

# Recolhimento de Maio #EmCasa

Mais um recolhimento em casa... Escolha um lugar tranquilo (na medida do possível!) e prepare-se para considerar uma verdade consoladora da nossa fé: Maria na vida cristã.

08/05/2020

- [Download do material em PDF](#)
-

## **1. Para Começar**

### **2. Meditação 1**

### **3. Leitura**

### **4. Exame de consciência**

### **5. Meditação 2**

### **6. Terço**

### **7. Oração do Papa Francisco para Maria no mês de maio**

---

## **1. Para Começar**

O recolhimento é uma pausa nas atividades diárias para estar a sós com Deus e pensar em como vivemos a fé na família, no trabalho e na relação com os outros. O roteiro que oferecemos prevê duas meditações, leitura espiritual, um exame de consciência e o terço.

---

## 2. Meditação: O Amor da Virgem Maria

O papel de Nossa Senhora na obra da redenção: mãe, medianeira, intercessora, modelo.

---

## 3. Leitura espiritual

*A comunhão dos santos: mais unidos que nunca*

Nesta situação peculiar, difícil que estamos vivendo com a expansão da pandemia da Covid-19, a verdade de fé da comunhão dos santos enche-nos de consolo e esperança.

---

## 4. Exame de Consciência

Coloque-se na presença de Deus e considere estas questões com tranquilidade e em silêncio:

1. Jesus deu-nos Maria como Mãe, e eu..., tenho para com Ela o amor e a confiança de um filho?
2. Como nas Bodas de Caná, Maria intercede diante de Deus pelas nossas necessidades. Confio à proteção da Santíssima Virgem a minha família, os amigos e conhecidos?
3. Rezo o terço com piedade e devoção? Na medida do possível, procuro reunir a minha família para honrar a Nossa Senhora com essa devoção?
4. Aprendo as lições do exemplo de Maria? Vejo-a toda voltada para Deus e para o próximo, com um espírito generoso de serviço, e procuro imitá-la, sacrificando-me mais pelos outros?

5. Tenho a consciência clara de que Deus conhece a minha situação atual, com todas as suas circunstâncias, e me dá todas as graças de que necessito para crescer e amá-lo mais?

6. Compreendo que eu também “sou Igreja”, sou membro vivo da Igreja, e tenho a responsabilidade pelos que são membros desse mesmo Corpo? Sou consciente de que tenho o dever de rezar, ajudar os outros, fazer apostolado?

Ato de contrição

---

## **5. Meditação: Mãe, traz-nos de novo Jesus!**

Nossa Senhora, na Visitação, modelo de espírito de serviço e de alegria no servir.

## 6. Terço

O Santo Rosário é a oração com que os cristãos se dirigem a Nossa Senhora em todos os tempos, para pedir a sua proteção nos momentos de dificuldade. Você pode chamar as pessoas que estão em casa para rezar com você.

Se não sabe rezar o terço, ou quer uma ajuda para rezar em áudio, pode ver [aqui](#).

## 7. Oração a Maria (opção 1)

Ó Maria,

Vós sempre resplandeceis sobre o  
nossa caminho

como um sinal de salvação e de esperança.

Confiamo-nos a Vós, Saúde dos Enfermos,

que permanecestes, junto da cruz, associada ao sofrimento de Jesus,

mantendo firme a vossa fé.

Vós, Salvação do Povo Romano,

sabeis do que precisamos

e temos a certeza de que no-lo providenciareis

para que, como em Caná da Galileia,

possa voltar a alegria e a festa

depois desta provação.

Ajudai-nos, Mãe do Divino Amor,

a conformar-nos com a vontade do Pai

e a fazer aquilo que nos disser Jesus,

que assumiu sobre Si as nossas  
enfermidades

e carregou as nossas dores

para nos levar, através da cruz,

à alegria da ressurreição. Amém.

*À vossa proteção, recorremos, Santa  
Mãe de Deus;*

não desprezeis as nossas súplicas na  
hora da prova

mas livrai-nos de todos os perigos, ó  
Virgem gloriosa e bendita.

\*\*\*

## **Oração a Maria (opção 2)**

"À vossa proteção, recorremos, Santa  
Mãe de Deus".

Na dramática situação atual,  
carregada de sofrimentos e angústias

que oprimem o mundo inteiro, recorremos a Vós, Mãe de Deus e nossa Mãe, refugiando-nos sob a vossa proteção.

Ó Virgem Maria, volvei para nós os vossos olhos misericordiosos nesta pandemia do coronavírus e confortai a quantos se sentem perdidos e choram pelos seus familiares mortos e, por vezes, sepultados duma maneira que fere a alma. Sustentai aqueles que estão angustiados por pessoas enfermas de quem não se podem aproximar, para impedir o contágio. Infundi confiança em quem vive ansioso com o futuro incerto e as consequências sobre a economia e o trabalho.

Mãe de Deus e nossa Mãe, alcançai-nos de Deus, Pai de misericórdia, que esta dura prova termine e volte um horizonte de esperança e paz. Como em Caná, intervinde junto do vosso Divino Filho, pedindo-Lhe que

conforte as famílias dos doentes e das vítimas e abra o seu coração à confiança.

Protegei os médicos, os enfermeiros, os agentes de saúde, os voluntários que, neste período de emergência, estão na vanguarda arriscando a própria vida para salvar outras vidas. Acompanhai a sua fadiga heroica e dai-lhes força, bondade e saúde.

Permanecki junto daqueles que assistem noite e dia os doentes, e dos sacerdotes que procuram ajudar e apoiar a todos, com solicitude pastoral e dedicação evangélica.

Virgem Santa, iluminai as mentes dos homens e mulheres de ciência, a fim de encontrarem as soluções justas para vencer este vírus.

Assisti os Responsáveis das nações, para que atuem com sabedoria, solicitude e generosidade,

socorrendo aqueles que não têm o necessário para viver, programando soluções sociais e econômicas com clarividência e espírito de solidariedade.

Maria Santíssima tocai as consciências para que as somas enormes usadas para aumentar e aperfeiçoar os armamentos sejam, antes, destinadas a promover estudos adequados para prevenir catástrofes do gênero no futuro.

Mãe amadíssima, fazei crescer no mundo o sentido de pertença a uma única grande família, na certeza do vínculo que une a todos, para acudirmos, com espírito fraterno e solidário, a tanta pobreza e inúmeras situações de miséria. Encorajai a firmeza na fé, a perseverança no serviço, a constância na oração.

Ó Maria, Consoladora dos aflitos, abraçai todos os vossos filhos atribulados e alcançai-nos a graça

que Deus intervenha com a sua mão omnipotente para nos libertar desta terrível epidemia, de modo que a vida possa retomar com serenidade o seu curso normal.

Confiamo-nos a Vós, que resplandeceis sobre o nosso caminho como sinal de salvação e de esperança, ó clemente, ó piedosa, ó doce Virgem Maria. Amém.

© Copyright - Libreria Editrice  
Vaticana

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/recolhimento-  
de-maio-emcasa/](https://opusdei.org/pt-br/article/recolhimento-de-maio-emcasa/) (29/01/2026)