opusdei.org

Retiro mensal de abril 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 horários que pode ver aqui.

09/04/2021

Índice

- 1. <u>Introdução</u>
- 2. <u>Meditação 1: Ressurreição e</u> Esperança

- 3. Leitura
- Meditação 2: Cristo presente nos cristãos
- 5. Exame de consciência

1. Introdução

"Nesta noite [da Vigília Pascal], conquistamos um direito fundamental, que não nos será tirado: o direito à esperança. É uma esperança nova, viva, que vem de Deus. Não é mero otimismo, não é uma palmadinha nas costas nem um encorajamento de circunstância, com o aflorar dum sorriso. Não. É um dom do Céu, que não podíamos obter por nós mesmos. Tudo correrá bem: repetimos com tenacidade nestas semanas, agarrando-nos à beleza da nossa humanidade e fazendo subir do coração palavras de

encorajamento. Mas, à medida que os dias passam e os medos crescem, até a esperança mais audaz pode desvanecer. A esperança de Jesus é diferente. Coloca no coração a certeza de que Deus sabe transformar tudo em bem, pois até do túmulo faz sair a vida" (Papa Francisco, homilia na Vigília Pascal, 11/04/2020)

Neste retiro mensal de abril, permeado da alegria do mistério Pascal celebrado, centraremos a nossa meditação sobre a ressurreição do Senhor e a esperança concreta que ela abre no nosso dia-a-dia. E como Jesus Ressuscitado, o Vivente!, está agora presente entre nós e sai também ao nosso encontro na Eucaristia, na Palavra de Deus e nos outros, para nos transmitir a vida e a força de Deus!

Existem também retiros mensais presenciais. Veja neste link as

atividades que se organizam em Portugal (de Norte a Sul e Ilhas) o lugar e o horário mais conveniente.

2. Meditação 1: Ressurreição e Esperança (30 min)

Ao ouvir, procure dirigir-se pessoalmente ao Senhor e fale com Ele. Se precisar, pode parar o vídeo. Se preferir, pode seguir a meditação em áudio:

3. Leitura espiritual (sugestão de alguns textos)

Sugerimos dois textos possíveis.

Opção 1): <u>Homilia do Papa Francisco</u> na Vigília Pascal 2020 Opção 2): Ao encontro de Jesus

Opção 3): <u>Páscoa: Ressuscitei e estou</u> sempre contigo

4. Meditação 2: "As aparições de Jesus Ressuscitado: Cristo vive!"

Propomos a meditação do seguinte texto: "Cristo presente entre os cristãos" (homilia de S. Josemaria).

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. «Veio Jesus, apresentou-Se no meio deles e disse-lhes: "A paz esteja convosco"» (Jo 20, 19-20). Enfrento os desafios de cada dia com paz? Como procuro criar à minha volta com o meu cônjuge, com os meus filhos, com os meus colegas, etc. um ambiente de serenidade?
- 2. «Todo o que nasceu de Deus vence o mundo» (1 Jo 5, 4). Com que atitude contemplo os desafios da sociedade? Jesus é o ponto de referência constante no meu compromisso de transformar o mundo?
- 3. «O bom desportista não luta para alcançar uma só vitória, e à primeira tentativa. (...); tenta uma e outra vez e, mesmo que no princípio não triunfe, insiste tenazmente» (Forja, n. 169). Como recorro aos sacramentos para aumentar o desejo de continuar a caminhar com Nosso Senhor, com a segurança de que Ele me ajuda todos os dias, uma vez e outra?

- 4. A Ressurreição de Cristo introduznos numa nova vida. Na minha família, como é que esta realidade se transforma em <u>alegria e otimismo</u> quando as dificuldades aparecem?
- 5. «A esperança não engana, porque o amor de Deus foi derramado em nossos corações pelo Espírito Santo que nos foi dado» (Rom 5, 5). Que projetos na minha vida familiar, profissional e social posso confiar mais ao Espírito Santo, para que Ele os leve a bom termo?
- 6. «Enquanto falavam e discutiam, Jesus aproximou-Se deles e pôs-Se com eles a caminho» (Lc 24, 15-16). Caminho compartilhando a minha vida com Cristo? Peço ajuda ao Espírito Santo para que as minhas práticas de piedade sejam um encontro com Jesus vivo?
- 7. «Jesus entrou e ficou com eles. E quando Se pôs à mesa, tomou o pão, recitou a bênção, partiu-o e entregou-

lho. Nesse momento abriram-se-lhes os olhos e reconheceram-n'O» (Lc 24, 29-31). Procuro não perder a admiração perante a <u>Eucaristia</u> e tento compartilhar este grande dom com a minha família?

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!

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de https:// opusdei.org/pt-pt/article/retiro-mensalde-abril-em-casa-em-portugues/ (25/11/2025)