

opusdei.org

Retiro mensal de agosto em casa em português

Faça uma pausa para fazer um retiro mensal ou recoleção em português. Pode fazê-la on-line ou presencialmente num dos centros do Opus Dei.

21/08/2020

Índice

1. O que é um retiro mensal ou recoleção ?

2. Meditação 1: Good news vs Fake News: a defesa da verdade com simpatia e responsabilidade (30 min)

3. Leitura (12 min.)

4. Terço (20 min)

5. Exame de consciência (10 min)

6. Meditação 2: O que faço eu aqui? A resposta alegre à vontade de Deus e a vida de fé (30 min)

.....

1. O que é um retiro mensal ou recoleção?

Um breve afastamento das ocupações habituais para estar a sós com Deus e pensar em como se vive a fé na família, no trabalho e na relação com os outros. Podendo ter muitos formatos, cada recoleção

inclui habitualmente duas pregações, antecedidas de uma breve leitura e completadas por um exame de consciência.

Pode também ver as recolções presenciais que se organizam em Portugal em julho e agosto.

.....

2. Meditação 1: Good news vs Fake News: A defesa da verdade com simpatia e responsabilidade

Ao ouvir, procure dirigir-se pessoalmente ao Senhor e fale com Ele.

.....

3. Leitura (12 min.)

Sugerimos dois textos possíveis.

a) “O que esperam de nós os nossos verdadeiros amigos?”

Carta do Prelado sobre a Amizade
(pontos 9-18)

Avance para o minuto 15 do áudio.
Pode também ler o texto aqui.

b) "Virtudes humanas"

Homilia de S. Josemaria

Pode ler o texto aqui

.....

4. Terço (20 min)

Em todos os tempos, os cristãos dirigem-se a Nossa Senhora com o terço, para pedir proteção nos momentos de dificuldade.

Pode rezar com a ajuda destes áudios em português.

5. Exame de consciência (10 min)

a) *Sugerimos que, se possível, repouse o olhar num crucifixo ou numa imagem de Nossa Senhora. Recorde que Deus é Pai. e Peça ao Espírito Santo que o ilumine.*

b) *Considere as seguintes perguntas:*

1. «Imediatamente Jesus estendeu a mão, agarrou Pedro e disse-lhe: homem de pouca fé, porque duvidaste?» (Mt 14,31). Descanso na certeza de que estou sempre acompanhado por Cristo? Tento colocar a minha cabeça e o meu coração n'Ele para não exagerar nas minhas dificuldades?

2. *Senhor, meu Deus: nas Tuas mãos abandono o passado e o presente e o futuro, o pequeno e o grande, o pouco e o muito, o temporal e o eterno (Via Sacra, VII*

estação, n. 3). Abandono nas mãos do meu Pai Deus as preocupações, e especialmente a preocupação com o que pode acontecer no futuro, sabendo que Ele fará tudo antes, mais e melhor? Rezo e sacrifico-me pela Igreja, pelas preocupações do Santo Padre e do Bispo da minha diocese?

3.«Levamos, porém, esse tesouro em vasos de barro, para que se possa ver que este poder que a tudo excede provém de Deus e não de nós mesmos» (2 Co 4,7). Olho com serenidade para as minhas fraquezas e confio na força de Deus? Faço um breve exame de consciência diário e sei pedir desculpa a Deus e aos outros, sabendo que quando sou fraco, é que sou forte (2 Cor 12, 10)?

4.«Há aqui um rapaz com cinco pães de cevada e dois peixes pequenos; mas o que é isto para tanta gente?» (Jo 6,9). Tenho

confiança para colocar tudo o que tenho nas mãos de Deus, por muito pequeno que pareça? Evito que a experiência das minhas fraquezas me impeça de ser generoso? O tempo de férias tem-me servido para refletir que muitas coisas grandes dependem de que eu viva como Deus quer (Caminho, 755)?

5. «"Se podes?", disse Jesus. "Tudo é possível àquele que crê."

Imediatamente o pai do menino exclamou: "Creio, mas ajuda a minha incredulidade!"» (Mc 9, 23-24). Confio que o Senhor pode curar as feridas da minha alma, e mostro-lhas com humildade e simplicidade na minha oração pessoal? Reconheço que é possível começar uma “vida nova” quando me confesso com contrição e com um verdadeiro propósito de emenda? Deixo-me ajudar na direção espiritual, manifestando sinceramente o estado da minha

alma, contando em primeiro lugar o que teria preferido que não se soubesse (Forja 126)?

6. Faremos milagres como os de Cristo, milagres como os dos primeiros Apóstolos. Talvez fôssemos cegos, ou surdos, ou estropiados, ou cheirássemos a cadáver, e a palavra do Senhor nos tivesse levantado da nossa prostração (Amigos de Deus, n. 262). Faço memória dos tempos em que Cristo me trouxe de volta à Vida e estou convencido que Ele pode fazer o mesmo com as almas dos meus familiares e amigos? Aproveito o tempo nas férias para telefonar ou escrever aos meus amigos, com uma preocupação sincera por eles?

7. «O seu irmão Lázaro estava doente. (...) Mandaram, pois, as irmãs dizer a Jesus: Senhor, eis que está doente aquele que tu amas.» (Jo 11,2-3). Peço a Jesus com

esta confiança pelas pessoas doentes ou que estão a passar por um mau momento na sua vida espiritual ou pessoal? Posso, neste tempo de férias, visitar alguma pessoa doente ou fazer voluntariado, imitando o exemplo de Cristo?

c) Agradeça a Deus tudo o que lhe sugeriu. Peça-lhe a graça de um arrependimento sincero e ajuda para continuar a lutar. Use palavras próprias, ou diga simplesmente: Obrigado! Perdão! Ajuda-me mais!

.....

6. Meditação 2 - O que faço eu aqui? A resposta alegre à vontade de Deus e a vida de fé

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

.....

pdf | Documento gerado
automaticamente a partir de [https://
opusdei.org/pt-pt/article/retiro-mensal-
agosto-2020-em-casa-em-portugues/](https://opusdei.org/pt-pt/article/retiro-mensal-agosto-2020-em-casa-em-portugues/)
(05/04/2026)