

An hourglass with a fire in the bottom bulb. The hourglass is made of a golden material and has a dark, shadowed top bulb and a clear bottom bulb containing a bright orange and yellow flame. The text is overlaid on the hourglass.

Tempo Kairós
Ministério Apostólico

**Nove passos para
avancarmos na oração.**



Nessa última apostila sobre oração estaremos compartilhando nove passos básicos para ajudá-los a tornar a vida de oração mais significativa.

1º Passo: Arranje tempo

Quanto tempo por dia você passa em oração? Por que oramos tão pouco? Não é que não queiramos orar, mas talvez seja porque o nosso tempo com Deus esteja sempre comprimido entre todas as outras atividades. Procuramos apenas encaixá-lo numa vaga do nosso programa em lugar de o acertarmos primeiro com Ele. São tantas as atividades serviço, crianças para cuidar, estudos, trabalhos da Igreja etc. que realmente, não sobre tempo algum para orar. E é este o problema: estamos procurando “sobras” de tempo para dar ao Senhor. Na verdade perguntamos a nós mesmos: “Qual o mínimo que posso separar para minha vida de oração?” Quando, ao contrário, deveríamos dizer: “Qual o máximo que posso dar a Deus em oração? De certa forma, estamos com a nossa escala de valores completamente invertida. Não é verdade que sempre conseguimos tempo para fazer tudo aquilo que, no fundo, nos interessa? Arrumamos tempo para praticar esporte, para comer, para dormir, para ver televisão, etc. Faça um teste com você mesmo. Marque no relógio e anote quanto tempo você gasta em frente de uma televisão. Mesmo que você seja daquelas pessoas que dizem: “Não vejo televisão”, eu o desafio a marcar, durante uma semana, o tempo que você realmente gasta diante dela. Mesmo que você só veja os noticiários meia hora por dia, terá gasto três horas e meia por semana. Será que você passou três hora e meia sozinho com Deus nessa mesma semana? Temos que aprender que um dos grandes pecados que cometemos contra nós mesmos e contra aqueles que nos rodeiam é o pecado de não orar.

Todos nós sabemos que devemos orar, entretanto poucos o fazem. A Bíblia nos diz: *“Portanto, aquele que sabe que deve fazer o bem e não o faz, nisso está pecando”* (Tg. 4:17). Uma vida cristã sem oração está privada de todo o poder que Deus nos quer dar. Nossa vida sem oração é um dos pecados que impedem o mundo de conhecer a Jesus! É o pecado que nos impede de conhecê-lo! Você pode perguntar: “O que posso fazer para que a oração seja parte integrante de minha vida?” Peça a Deus que crie dentro de você fome e sede de estar com Ele, e o Senhor a atenderá. *“Bem-aventurados os que têm fome e sede de justiça, porque serão fatos”* (Mt. 5:6). Esta é uma promessa de Deus e, com segurança podemos pedir o cumprimento dela em nossas vidas.

Precisamos lembrar que a vida cristã é uma vida de disciplina e obediência. Mas, parece, que a palavra disciplina está desaparecendo depressa de nosso vocabulário e também da vida cristã. Jesus disse: *“Se alguém quer vir após mim, a si mesmo se negue, dia a dia tome a sua cruz e siga-me”* (Lc. 9:23). Será que realmente saberemos o que é disciplina se não negarmos a nós mesmos? A disciplina espiritual é a chave da vida cristã. É a única chave que realmente abre a porta para uma vida abundante e feliz em Cristo.

2º Passo: Um lugar sossegado

O segundo degrau na escada da oração é *encontre um lugar sossegado*. Para Jesus era tão importante um lugar adequado para a oração, que Ele recomendou: *“Tu, porém, quando orares, entra no teu quarto, e, fechada a porta, orarás a teu Pai que está em secreto; e teu Pai que vê em secreto, te recompensará”* (Mt. 6:6). Então, o que fazer? Encontrar um lugar calmo, e, como sugestão, com bastante sol, confortável e repousante. Quando você encontrar esse lugar, relaxe e descanse alguns momentos. Lembre-se que Jesus está ali com você, Ele o ama e deseja ficar ao seu lado. Ele o aceita como você é e se interessa por todos os pequenos detalhes de sua vida. Sinta Jesus ao seu lado.

