

Recolhimento de Março #EmCasa: “A Cruz de cada dia”

Estamos nos preparando para a Semana Santa, e que melhor meio do que duas horas dedicadas a refletir sobre o sentido da Cruz? Este é o tema do recolhimento de março, que oferecemos para fazer em sua casa, se não puder ir presencialmente.

16/03/2021

• Download do material para o recolhimento em PDF

1. Para Começar

2. Meditação: “Espírito de penitência”

3. Leitura

4. Exame de Consciência

5. Segunda Meditação: “A Santa Cruz. Sentido da dor”

.....

1. Para Começar

Faça uma pausa para fazer um recolhimento, um afastamento breve das tarefas diárias, algumas horas de oração silenciosa em que olhamos para Deus, para o mundo e para nós próprios.

É necessário procurar o momento e dedicar um tempo concreto a Nosso Senhor. Encontrar um lugar tranquilo, livre de distrações, e conquistar o silêncio interior. Abandonar outras tarefas, desligar o celular e começar uma conversa filial e amorosa com a Santíssima Trindade.

O Recolhimento do mês de março coincide com o tempo da Quaresma, momento no qual a Igreja convida os seus fiéis a considerar em sua oração a necessidade de conversão, de redirecionar seus passos para o Senhor.

2. Meditação: “Espírito de penitência”

Ao ouvir, procure dirigir-se pessoalmente ao Senhor e fale com Ele. Se precisar, pode parar o áudio.

3. Leitura

Na confissão Deus derrama a sua misericórdia perdando os nossos pecados e nos dá a força para levantar-nos e voltar a Ele.

- “Confissão: Deus nunca se cansa de perdoar”

4. Exame de Consciência

1. “Deus não despreza um coração contrito e humilhado” (Salmo 50). Ao considerar as minhas faltas e pecados, sinto a necessidade de me aproximar de Deus com humildade e de lhe pedir perdão, confiando na sua misericórdia?

2. Peço a Deus, especialmente na Quaresma, a graça de amá-lo mais? A

meditação da Paixão de Cristo move-me a renovar o desejo de não pecar mais?

3. Os nossos padecimentos, unidos aos de Jesus, podem converter-se em meio de purificação e de salvação. Vejo na dor e na doença, um apelo de Cristo que nos convida a carregar com Ele a Santa Cruz pela salvação do mundo?

4. Ofereço a Deus as contrariedades do dia? Ajudo os que convivem comigo a levá-las com espírito esportivo, sem complexo de vítima?

5. Procuro ativamente pequenos sacrifícios que me aproximem de Deus, fortaleçam a minha vontade e me ajudem a desagrar pelos meus pecados e pelos pecados de todos os homens?

6. Sei sacrificar gostos e planos pessoais – mesmo que sejam razoáveis e legítimos – para “revestir

de felicidade” a vida dos que me cercam? Luto contra o meu egoísmo?

7. Sacrifico-me com alegria, sem dar importância às renúncias nem pedir compensações em troca?

8. Preparo a Confissão fazendo um bom exame de consciência?

9. Confesso também os meus pecados veniais – os pecados leves – sabendo que isso me ajuda a formar a minha consciência, lutar contra as más inclinações e progredir na vida espiritual?

.....

5. Meditação: “A Santa Cruz. Sentido da dor”

Ao ouvir, procure dirigir-se pessoalmente ao Senhor e fale com Ele. Se precisar, pode parar o áudio.

.....

Imagem: Dimitri Conejo Sanz

.....

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/recolhimento-
de-marco-emcasa-a-cruz-de-cada-dia/](https://opusdei.org/pt-br/article/recolhimento-de-marco-emcasa-a-cruz-de-cada-dia/)
(18/01/2026)