

## COMO UM AMIGO COM O SEU AMIGO

***“Moisés falava com Deus como um amigo com o seu amigo.” (Ex33, 11)***

### ***Oração***

Rezar é das coisas mais simples da vida. Andamos muito enganados, quando acreditamos que só os “iniciados” o conseguem fazer. Rezar não é ioga ou meditação transcendental. Para rezar, não precisamos de nos sentar de determinada forma nem de respirar num determinado ritmo. Deus é pai de todos, e a todos ama de igual modo. Qual é o pai que dificulta ao filho o acesso à sua presença? Não o nosso!

Moisés ficou na História de Israel como um dos maiores personagens de sempre. Ele tinha um dom: conversava com Deus como um amigo com o seu amigo. Rezar, diz-nos o Livro do Êxodo, é conversar com Deus face a face, como dois bons amigos, à semelhança de Moisés. Nada mais simples! Com um amigo verdadeiro, podemos rir, chorar, abrir o coração. Com um amigo verdadeiro, podemos ser nós mesmos. Um bom amigo não se importa que estejamos a conversar com ele e, ao mesmo tempo, a acabar de fazer o jantar, ou a estender uma máquina de roupa, ou a conduzir. Não precisa que “façamos sala”. Ah, mas sente-se honrado quando largamos tudo para nos sentarmos a seu lado num cadeirão no jardim a tomar um café! Assim com o Senhor: “Nós, Jesus!” Rezamos. Fazemos tudo na sua companhia, e nada fazemos sem a sua companhia. Conversamos enquanto trabalhamos, brincamos, vivemos. Mas que honra para Jesus, quando uma vez por dia, deixamos tudo para simplesmente estar com Ele, sentados lado a lado num banco na igreja, ajoelhados diante do sacrário, ou – com a família reunida – diante do Canto de Oração Familiar!

### ***Oração Familiar***

Rezar em família não é mais complicado do que rezar sozinho. Mas precisamos de saber exatamente o que queremos dizer com a expressão “oração familiar”. Não estamos, de todo, a falar de uma oração monástica. Nos mosteiros, as comunidades são formadas por adultos que partilham um mesmo estilo de vida. Ao contrário, na comunidade familiar há adultos, bebés, crianças, adolescentes e jovens, cada qual com as suas atividades, os seus interesses, a sua caminhada. Como fazer uma oração que sirva a todos sem atropelar ninguém? Qual é, afinal, o segredo da oração familiar?

O nosso carisma fala-nos em quatro frutos do Espírito Santo: simplicidade, generosidade, alegria, partilha. Uma oração familiar autêntica deve ser capaz de atrair pequenos e grandes. Canções e danças infantis, para as famílias com filhos pequenos, cânticos juvenis para as famílias com filhos mais velhos, um pouco de tudo para as famílias numerosas, e temos o tom certo para começar! Que nunca falte a alegria. Se não sabemos tocar guitarra ou piano, podemos usar pandeiretas e ferrinhos. Deus fica contente!

Depois, não compliquemos as palavras. Ensinemos os pequeninos a agradecer o seu dia com um “Obrigado, Jesus”, e a fazer os seus pedidos dizendo, por exemplo, “Jesus, escuta a nossa oração”. Não tenhamos mais fórmulas do que o *Shemá*, que nos centra no amor a Deus e ao próximo, e a Consagração. É preciso que falemos com as palavras do coração, pois é assim que os amigos conversam. Qual é o amigo que puxa de um papel cada vez que vai conversar com o seu amigo? Guardemos as orações escritas para os momentos solenes, como quando fazemos uma novena.

Partilha de ação de graças e de súplicas, cânticos e danças: dez minutos de oração familiar. Para muitas famílias, o serão não estende mais. Nem precisa! Uma criança pequenina não tem tamanho para fazer uma oração grande. Precisamos de a repartir ao longo do dia, servindo-a em pequenas doses. Uma história da Bíblia ou da vida dos santos ao chegar da escola, um mistério do Terço no caminho, e a Palavra vai impregnando a vida inteira, preenchendo as memórias e marcando o ritmo familiar, num contínuo “Nós, Jesus!” À medida que as crianças vão crescendo e podem deitar-se mais tarde, a oração familiar irá naturalmente alargando e ocupando o “horário nobre” da família. Não tenhamos pressa.

### ***O Canto de Oração Familiar***

Enquanto são pequeninas, as crianças não são capazes de abstrações. É por isso que o Canto de Oração Familiar é tão importante. Prepará-lo com criatividade, ousadia, atenção, ternura, é em si mesmo uma belíssima oração. A criança que acende uma vela, que coloca o seu desenho diante da imagem de Maria, que cola uma estrela sobre o Presépio ou uma flor sobre a Cruz, está a fazer oração. E que oração! Aos dois, três anos, não é preciso mais. Se os mais pequeninos estiverem presentes durante a oração do Terço familiar, não os forcemos a estar ajoelhados ou sentados com as contas na mão. Deixemos que brinquem calmamente no chão a nossos pés, para que oração rime sempre com prazer e tranquilidade na sua vida. Juntar as peças de um puzzle ou fazer um castelo de blocos é, afinal, uma magnífica analogia para o que acontece no nosso interior ao rezarmos o Terço... E por que não deitar os mais pequeninos e rezar o Terço com os mais velhos ali pertinho das suas camas, enquanto adormecem? Haverá melhor canção de embalar?

A nossa experiência ensinou-nos uma coisa muito importante sobre oração familiar: o momento em que pensamos que finalmente alcançámos o equilíbrio e descobrimos uma rotina que funciona geralmente coincide com o momento em que tudo muda outra vez, seja porque nasceu mais uma criança, seja porque o mais novo deixou de fazer a sesta e precisa de se deitar mais cedo à noite, seja porque um dos médios adquiriu a capacidade para se juntar à recitação completa do Terço. E lá refazemos nós a rotina...

### ***Compromisso***

A oração familiar é o momento mais importante do dia de uma Família de Caná. Por isso mesmo, precisa de ser o momento mais feliz, mais estruturante, mais tranquilo. Sejamos flexíveis, criativos, atentos à

necessidade de mudança, não permitindo que nada nos roube a alegria! Se formos perseverantes, à medida que a família for crescendo – em número e idade – crescerá também a oração.

Só pratica desporto de alta competição quem alia um enorme prazer a uma vontade forte. O treino é progressivo e adaptado à idade e à condição física de cada um. Treinam-se os músculos até doer, porque mais forte que a dor é o prazer que se experimenta no exercício. Um desportista de verdade não consegue passar sem o seu desporto, mesmo que se lesione. As Famílias de Caná são desportistas de alta competição. Sabem que é difícil rezar em família, sabem que dói um bocadinho treinar os músculos certos, sabem que é preciso construir uma rotina de exercícios de dificuldade progressiva que funcione (*um bocadinho mais* para o Senhor a cada dia) – mas sentem um enorme prazer em tudo isto. Na alegria, já são campeãs... Ámen!

© Teresa Power, 3-2-18