

***“Assim como a alma dá vida ao corpo , assim também a oração mantém a vida da alma. Assim como o corpo não pode viver sem a alma, assim a alma sem a oração está morta e exala 'mau cheiro'. Portanto, enquanto a comida é o alimento para o corpo, a oração é o alimento para a alma.” (S. João Crisóstomo)***



São João Crisóstomo nos mostra nesta reflexão a necessidade e o valor da oração. A oração nos aproxima de Deus, nos insere em uma intimidade profunda com o Senhor. Por meio dela, Jesus se revela a nós, saciando-nos d’Ele!

São muitos os meios da oração e diversas as maneiras de rezar. Seja qual for o meio, a oração sempre se configurará num verdadeiro “alimento para a vida” da alma.

São João Crisóstomo diz que “a alma sem oração está morta e exala mau cheiro”, ou seja, a alma está morta e em processo de decomposição, tornando-se insuportável a si mesma. Pelo contrário, ensina-nos o santo, a alma que reza se alimenta, se fortalece e, uma vez robusta, enche-se de nova vida. A oração nos mantém vivos, nos mantém em Cristo! "Eu sou o caminho a verdade e a vida." (Jo 14,6)

Eis uma pergunta fundamental: **como está sua vida de oração?**

Lembre-se que para uma vida plena e feliz, mais do qualquer outro bem, a oração é a necessidade mais urgente. O fruto da oração permanente é a vida em Deus!



**Renata Meneses,** *Discípula Missionária Kénosis*

*{comments on}*