Vamos sugerir três coisas que podem ajudar sua hora de oração. Primeiro: se for possível, ajoelhe-se para orar. Sabemos que a posição não é importante para Deus, mas, para sua hora de adoração e intercessão experimente ajoelhar. É um sinal externo de respeito a Deus. Se não puder ajoelhar sente-se direita em uma cadeira; isto a manterá em posição de sentido. De modo nenhum faça “oração de travesseiro” à noite. Segundo: ore em voz alta. Num tom de voz audível. Isto ajudará a manter a mente naquilo no que se estiver falando. Se você não estiver acostumada a fazer suas orações em voz alta, estranhará a princípio, mas depois de algumas semanas se acostumará. Terceiro, escreva num papel todos os pedidos. Um caderno de anotações ficará mais fácil orar especificamente para cada coisa. É também importante que os pedidos sejam definidos. Não faça pedidos generalizados como: “Ó Deus, cuida de minha família; Ó Deus, abençoa meus amigos”. Orações com pedidos gerais só podem receber respostas gerais também.

Saiba sobre o que está orando. Quando você faz uma oração específica, sabe também que tipo de resposta espera receber.

Um dos mais importantes benefícios de se ter uma caderneta de orações é que ela lhe ensinará a ser agradecido. Você começa a anotar as respostas recebidas, e verá como, num instante, Deus atendeu. É tão fácil esquecer-se das respostas! Pois não é o que você pensa muitas vezes: “Parece que Deus nunca responde minhas orações”? Quando se sentir assim, pegue sua caderneta e releia as respostas recebidas de Deus. Sua fé será revigorada e você louvará a Deus, pois Ele é realmente um Deus que gosta de responder às orações.

3º Passo: Oração de proteção

O terceiro degrau na escada da oração é: *Faça uma oração de proteção, para que a preocupação com os afazeres do dia não perturbe enquanto estiver orando.* Se o diabo não teve sucesso tentando-o a deixar para orar “amanhã”, passa a usar o “Plano B”, que é fazer todo o possível para distraí-la durante a oração. Não é verdade que é só você se ajoelhar e o telefone toca ou alguém bate à porta? Isso é o diabo que está trabalhando; na realidade ele nunca trabalha tanto quando vê você se aprontando para orar. Foi por isso que Jesus disse: “Vigiai e Orai”. Vigiar o quê? As atividades do diabo na nossa hora de oração, protegendo-nos com um escudo. Só assim poderemos anular as setas inflamadas de distrações que ele nos lança. Antes de começar a sua oração, peça a Deus, por uns momentos, que o envolva no Seu círculo de proteção. Fique a sós com Deus, resolva, de livre e espontânea vontade, deixar fora todas as preocupações e trabalhos do dia e esvazie a sua mente de qualquer irritação e distração, e, vagarosamente inspire o amor e a paz de Deus. Agradeça a Deus por estar agindo em sua vida; por deixá-lo calmo e despreocupado em Sua presença.

Quando Seu círculo de proteção a rodear você será capaz de relaxar, de entregar-se à direção e instrução do Espírito Santo. Aqui deve começar sua oração, com sinceridade e submissão ao Senhor. *“Em todas as orações o Deus Triúno está presente – o Pai que ouve; o Filho em nome de quem oramos; e, o Espírito Santo que ora por nós e em nós. Como é importante que tenhamos afinidade com o Espírito Santo e compreendamos Seu trabalho”* (Andrew Murray. *The Prayer Life*. Moody Press, pág. 53). Quando nos envolvemos com o círculo da proteção de Deus, tiramos os olhos de nós mesmos e os focalizamos em Jesus. Nosso alvo na oração é ver unicamente a Jesus; sentir Sua presença ao nosso lado. Só assim poderemos dizer com o coração cheio de alegria: “Pai, meu Pai” (Rm. 8:15).

4º Passo: Meditação e Adoração

Como cristãos, vivendo em um mundo tão ativo, perdemos o hábito da meditação e adoração. Achamos que é perder tempo sentar em silêncio para apenas meditar sobre a grandeza de Deus. Devíamos aproveitar para estar falando com Ele. É raro termos ideia de ficar em silêncio e adorar a Deus, e se por acaso isso acontece, não sabemos realmente como agir. Devemos meditar na Palavra de Deus, esse é um bom começo. *“Meditarei nos teus preceitos, e às tuas veredas terei respeito”* (Sl.119:15). Leia também: Sl. 1:1,2; 77;12; 143:5; Js. 1:8). Próximo passo é a adoração. Mas se você também tem dificuldade de expressar adoração ao Senhor abra no livro de Salmos e escolha aqueles que contêm louvor e adoração. Davi sabia muito bem o que é adorar a Deus.

