

# PASSOS PARA FAZER UMA BOA ADORAÇÃO EUCARÍSTICA

**A** adoração eucarística é um momento precioso de encontro com Deus, no qual temos a oportunidade de reconhecê-Lo como nosso Criador, Salvador e Senhor. No entanto, muitas vezes, diante de Jesus presente na Eucaristia, nos encontramos distraídos por nossos problemas e preocupações, deixando de aproveitar plenamente esse momento de profunda conexão com o divino. Nessa busca por uma adoração mais significativa, podemos seguir algumas dicas para tal finalidade. Com base nas orientações de São João Paulo II e a inspiração do próprio Jesus, apresentamos a seguir alguns passos para fazer uma boa adoração eucarística:

**1 Inicie com amor fervoroso**  
Como disse São João Paulo II, um momento de verdadeira adoração tem mais valor do que a mais intensa atividade. Portanto, ao iniciar sua adoração, lembre-se de que o mais importante é amar a Deus fervorosamente. Fale com Ele como falaria com um amigo íntimo, pois não é preciso saber muito para agradá-Lo.

**2 Interceda por outras pessoas**  
Durante a adoração, mencione os nomes das pessoas pelas quais você deseja fazer pedidos a Jesus. Não tenha medo de pedir muito, pois Ele está pronto para ouvir e atender suas necessidades e as das pessoas com quem você convive. Lembre-se das palavras de Jesus:

“Pede-me muito. Não receies em pedir.”

**3 Peça ajuda para si mesmo**  
Não hesite em abrir seu coração e dizer a Jesus abertamente quais são suas necessidades e dificuldades. Ele deseja ir ao seu encontro e oferecer auxílio. Não se envergonhe, pois há muitos justos e santos no céu que tinham defeitos semelhantes, mas alcançaram a libertação através de humildes pedidos. Confie na vontade de Jesus em ajudá-lo.

**4 Compartilhe suas preocupações**  
Jesus quer saber o que ocupa sua mente, seus pensamentos e desejos. Conte a Ele tudo o que o preocupa e o entristece. Ele está ao seu lado, pronto para ouvir e oferecer Sua bênção consoladora. Lançar-se nos braços de Sua amorosa providência trará conforto e paz.

**5 Compartilhe suas alegrias**  
Jesus também quer conhecer suas vitórias, alegrias e boas notícias. Permita que Ele participe de suas conquistas como um bom amigo. Reconheça que todas as coisas boas são obras d'Ele e agradeça-Lhe por elas. Demonstre seu amor e carinho em suas relações com os outros e compartilhe as bênçãos recebidas. ●

**Fonte:** Da Redação



Imagem: Andrés José Barbera Zambano / Catholic



## INTENÇÕES DE ORAÇÃO



“Que Nossa Senhora abençoe meus filhos e família!” **(Zuleica Silva)**

“ASenhor Jesus Cristo misericordioso, eu confio em vós! Proteja e conduza nossos caminhos na perseverança da oração e conversão!” **(Anaci Gomes)**

“Peço pela minha saúde, pela dos meus familiares e amigos. Pela minha ex-nora Elline Lara e seus familiares. Pelo meu netinho, Kalleb José.” **(Bernadete Morais)**

### QUER GANHAR LIVROS DA EDITORA AVE-MARIA?

Todos os meses sorteamos prêmios em nossas redes sociais. Participe!



### QUEREMOS SABER A SUA OPINIÃO

Envie uma mensagem pelo nosso site ou uma carta para

Rua Martim Francisco, 636, 2º andar, Santa Cecília, São Paulo, CEP 01226-002

Revista Ave Maria | Agosto, 2023 • 7

## Um guia completo para percorrer profundamente o Ano Litúrgico!



16x23 . 568 págs

*A Liturgia da Palavra comentada é um guia completo para meditação e reflexão das leituras litúrgicas dominicais, com suas especificidades decorrentes da predominância, em cada ciclo, dos Evangelhos de Mateus (Ano A), Marcos (ano B) e Lucas (ano C). A fim de tornar a Palavra de Deus mais compreensível e contextualizada aos dias atuais, o autor elaborou estes comentários que, de forma simples, mas com profunda percepção, dão sentido àquilo que os Textos Sagrados querem nos transmitir.*

**AM**  
EDITORA  
AVE-MARIA

Garanta já o seu!  
À venda nas melhores livrarias  
ou em [www.avemaria.com.br](http://www.avemaria.com.br)

Siga-nos nas redes sociais: