhece e ama cada pessoa em particular, como se só ela existisse no mundo.

Deus ama-nos também com os nossos defeitos e quando praticamos o mal?

Deus ama-nos tal como somos, como uma mãe ama os seus filhos mesmo com os seus defeitos e mesmo quando praticam o mal.



Então Deus ama os nossos defeitos e os nossos pecados?

Não. Deus detesta o mal que entra na nossa vida, porque esse mal nos engana e acaba por nos magoar e rebaixar, embora a princípio possa aparecer como se nos fosse trazer felicidade. Mas, mesmo quando praticamos o mal Deus, quando olha para nós, vê a pessoa boa que há em nós. É esse fundo de bem que Ele quer libertar.

E quando voltamos as costas a Deus, Deus deixa de nos amar?

Não, mesmo quando rejeitamos a Deus ou não acreditamos Nele, Ele continua a acreditar em nós.

Não é difícil acreditar neste amor incondicional de Deus?

Não é fácil (até porque muitas vezes nós próprios não gostamos de nós). É preciso ter fé. O essencial da fé consiste nisto: acreditar que Deus nos ama tal como somos e tal como estamos. Sabemos isto por Jesus.

Porque é que às vezes não sinto o amor de Deus nem O sinto perto de mim? Será que Deus Se afastou?

Não, quem ama nunca Se afasta. Podemos não O sentir por várias razões: ou porque nos próprios nos afastamos de Deus e do Bem, ou porque Deus sabe que é melhor para nós que, nesta fase da vida, nos esforcemos por sermos fiéis sem nos dar tantos sentimentos, ou por outra razão. Mas o mais importante não é sentir Deus: é saber que Ele não nos deixa.

Que quer dizer "Deus não nos deixa"?

Quer dizer 2 coisas: que está sempre perto de nós, mesmo invisivelmente, e que nos dá a graça suficiente para podermos viver bem qualquer situação que a vida nos traga.

Como podemos alimentar a relação de amizade com Deus?

Alimentamos a nossa amizade com Deus de vários modos: tomando regularmente algum tempo do nosso dia para estar com Ele (oração), participando nos sacramentos e procurando em tudo fazer a Sua vontade.

"EIS O QUE DIZ O SENHOR,
O QUE TE CRIOU, JACOB,
O QUE TE FORMOU, ISRAEL:
NADA TEMAS
PORQUE EU TE RESGATEI,
E TE CHAMEI PELO TEU NOME:
TU ÉS MEU.
SE TIVERES DE ATRAVESSAR AS
ÁGUAS, ESTAREI CONTIGO,
E OS RIOS
NÃO TE SUBMERGIRÃO:
SE CAMINHARES PELO FOGO
NÃO TE QUEIMARÁS,
E AS CHAMAS
NÃO TE CONSUMIRÃO.
(...) VISTO QUE ÉS PRECIOSO
AOS MEUS OLHOS,
VISTO QUE TE ESTIMO
E TE AMO,
ENTREGO REINOS POR TI,
ENTREGO NAÇÕES
EM TROCA DA TUA VIDA.
NÃO TEMAS PORQUE
EU ESTOU CONTIGO."
(† IS 43.1-5)



2

A ORAÇÃO

Jesus disse:
"Entra no teu quarto, fecha a porta, e reza ao teu Pai em segredo."

(† Mt 6, 6)

Rezar é **tirar tempo só para Deus**. Claro que um cristão quer que o seu tempo seja todo para Deus (amizades, trabalho, descanso, etc) mas na oração o tempo e a atenção são só para Ele.

Este tempo é essencial não só para encontrarmos a Deus mas também para **ordenarmos a vida** e procurarmos a Sua vontade.

A oração pode ser **comunitária** (em conjunto com outros) ou individual (estando nós sozinhos com Deus). Aqui vamos falar da oração **individual**.

Q.f QUESTÕES FREQUENTES

Eu gostava de rezar mas tenho pouco tempo. Será que Deus não prefere que eu gaste o tempo noutras coisas mais úteis como trabalhar, dar tempo aos outros, etc?