Quando você se ajoelhar em oração, passe alguns minutos meditando silenciosamente e adorando a Deus. Enquanto permanecer quieto na Sua presença sentirá o Espírito Santo começando a operar docemente no seu coração. Ele o encherá com uma sensação de paz, força e reverência. O amor de Deus aquecerá seu coração possibilitando comunhão de pensamento e de desejos com Ele em completa confiança. É claro que há horas de lágrimas e dor, pois vivemos em um mundo perdido e sofrido. Daí a importância de se passar algum tempo com Deus em oração e adoração. Com isso um firme alicerce vai sendo construído em nossas vidas e quando tivermos que enfrentar um período sombrio, sairemos vitoriosos, porque nossa fé está firmada em Jesus Cristo.

5º Passo: Ouça interiormente

Depois de haver adorado ao Senhor com meditação e louvor, passe alguns momentos ouvindo o que Deus tem para lhe dizer. Muitos de nós transformamos nossas orações num verdadeiro discurso a Deus; há muito pouco diálogo entre nós e afinal, só nós falamos. Já foi dito que para cada alma que diz: “Fala, Senhor, que teu servo ouve”, há dez dizendo: “Ouve, senhor, que teu servo fala”. Podemos afirmar que já não sabemos mais ouvir hoje em dia. Ouvir é dar-se a outra pessoa. É este o primeiro sinal da amabilidade e cortesia de um cristão. Jesus passou grande parte de seu ministério ouvindo as pessoas: ouviu a história de Maria Madalena; ouviu a súplica do leproso; ouviu a Nicodemos; ouviu o ladrão na cruz etc.

Como é que ficamos conhecendo uma pessoa, não é ouvindo-a falar? Se você quer conhece a Deus, então deve separar tempo para escutar o que Ele tem para dizer-lhe. Mas, como posso ouvir a Deus? Você quer dizer que de repente eu vou ouvir a voz dEle no meio

do quarto? Provavelmente não é assim que acontecerá, mas com certeza Ele se comunicará com você. Ele fala através dos pensamentos ou através de uma convicção. Ele fala também pela Sua Palavra, a Bíblia.

Três coisas acontecem quando procuramos ouvir a Deus. Primeira: Quando você pede que Ele lhe fale, geralmente vem à sua mente alguém que precisa de uma oração especial. Pode ser alguém distante, ou uma pessoa por quem você prometeu orar e esqueceu-se. A Segunda coisa que acontece enquanto você espera que Ele lhe fale é: Deus dará inspiração para saber o que e por quem orar – Direção Divina. Quando você se defrontar com uma decisão difícil precisa pedir que Deus o ensine a orar. Ele quer mostrar Sua vontade. Muitas vezes pensamos que Deus está brincando conosco, parece que Ele quer tornar o mais difícil possível reconhecer Sua vontade. Ouça, Deus é um Deus de amor. Ele está muito mais desejoso de nos mostrar Sua vontade do que podemos supor. A terceira coisa que acontece quando permanecemos quietos a Seus pés, para ouvi-LO é: Ele fará com que venham à mente nossas faltas ou pecados; os lugares onde o negamos durante as últimas vinte e quatro horas. Deus, muito gentil, mas firmemente, percorre o dia que passou e nos mostra onde falhamos. Precisamos, então, falar-lhe da nossa tristeza, o que nos leva ao degrau n.º 6 da oração: a confissão.

6º Passo: Confissão

Este é o sexto degrau: a confissão. Significa ir à fonte do sangue de Jesus Cristo para que nossos pecados sejam lavados. É ser limpo e perdoado. É ser revestido com as vestes imaculadas de Sua justiça. I João 1:9 diz: *“Se confessarmos os nosso pecados, Ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados e nos purificar de toda a injustiça”*. Há ocasiões em que a confissão deve ser feita antes da oração de adoração e meditação. Esses nove passos não devem ser seguidos como regras rígidas dentro de uma ordem exata, pensando-se que se não for assim Deus não ouvirá as orações. São apenas sugestões que podem ajudar sua vida de oração tornando-a mais eficaz. Entretanto, de qualquer modo que você os use, a confissão deve ser uma parte de suas preces diárias. Quando, em sua oração, você chegar à parte da confissão, pare por uns instantes e peça que o Espírito Santo o ilumine. Faça com que a oração de Davi seja também sua: *“Sonda-me ó Deus, e conhece o meu coração; prova-me, e conhece os meus pensamentos; e vê se há em mim algum caminho mau, e guia-me pelo caminho eterno”* (Sl. 139:23,24). O pecado nos cega para a verdade da Palavra de Deus. E ela nos diz que o salário do pecado é a morte (Rm. 6:23). Este versículo é endereçado aos

cristãos, e não a pagãos como constantemente o citamos. Não se engane sobre isso; como cristãos, colhemos exatamente aquilo que plantamos. *“Não vos enganeis: semear, isso também ceifarão”* (Gl. 6:7). Se plantarmos pecado e destruição em nossas vidas, isso é exatamente o que vamos colher.

