

“Adoro-te, amo-te, aumenta-me a fé”

Quando O receberes, diz-Lhe: –
Senhor, espero em Ti; adoro-te,
amo-te, aumenta-me a fé. Sê o
apoio da minha debilidade, Tu,
que ficaste na Eucaristia,
inerme, para remediar a
fraqueza das criaturas. (Forja,
832)

14/11/2006

Assistindo à Santa Missa,
aprendemos a conviver com cada
uma das Pessoas divinas: com o Pai,
que gera o Filho; com o Filho, que é

gerado pelo Pai; e com o Espírito Santo, que procede dos dois. Convivendo com qualquer uma das três Pessoas, convivemos com um só Deus; e convivendo com os três, a Trindade, convivemos igualmente com um só Deus, único e verdadeiro. Amemos a Missa, meus filhos, amemos a Missa. E comunguemos com fome, mesmo que nos sintamos gelados, mesmo que a emotividade não nos acompanhe: comunguemos com fé, com esperança, com inflamada caridade.

Não ama a Cristo quem não ama a Santa Missa, quem não se esforça por vivê-la com serenidade e sossego, com devoção e carinho. O amor converte os enamorados em pessoas de sensibilidade fina e delicada; levá-los a descobrir, para que se esmerem em vivê-los, pormenores às vezes insignificantes, mas que trazem a marca de um coração apaixonado. É assim que devemos assistir à Santa

Missa. Por isso sempre desconfiei das pessoas empenhadas em ouvir uma Missa curta e atropelada: pareciam-me demonstrar com essa atitude, aliás pouco elegante, não terem percebido ainda o que significa o Sacrifício do altar.

O amor a Cristo, que se oferece por nós, incita-nos a saber encontrar, uma vez terminada a Missa, alguns minutos para uma ação de graças pessoal e íntima, que prolongue no silêncio do coração essa outra ação de graças que é a Eucaristia. (É Cristo que passa, nn. 91-92)

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/adoro-te-amote-aumenta-me-a-fe/](https://opusdei.org/pt-br/article/adoro-te-amote-aumenta-me-a-fe/) (24/02/2026)