

Apresentação

Esta poderosa ferramenta irá mudar completamente sua vida de oração. Mas para se ter uma vida de oração fecunda e eficaz, é sumamente necessário a constância e perseverança. Faça o propósito de voltar aqui frequentemente para que sua fé, esperança e caridade aumente cada vez mais.

Antes de iniciarmos, devemos entender a importância da oração.

ELA É MEIO DE SALVAÇÃO

É pela oração que iremos alcançar as graças que nos são necessárias para não somente a salvação, mas a santificação. Santo Afonso dizia: "Quem reza se salva, quem não reza, certamente se condena". Essas palavras do santo podem parecer um tanto duras e radicais, mas vemos a sua coerência quando compreendemos que é pela oração que DEUS vai moldando a nossa débil vontade à suprema e soberana Vontade dEle.

ELA É ARMA

Pela oração combatemos contra os três inimigos da alma: o mundo, a tríplice concupiscência (concupiscência da carne, a concupiscência dos olhos e a soberba da vida) e o demônio.

Para as almas iniciantes, são dois os graus de oração: vocal e mental.

A ORAÇÃO VOCAL

Esse tipo de oração é caracterizada pela verbalização de palavras. A sublime oração vocal é o Pai-Nosso. No entanto, Santa Teresa de Ávila deixa bem claro, no seu livro Caminho de Perfeição que é impossível separar a Oração Vocal da Oração Mental, visto que para rezarmos vocalmente devemos em nosso intelecto meditar no que está sendo dito.

A ORAÇÃO MENTAL

Também conhecida como Meditação, a Oração Mental, é a contemplação de um Mistério ou Verdade de Fé, através dos atos de fé, esperança e caridade, visando a iluminação da inteligência, ou seja, que o próprio DEUS se revele. Para ficar mais claro, a meditação dirigida vai ajudar. Essa ajuda que estamos disponibilizando é apenas uma ferramenta para que aos poucos você vá se familiarizando com o método até que você consiga caminhar com suas próprias pernas.

Antes e depois da oração

Muitos reclamam de distração na oração e isso acontece com a maior parte das pessoas por culpa delas mesmas. A alta frequência com que consumimos tantas informações nas telas de dispositivos é a principal causa da tanta dissipação. Devemos procurar educar a nossa vontade utilizando esses meios ao nosso favor e não para que eles nos escravizem. Para alguns, ficar em silêncio é torturante, mas a doce recordação dos mistérios meditados na Oração Mental, vai nos ajudando a manter-nos em comunhão com o Senhor ao longo do dia e isso será para nós auxílio na prática das virtudes e principalmente do propósito que fizemos ao final da oração.

A Equipe do Pocket Terço está constantemente engajada na salvação das almas, e acreditamos que com esta Meditação Dirigida você encontrará um caminho mais rápido para sua salvação e santificação.

Sinal da Cruz

Pelo sinal da Santa Cruz, livrai-nos, Deus, Nosso Senhor, dos nossos inimigos.

Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amém.

Invocação ao Espírito Santo

Vinde Espírito Santo, enchei os corações dos vossos fiéis e acendei neles o fogo do vosso amor. Enviai o vosso Espírito e tudo será criado. E renovareis a face da terra.

OREMOS: Ó Deus, que instruístes os corações dos vossos fiéis com a luz do Espírito Santo, fazei que apreciemos retamente todas as coisas segundo o mesmo Espírito e gozemos sempre da sua consolação. Por Cristo, Senhor Nosso.

Amém.

Encontra-se consigo

Silencie-se e procure perceber o que está te agitando:

- Algum barulho?

- Algum problema?

Não fuja deles, mas os entregue confiantemente ao Senhor na certeza de que em Sua bondade está cuidando de tudo.

"Senhor, o fato de tudo isso me incomodar só evidencia a minha infinita miséria, porque quero dar conta de tudo, quero estar sempre no controle e não sei me abandonar, me entregar confiantemente como uma criança nos Vossos braços de Pai. À Vossa Divina Misericórdia recorro diante das minhas misérias."

Não tenha pressa. Entregue tudo agora.

(tempo para sua oração de entrega)

Quando conseguir silenciar-se e entregar a Deus suas preocupações, siga para o próximo passo.

Ato de Fé

Agora é hora de encontrar-se com Deus. Coloque-se na presença dEle, que é tão real quanto a sua.

"Meu Senhor e meu DEUS, creio firmemente que estás aqui diante de mim, que me vês e que me ouves."

Novamente, não tenha pressa. Feche seus olhos e visualize Ele diante de ti, aguardando para ter este diálogo. Imagine Nosso Senhor como na imagem do Sagrado Coração, de braços abertos dizendo: "Vinde a mim vós todos... vinde a mim!"