Três coisas maravilhosas acontecem quando confessamos os pecados. Primeira: *Jesus perdoa nossos pecados*. Você crê realmente nisso? Você vive, desde agora, sentindo a alegria de estar completamente perdoado? Você sabe o que significa perdoar-se? Nada é mais difícil do que perdoar-nos a nós mesmos, embora saibamos intimamente que isso tem de ser feito. O remorso é um pecado que destrói a parte vital da alma e sabemos bem quanto vale uma alma para Deus. Segunda: *Conforto e Segurança*. Quando confessamos nosso pecados, Jesus nos conforta e dá a certeza de Seu grande amor. Sempre que você fala de sua tristeza por haver pecado, Ele o abraça com ternura dizendo: “Eu sei”- e lhe perdoa. Terceira: *Encorajamento*. Ele nos encoraja com palavras. Lembra-se daquela mulher que foi apanhada em adultério? Depois que todos os acusadores a deixaram, Jesus se virou para ela com amor e compreensão e disse: “Vai, e não peques mais”. Vai é uma palavra de ação. É como se Ele estivesse dizendo: “Muito bem, você errou, mas está arrependida, Eu lhe perdôo. Eu a amo, agora continue a sua vida, não se entregue mais ao pecado. Tudo está acabado, perdoado e esquecido. Tenho muito para sua vida – continue vivendo! Vá!” Muitas pessoas perdem tudo o que Deus planejou para suas vidas porque permanecem rastejando na miséria do pecado que Jesus há muito tempo perdoou. Só Ele pode transformar o perdão em uma bela recordação.

7º Passo: Orar com fé

Fé é crer antes de receber. É através dela que recebemos Jesus em nossas vidas; que Deus nos dá a vida eterna; que esperamos estar com Ele no céu. Jesus é a fonte e o fundamento da nossa fé. *“De fato sem fé impossível agradar a Deus, porquanto é necessário que aquele que se aproxima de Deus creia que Ele existe e que se torna galardoador dos que o buscam”* (Hb. 11:6). Não há outro caminho que leve a Deus, nem se pode crer e que Ele existe, a não pela fé. Em Hebreus 11:1 temos a melhor definição de fé: *“Ora, a fé é a certeza de coisas que se esperam, a convicção de fatos que se não vêem”*. O sétimo degrau da escada da oração é: *Ore com fé confiante*. Você precisa aprender a orar com fé confiante. Jesus insistiu nisso muitas e muitas vezes. No momento que deixamos de crer no poder da oração o diabo penetra e enche nossa vida de dúvidas, preocupações e medo. Esses são

alguns dos modos mais eficientes de enfraquecer os filhos de Deus. Você deve dizer sempre: “Senhor, eu creio; ajuda minha incredulidade”. Ele o atenderá.

Vamos agora rapidamente mencionar três tipos de respostas que Deus dá: “Sim”, “Espere” e “Não”. A primeira é o “Sim” de Deus. Ele diz que ouviu nossas orações e está pronto para dar a resposta. Em Isaías 65:24, lemos: “E será que antes que clamem, eu responderei; estando eles ainda falando, Eu os ouvirei”. O segundo modo que Deus usa para responder é: “Espere”. É a resposta mais difícil de aceitar. Podemos mesmo aceitar um “Não”, mas quando Ele manda esperar, então nossa fé é testada ao máximo. O diabo geralmente usa o “espere” de Deus para enfraquecer a fé e encher de desesperança. Mas quando a fé está firmada em Deus e nas Suas promessas posso aceitar “Espere”. Habacuque 2:3b diz: “Se tardar, espera-o, porque certamente vem, não tardará”. Haverá ocasiões no “espere” de Deus que você se sentirá tentada a pensar que não está orando de acordo com a Sua vontade, mas se você Lhe pediu que mostrasse por quem e como devia orar, então não deixa que o “espere” abale a sua fé. Continue orando por aquela pessoa todos os dias, agradecendo a Deus, porque Seu poder está operando em suas vidas. O terceiro modo como Deus responde às orações é “Não”. Deus sempre diz *não* com amor. Só Ele sabe o que é melhor para nós. Aprenda a aceitar o *não* de Deus em sua vida, confiando que Ele tem algo melhor para você. Quando aprendemos a orar com fé, descobrimos uma nova dimensão em nossa vida. Nasce uma nova canção no coração e as janelas sujas da dúvida e da descrença são lavadas até ficarem completamente limpas.