Claro que Deus quer que nos dediquemos aos outros e que cumpramos as nossas obrigações. Mas também deseja estar a sós connosco porque nos ama e sabe que este tempo com Ele nos ajuda a vivermos melhor e a sermos mais disponíveis para os outros.

Quanto tempo devemos rezar por dia?

Isto só cada um pode decidir, conforme a sua vocação e o que vir que é melhor para si. O ideal é que faça o seu próprio plano de vida espiritual e o cumpra. Mas se passa dias inteiros sem se lembrar de Deus, alguma coisa está mal na sua vida de cristão.

Podemos rezar também fora das igrejas?

Podemos rezar em qualquer lugar: numa igreja, a caminhar pela rua, no quarto, no carro, etc. Deus está em toda a parte. Devemos ver em que lugares nos podemos concentrar melhor.

Quando tento rezar não sei o que fazer.

Como se aprende a rezar?

Há infinitas maneiras de rezar e cada pessoa encontra as suas formas preferidas. Só se aprende a rezar rezando, tal como só se aprende a andar de bicicleta praticando muitas horas. Neste livro podem-se encontrar muitas sugestões. Também pode ser uma boa ideia pedir ajuda a alguém com experiência.



Podemos rezar usando palavras nossas ou devemos rezar com orações já feitas (Pai-Nosso, Ave Maria, etc.)?

Pode-se rezar das 2 maneiras.

Qual é o valor de rezar a repetir sempre as mesmas palavras? Não será uma "lenga-lenga"?

O valor da oração não está numa maneira de rezar mas no amor e na sinceridade que a pessoa põe na oração e na relação de confiança que estabelece com Deus. Se a repetição das mesmas palavras aumentar essa relação de confiança, então tem valor. Algumas pessoas não entendem que algumas orações de repetição, como o terço, as palavras apenas funcionam como uma música de embalar através da qual a atenção se fixa em Deus.

Quando rezo tenho muitas distrações. É normal?

Quase toda a gente tem distrações na oração, sobretudo em algumas alturas da vida. Temos de ter paciência e voltar onde estávamos, sem desanimar.

O que é o mais importante na oração?

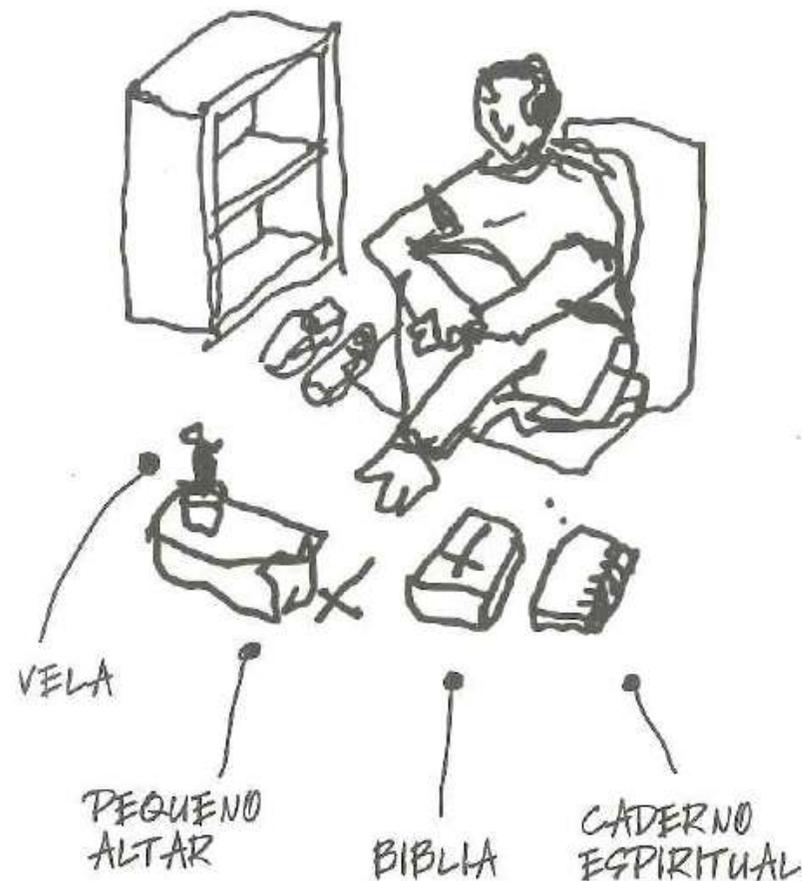
2 coisas são mesmo importantes na oração: a sinceridade (não pôr máscaras diante de Deus mas estarmos diante Dele tal como somos) e a generosidade (querermos fazer a vontade de Deus e não que Deus nos faça as nossas vontades)

