

*Antônio José Coelho, sj*

## **PAI-NOSSO**

*A oração cristã por excelência*



EDITORIAL A.O.

**Na capa (foto)**  
Love You Stock | Adobe Stock

**Capa**  
Romão Figueiredo

**Paginação**  
Editorial AO

**Impressão e Acabamentos**  
Papelmunde, Soc. de Manufacturas Gráficas, Lda.

**Depósito Legal nº**  
523168/23

**ISBN**  
978-972-39-0971-5

Novembro de 2023

*Com todas as licenças necessárias*

©

**SECRETARIADO NACIONAL DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO**

Rua S. Barnabé, 32 – 4710-309 BRAGA | Tel.: 253 689 443

livraria.apostoladodaoracao.pt | livros@snao.pt

www.redemundialdeoracaodopapa.pt

## *Introdução*

Antes de falar do Pai-Nosso, a oração cristã por excelência, permita-me o leitor algumas breves notas sobre a oração, que contribuirão para avaliar melhor a oração do Pai-Nosso.

Os Evangelhos mostram Jesus como «Homem de oração». Ele sentia a necessidade de se afastar, na solidão, para orar. Concretamente, o Evangelho de São Marcos dá-nos conta deste pormenor, desde o primeiro momento do ministério público de Jesus: «De madrugada, quando ainda estava escuro, Jesus levantou-se e foi rezar para um lugar deserto» (*Mc* 1, 35).

Vemos por esta passagem, e outras que poderíamos apresentar, que Jesus tirava horas ao sono para rezar a sós ao Pai. Mas muitas vezes as multidões que a Ele acorriam não lhe deixavam tempo livre, como mostram as palavras que Pedro dirige a Jesus, quando o encontra a rezar sozinho: «Todos te procuram» (*Mc* 1, 37).

Todos procuravam Jesus e Ele a todos procurava atender, mas a oração na intimidade com o Pai nunca faltava, já que ela constituía a base da vida e da evangelização de Cristo. Era a oração, a sua intimidade com o Pai, que orientava toda a sua vida, como podemos ver em Getsemani e em muitas outras ocasiões, sobretudo nos momentos mais solenes da sua vida, como aquele em que, já pregado na cruz, ora ao Pai, repetidamente.

Todos os rabis ensinavam os discípulos a rezar e por isso não deixa de ser estranho que Cristo só o tenha feito a pedido dos apóstolos, quando eles lhe pedem: «Senhor, ensina-nos a rezar, como também João ensinou os seus discípulos» (Lc 11, 1). E porque é que Jesus terá feito isso? Foi, talvez, com a intenção de que os apóstolos sentissem a necessidade de rezar e, por isso, tenham manifestado a Cristo essa necessidade.

E porque é que os apóstolos terão feito o pedido? Certamente porque viram Jesus rezar tão frequentemente, como indicia o começo do versículo: «Um dia, Jesus fazia oração em certo lugar. Quando terminou, um dos discípulos pediu: Senhor, ensina-nos a rezar» (Lc 11, 1).

E Cristo, em vez de dar regras ou normas para rezar bem, responde ensinando aos discípulos a maravilhosa oração do Pai-Nosso, a oração das orações, na qual está contido o «compêndio de todo o Evangelho», em palavras de *Tertuliano* (o pai da teologia latina – c.160-c.220).

Temos, por isso, de «agradecer» aos apóstolos este pedido e fazê-lo também nós, muitas vezes, pedindo: «Senhor, ensina-me a rezar, como ensinaste aos teus discípulos», porque ainda não sei rezar como convém, mas procurarei fazê-lo cada vez melhor. Com efeito, a aprendizagem da oração deve fazer parte de toda a nossa vida, já que a nossa oração nunca é perfeita, mas deve sê-lo cada vez mais, aprendendo com Cristo, «mestre da oração».