8º Passo: Oração “Eu vejo”

O oitavo degrau na escada da oração é: *Imagine a oração como se já tivesse sido respondida*. Use a imaginação criativa que Deus lhe deu. Construa, em detalhes, a imagem da oração respondida. Jesus disse em Marcos 11:24: “Por isso vos digo que tudo quanto em oração pedirdes, crede que recebestes, e será assim convosco”. Leia outra vez essa passagem pensando no que lê! Isso vai revolucionar toda a sua vida de oração, foi Jesus quem disse isso! O problema é que quando lemos as promessas maravilhosas que Jesus fez sobre a oração, tentamos racionalizar. Pensamos que devemos modificar essas promessas para encaixá-las na nossa capacidade finita de entender as coisas. Nós assumimos uma atitude intelectual, limpamos a garganta e dizemos: “Bem, veja você, o que Ele *realmente* quis dizer...”. Jesus é o mesmo hoje e sempre o será. Você crê nisso? Se crê, então deve também acreditar quando Ele diz: “*Por isso vos digo que tudo quanto em*

oração pedirdes, crede que recebestes, e será assim convosco” (Mc. 11:24). Jesus nos manda fazer três coisas: (1) devemos orar; (2) devemos pedir; (3) devemos crer que fomos atendidos.

Agora vamos mencionar três coisas muito importantes. A primeira é: se você vai fazer orações “Eu vejo” eficazes, deve pedir de acordo com a vontade de Deus. Não há outro modo. Precisamos antes de tudo pedir que Ele nos mostre como orar, ouvir Sua resposta e então aceitar Sua vontade. A oração de direção e a oração de fé são separadas. Antes de orar por alguém precisamos dizer: “senhor, mostra-me como orar nesta situação”, e não continue até que saiba a resposta. A Segunda: nunca use a palavra “se” em sua oração de fé. “Se” é uma palavra negativa que sempre traz resultados negativos. Ela enfraquece completamente nossa oração de fé, pois exprime dúvidas e incertezas. A terceira coisa é que quando oramos e imaginamos a resposta dessa oração, não estamos dizendo a deus como Ele deve agir. Não podemos dar a Ele um plano assim: “Agora, Senhor, este é o meu pedido e aqui está como quero que o entendas”. Deixemos o *como* inteiramente na dependência do seu amor e sabedoria. Ele pode Ter diversas maneiras de responder.

9º Passo: Gratidão

Quando se faz a oração de fé, sempre se pára e se agradece a Deus por Seu poder estar agindo na vida daquela pessoa ou na nossa. Desse modo a oração de fé está ligada à de gratidão. Este é um modelo que deve ser seguido na oração de fé:

- Peça orientação para saber como orar.
- Faça seu pedido.
- Imagine a resposta da oração
- Agradeça a Deus por estar Ele agindo para dar a resposta certa.

Mas devemos terminar nossa oração com uma parte especial de agradecimento, pois aprenderemos a ter um coração agradecido. Como resultado, sentiremos o gozo do Senhor invadindo nossas vidas e a dos que estão ao nosso redor. Agradeça, sem pressa, Seu grande amor por você; o dom da salvação e da vida eterna; a Sua presença contínua



em sua vida; pela Bíblia e todas as coisas que Ele tem ensinado através dela; pelo grande privilégio de orar; pelos familiares; pelo lar, pela cama, pela comida etc.

Ao terminar sua oração de gratidão, você se levantará com um sentimento de otimismo no coração; sentirá um espírito de alegre expectativa para com todas as coisas que Deus planejou para sua vida. Por último todas as orações devem ser em nome de Jesus. Somente no Seu amado nome é que devemos orar e receber a resposta.

BIBLIOGRAFIA

- Apostila: Procuram-se Sacerdotes
- Chamado a Orar. Wim Malgo. Obra Missionária Chamada da Meia-Noite.
- Jesus, Ensina-nos a Orar!. Hope MacDonald. Editora Mundo Cristão.
- O Poder da Intercessão. Valnice Milhomens. Palavra da Fé Produções.
- Tipos de Oração. Valnice Milhomens.
- Apostila: Oração intercessória- SEMEADOR - Comunidade Cristã Jesus Para o Mundo.

Apostila transcrita de bibliografias citadas acima pelo Ap. João Campos.