## **Encontro 4 - Interpretar, Oração**

**Objetivos**

* Descobrir a oração como o lugar privilegiado de cultivo da amizade com Jesus;
* Fazer experiência de oração.

**Observações**

* Este encontro está estruturado em dois momentos:
	+ 1º - Introdução:
		- Os adolescentes situam-se perante a sua experiência de oração;
		- Apresentação da oração como o modo privilegiado de cultivar a amizade com Jesus;
	+ 2º - Exercício de oração, em três momentos, orientado pelo catequista:
		- Preparação;
		- Encontro: leitura e meditação do texto bíblico Jo 1, 35-39;
		- Despedida.
* Pode ser realizado:
	+ em dois espaços diferentes: um para o primeiro tempo e outro para o segundo;
	+ no mesmo espaço. Nesse caso atenda-se a uma disposição que permita a realização dos dois tempos, segundo o que é proposto para cada um.
* Na preparação do espaço tenha-se em conta a criação de um ambiente que dê relevo à Palavra de Deus e aos símbolos da JMJ;
* Atendendo ao tempo disponível para a realização do encontro de catequese, pode omitir-se a leitura e comentário do número 155 da Exortação Apostólica Cristo Vive.

**Materiais**

* Cruz do grupo e ícone de Nossa Senhora;
* Bíblia;
* Vela;
* Música ambiente;
* Cânticos para o momento de oração:
	+ Permanece junto a mim;
	+ Tu és o meu Deus;
	+ Minha alma descansa;
	+ Em Ti confio.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Desenvolvimento do encontro** | **Materiais** | **Observações** |
| **40 min** | **1. Jesus, o amigo fiável*** O encontro tem início recordando o momento do encontro anterior, «Professamos a nossa fé», sobre a amizade com Jesus.
 | Diário de Bordo: «Professamos a nossa fé», pág. 18. | Momento de ligação com o encontro anterior. |
|  | * O catequista refere que o modo privilegiado de alimentar a amizade com Jesus é a oração.
* Convida os adolescentes a tomar consciência da sua experiência de oração, assinalando as afirmações do Diário de Bordo com as quais mais se identificam:
 |  |  |
|  | Oração é…… pedir algo a Deus.… agradecer a Deus.… pensar em Jesus.… estar com Jesus.… cultivar a amizade com Jesus.… dizer orações.… ler a Bíblia.… falar com Jesus com as minhas palavras.… abrir o meu coração a Jesus.… acender uma vela.… não sei explicar.* Seguidamente partilham a frase ou as frases que assinalaram.
* Após a partilha é lido o número 155 da Exortação Apostólica Cristo Vivo sobre a oração como o modo de cultivar a amizade com Jesus:
 | Diário de Bordo: «Oração é...», pág. 19. |  |
|  | «Com o amigo falamos, partilhamos as coisas mais secretas. Com Jesus também conversamos. A oração é um desafio e uma aventura. E que aventura! Permite que o conheçamos cada vez melhor, que entremos na sua densidade e que cresçamos numa união cada vez mais forte. A oração permite-nos contar-lhe tudo o que nos acontece e ficarmos, confiantes, nos seus braços, e, ao mesmo tempo, oferece-nos instantes de preciosa intimidade e afeto, em que Jesus derrama em nós a sua própria vida. Rezando, «abrimos-lhe o jogo» a Ele, damos-lhe lugar «para que Ele possa agir, possa entrar e possa vencer». (Papa Francisco, Exortação Apostólica Pós-Sinodal *Cristo Vive*, 155)* Os adolescentes sublinham expressões do texto e relacionam-nas com a sua experiência de oração.
 | Diário de Bordo: «Oração é...», pág. 20. |  |
|  | * Segue-se um tempo de diálogo sobre a experiência de oração, no qual podem exprimir também as suas dificuldades em rezar.
* O catequista conclui este momento referindo, por exemplo, que:
	+ podemos rezar com confiança e sem medo porque Jesus é um amigo fiável que nos conhece e compreende profundamente;
	+ por outro lado, só gastamos tempo e damos do nosso tempo com quem amamos, e quanto mais estamos com alguém mais aumenta o nosso amor;
	+ para cultivar a nossa amizade com Jesus é preciso dar-lhe tempo, ou seja, dar tempo à oração;
	+ por vezes, a nossa maior dificuldade não é saber o que é a oração, mas como rezar;
	+ a oração é um exercício que só se aprende rezando, como andar, ler, comer,… etc.
 |  | Partilha em grupo.Este tempo constitui uma introdução para o exercício de oração proposto no ponto 2. |
| **40 min** | **2. Cultivar a amizade com Jesus** * O catequista refere Santa Teresa de Jesus, como uma figura de referência para aprendermos a rezar. Ela afirmou:

«A oração é tratar da amizade estando muitas vezes a sós com quem sabemos que muito nos ama».* Santa Teresa deixou um modo de orar, muito simples, que ajuda a cultivar a amizade com Jesus. Tem três momentos:
1. Preparação
2. Encontro
3. Despedida.
 |  |  |
|  | * O Catequista convida os adolescentes para se disporem a um momento de encontro com Jesus na oração.
 | Vela;Música ambiente. | O catequista orienta o momento de oração. |
|  | * **Cântico:** Permanece junto a mim (Taizé)