Frequentemente não sabemos que orações devemos dirigir a Deus, nem sequer se essas orações são para nosso bem e Deus quer que lhas dirijamos. Pode até haver preces orgulhosas e, ainda por cima, «agradecendo» a Deus esse

orgulho, como, por exemplo, aquela que o fariseu dirige a Deus na parábola do fariseu e do publicano: «Senhor, eu te agradeço porque não sou como os outros homens que são ladrões...» (*Lc 18, 11*).

Pode até acontecer que peçamos a Deus coisas inconvenientes para nós ou inclusivamente más, como podemos verificar no Evangelho em que nos é dito, subentendidamente, que podemos pedir a Deus «pedras e serpentes», exigindo que Deus no-las dê: «Quem de vós dá ao filho uma pedra, quando lhe pede um pão, ou lhe dará uma serpente, quando ele pede um peixe?» (*Mt 7, 9-11*).

O primeiro passo para rezar é ser humilde, dirigir-se a Deus dizendo: «Senhor, olha para mim que sou pecador», e depois pedir o que desejamos, confiando, pela fé, que Deus ouve a prece dos humildes e fazendo tacitamente este pedido ou outro semelhante: «Senhor, concede-me o que te peço, se for para meu bem, mas não mo concedas, se for para meu mal».



## Visão de conjunto

O Pai-Nosso é uma oração de petição. E em relação a esta afirmação, alguém afirmou que, por isso, esta oração constitui uma forma tibia de fé, e seria mais autêntica uma oração de louvor, de ação de graças, etc. Isto não é verdade, porque no Pai-Nosso está contido, em síntese, tudo aquilo que podemos pedir a Deus, sem medo de errar, como pode acontecer noutras orações de petição, e nele estão contidas, implicitamente, as outras formas de oração.

Com efeito, os grandes e fundamentais pedidos a Deus encontram-se no Pai-Nosso; todos os outros são menos importantes e correm até o risco de serem somente mais ou menos inúteis ou até claramente interesseiros. Reparemos, por isso, naquilo que Cristo recomendou que peça-mos a Deus: que a sua vontade seja feita, que venha o seu Reino, etc. ...

Estes e os outros pedidos constituem tudo aquilo que são, ou deviam ser, as grandes intenções da nossa vida e da vida da Igreja. Por isso, podemos afirmar que o Pai-Nosso resume, em maravilhosas palavras, todos os pedidos, pelo menos os mais importantes, que devíamos fazer a Deus.

Isto não significa que não possamos pedir pelos problemas mais simples do dia a dia, mas tendo consciência de que os pedidos do Pai-Nosso estão muito acima das pequenas preocupações da nossa vida. Mais ainda, só tem

sentido dirigirmo-nos a Deus em relação a qualquer das nossas necessidades, se tivermos em conta os grandes pedidos que fazemos no Pai-Nosso.

Por outras palavras, os nossos pedidos têm que estar enquadrados nas petições fundamentais da oração de Jesus. Doutro modo não teriam sentido, porque isso significaria que só nos lembrássemos de Deus quando aparecem os pequenos problemas do dia a dia, quando estamos aflitos, e não encontrássemos soluções para esses problemas.

E a propósito destes pedidos do Pai-Nosso e da sua estrutura, diz-nos o CATECISMO DA IGREJA CATÓLICA<sup>1</sup>: «Os pedidos do Pai-Nosso dividem-se claramente em duas partes. A primeira é caracterizada pela palavra “vós” (o **vosso** nome, **vosso** reino, a **vossa** vontade); a segunda parte pela palavra “nós” (dai-**nos**, perdoai-**nos**, livrai-**nos**)».

Os três primeiros pedidos na realidade são semelhantes: são três invocações com matizes diferentes, mas sempre em ordem à intervenção de Deus. Não são meramente humanos, mas representam uma participação na oração e missão do Filho, nos «gemidos» do Espírito Santo que sobem da profundidade da criação (cf. *Rm* 8, 16-27).

Pedimos também que a presença de Deus encha toda a terra, que o seu amor transforme um mundo indiferente ou hostil num mundo de justiça e de paz, que haja a comunhão entre o Céu e a terra que Cristo veio instaurar, mas ainda está longe de ser efetiva. Compete à Igreja e a cada um dos cristãos esforçar-se por que esta comunhão cresça continuamente.

