



REDE DE CASAIS - 3º ENSINO DO MÊS AGOSTO DE 2025

PARA REZAR: PRECISAMOS PRIORIZAR NOSSO TEMPO PARA DEUS

Vivemos imersos em agendas lotadas, notificações constantes e responsabilidades que nos absorvem. Quero lhe fazer refletir um pouco... Quanto tempo do seu dia você ocupa com seu trabalho, trabalhos domésticos, para internet, rede sociais, cuidar da sua saúde ou da beleza, você faz academia? Quanto você dedica as pessoas que você ama? E agora, a mais importante de todas. Quanto tempo do seu dia você oferece a Deus?

No meio de toda a rotina agitada, é preciso separar um tempo exclusivo para estar com Deus na sua oração, não podemos rezar apenas quando temos vontade, determine um tempo e seja fiel, na sua oração, vai aumentando aos poucos este tempo. Como dizia Santa Teresa de Jesus: "Quem não tem tempo para rezar, não tem tempo para viver".

Na palavra de Deus 1 Tessalonicenses 5:17: diz "Orai sem cessar". Temos que aproveitar nos nossos intervalos de tempos durante o nosso dia, para rezar como sala de espera em um consultório médico, fila do restaurante e supermercado, oportunidades para silêncio interior, ler um livro, ouvir uma palestra, rezar o terço enquanto dirige ou faz caminhada, antes de tomar uma decisão importante reze uma ejaculatória. Existem muitas ejaculatórias, que são orações curtas, mas fervorosas. Tais como: "Jesus, manso e humilde de coração, ensina-nos a ser como Tu" ou "Sagrado Coração de Jesus, eu confio em Ti". Pode até adicioná-las como papel de parede no seu celular. Desta forma, cada vez que você o acender, verá a ejaculatória e poderá elevá-lo ao Senhor, durante uma pausa para um café, faça uma breve oração, ao lavar louças ou dobrar roupas, faça-o com amor e ore por aqueles que usam esses objetos, antes de dormir: faça um exame de consciência e agradeça o dia vivido, peça perdão pelos erros. Faça de cada gesto uma oração. Como dizia São Bento: "Ora et labora". O trabalho, quando oferecido com amor, é oração.

Organizado por: Zelia Amorim – membro de compromissos permanentes da Com. Católica Boa Nova

Referência: Site Canção Nova/Formação Casais e Aleteia.

Para Partilhar: Quanto do seu tempo você prioriza a Deus? Como está o seu tempo para rezar? Já parou para pensar nisso?

