

## LIÇÃO 5: Uma Vida de Oração

*“Peçam, e será dado; busquem, e encontrarão; batam, e a porta será aberta. Pois todo o que pede recebe; o que busca encontra; e àquele que bate, a porta será aberta” – Mateus 7:7-8.*

*“E tudo o que pedirem em oração, se crerem, vocês receberão” – Mateus 21:22.*

Para uma vida de crescimento espiritual, é necessário que tenhamos o hábito de orar. Sem palavras difíceis, nem fórmulas, você pode simplesmente falar com o Pai a qualquer hora do dia e em qualquer lugar. Deus ama você e não está ouvindo suas orações com uma folha de avaliação na mão. Tudo o que Ele quer é um coração sincero e humilde o bastante para reconhecer que precisamos Dele e que somos gratos por tudo o que Ele fez e faz por nós. Um coração quebrantado, apto ao arrependimento verdadeiro.

Algumas pessoas têm o dom da oração e por isso oram com facilidade. As palavras fluem naturalmente, com fervor e sinceridade, abençoando a si mesmas e aos irmãos. Mas a grande maioria de nós tem grandes dificuldades de dedicar uma parte do dia a conversar com Deus. É preciso se forçar a essa prática até que, com o tempo, ela se torne um hábito em nosso cotidiano.

Nesta lição veremos algumas dicas para que passemos a ter uma vida de oração:

### 1. Devocionais Breves

Se, em certos dias, você está apressado e não tem tempo para uma hora silenciosa substancial, tente pelo menos ter um momento devocional. Qualquer tempo de oração sincera é sempre melhor do que nada. Tire alguns minutos de seu dia (manhã, tarde ou noite).

1. Escolha um trecho da Bíblia para ler (um capítulo, um versículo, um salmo, um provérbio, etc.). Leia com calma e medite nas palavras deixando que o Espírito Santo te ajude a entender os ensinamentos ali contidos.
2. Fique alguns minutos em silêncio após a leitura, refletindo sobre o que acabou de ler e deixando Deus ministrar em seu coração.
3. Ore em voz alta, ou em pensamento, ou mesmo por escrito. Ore a partir do que você leu. Por exemplo, se leu algum versículo que fale sobre o problema da hipocrisia, olhe no dicionário o que essa palavra significa, reflita em que ela se aplica ao contexto bíblico e ao contexto do seu dia a dia. Ao invés de ficar pensando na hipocrisia das pessoas ao seu redor, reflita sobre você e seus próprios comportamentos hipócritas. Como disse Agostinho, Deus nos deu a capacidade de julgar apenas aquilo que podemos mudar. Nesse caso, só podemos mudar a nós mesmos, com a graça de Deus. Ore e peça ao Senhor que te revele a hipocrisia que há em sua vida. Arrependa-se e peça a Deus para te ajudar a mudar esse comportamento.
4. Confesse a Deus os seus pecados, peça que te ajude a ser completamente submisso à vontade Dele. Lembre-se que confissão tem a ver com transformação. É vital reconhecer os pecados e abandoná-los.
5. Peça a Deus que o proteja em seu dia, que o Espírito Santo te guie e te dê discernimento para fazer as escolhas certas.

6. Outra dica valiosa é que, além do “Pai nosso”, há várias orações prontas na Bíblia. O livro de Salmos é todo ele composto por orações. Você pode ler um salmo em voz alta, prestando atenção nas palavras e deixar que elas façam sentido para você.

## 2. Devocionais Longos

Como vimos, qualquer tempo de oração sincera é sempre melhor do que nada. No entanto, é importante que ao longo da nossa semana, tiremos alguns dias para dedicar a Deus um tempo maior de devocional. Esse deve ser o nosso padrão. Pode ser com os irmãos da igreja, nos cultos e momentos específicos para oração. Mas principalmente você sozinho, ou melhor, você e Deus. A Bíblia diz em Mateus 6:6: *“Tu, porém, quando orares, vai para teu quarto e, após ter fechado a porta, orarás a teu Pai, que está em secreto; e teu Pai, que vê em secreto, te recompensará plenamente”*. Se você conseguir experimentar esse relacionamento com Deus duas ou três vezes por semana, certamente ficará admirado com seu crescimento.

A seguir há um roteiro devocional. Esse não é um modelo rígido. Você pode alterar a ordem dele, acrescentar ou suprimir itens. Ele está aqui para te ajudar, apenas isso:

1. Louvor, ações de graça, adoração (Salmo 11:4-5; Mateus 6:11; Ts 5:18; Hebreus 13:15). Diga palavras de adoração a Deus, cante uma música para Ele, fale a Ele o quanto Ele é maravilhoso.
2. Arrependimento, confissão, transformação e submissão (Salmo 66:18; Salmo 139:23-24; Lamentações 3:40; Mateus 6:12; Romanos 12:1-2; 1 João 1:9). Confesse seus pecados, tente ser específico, citando os erros que cometeu em ações, pensamentos e sentimentos. Submeta-se à vontade de Deus e entregue a Ele seus desejos, lamentos, sentimentos de vingança, frustrações.
3. Intercessão, proteção e livramento do mal (Mateus 6:13; João 17:11-15; 2 Coríntios 10:3-5; 1 Timóteo 2:1). Ore para os irmãos necessitados, enfermos, pelo país, pela igreja, por sua família e amigos.
4. Súplica, pedidos, petições pessoais (Mateus 6:13; João 14:12-14, 15:7, 16:24; Filipenses 4:6-8). Ore sobre você, seja sincero sobre o que quer para si. Jesus fez isso no Getsêmani. Ele orou ao Pai: *“Abba, Pai, todas as coisas são possíveis para ti, afasta de mim este cálice; todavia, não seja o que Eu desejo, mas sim o que Tu queres”* – Mc 14:36. Entregue tudo nas mãos Dele.
5. Meditação na Palavra de Deus, audição de Sua voz (Josué 1:8; Salmo 1:2, 4:4, 63:6; 119:97). Leia um trecho da Bíblia e medite em silêncio – deixe a Palavra entrar em seu coração.

Como dito, essa não é uma fórmula rígida, mas um caminho para um relacionamento bíblico com Deus. São dicas para você conhece-Lo melhor, falar com Ele e ouvi-Lo. A Bíblia (não os sentimentos) é o nosso guia constante para a prática diária e a reflexão. A oração e a leitura da Bíblia estão juntas para nos levar a um relacionamento íntimo com Deus. O propósito da nossa existência é conhecer, amar e adorar a Deus.

Ao longo das próximas semanas, tente colocar em prática o que aprendemos nessa lição e depois compartilhe com os irmãos da Célula sua experiência. Tenho certeza de que seu relacionamento com Deus se tornará mais intenso.