opusdei.org

Retiro mensal de junho 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.

11/05/2021

Índice

- 1. Introdução
- 2. **Meditação** 1: O coração de Cristo, paz dos cristãos

3. Leitura

- 4. **Meditação** 2: O exemplo da vida santa de S. Josemaria
- 5. Exame de consciência

1. Introdução: O amor de Cristo e o exemplo de S. Josemaria

O Sagrado Coração é um sinal do triplo amor com que o Redentor ama continuamente o Pai e todos os homens: Amor Divino (comum ao Pai e ao Espírito Santo); Caridade ardentíssima infundida na sua alma que move a sua vontade humana; e Amor sensível com que "o seu coração sacratíssimo nunca deixou nem deixará de palpitar com imperturbável e plácida pulsação, nem tampouco cessará de demonstrar o tríplice amor com que o Filho de Deus se une a seu Pai

eterno e à humanidade inteira, de quem é, com pleno direito, a cabeça mística" (Pio XII, encíclica "Haurietis aquas").

"Cristo na Cruz, com o Coração trespassado de Amor pelos homens, é uma resposta eloquente - as palavras não são necessárias - à pergunta sobre o valor das coisas e das pessoas. Pois valem tanto os homens, a sua vida, a sua felicidade, que o próprio Filho de Deus Se entrega para os remir, para os purificar, para os elevar!" (S. Josemaria, Cristo que passa, n. 165)

"Obrigado, meu Jesus, porque quiseste fazer-te perfeito Homem, com um Coração amante e amabilíssimo, que ama até à morte e sofre; que se enche de júbilo e de dor; que se entusiasma com os caminhos dos homens, e nos mostra o que nos leva ao Céu; que se sujeita heroicamente ao dever, e se guia pela

misericórdia; que vela pelos pobres e pelos ricos; que cuida dos pecadores e dos justos...

Obrigado, meu Jesus, e dá-nos um coração à medida do Teu!"

(S. Josemaria, Sulco, n. 813).

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. **O coração de Cristo,** paz dos cristãos

Texto: <u>"O coração de Cristo, paz dos cristãos"</u> (homilia de S. Josemaria)

3. Leitura espiritual (sugestão de alguns textos):

Opção 1): <u>Homilia do Prelado na</u> festa de S. Josemaria 2019

Opção 2): O coração aberto de Deus: misericórdia e apostolado

Opção 3): Elevar o mundo até Deus e transformá-lo desde dentro (Homilia do Papa João Paulo II na canonização de Josemaría Escrivá

4. Meditação 2. **"O exemplo da vida santa de S. Josemaria"**

5. Exame de consciência

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. «Jesus, ponho-me confiadamente nos teus braços, com a cabeça escondida no teu peito amoroso, com o coração pegado ao teu Coração: quero, em tudo, o que Tu quiseres» (Forja, n. 529). Desejo que o meu coração se pareça cada vez mais com o Coração de Cristo? Como procuro aprender no Evangelho com as suas reações, ternura, olhares, carinho, delicadeza, paciência, etc.? Peço a Deus que dê um coração grande aos meus filhos, ao meu cônjuge, às pessoas minhas amigas?
- 2. «Jesus viu um publicano e, como o olhou com um sentimento de amor e o escolheu, disse-lhe: Segue-me» (San Beda Venerável, Hom. 21). Enche-me de paz considerar que Jesus me olha com amor, como olhou para Mateus?

Trato de olhar para os outros como faria Cristo?

- 3. Com as obras de misericórdia a vida de Cristo reflete-se de uma maneira especial na nossa conduta. Sei consolar as pessoas que sofrem, trato com paciência e carinho os doentes mais próximos? Sei ensinar quem não sabe, ou dar bons conselhos a quem precisa? Como posso ser generoso com o meu tempo? Tenho consciência de que as obras de misericórdia começam na minha família?
- 4. Como manifesto paciência e carinho com os doentes da minha família, dedicando tempo às pessoas mais necessitadas que tenho à minha volta? Sou uma pessoa amável e procuro dar sempre uma visão positiva aos problemas?
- 5. «Não precisei de aprender a perdoar porque o Senhor me ensinou a amar» (Sulco, n. 804).

Com que pessoas posso aumentar a minha capacidade de compreender e de amar? Peço a Deus que me dê a graça necessária para gostar das que não me trataram bem, que me humilharam, ou daquelas com que não me entendo muito? Sei passar por alto os defeitos dos outros?

- 6. Como é que os ensinamentos de <u>S.</u>
 <u>Josemaria</u> alimentam a minha oração e a minha relação com Nosso
 Senhor? Peço a sua intercessão para que me ajude na atuação com a minha família e com os meus amigos e amigas?
- 7. S. Josemaria costumava dizer que queria deixar como herança aos seus filhos no Opus Dei o amor à liberdade e o bom humor. Em que é que posso melhorar para que isto seja uma realidade na minha vida?
- 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-junho-em-casa-em-portugues/ (30/11/2025)