

opusdei.org

# Retiro mensal de novembro 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.

16/11/2020

## *Índice*

1. Introdução

2. Meditação 1: Viver com perspectiva de eternidade (30 min)

3. Leitura (12 min.)

4. Terço (20 min)

5. Exame de consciência (10 min)

6. Meditação 2 – Viver o trabalho por amor (30 min)

.....

## **1. Introdução**

Em novembro, a Igreja propõe-nos que consideremos as realidades últimas – os Novíssimos -: morte, juízo, inferno e paraíso. Para o cristão, a morte é apenas a porta da Vida (com maiúscula), para o Céu. Por isso não temos medo: nosso Senhor está à nossa espera, com quem convivemos diariamente e que recebemos frequentemente na comunhão. Sabemos que esta vida não acaba, transforma-se numa vida melhor na qual poderemos

contemplar o rosto de Deus que preencherá todos os desejos do nosso coração.

Assim, vamos em peregrinação através deste mundo, com os olhos fixos no prémio, com a urgência de fazer bom uso do tempo e de ganhar a vida eterna, porque não há nada mais importante.

A cabeça no céu, os pés bem assentes no chão. Não podemos ignorar nem o mundo nem as realidades mais materiais que são objeto de santificação: é por isso que meditaremos sobre o trabalho: com o qual nos santificamos, santificamos os outros e preparamos a chegada da Jerusalém celeste. Com o nosso trabalho, transformamos o mundo num mundo melhor, cada vez mais parecido com o Céu que tanto desejamos.

---

## **2. Meditação 1: Viver com perspectiva de eternidade (30 min)**

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

.....

## **3. Leitura (12 min.)**

Sugerimos dois textos possíveis.

### **a) Carta de D. Javier Echevarría (novembro 2015)**

Pode ler o texto aqui

### **b) O eixo da nossa santificação**

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. «Eu sou a ressurreição e a vida (...) – diz o Senhor –. Quem crê em Mim, ainda que morra, viverá: e todo aquele que vive e crê em Mim não morrerá para sempre» (Jo 11, 25-26). Medito com frequência sobre a vida eterna,*

a morte, o juízo diante de Deus, o purgatório, o céu e o inferno? Faço-o na esperança certa de que Cristo nos salva? Falo da vida eterna aos outros?

2. A certeza de um dia vir a morrer serve-me para aproveitar o melhor possível o tempo que Deus me concede na Terra? Tenho consciência de que deverei um dia responder ao Senhor sobre como usei os talentos que Ele me deu? Importa-me antes de mais o julgamento de Deus, ou actuo por razões meramente humanas?

3. Na felicidade eterna, com Santa Maria, S. José, os Anjos e todos os santos, veremos Deus «*face a face*» (1 Cor 13, 12). Vivo com a esperança do Céu?

4. «*Deus quer que ‘todos se convertam’ (2 Pe 3, 9), mas, tendo criado o homem livre e responsável, respeita as suas*

*decisões» (Compêndio, 213).*

Compreendo que quem persiste no pecado mortal rejeita o amor misericordioso de Deus?

5. Tenho fé na ressurreição dos corpos? Ofereço sufrágios pelos defuntos? Rezo pelas almas do purgatório, especialmente no Sacrifício Eucarístico? Recorro à intercessão das ‘benditas almas do purgatório’?

6. O Senhor diz: «*Sede perfeitos como o vosso Pai celestial é perfeito*» (Mt 5, 48). Quero, de facto, corresponder ao chamamento à santidade? Começo cada dia oferecendo-o a Deus, com uma oração? Renovo esse oferecimento durante o dia?

7. Esforço-me por fazer bem o meu trabalho e oferecê-lo a Deus? Organizo-me para melhorar a minha formação? Evito fazer coisas atabalhoadas?

8. Que intenções tenho ao trabalhar? Procuro atuar por amor a Deus e aos outros? Quero servir, ser útil?

9. Suporto com elegância as dificuldades do trabalho, oferecendo-as a Deus? No caso de desemprego, sei tirar ou ensinar a tirar proveito dessa fase difícil e, ao mesmo tempo, tratar de encontrar novo emprego?

10. Aconselho-me com pessoas de bom critério em questões morais relacionadas com a minha profissão? Peço a Deus a força para não condescender com a injustiça, a fraude ou a mentira?

.....

## **6. Meditação 2 – Viver o trabalho por amor (30 min)**

*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-  
novembro-2020-em-casa-em-portugues/](https://opusdei.org/pt-pt/article/retiro-mensal-novembro-2020-em-casa-em-portugues/)  
(28/01/2026)