---

<sup>1</sup> Daqui por diante designaremos este Catecismo pela sigla CIC.



Dito de outro modo, na primeira parte desta oração, Jesus faz-nos entrar nos seus desejos dirigidos ao Pai («sanctificado seja o vosso nome», «venha a nós o vosso Reino», «seja feita a vossa vontade»; na segunda, é Ele que entra em nós e se faz intérprete das nossas necessidades: o pão de cada dia, o perdão dos pecados, a ajuda na tentação, a libertação do mal.

Esta oração, pelo menos a partir dos princípios do século III, foi vista como o compêndio de todo o Evangelho e revestindo algumas características da oração judaica, com as suas raízes nas Escrituras Antigas. Mas o Pai-Nosso ultrapassa tudo isto; representa algo único, é como que um «mergulho» na vida íntima de Deus. Por isso, só podemos compreender as palavras do Pai-Nosso contemplando Jesus nos Evangelhos e descobrindo a sua relação com o Pai. E o aprofundamento desta relação deve completar-se e, se necessário, corrigir as nossas experiências humanas de paternidade, sempre incompletas e parciais.

Na base do Pai-Nosso não está uma imagem qualquer de Deus mas aquela que exprime a relação íntima, completa e viva entre Jesus e aquele que Ele chama e nos convida a chamar *Abbá* (Querido Pai). Por meio de Cristo, esta relação, absolutamente única, torna-se mais acessível para nós. Por isso, se lhe dizemos sim, recebemos o seu Espírito, participamos na sua relação com o Pai, entramos na comunhão da Santíssima Trindade.

Esta oração constitui também um *compromisso* (como veremos mais explicitamente no decorrer deste livro). É como se disséssemos a Deus: «Toma a minha vida, para que, através de mim, alguma coisa do teu amor e da tua

luz se possa transmitir aos outros. Concede-me poder revelar a tua vida na realidade dos acontecimentos da minha existência». Com efeito, é na vida do dia a dia que podemos revelar a vida de Deus, não tanto por palavras, mas por obras, já que o amor a Deus se manifesta por obras e não por palavras.

### **Como é que tudo isto se concretiza?**

Mas como é que podemos assumir este compromisso? Onde é que poderemos encontrar forças para o manter? Na segunda parte da oração passamos do «vós» ao «nós», como acabamos de referir. Mas isto não pode nem deve servir para fazermos uma oração egoísta. Pelo contrário, pedimos tudo aquilo que nos é necessário para realizar o compromisso que assumimos na primeira parte.

Para bem compreender o Pai-Nosso, é necessário apercebermo-nos da sua *unidade*, à qual já nos referimos antes. Não se trata simplesmente de afirmar que a primeira parte é consagrada a Deus e a segunda às nossas necessidades. Não se trata de duas orações, mas de uma só, com todas as partes interligadas entre si.

Na primeira parte, *unimo-nos à oração de Cristo*; na segunda, pedimos para nós os bens que nos permitam participar na sua missão, unindo-nos deste modo à oração de todo o Corpo eclesial. Por outras palavras, tomamos consciência de que fazemos parte do Corpo Místico de Cristo, do qual Ele é a cabeça: «Cristo é a cabeça do corpo que é a Igreja» (*Cl* 1, 18).

Nas primeiras palavras do Pai-Nosso, que são as mais essenciais, e por isso dão sentido à segunda parte, que diz mais respeito a nós, exprimimos o facto de que Jesus, pelo dom do Espírito Santo, nos faz entrar numa nova relação com Deus, o que implica, ao mesmo tempo, uma nova relação com os outros.

Dizendo o mesmo, mas em termos mais teológicos: entramos em comunhão com a Santíssima Trindade, participamos da vida comunitária de Deus e, deste modo, somos continuamente transformados à sua imagem, a fim de procurarmos, continuamente, ser mais parecidos com Ele, pois foi para isso que Deus nos criou: «Deus criou o homem à sua imagem e semelhança; à imagem de Deus Ele o criou» (*Gn* 1, 27).

