

## **Bendita monotonia de Ave-Marias!**

Eu entendo que cada Ave-Maria, cada saudação a Nossa Senhora, é um novo bater de um coração apaixonado. (Forja, 615)

24 de maio

"Virgem Imaculada, bem sei que sou um pobre miserável, que não faço senão aumentar todos os dias o número dos meus pecados..."  
Disseste-me noutro dia que falavas assim com a nossa Mãe.

E aconselhei-te, convicto, a rezar o Terço: bendita monotonia a das Ave-Marias que purifica a monotonia dos teus pecados! (**Sulco**, 475)

O Terço não se pronuncia só com os lábios, mastigando as Ave-Marias umas atrás das outras. Assim cochicham as beatas e os beatos. Para um cristão, a oração vocal há-de enraizar-se no coração, de modo que, durante a recitação do Terço, a mente possa penetrar na contemplação de cada um dos mistérios. (**Sulco**, 477)

Deixas sempre o Terço para depois, e acabas por omiti-lo por causa do sono. Se não dispões doutro tempo, reza-o pela rua, e sem que ninguém o note. Além disso, ajudar-te-á a ter presença de Deus. (**Sulco**, 478)

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de [https://  
opusdei.org/pt-pt/dailytext/bendita-  
monotonia-de-ave-marias/](https://opusdei.org/pt-pt/dailytext/bendita-monotonia-de-ave-marias/) (24/12/2025)