(tempo para sua construção da imagem de Deus)

Quando estiver pronto, siga para o próximo passo.

Ato de Humildade

Reconheça agora sua pequenez diante de toda a grandeza de Deus. Como o seu Criador generoso, quem te deu tudo de graça: sua vida, suas mãos, seus olhos, sua voz... e que tão ingratamente você usa para ofendê-LO com seus pecados. Se humilhe diante de Deus.

"Adoro-Te com profunda reverência. Peço-Te perdão dos meus pecados. Nesta hora deveria eu estar no inferno por causa deles; de todo o coração arrependo de Vos ter ofendido, ó Bondade infinita."

Não se apresse. Humilhe-se diante da Infinita Grandeza de Deus, criador do céu e da terra.

(tempo para sua oração de humilhação diante de Deus)

Quando estiver pronto, siga para o próximo passo.

Ato de Petição das Luzes

Agora peça a Deus as graças necessárias para este momento de oração.

"Peço-Vos também, Senhor, a graça para fazer com fruto este tempo de oração. Minha Mãe Imaculada, São José, meu Pai e Senhor, meu Santo Anjo da Guarda, intercedei por mim."

Reze uma Ave Maria à Santíssima Virgem, a fim de que nos obtenha esta luz: Ave-Maria...

Na mesma intenção, ofereça um Glória ao Pai a São José, ao Anjo da Guarda e ao nosso Santo Protetor: Glória ao Pai...

Quando finalizar, siga para o próximo passo.

Meditação

Chegou o momento de fazer uma Leitura Orante. Escolha um trecho de algum livro ou a própria Sagrada Escritura e leia calmamente, com muita atenção e parando nos trechos que lhe forem mais marcantes.

Sugestões de leitura:

- Imitação de Cristo;
- Filotéia;
- Algum livro de um Santo;
- Bíblia Sagrada.

Não tenha pressa. Para uma boa Leitura Orante não é necessário terminar todo o trecho selecionado. O objetivo não é estudar, e sim saborear o que não está explícito no texto, mas que através dele Deus irá te falar.

Não fique somente lendo. Lembre-se que o objetivo é rezar amando.

(tempo da sua meditação: escolha sua leitura ou passe para a próxima página onde trazemos um texto que muda diariamente)

Neste momento o Coração de Nosso Senhor está completamente voltado aos seus apelos. Faça sinceros atos de amor, humildade, arrependimento, agradecimento. Se lhe falta palavras, diga repetidamente o quanto você deseja crescer no amor a Ele. Peça insistentemente a graça de fazer em tudo a Divina Vontade do Senhor.

Texto para Meditação

A Esmola

(Venerável Padre André Beltrami)

CAPÍTULO VII

BELA DOUTRINA DO LIVRO DE TOBIAS

O livro de Tobias é o livro da esmola. Deus não se contentou de inculcar essa virtude em todas as obras do Antigo e Novo Testamento; quis inspirar um tratado especial, que explicasse a beleza, a eficácia e os frutos salutareis da caridade para com os pobres, propondo um exemplo luminoso de pessoa esmolar no santo velho Tobias.

Nasceu Tobias na cidade de Cades de Neftali, no reino de Israel; e desde menino observou a lei de Moisés, agindo com critério superior à sua idade. Corriam, então, dias tristes para a religião; e enquanto todos adornavam os vitelos de ouro levantados pelo ímpio Jeroboão, ele soube conservar-se puro da idolatria, indo a Jerusalém. para adorar a Deus no templo, oferecendo as suas primícias e os seus dízimos. Mas a virtude que nele brilhou e o distinguiu foi a caridade para com os pobres, aos quais dava o supérfluo. Levado prisioneiro para Nínive, com os de sua tribo, por Salmanasar, rei dos Assírios, redobrou a esmola para com seus irmãos que gemiam na escravidão. Deus fez que ele caísse nas graças do monarca, o qual o elevou ao cargo honorífico de Provedor régio. Tobias serviu-se da liberdade e da influência que tinha na corte para auxiliar os seus concidadãos, visitando-os e dando-lhes auxílio material e espiritual.

Vieram, porém, os dias de prova. Morto Salmanasar, sucedeu-lhe no trono o filho Senaqueribe, o qual se mostrou cruel para com os hebreus, fazendo matar a muitos, máxime depois que perdeu seu numeroso exército, ao pé das muralhas de Jerusalém, por obra do Anjo exterminador. Tobias ia à procura de cadáveres para sepultar, de nus para vestir, de famintos para desalutar, de aflitos para consolar, multiplicando-se a si mesmo para fazer frente a tantas necessidades. Disso teve conhecimento o bárbaro imperador, que o condenou à morte e à confiscação dos seus bens. Tobias teve tempo de fugir e de se homiziar, até que o monarca foi morto por seus próprios filhos; foi quando readquiriu os bens e o primitivo cargo.