Permanece junto de mim: ora e vigia.Ora e vigia | Diário de Bordo: «Cultivar a amizade com Jesus», págs. 21-24. |  |
|  | * A primeira coisa que tenho a fazer é colocar-me na disposição de rezar. É como que um “pré-aquecimento”. Não me vou pôr a falar de intimidades com alguém assim que nos conhecemos, nem tão pouco sem me dar conta se esse alguém está ao meu lado ou não, sem o cumprimentar;
 |  | 1º momento: preparação |
|  | * Para isto, procuro uma posição adequada que me ajude a concentrar, a rezar e a entrar no meu coração, sem me distrair com o que está à minha volta;
 |  | Dá-se tempo para procurarem uma posição adequada à oração. |
|  | * Agora procuro respirar fundo, pausadamente, acalmando todo o meu corpo e os meus sentidos;
* Tomo consciência de que Jesus está comigo, junto a mim, no meu coração, a olhar-me… Tento sentir profundamente a sua ação em mim… Faço um ato profundo de fé, repetindo interiormente: “Senhor, creio que Tu estás aqui, em mim…”;
* Neste momento também Jesus quer estar comigo. Agradeço-lhe a sua presença, a sua bondade, a sua proximidade e escuta;
* Peço-Lhe perdão por tantas coisas que me afastam d’Ele. Esta atitude de humildade e de arrependimento, é o que me vai ajudar a aproximar-me mais d’Ele, porque “os puros de coração são os que verão a Deus”;
 |  | Exercício de relaxamento.Entre cada uma das intervenções, guardar um tempo de silêncio. |
|  | * **Cântico:** Tu és o meu Deus (Taizé)

Tu és o meu DeusEu confio em TiÉs toda a minha alegriaensina-me o caminho da vida. |  |  |
|  | * Agora escuto a Palavra com que Jesus me quer falar hoje:
 |  | 2º momento: o encontro. |
|  | **Do Evangelho segundo S. João (Jo 1, 35-39)**No dia seguinte, João estava ali de novo, com dois dos seus discípulos, e, fixando o olhar em Jesus, que caminhava, disse: «Eis o Cordeiro de Deus». Os seus dois discípulos ouviram-no falar e seguiram Jesus. Então Jesus, voltando-se e vendo que eles o seguiam, disse-lhes: «Que procurais?». Eles disseram-lhe: «Rabi - que, traduzido, significa “Mestre” - , onde moras?». Disse-lhes Ele: «Vinde e vereis!». Foram, então, viram onde morava e permaneceram junto dele naquele dia. Era por volta da hora décima. |  | O catequista lê pausadamente o texto, a partir da Bíblia. |
|  | * Releio o texto em silêncio e vejo que frase mais me marcou, incomodou, que mais ressoa em mim. Escrevo-a no Diário de Bordo;
* Este momento é o centro da oração e é como uma conversa, um encontro;
* Concentro-me na frase que escrevi. converso com Jesus sobre ela. O que é que esta frase faz mexer em mim? O que é que Jesus me quer dizer com esta frase? Porque quero ver Jesus?
* Penso, medito, falo, faço silêncio…Escuto. A resposta do Outro, de Jesus, dá-se no coração. É aí que me concentro;
* Se me distrair, volto a ler o texto calmamente, e fixo-me na frase que mais me tocou. Procuro silenciar os meus pensamentos e deixar falar o coração;
* Se Jesus me mostrou algo neste momento escrevo-o no Diário de Bordo;
* Dou espaço para que Ele me olhe e me ame. Posso sentir alguma coisa ou não. Não importa. A oração não tem a ver com o sentir, mas é deixar que o meu coração Lhe fale, este é o verdadeiro lugar da amizade com Jesus.
 | Diário de Bordo, pág. 22.Diário de Bordo, pág. 23. | Conduzir a oração dando espaços de silêncios de modo a facilitar o encontro com Jesus. |
|  | * **Cântico:** Minha alma descansa

Minha alma descansa em paz no Senhor,que é fonte de salvaçãoSim, só em Deus descansaa minha a minha alma.Nele encontro a paz. |  |  |
|  | * Agora, sem medos, digo a Jesus como me sinto e o que desejo fazer por Ele. Registo no meu Diário de Bordo;
* Está a chegar a hora de voltar à minha vida, mas tal como os discípulos sei que não vou sozinho, mas com Jesus. Esta não é uma despedida como se me apartasse de Jesus. É o momento de ir ver onde Ele mora.
* Descobrirei Jesus na medida em que guardar na memória do coração aquilo que experimentei na oração e procurar viver o desafio/convite que Jesus me lançou durante este momento o qual escrevi.
 | Diário de Bordo, pág. 24. | 3º momento: a despedida. |
|  | * **Cântico:** Em Ti confio (Taizé)

O... Jesus CristoO… em Ti confio |  |  |
| **10 min** | **Partilha final*** A oração termina com a partilha das frases que cada um completa no Diário de Bordo:
	+ A amizade com Jesus é \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
	+ A oração é \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ .
 | Diário de Bordo, pág. 24. |  |