

# Recolhimento de Março #EmCasa

Quem disse que não dá para fazer o recolhimento em casa? Mesmo que você não esteja com outras pessoas, nem vá a um centro da Obra, aqui está o material para você fazer o seu recolhimento mensal em casa e se preparar para a festa de São José.

23/03/2020

Baixar o material para o  
Recolhimento (duração de  
aproximadamente 120 minutos).

---

## **1. Para começar o Recolhimento...**

Quem disse que não dá para fazer o recolhimento em casa? É importante que, mesmo nestas circunstâncias excepcionais, possamos ter um encontro com Deus. É claro que a situação que estamos vivendo não é habitual, mas São Josemaria ensinou-nos a ver em tudo a mão amorosa de Deus, que pode tirar o bem do mal. Portanto, mesmo não podendo estar com outras pessoas ou ir a um centro da Obra, podemos fazer o recolhimento em casa.

Vamos pedir especialmente a São José "a graça de sermos fiéis aos nossos compromissos como cristãos que querem cumprir sempre e em tudo a vontade mais amorosa de Deus" (Bem-Aventurado Álvaro del Portillo). Peçamos pela fidelidade de

todos, e que não percamos a serenidade nem a alegria.

Por outro lado, este tempo de aparente inatividade é também uma ocasião para aproveitar o tempo e para nos unirmos, através da nossa oração solidária, às pessoas que estão passando por um momento pior. O Papa recentemente nos encorajou “com a força da fé, a certeza da esperança e o fervor da Caridade” (Francisco, 8 de março de 2020).

Podemos usar como exemplo uma situação semelhante que São Josemaria viveu durante alguns meses em 1937. Precisamente nestes dias é o aniversário da sua entrada na Legação de Honduras, em Madri, onde se refugiou por causa da Guerra Civil Espanhola. Naquela casa ficou, junto com quatro jovens do Opus Dei e o seu irmão Santiago, durante quatro longos meses. Quase

cem de pessoas viviam no apartamento. Havia apenas um banheiro, e o menu não era particularmente saboroso.

Eduardo Alastrué, um dos presentes, descreveu a atmosfera: “Alguns passavam o tempo ruminando em silêncio o seu desalento e a sua desdita; outros desabafaram comentando com amargura as suas desventuras presentes e passadas; outros lamentaram sem descanso as suas desgraças familiares, a sua carreira profissional ou os seus negócios perdidos, o seu futuro incerto e ameaçado. A esses sentimentos juntava-se o medo despertado pelos sofrimentos e perseguições passados, medo que levava a encarar o mundo exterior ao nosso asilo um ambiente inabitável. Em alguns casos, esse medo estava unido ao ódio pelos adversários, um ódio que era impotente no momento, mas que

esperavam que um dia fosse satisfeito na revanche”.

Por outro lado, o clima que São Josemaria criou ao seu redor era positivo e esperançoso. Para manter o dia bem ocupado, estabeleceu um horário no qual havia espaço para conversar com Deus, estudar, aprender línguas e para a vida familiar.

Eles não estavam lá para perder o tempo: "Quanto ao tempo dedicado ao estudo, sabemos que Zorzano [que vivia fora da Legação] deu a Escrivá um manual de conversação em latim e a Portillo alguns livros "para desbloquear seu cérebro enquanto ele estava na prisão".

Especificamente, Alastrué ensinou francês e estudou alemão, inglês e taquigrafia; Jiménez Vargas dedicou-se ao francês; Portillo estudou inglês, francês e um pouco de alemão e japonês, além de taquigrafia; e

González Barredo melhorou seu alemão com seu amigo Valdés, e fez alguns trabalhos de física atômica.

Além disso, São Josemaria pregava-lhes uma meditação todos os dias. Em um deles ele dizia: “A minha vida é agora tão monótona!”, disse aos que o acompanhavam numa meditação de julho. “Como conseguirei que frutifiquem os dons de Deus neste descanso forçado? Não esqueças que podes ser como os vulcões cobertos de neve (...). Por fora, sim, poderá cobrir-te o gelo da monotonia, da escuridão; parecerás exteriormente como que atado. Mas, por dentro, o fogo não deixará de te abrasar, nem te cansarás de compensar a carência de ação externa, com uma atividade interior muito intensa (...)”.