Deus, porém, o reserva a outras provas dolorosas para o purificar. O santo continuava a sepultar os seus irmãos mortos, deixando, às vezes, a refeição para fazer aquela obra de caridade.

Cansado, um dia, deitou-se à sombra de um muro, onde as andorinhas nidificavam, e ali adormeceu; durante o sono caiu-lhe nos olhos um pouco de cisco do ninho daquelas avezinhas, e ficou cego. Naquela desventura ele manifestou heroica paciência e inteira resignação à vontade de Deus semelhantes à de santo Jó, às imprecações dos parentes e amigos pela sua caridade, ele opôs a esperança da vida futura. A estulta mulher chegou até a exprobar-lhe as esmolas, dizendo: «Claro está que se desfez em fumaça a tua esperança e agora se vê o fruto das tuas esmolas». Então, Tobias, vendo que os homens o afligiam tanto, lançou-se nos braços da bondade divina; e pediu-lhe que o tirasse do mundo. Supondo que Deus se dignara escutar a sua prece, chamou o filho à sua cabeceira e deu-lhe as derradeiras lembranças, que são o compêndio da mais santa e perfeita moral. Entre outras coisas recomenda-lhe insistentemente a sua virtude predileta, a esmola.

«Faze esmola dos teus bens e não voltes o teu rosto a nenhum pobre, porque desta sorte sucederá que também não se afaste de ti a face do Senhor. Da maneira que puderes, sê caritativo. Se tiveres muito, dá muito; se tiveres pouco, procura dar de boamente também esse pouco; porque assim entesouras uma grande recompensa para o dia da necessidade; porque a esmola livra de todo o pecado e da morte; e não deixará cair a alma nas trevas. A esmola servirá uma grande confiança diante do sumo Deus, para todos os que a fazem». (Cap. IV).

Parece que se não possa fazer maior elogio da esmola. Depois de ter-lhe dado estes e outros santos conselhos, manda-o cobrar uma quantia emprestada ao primo Gabel, na cidade Rages. Enquanto o filho procura um companheiro de viagem, Deus, como prêmio da caridade daquela santa família, envia o Arcanjo Rafael, em forma humana, para o acompanhar. É sabido tudo o quanto aconteceu no caminho e o que fez o guia celeste. Às margens do Tibre, fá-lo tomar um enorme peixe para conservar algumas partes dele, dá-lhe por esposa a prima Sara, filha de Raquel; faz que receba o

Pedido de Dons

Neste passo, peça os dons que mais precisa: o amor verdadeiro a Ele, a sua conversão, uma fé viva, um verdadeiro ódio ao pecado, a pequenez dos grandes santos, a pureza dos mártires, a perseverança, a fidelidade, as virtudes da paciência, da ordem, castidade...

Como você está diante dEle, aproveite para ser como uma criança que nada no mundo lhe preocupa ou tem importância, ao menos por um breve momento. Faça sua breve oração pedindo a Deus apenas dons espirituais, em especial a salvação de sua alma.

(tempo para sua oração)

Depois de pedir as graças para sua alma, siga para o próximo passo.

Propósito

Depois de pedir, faça um propósito particular de evitar alguma falha mais frequente, como por exemplo, a murmuração ou a falta de paciência. Somos imperfeitos e cheios de vícios, então veja aquele que é mais difícil de corrigir ou superar e faça um propósito diante dEle.

(tempo para formular seu propósito)

Quando fizer seu propósito, siga para o próximo passo.

Agradecimento e Súplica

Agradeça a Ele por sua família e amigos. Peça a Ele pelos sacerdotes, pelas almas do purgatório e pelos pobres pecadores.

(oração espontânea)

Depois reze: Pai-Nosso... Ave-Maria...

Finalize pedindo o auxílio para realizar o seu propósito:

"Senhor, eu Vos agradeço as luzes e os afetos que me destes nesta meditação e Vos peço perdão das faltas nela cometidas. Eu Vos ofereço as resoluções que com a vossa graça acabo de tomar, e resolvido estou a executá-las, custe o que custar. Pelos merecimentos de Jesus Cristo e pela intercessão de Maria Santíssima, dai-me a força de por fielmente em prática as resoluções que tomei."

Encerre com o Sinal da Cruz.

Conteúdo extraído do site do aplicativo Pocket Terço <https://pocketterco.com.br/terco/meditacao-dirigida-todo-dia-uma-nova-meditacao>.

Baixe o [Pocket Terço em seu celular](#) e leve este conteúdo em seu bolso.