

ORAÇÃO EM TEMPO DE PANDEMIA

Podem ser oferecidas orações comunitárias ou individuais.

Começemos como começamos tudo: em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. **Ámen.**

Introdução

Jesus morreu, mas não por ter perdido sangue na flagelação ou no coroamento de espinhos ou por carregar a cruz ou por ter sido crucificado. Jesus morreu porque já não conseguia respirar. Ainda hoje, muitas pessoas morrem como Ele, por asfixia, por incapacidade de respirar.



A nossa terra luta para respirar... há vírus por todo o lado - racismo, sexismo, poluição, falta de cuidado com a nossa casa comum, violência de todos os tipos, tráfico de seres humanos, ganância, consumismo, individualismo, desprezo pela vida sob todas as suas formas, injustiça, COVID 19 e muitos outros... todos os vírus que nos tiram o sopro da vida.

Quando Jesus exalou o seu último suspiro na cruz, ele o exalou sobre nós e sobre toda a criação. Ele exalou o Espírito Santo sobre nós. Nós recebemos este Sopro do Espírito no Baptismo e ainda hoje Ele vive e respira em nós e através de nós no mundo.

A respiração liga-nos - respiramos o ar que a pessoa que está ao nosso lado respira. É por isso que este distanciamento social é tão difícil - e a morte causada pelo vírus é tão dura - que nos agarramos à respiração, ela nos liga a Deus e uns aos outros.

Por isso, rezemos hoje com o nosso fôlego... com e pelo nosso mundo... rezemos com o nosso corpo, a nossa mente e o nosso coração, usando gestos em silêncio...

MEDITAÇÃO

(texto de orientação: esta parte da oração deve ser orientada de forma lenta e reflexiva)

Musica meditativa

Guida: Cubra a boca e feche o nariz... Como é não conseguir respirar? Que sentimentos se manifestam?

Respire fundo... segure-o... exale lentamente...

Respire fundo mais uma vez... tenha consciência do ar que passa pelo seu nariz... para os seus pulmões...

Inspirar... Expirar... (3 vezes)

Continue respirando naturalmente, esteja ciente do maravilhoso dom de respirar...

(dois minutos)

Estende os braços e dá as boas-vindas ao nosso mundo sofredor...

Qual é a sensação? É pesado, difícil de segurar? Consegues sentir o seu hálito de vida?

Estejam atentos ao que se passa dentro de vós ao segurarem nas mãos a nossa casa comum, o seu povo e toda a sua criação que está a lutar para respirar...

Pode tocar nas suas alegrias e tristezas, nas suas esperanças e nos seus sonhos? Deixa-os chegar ao teu coração e à tua mente...

(2 minutos de silêncio)

Agora, leva o mundo perto do teu coração...deixa o Espírito de Jesus guiar a oração silenciosa...Jesus amou-nos e deu a sua vida por nós, ama o mundo e todas as suas criaturas...ama todos os vírus e toda a beleza...apenas ama...respira a oração, respira a bênção sobre este mundo que guardas perto do teu coração...

(5 minutos de silêncio)

Agora, oferece o mundo que tens nos teus braços a Deus, o Criador, a Jesus...dá graças e louva tudo...pelo que é bom e também pelo que não é bom...pelos vírus e vacinas...pelo sopro de vida que une tudo e todos, que nos une entre nós e com Deus que primeiro deu sopro à vida em todas as suas formas...

(2 minutos de silêncio)

Peça a Jesus que derrame o Seu Precioso Sangue sobre o nosso mundo, tão belo mas também sofredor, e peça-Lhe que o cure... que sobre o Seu Espírito e lhe dê paz...

Quando estiver pronto, regresse a este espaço e tenha consciência de como se sente, como respira, e "esteja" em silêncio.

(5 minutos)

Partilha

Oração: A oração do Senhor...

Canto Final: Opcionalmente