Mas viver na casa do Pai não constitui um privilégio reservado a uma elite. Jesus alarga esta comunhão a todos os homens, pois o Pai-Nosso é *universal* e não exclui ninguém. Em Deus não existem particularismos de nenhuma espécie: «Deus não faz distinção de pessoas» (*Rm* 2, 11).

É este o sentido dos três pedidos que se seguem à invocação de Deus como «Pai que está no Céu». Pedimos, implicitamente, que o mundo inteiro descubra a verdadeira identidade de Deus e viva de acordo com ela. Entregamos-lhe a nossa vida, para que, através de nós, todos possam compreender aquilo que Ele é. Para isso, temos que dar testemunho de Deus, da sua luz e da sua força.

Deus concede-nos os quatro dons enunciados na segunda parte da oração. Em primeiro lugar, oferece-nos a ajuda material e espiritual. Em segundo lugar, oferece-nos o seu perdão, de maneira que possamos recomeçar

sempre a nossa caminhada para Ele. Em terceiro lugar, dá-nos a certeza de que, quanto é da sua parte, nunca nos deixa cair nas tentações. Em quarto lugar, garante-nos que sempre nos livrará do mal.

Ele oferece-nos a sua ajuda para que tudo isto aconteça, especialmente nos momentos mais difíceis, de maneira que as próprias provas se possam transformar em trampolim para caminhar sempre em frente. E assim a nossa peregrinação assemelhar-se-á à de Jesus, ao seu Mistério Pascal que transforma a morte em vida, a tristeza em alegria, o pecado em graça, o mal em bem.

A oração que Jesus nos legou exprime, de uma maneira muito simples, o âmago da nossa fé, podendo, assim, descobrir nela sempre novos ensinamentos. Por isso, ela pode alimentar, permanentemente, a nossa vida moral e espiritual, na caminhada para Deus, já que afunda as suas raízes na realidade concreta do homem, com os seus limites e imperfeições.

O Pai-Nosso constitui a matriz de toda a oração cristã, porque, por um lado, se dirige diretamente a Deus e àquilo que são os seus anseios no mundo; e, por outro, apresenta a Deus o pedido confiante de obter aquilo de que precisamos para viver uma verdadeira vida, humana e cristãmente. Por outras palavras, não se pode conceber qualquer oração que não esteja de algum modo contida no Pai-Nosso.

Na sua simplicidade e essencialidade, o Pai-Nosso convida a quantos o rezam a não multiplicar as palavras vãs, porque o próprio Jesus nos lembra: «Quando rezardes, não digais muitas palavras». E Cristo apresenta a

razão desta parcimónia de palavras: «Pois vosso Pai sabe do que precisais, antes de vós lho pedirdes» (*Mt* 6, 7-8). E a seguir a esta recomendação, Cristo ensina o Pai-Nosso aos apóstolos, aos quais diz subentendidamente: a oração que vos ensino tem poucas palavras, mas estão cheias de significado.

Mas aqui pode surgir a pergunta: Se Deus sabe do que precisamos, porque é que lho pedimos? Penso que por duas razões. A primeira, para mostrar que estamos dependentes d'Ele e, por isso, necessitamos da sua ajuda e pedimos essa ajuda; a segunda, porque assim damos a nossa colaboração naquilo que Deus nos concede.

O Pai-Nosso tem um sentido tão forte, que cada vez que o rezamos atentamente, damos um novo sentido à nossa realidade de filhos de Deus; somos, de algum modo, gerados de novo, uma vez que esta «nossa geração» se deve ir dando ao longo de toda a nossa vida, a fim de ser cada vez mais real.

Como conclusão desta visão de conjunto, desejava acrescentar que esta oração foi recebida, venerada e vivida pela Igreja desde as origens mais remotas. As primeiras comunidades rezavam-na três vezes por dia, como nos informa a *Didaké* («Ensino dos Apóstolos»), e esteve sempre inserida nas orações litúrgicas e nos sacramentos (sobretudo nos três sacramentos da iniciação cristã: batismo, confirmação e eucaristia), como parte integrante das mesmas.