E numa carta escrita um ano depois aos que, no Opus Dei, estavam dispersos pelo conflito, sugeriu a

forma de o fazer: cuidando da vida interior. É isso que vamos fazer neste recolhimento: procurar crescer em amizade com Jesus, e também pensar em como ele pode preencher a nossa vida... nestas novas circunstâncias.

## **2. Meditação:**

***A virtude da fortaleza: enfrentar e resistir. Fortaleza sobrenatural.  
Pode ouvir a meditação***

O tema do mês de março é a virtude da fortaleza, que o catecismo define como “a virtude moral que dá segurança nas dificuldades, firmeza e constância na procura do bem”. Oferecemos duas opções de meditação em áudio:

O importante é que ao ouvir, você converse pessoalmente com Nosso Senhor e entre em um diálogo com Ele. Se precisar, você pode ir parando o áudio.

### 3. Leitura

No mês de março recordamos especialmente de São José. Vamos considerar o seu exemplo. Sugerimos dois textos para fazer uma leitura espiritual de 15 minutos:

#### a) Uma fidelidade que se renova

A festa de São José coloca diante dos nossos olhos a beleza de uma vida fiel. José confiava em Deus: por isso pôde ser o seu homem de confiança na terra para cuidar de Maria e de Jesus, e no Céu é um pai bom que cuida da nossa fidelidade.

#### b) São José na vida cristã e nos ensinamentos de São Josemaria

A devoção a São José estava profundamente enraizada na alma de São Josemaria desde muito jovem. Este artigo reflete sobre a devoção de São Josemaria a São José.



## **4. Evangelho: Jesus escolhe os 12 apóstolos**

### **Escolha dos Apóstolos**

## **5. 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.

## **6. Exame de Consciência**

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

1. Compreendo que, para amar de verdade, é preciso muito mais do que boa vontade e bons sentimentos; é necessária, entre outras, a virtude da fortaleza, que faz ter coragem para

enfrentar as dificuldades e paciência para tolerar as contrariedades?

2. Pratico a virtude da fortaleza na vida familiar e no trabalho, superando as minhas indisposições e o mau humor, e esforçando-me para sorrir habitualmente, para não me queixar?

4. Sei apoiar-me em Deus – com a oração, com a fé – quando sinto que me faltam as forças?

5. Sou realista na minha luta cristã? Concretizo bem as resoluções e propósitos? Proponho-me algum ponto de luta semanal?

6. No mês de março comemoramos a festa de São José. Medito sobre o exemplo da sua serenidade, ponderação, fortaleza e paciência, virtudes que lhe permitiram cumprir fielmente a missão que Deus lhe confiou? Peço a ajuda de São José, aquele a quem Deus confiou seu

próprio Filho, para que me ajude a imitar suas virtudes?

## **7. Meditação**

Continuamos meditando sobre a virtude da fortaleza. Uma característica desta virtude é que nos ajuda a vencer a tentação de abandonar o esforço perante o aparecimento das dificuldades. Oferecemos duas opções de meditação em áudio:

## **8. Oração do Papa Francisco pelo fim da pandemia**

Ó Maria,

Tu sempre brilhas em nosso caminho como sinal de salvação e esperança.

Nós nos entregamos a Ti, Saúde dos Enfermos,

que na Cruz foste associada à dor de Jesus,

mantendo firme a Tua fé.

Tu, Salvação do povo romano,

sabes do que precisamos

e temos a certeza de que garantirás,

como em Caná da Galileia,

que a alegria e a celebração possam  
retornar

após este momento de provação.

Ajuda-nos, Mãe do Divino Amor,

a nos conformarmos com a vontade  
do Pai

e a fazer o que Jesus nos disser.

Ele que tomou sobre si nossos  
sofrimentos

e tomou sobre si nossas dores

para nos levar, através da Cruz,

à alegria da Ressurreição. Amém.

***Sob a Tua proteção, buscamos  
refúgio, Santa Mãe de Deus. Não  
desprezes as nossas súplicas, nós  
que estamos na provação, e livra-  
nos de todo perigo, Virgem  
gloriosa e abençoada.***

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/recolhimento-  
de-marco/](https://opusdei.org/pt-br/article/recolhimento-de-marco/) (21/02/2026)