

# ORAÇÃO PESSOAL



PASSOS DA LEITURA ORANTE

# O QUE É A VIDA ESPIRITUAL

- A VIDA ESPIRITUAL na Antiguidade era chamada de **Ascese** ou **Mística** ou **Espiritualidade** ou **Vida Cristã**;
- A VIDA ESPIRITUAL é a atitude que a pessoa assume frente aos valores espirituais (Deus, a alma humana, a imortalidade...);

- É uma questão de convicção e prática diante de Deus. É um relacionamento, uma sincera amizade, que começa como amor servil, evolui para amor filial e tende a chegar em um amor esponsal.
- Comunhão ou íntima com Cristo (cf. Jo 15,1-5; Gl 2,19-20; Rm 14,7; Jo 6,56s).

# O PAPEL FA FÉ

- **Causa externa** (testemunho, leitura, boa pregação);
- **Causa interior** que me move a crer, a dar o meu sim às verdades de fé. Essa causa interior é a **GRAÇA SUFICIENTE**, um toque suave de Deus que nos move à crer;
- Para receber tal graça precisamos de **INTROSPECÇÃO** (recolhimento, silêncio);
- O primeiro ato da vida de oração é **PEDIR O DOM DA FÉ**. E o primeiro ato da fé é tirar-nos da lama do pecado, pois sem a graça santificante não há vida de oração.

- “Só existe salvação para quem reza” (S. Afonso). A vida de oração é o esforço básico para se salvar; é a porta estreita (cf. Mt 7,13-14).
- **Lectio divina** (tomar as Escrituras como instrumento espiritual para unir-nos ao Cristo).

# PASSOS DA LECTIO DIVINA

**leitura**  
**(ouvir)**

**contemplação**  
**(permanecer)**

**meditação**  
**(aplicar)**

**oração**  
**(responder)**

