

# 5 razões para fazer um retiro em Portugal nesta Quaresma

O Papa Francisco começou o seu retiro espiritual no primeiro Domingo da Quaresma. O Prelado do Opus Dei aproveita também o tempo da Quaresma para esta prática de piedade. A Prelatura do Opus Dei organiza em Portugal alguns retiros neste tempo. Descubra aqui onde e quando.

11/03/2019

## O que é um retiro espiritual?

Os dias de retiro são dias propícios para olhar com uma certa distância a nossa vida diária para depois retomá-la com mais forças espirituais.

A pregação do sacerdote nas meditações ajuda a meter-se na vida de Jesus para O conhecer melhor, estar com Ele, amá-Lo mais, segui-Lo mais de perto.

Durante o retiro também há momentos dedicados à oração e ao exame de consciência pessoal, à recitação do terço e a outras práticas de piedade cristã. A Santa Missa é celebrada diariamente e é possível receber o sacramento da confissão e aconselhamento espiritual.

Nas meditações e palestras dos retiros organizados pela Prelatura do

Opus Dei abordam-se vários temas, como por exemplo:

- O sentido da vida e o projeto de Deus para a humanidade
- Deus e a liberdade do Homem
- O nascimento de Jesus e a humildade
- A vida oculta de Jesus e a santificação do trabalho e da vida familiar no dia a dia
- Estar com Cristo: vida de oração e prática dos sacramentos
- A vida pública de Jesus e a missão para o apostolado
- A Paixão de Cristo, a Cruz e o mistério do sofrimento
- A Ressurreição de Jesus, a alegria e o Espírito Santo
- Nossa Senhora.

**Porque é importante fazer um retiro na Quaresma?**

A Quaresma é descobrir que somos feitos (...) para Deus, não para o mundo; para a eternidade do Céu,

não para o engano da terra; para a liberdade dos filhos, não para a escravidão das coisas.

Homilia do Papa Francisco, Quarta-Feira de Cinzas de 2019 (6 de Março de 2019).

Pela chamada que a Igreja nos faz na Quaresma a uma conversão mais profunda, a paz de uns dias de retiro, longe das confusões e das corridas diárias, permite-no:

1. Colocar diante de Deus os pesos que carregamos no coração, para que Ele nos alivie, ilumine com alegria e serenidade.
2. Enchermo-nos da Ternura e da Misericórdia de Deus.
3. Conhecê-Lo e conhecermos-nos melhor com a clareza da Sua luz.
4. Confiar mais n'Ele para que tome conta da nossa vida e a transforme.

5. Planear com Deus o rumo e as prioridades da vida: na família, no trabalho, no relacionamento com os outros e com Ele.

## **Onde posso fazer um retiro em Portugal?**

Aqui pode consultar o calendário de retiros para os diferentes públicos. Pode inscrever-se neste [link](#). Mais informações: [www.fazerretiro.com](http://www.fazerretiro.com)

### ***PARA SENHORAS***

- Para estudantes do Ensino Secundário e Universitário**
  - Para Mulheres**
- 

### ***PARA HOMENS***

- Para rapazes estudantes do Ensino Secundário e Universitário**

## **- Para Homens**

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de <https://opusdei.org/pt-pt/article/5-razoes-para-fazer-retiro-em-portugal-quaresma-2019/> (16/01/2026)