## Índice

<i>Introdução</i> .....	7
<b>Visão de conjunto</b> .....	11
Como é que tudo isto se concretiza? .....	14
<b>Testemunhos de grande valor</b> .....	19
<b>1. Pai</b> .....	21
1. a – A imagem de Deus no Antigo Testamento .....	22
1. b – A imagem de Deus no Novo Testamento .....	23
1. c – Importância desta invocação de Deus .....	25
1. d – «Ousadia» de invocar a Deus como nosso Pai .....	26
1. e – Frutos de conceber Deus como Pai .....	29
<b>2. Nosso</b> .....	33
2. a – O Pai-Nosso, oração comunitária .....	34
2. b – Rezamos o Pai-Nosso unidos a Cristo .....	37
<b>3. Que estais no Céu</b> .....	41
3. a – Significado da expressão «que estais nos Céus» .....	43
3. b – O amor que esta expressão encerra .....	45
<b>4. Santificado seja o vosso Nome</b> .....	49
4. a – O nome de Deus no Antigo Testamento .....	50
4. b – O nome de Deus no Novo Testamento .....	53
4. c – A «santificação» do nome de Deus na nossa vida ....	55
4. d – A profanação do nome de Deus .....	57
<b>5. Venha a nós o vosso Reino</b> .....	61
5. a – Considerações gerais .....	61
5. b – O reino de Deus no Antigo Testamento .....	62

5. c – O que é que Jesus entendia por reino de Deus .....	64
5. d – Importância do reino de Deus .....	67
5. e – Nós e o reino de Deus .....	69
<b>6. Seja feita a vossa vontade .....</b>	<b>73</b>
6. a – A vontade de Deus na vida de Cristo .....	75
6. b – A vontade de Deus na nossa vida .....	77
6. c – Em que é que consiste a vontade de Deus? .....	79
6. d – A vontade de Deus a descobrir continuamente .....	81
<i>6. 1 – Assim na terra como nos Céus .....</i>	<i>82</i>
<b>7. O pão nosso de cada dia .....</b>	<b>85</b>
7. a – De que pão se trata no Pai-Nosso? .....	87
7. a. 1 – O pão natural e o pão espiritual .....	89
7. b – O verdadeiro pão é Cristo .....	90
<i>7. 1 – Nos dai hoje .....</i>	<i>92</i>
<b>8. Perdoai-nos as nossas ofensas .....</b>	<b>95</b>
8. a – Concretizando um pouco mais o perdão de Deus ..	97
8. b – O perdão de Deus manifestado em Cristo .....	99
8. c – O perdão de Deus e o nosso .....	101
8. d – Em que consiste o verdadeiro perdão .....	103
8. e – Dificuldades que o perdão apresenta .....	105
<i>8. 1 – Assim como nós perdoamos a quem nos tem ofendido .</i>	<i>106</i>
8. 1. a – Perdoar e deixar-se perdoar .....	108
8. 1. b – A verdadeira dimensão do perdão .....	109
<b>9. E não nos deixeis cair em tentação .....</b>	<b>113</b>
9. a – Somos uma existência tentada .....	114
9. b – Onde provêm as tentações .....	117
9. c – Como vencer as tentações? .....	119

## Índice

<b>10. Mas livrai-nos do mal</b> .....	121
10. a – A realidade do mal no Antigo Testamento .....	122
10. b – O mal na vida de Cristo .....	123
10. c – Deus e o mal .....	124
10. d – O mal na nossa vida .....	127
<i>Apêndice</i> .....	131
O Pai-Nosso que Deus «reza» aos seus filhos .....	131
Pai-Nosso muito belo .....	133
Pai-Nosso do compromisso .....	135
Outro Pai-Nosso do compromisso .....	136
Pai meu .....	137
<i>Bibliografia consultada</i> .....	139
<i>Índice</i> .....	141