

**OS DEZ
MANDAMENTOS
DA ORAÇÃO**

coleção **APRENDENDO A ORAR**

- *Os dez mandamentos da oração*, Roberto DeGrandis
- *Oração diária com a Bíblia*, David E. Rosage
- *Silêncio: caminho para o mistério*, Johannes Poelman
- *Oração cristã: um encontro com Jesus*, Luiz Eduardo Pinheiro Baronto;
Danilo César S. Lima
- *O cotidiano com Deus*, Pe. José Laércio de Lima

OS DEZ MANDAMENTOS DA ORAÇÃO

PE. ROBERTO DEGRANDIS, S.S.J.



PAULUS

Título original

The ten commandments of prayer

© Pe. Roberto DeGrandis, S.S.J., 1975

Foto de Capa: *iStock*

Capa e Projeto gráfico: *Gustavo Gomes*

Tradução: *Maria Tereza Lindsey*

Impressão e acabamento: PAULUS



Seja um leitor preferencial **PAULUS**.

Cadastre-se e receba informações sobre
nossos lançamentos e nossas promoções:

paulus.com.br/cadastro

Televendas: **(11) 3789-4000 / 0800 016 40 11**

2ª edição, 2023

© PAULUS – 2023

Rua Francisco Cruz, 229 • 04117-091 • São Paulo (Brasil)

Tel.: (11) 5087-3700

paulus.com.br • editorial@paulus.com.br

ISBN 978-65-5562-833-3

Padre Robert DeGrandis era membro da Sociedade de São José, um grupo de padres católicos que trabalham nas comunidades de negros nos Estados Unidos. Seu Ministério se estendeu através do rádio, televisão, jornal; foi capelão de faculdade e do Hospital de veteranos, em Birmingham, Alabama.

Começou a trabalhar na Renovação Carismática Católica em 1969, em Birmingham, Alabama. Contribuiu na fundação de grupos de oração em Loyola University, Nova Orleans, Luisiana; Birmingham, Alabama; e Mobile, Alabama. Dirigiu, por mais de um ano, os grupos de oração na ilha de Grenada, Antilhas, enquanto morava em uma Casa de Oração. Foi lá que orientou um “Treinamento de Liderança”. Viajou pelas Caraíbas, trabalhando com grupos em Guiana. Esteve no Brasil, Trinidad, Jamaica, República Dominicana e Porto Rico. Também passou dois meses no México. Em janeiro de 1975, foi um dos principais conferencistas no Congresso Nacional de Renovação Carismática Católica realizado em Itaipu, São Paulo. Em fevereiro do mesmo ano, foi o principal orador na Convenção Nacional Carismática Metodista, em Birmingham, Alabama. Em janeiro de 1976, novamente veio ao Brasil para dar cursos sobre o

Ministério de Cura no Encontro Nacional de Líderes da Renovação Carismática no Rio de Janeiro e durante o Encontro Regional efetuado pela R.C.C. em Santarém, Pará.

Escreveu *Os Católicos e a Cura, A Renovação Carismática Católica, O Ministério da Cura, O Espírito Santo e as Religiosas*. Foi vigário coadjutor da paróquia do Puríssimo Coração de Maria, em Mobile, Alabama. Faleceu em 2018.

SUMÁRIO

- 9 Introdução
- 11 Os dez mandamentos da oração
- 17 1. Seja simples
- 19 2. Seja espontâneo
- 21 3. Ore sem pressa
- 23 4. Seja sincero
- 25 5. Use a Sagrada Escritura
- 27 6. Tenha uma hora determinada
 para a oração
- 31 7. Ore “sob medida”
- 35 8. Sua oração seja particular,
 única e compartilhada
- 41 9. Sua oração seja orientada
 para o Espírito
- 43 10. Saboreie a oração
- 45 Resumo
- 47 Leitura espiritual
- 51 Conclusão
- 53 Apêndice: testemunho de um médico



INTRODUÇÃO

Hoje em dia milhares de pessoas tomam parte na Renovação Carismática. Para muitos, este é o início de uma vida de oração muito séria. Há falta de material sobre os elementos fundamentais da oração. Este trabalho surgiu de um Curso intitulado *oração contemporânea*. Conserva, portanto, do estilo falado, inúmeras imperfeições e incorreções. É apenas uma introdução e somente menciona alguns pontos que poderiam ser aprofundados. Entretanto, é, para os principiantes, assunto de reflexão e uma tentativa de orientar nossas orações diárias.

Espero que meu trabalho inspire o leitor a procurar outros mais completos, sobre o assunto.

O Autor



OS DEZ MANDAMENTOS DA ORAÇÃO

“Eu vim para que tenham a vida e a tenham em abundância” (Jo 10,10).

Pai Celeste, vos pedimos que abençoeis este livro e façais com que todos os que o lerem recebam uma grande bênção e tenham um crescimento no dom de oração e possam chegar àquela vida plena que Jesus quer que tenhamos.

Vinde, Espírito Santo, e dai a cada um de nós uma maior compreensão, um amor mais profundo, um grande desejo e uma maior motivação para a oração.

