



Em cada Santa Missa, o sacerdote pronuncia palavras que ecoam nos corações dos fiéis há séculos: **“Sursum Corda”**, que significa **“Corações ao alto!”**. Esta exortação não é uma simples formalidade litúrgica, mas um convite profundo à elevação da alma – um chamado constante para a realidade fundamental da vida cristã: **somos chamados a olhar para o alto, para Deus.**

Hoje, em um mundo marcado por distrações, materialismo e confusão espiritual, o apelo do **Sursum Corda** é mais urgente do que nunca. Mas o que ele realmente significa? Como podemos viver esse chamado em nossa vida diária? Sigamos essa reflexão para descobrir a riqueza dessas palavras e como aplicá-las em nossa relação com Deus.

1. A origem bíblica e litúrgica do Sursum Corda

A expressão **Sursum Corda** tem sido usada na liturgia desde os primeiros séculos do cristianismo. São Cipriano de Cartago (século III) já a mencionava em seus escritos, e desde então, tornou-se parte integrante da **Oração Eucarística** na Missa tradicional.

Essa exortação tem suas raízes nas Sagradas Escrituras. No **Salmo 25,1**, o salmista proclama:

“A ti, Senhor, elevo a minha alma.”

Encontramos um eco profundo desse conceito também em **Colossenses 3,1-2**, onde São Paulo exorta:

“Se ressuscitastes com Cristo, buscai as coisas do alto, onde Cristo está sentado à direita de Deus. Aspirai às coisas do alto, e não às da terra.”

Essas palavras expressam um princípio fundamental da fé cristã: **nossa vida não se limita às coisas terrenas, mas é chamada a um destino eterno.**

2. O significado espiritual do Sursum Corda

Quando o sacerdote diz **“Sursum Corda!”**, ele não está apenas nos convidando a um gesto simbólico, mas a uma **atitude interior de elevação a Deus**. Essa elevação do coração envolve três dimensões essenciais:



A) Elevar o coração e a mente na oração ☐

Em um mundo barulhento, onde as preocupações diárias nos oprimem, a oração se torna um ato de resistência contra a distração e o esquecimento de Deus. **Sursum Corda** nos lembra que devemos nos desapegar das coisas materiais e direcionar nosso olhar para o divino.

B) Viver com esperança e confiança em Deus ☐

A vida cristã é marcada por provações e sofrimentos, mas o Senhor nos chama a elevar nosso coração com esperança. Em tempos de crise, dúvida ou dor, **Sursum Corda** nos encoraja a não cair no desespero, mas a olhar para o Céu com confiança na providência divina.

C) Oferecer nossa vida como um sacrifício de amor ♥

Elevar o coração não significa apenas ter emoções espirituais elevadas, mas **dispor toda a nossa vida para Deus**. O sacrifício da Missa nos ensina que o verdadeiro amor é doar-se. Cada sofrimento, cada esforço, cada boa ação oferecida com amor a Deus é uma maneira de viver o espírito do **Sursum Corda**.

3. Como viver o Sursum Corda hoje?

No dia a dia, existem muitas maneiras concretas de incorporar essa atitude de elevação espiritual:

☐ **Participar da Santa Missa com devoção:** A Eucaristia é o momento privilegiado em que elevamos nosso coração a Deus. Não devemos ser apenas espectadores, mas viver a Missa com uma disposição interior de adoração e entrega.

☐ **Rezar com o coração voltado para Deus:** Não rezemos apenas com os lábios, mas com uma verdadeira abertura para o encontro com Deus. A oração nos eleva da superficialidade e nos conecta à eternidade.

☐ **Praticar o desapego das coisas materiais:** Viver o **Sursum Corda** significa não se prender excessivamente aos bens terrenos e não ser dominado por preocupações mundanas.

☐ **Viver com alegria cristã:** Um coração elevado a Deus não é um coração triste, mas um



coração cheio da alegria do Espírito Santo, mesmo nas dificuldades.

□ **Praticar a caridade e o sacrifício:** Elevar nosso coração também significa elevar o dos outros – ajudando o próximo e sendo testemunhas do amor de Cristo no mundo.

4. Sursum Corda em tempos de confusão

Vivemos em uma época em que a fé de muitos enfraqueceu, a confusão doutrinária aumentou e o secularismo avança com força. Nesse contexto, **Sursum Corda** é um chamado a não nos deixarmos levar pelo desespero ou pelas correntes do mundo.

O Papa Bento XVI costumava lembrar que **“O cristianismo não é uma ideia, mas um encontro com uma Pessoa.”** Se elevarmos nosso coração a Cristo, encontraremos a força para viver fielmente na Verdade, independentemente das provações que enfrentarmos.

Sursum Corda nos lembra que nosso verdadeiro destino não está aqui na terra, mas no Céu. Não podemos nos contentar com uma fé morna ou superficial – somos chamados a elevar nosso coração e viver com o olhar fixo na eternidade.

Conclusão: Um chamado pessoal para elevar o coração

Sempre que ouvirmos **Sursum Corda** na Missa, lembremo-nos de que não é apenas uma fórmula litúrgica: **é um convite para viver com o coração voltado para Deus - na oração, na esperança e no amor.**

Hoje, mais do que nunca, Cristo nos chama a não nos perdermos na mediocridade espiritual ou no desespero do mundo. Ele nos convida a olhar para o alto, a viver com fé autêntica e a confiar plenamente Nele.

Sursum Corda! Elevemos nossos corações! Ofereçamos toda a nossa vida a Deus.