

opusdei.org

# Retiro mensal de outubro 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.

18/10/2020

## *Índice*

1. O que é uma recoleção?
2. Meditação 1: A esperança de ser santos (30 min)

3. Leitura (12 min.)

4. Terço (20 min)

5. Exame de consciência (10 min)

6. Meditação 2 – Recristianização da sociedade (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.

Existem retiros mensais presenciais que são organizados pelos centros do Opus Dei. Pode saber mais informações sobre as atividades de formação neste link.

.....

## **2. Meditação 1: A esperança de ser santos (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) “Na alegre esperança de Cristo”**

Pode ler o texto aqui.

## **b) "Na tarefa da nova evangelização"**

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. Deus «escolheu-nos em Cristo antes da Criação do mundo para sermos santos e irrepreensíveis na Sua presença, por amor» (Ef 1, 4).

Propago entre os meus amigos o chamamento universal à santidade?

Faço-o, em primeiro lugar, com o exemplo da minha luta alegre por corresponder ao amor que Deus tem por mim?

2. Ponho toda a minha esperança na onipotência misericordiosa de Deus?

3. S. Pedro convida os cristãos a estarem sempre prontos a dar testemunho das razões para a sua esperança (cfr. 1 Pd 3, 15). Apresento com clareza e optimismo a mensagem de Jesus Cristo, única Luz

capaz de dar esperança aos corações?

4. Se saio derrotado nalguma batalha interior, recorro com humildade a Deus, para que me ajude a rectificar, certo de que me vai conduzir de novo a Si?

5. Lembro-me de que Deus me deu o mundo por herança e me pede que colabore na extensão do Seu reinado? Alargo os meus horizontes, para não ver as coisas apenas do ponto de vista humano?

6. Participo, na medida das minhas possibilidades, nas iniciativas e instituições do meu bairro, da minha cidade, do meu país? Fomento iniciativas capazes de melhorarem a sociedade? Procuro assumir a minha responsabilidade pessoal em favor do bem comum?

7. Procuro mostrar a grandeza da fé cristã, que respeita a consciência de

todos? Empenho-me em defender a liberdade de culto, particularmente no nosso ambiente paganizado? Sei explicar que a liberdade religiosa inclui na sociedade a livre manifestação da fé, para além da simples prática religiosa?

---

## **6. Meditação 2 – Recristianização da sociedade (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://dev.opusdei.org/pt-pt/article/retiro-mensal-outubro-2020-em-casa-em-portugues/> (09/08/2025)