

O que é um retiro?

O retiro consiste numa pausa anual de vários dias para rezar. No campo espiritual, é o equivalente à inspeção periódica dos carros ou à revisão médica das pessoas: trata-se de ver na presença de Deus como vai a nossa vida cristã e de uma pessoa se examinar para descobrir o que pode melhorar.

24/11/2022

Ver também: [Datas dos retiros em Portugal em 2025](#) [10 textos breves](#)

sobre o silêncio na oração e nos retiros

«Que faremos tu e eu nestes dias de retiro?» –perguntava-se certa vez São Josemaria; e respondia: «Relacionar-nos muito com o Senhor, procurá-l'O, como Pedro, para manter uma conversa íntima com Ele. Olha bem que digo conversa: diálogo a dois, cara a cara, sem esconder-se no anonimato. Precisamos dessa oração pessoal, dessa intimidade, desse trato direto com Deus Nossa Senhor» (S. Josemaria, Notas de uma meditação, 25/02/1963).

Os que são organizados por centros da Obra, realizam-se normalmente durante um fim de semana prolongado, numa casa de退iros e de convívios, um tanto afastada do

ruído das cidades. São dias em que é muito recomendado o ‘jejum’ da *internet*, redes sociais e mensagens.

Os dias organizam-se em torno da Eucaristia, pois no oratório celebra-se Missa diária, a Via Sacra, a visita ao Santíssimo Sacramento, o exame de consciência e as meditações em que o sacerdote ajuda as pessoas a adentrarem-se nas realidades da vida cristã que são a coluna vertebral desses dias. «A vida cristã não nos leva a identificar-nos com uma ideia, mas sim com uma pessoa: com Jesus Cristo. Para que a fé ilumine os nossos passos, além de nos perguntarmos: quem é Jesus Cristo para mim? Pensem: quem sou eu para Jesus Cristo?» (Fernando Ocáriz. *À luz do Evangelho*).

O horário abrange ainda uma palestra, o Terço, a leitura espiritual... e ficam ainda bastantes tempos livres para reflexão pessoal

ou para falar com quem dirige o retiro ou com o sacerdote.

Nada mais? Nada mais... e nada menos. Não há efeitos especiais. Como é lógico, o sacerdote prepara bem as meditações a fim de apresentar a vida de Cristo de modo sugestivo, e há quem refira a importância de tomar notas, de acompanhar o horário geral com a leitura de um livro que nos diga algo, de fazer alguns propósitos... mas isso já faz parte do estilo pessoal com que cada pessoa gere esses dias.

O importante é o silêncio – Santa Teresa de Calcutá dizia que «o silêncio proporciona-nos uma visão nova de todas as coisas» –, e não deve esquecer-se que o que aqui se propõe não é viver em perpétuo retiro, mas sim que essa pausa anual permita ao Espírito Santo iluminar todos os recantos da nossa vida do dia-a-dia, no trabalho profissional, na família e

no cumprimento dos nossos deveres normais.

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de <https://opusdei.org/pt-pt/article/o-que-e-um-retiro/> (16/02/2026)