

A ORAÇÃO NO CATECISMO DA IGREJA CATÓLICA

2697. A oração é a vida do coração novo. Deve animar-nos a todo o momento. Mas acontece que nos esquecemos d'Aquele que é a nossa vida e o nosso tudo. É por isso que os Padres espirituais, na sequência do Deuteronomio e dos profetas, insistem na oração como «lembrança de Deus», frequente despertador da «memória do coração». «Devemos lembrar-nos de Deus com mais frequência do que respiramos» (São Gregório de Nazanzio). Mas não se pode orar «em todo o tempo», se não se orar em certos momentos, voluntariamente: são os tempos fortes da oração cristã, em intensidade e duração.

2698. A Tradição da Igreja propõe aos fiéis ritmos de oração destinados a alimentar a oração contínua. Alguns são quotidianos: a oração da manhã e da noite, antes e depois das refeições, a Liturgia das Horas. O Domingo, centrado na Eucaristia, é santificado principalmente pela oração. O ciclo do ano litúrgico e as suas grandes festas constituem os ritmos fundamentais da vida de oração dos cristãos.

2699. O Senhor conduz cada pessoa pelos caminhos e da maneira que Lhe apraz. Por seu turno, cada fiel responde-Lhe conforme a determinação do seu coração e as expressões pessoais da sua oração. No entanto, a tradição cristã conservou três expressões principais da vida de oração: a oração vocal, a meditação e a contemplação. Têm um traço fundamental comum: o recolhimento do coração. Esta atenção em guardar a Palavra e permanecer na presença de Deus faz destas três expressões tempos fortes da vida de oração.