



MORADA EM
CRISTO

Manual de Bolso

Como conversar com Deus

Um manual prático de oração para iniciantes na fé

ANTES: prepare o altar em seu coração

O momento de oração deve ser preparado de forma antecipada tanto no ambiente físico quanto na mente. Não se preocupe tanto com o tempo que você conseguiu reservar; regularidade é mais importante que duração. Cinco minutos por dia já bastam, se você for diligente. Prepare-se da seguinte forma:

- **O ambiente:** escolha um local tranquilo onde você se sinta bem e não seja interrompido. Pode ser um canto do quarto ou até o carro. Coloque o celular em modo avião.
- **A lista de intercessão:** prepare a lista de pessoas e causas pelas quais você vai orar: família, amigos, por discernimento, por causas sociais, etc. Coloque na lista também quem te ofendeu; orar pelos seus ofensores é limpar o coração.
- **A mente:** preparada a lista e o ambiente, concentre-se, respire fundo e entregue a Deus as preocupações do seu dia, liberando sua mente para focar na oração. Diga algo como: “Senhor, agora o meu tempo é Teu; ajuda-me a ouvir a Tua voz”.

DURANTE: diálogo completo e sincero

Abra seu coração num diálogo sincero que toque em todos os pontos necessários. Você pode se guiar pela estrutura que propusemos na página Guia de Oração:

1. **Adoração:** declare a grandeza de Deus, louvando-o.
2. **Confissão:** reconheça seus erros (pensamentos, palavras e atitudes), pedindo perdão pelas falhas. A confissão traz alívio e restaura a proximidade com Deus.
3. **Gratidão:** agradeça por quem você é, pelo que você tem (imaterial ou material), pelas bênçãos e livramentos recebidos – e até pelos desafios e dificuldades.
4. **Intercessão:** use sua lista e apresente seus pedidos e necessidades, pedindo também – e principalmente – pelos outros (enfermos, necessitados, familiares, etc).
5. **Finalização:** termine a oração em nome de Jesus e guarde o silêncio por alguns instantes, sentindo a paz no coração e deixando o pensamento fluir. Às vezes é nesse momento que vêm algumas respostas e mensagens de Deus.

DEPOIS: viva a oração

- **Confiança:** saia do momento de oração em paz, crendo que foi realmente ouvido, e com a confiança renovada no seu caminho espiritual.
- **Prática:** procure agir de acordo com quem você quer ser e com o que pediu. Se quer paz, procure agir de forma tranquila e conciliadora; se pediu sabedoria, procure meditar mais na hora de tomar decisões e assim por diante.
- **Percepção de respostas:** observe os sinais de Deus e anote sempre que Ele responder a um questionamento seu. Isso fortalecerá a sua fé.