No Novo Testamento Jesus nos oferece *paz, fé e oração*. Estes três elementos dependem um do outro; cada um está interligado com o outro. Nós vamos apresentar as dez diretrizes para a oração, ou os *Dez mandamentos da oração*. São muito simples e, no entanto, nos ajudam a compreender toda a vida de oração.

Quando Jesus diz: “Eu vim para que tenham a vida”, eu acredito que ele quer que sejamos felizes,

que vivamos a vida plenamente — vida física, vida psicológica, vida espiritual. E como é que podemos atingir a plenitude da vida? Somente através de uma comunicação profunda com o Senhor Jesus; e, esta é a definição de oração: “Comunicar-se com o Senhor”.

Podemos ter *paz* — apesar do turbilhão deste mundo e de todos os nossos problemas — se chegarmos a este nível de comunicação com o Senhor Jesus, nível no qual o conhecemos “profundamente e pessoalmente”, seu amor e sua presença em nós.

O Senhor diz que devemos ter *fé*. E como é que podemos viver pela fé se às vezes encontramos pessoas que nos fazem o mal e, instintivamente, sentimos a necessidade de atacar, retribuir? Só podemos obter a fé através de uma profunda comunicação com o Senhor Jesus.

No décimo quinto capítulo de São João, Jesus nos fala como devemos fazer para que o fruto cresça em nós: “Eu sou a videira e vós os ramos. O que permanece em mim e eu nele, esse dá muito fruto, porque sem mim nada podeis fazer” (Jo 15,5). Acho importante reler o trecho: “... porque sem mim, nada podeis fazer”. E não será verdade que

muitos de nós vivem como se pudessem fazer tudo por esforços naturais? Jesus continua:

“Se alguém não permanecer em mim será lançado fora como o ramo, e secará, e enfeixá-lo-ão, e o lançarão no fogo, e arderá. Se permanecerdes em mim e as minhas palavras permanecerem em vós, pedireis tudo o que quiserdes, e ser-vos-á concedido. Nisto é glorificado meu Pai, em que vós deis muito fruto e sejais meus discípulos” (Jo 15,6-8).

Esta “interunião” com o Senhor — assim como a seiva nutre a vinha e os ramos —, esta união cresce e é nutrida pela oração.

Relembrando meus anos de sacerdócio, tentei ver se alguma vez havia encontrado alguém de quem pudesse dizer: “Aquele homem ora demais, ou aquele padre ora demais”. E não consegui me lembrar de nenhuma pessoa que eu pudesse ter acusado: ele ora demais. E, no entanto, todos nós estamos dolorosamente cientes de que provavelmente diríamos o seguinte de nós mesmos: nós oramos muito pouco.

É interessante notar que, no Antigo Testamento, Deus exigiu o dízimo dos hebreus, ou seja, a décima parte de seus bens. O que é que aconteceria se fôssemos dar o dízimo ao Senhor em nossos dias?

O dia tem vinte e quatro horas — dez por cento seria mais ou menos duas horas e meia dedicadas ao Senhor. Muitos diriam: “Impossível”. Mas, no entanto, se esta exposição sobre a oração for dar frutos — e eu acredito que o Senhor realmente quer que seja frutífera — todos nós temos que aceitar o desafio. Gostaria de propor àqueles que não oram de forma alguma o desafio de orar dez minutos por dia, silenciosamente, você e o Senhor — em seu coração orando ao Senhor. E não somente 10 minutos de oração por dia, mas também dez minutos de leitura espiritual, de preferência da Sagrada Escritura; mas pode ser qualquer outra que o nutra. Repetindo: para aqueles que não oram formalmente, eu aconselho um programa de dez minutos de oração e dez minutos de leitura da Sagrada Escritura por dia. Para os que já oram, este programa poderia ser de vinte minutos ou meia hora por dia. Peço que pensem e orem sobre o seguinte: “Não pudeste vigiar uma hora?” (Mc 14,37). Será que você não pode dar uma de suas vinte e quatro horas? Quando levamos em consideração o dízimo, vemos que alguns estão dispostos a dar os dez por cento “materialmente”. Mas, e o tempo de oração? Eu não pediria a ninguém que passasse duas horas e meia em oração, mas eu

pediria que você pensasse sobre “uma hora” por dia dedicada à oração se você já ora quinze minutos ou mais. Acho que este tipo de reflexão sobre a oração necessariamente apresentará um desafio a você. E, parafraseando as famosas palavras de Shakespeare: orar ou não orar, eis a questão.

Quantos dos nossos problemas não estão intimamente ligados a uma falta de fé, falta de paz, e reduzindo-os, chegam a uma falta de oração.

Será que não poderíamos dizer que um dos grandes problemas da Igreja de hoje é uma falta de oração mais profunda? Os Padres do deserto, no início do Cristianismo, diziam: “Quando os monges oram, só há necessidade de um superior para cem monges. Quando não oram precisam de um superior para cada cinco”. Em outras palavras, à medida que as pessoas entram em profunda união com o Senhor, há harmonia em suas vidas, e, portanto, submissão à autoridade. Por isso, o desafio para todos é unirmo-nos ao Senhor através da oração. Cada um tem que orar pelo dom da sabedoria para ver o que o Senhor lhe está pedindo.

Quando oramos, podemos seguir dez diretrizes muito simples.