Quantas maneiras diferentes de rezar existem?

Isso é o mesmo que perguntarmos de quantas maneiras diferentes podemos estar com um amigo. Podemos estar com ele de muitas maneiras: conversando, escrevendo-lhe uma carta, jogando com ele, etc!. Assim também, há muitas maneiras de estar a sós com Deus. Algumas são mais tradicionais e os grandes mestres de oração falam delas (☞ pg 22).

Uma forma clássica na Igreja é a "Liturgia das Horas" (em que se reza a partir de um conjunto de salmos e de textos escolhidos), outra é o terço (☞ pg 131).

FAZ NO TEU QUARTO UM CANTO DE ORAÇÃO



ALGUMAS FORMAS DE ORAÇÃO

Oração vocal

Diz (em voz alta ou baixa) as palavras de uma oração já feita de que tu gostes. Ex: Pai-Nosso, Ave-Maria, um salmo, etc.

Meditação

Lê um texto da Bíblia e toma atenção à mensagem, pensando como essa mensagem se relaciona com a tua vida.

Contemplação

Lê bem uma cena da Bíblia (por ex, do Evangelho) e, depois, tenta imaginá-la como se fosse um filme, vendo e ouvindo as personagens como se tu também lá estivesses presente.

Colóquio

Fala com Deus com palavras tuas, "como um amigo fala com o seu amigo ou como um servo fala ao seu Senhor"

(como diz Santo Inácio de Loyola).

Oração de presença

Não digas nada. Imagina só e toma consciência de que Deus está a teu lado e fica saboreando essa presença amiga.

Oração de repetição

Decora uma pequena oração e repete-a sempre, muitas vezes, onde quer que estijas. Por exemplo: "Senhor Jesus Cristo, eu tenho confiança em Ti".

Oração escrita

Escreve uma carta sincera a Deus!

Exame de consciência

Recorda e fala com Deus sobre os acontecimentos da tua vida e do mundo, tentando entender aí a Sua presença e vontade (📖📝 pg 109)

Lectio Divina

Lê sem pressa um texto da Escritura, medita-o, dialoga com Deus e depois abandona-te a Ele já sem palavras.

Oração a partir da natureza

Põe-te diante de uma paisagem, contempla um pôr-de-sol, sente o vento na cara e procura encontrar na natureza o reflexo do seu Criador. (Também se podem contemplar outras realidades do mundo).

Oração do pobre

Lê várias vezes uma oração já feita (um salmo, por exemplo) até que alguma palavra ou frase te toque pessoalmente. Fica então a saborear, sem pressa, essa palavra ou frase, dizendo-a directamente a Deus. Volta à leitura até que uma nova frase te toque, etc.

PASSOS DA ORAÇÃO

(sugestão de 6 passos para um tempo de oração mais prolongado a partir de um texto da Bíblia)

1 >

Escolhe um lugar que te ajude. Tenta **preparar-te** para o que vais fazer, acalmando-te e pensando com Quem vais estar.

2 >

Toma consciência da **presença de Deus** a teu lado e em tudo o que te rodeia, quer O sintas quer não O sintas. Oferece-Lhe com amizade este tempo que Lhe vais dedicar.

