RETIRO DO ADVENTO E NATAL 2025

1. **O que é?**

- Com atraso, inicio o Retiro do Advento e do Natal. Convido você a realizá-lo comigo. Este tempo litúrgico é o tempo de preparação e de generosa confiança no Deus que não nos desampara nunca. Ainda vivemos o “Ano Santo Jubilar”, como peregrinos de Esperança.

- Queremos viver o tempo litúrgico do Advento e Natal à luz da Sagrada Escritura, da liturgia diária, nos valendo da espiritualidade inaciana. O desejo é o de crescermos na humildade e na liberdade dos filhos e filhas de Deus para mais amar e servir.

- Fundamentalmente o Retiro do Advento e Natal é um caminho de oração, um encontrar-se com Deus, cotidianamente, por meio dos exercícios de oração propostos.

1. **Como fazê-lo?**

- É preciso preencher-se de ânimo e generosidade para começar e perseverar no Retiro. Encontrar, a cada dia, uma meia hora para fazer as meditações e orações propostas.

- O Retiro requer muita fidelidade, a fim de colocar o Senhor acima de outros compromissos.

- É bom que tenha um “diário espiritual”, um “caderno de vida”, no qual você poderá anotar, após a oração, aquilo que aconteceu de mais importante e significativo para o seu crescimento na fé e em sua prática de vida cristã.

3. Oração preparatória

Senhor, que todos os meus pensamentos, palavras,

sentimentos e ações estejam ordenados apenas para ti,

para que os transforme e ordene.

1. **Retrospectiva:**

Primeira Semana do Advento

- Na primeira semana do Advento, São Paulo nos lembrava que é “hora de despertar, e Jesus nos dizia, no Evangelho, da necessidade “de ficar atentos”.

- De fato, o tempo do Advento é um tempo de silêncio, esperança e vigilância. Um tempo de deixar que o coração se prepare, pouco a pouco, para acolher o Senhor que vem.

- Vivemos tempos difíceis – conflitos, dores, incertezas e desânimo se espalham pelas realidades do mundo e por dentro de nós. Mas é justamente nesse tempo ferido que Deus quer plantar a esperança. Por que Ele vem, sempre vem (Ap 4,8).

- Nem sempre percebemos essa vinda. Às vezes, estamos distraídos, cansados, desanimados. A vida se enche de ruídos, de tarefas, de preocupações, e o essencial vai se apagando. Quem nunca se sentiu assim? Como se a fé tivesse esfriado, como se a luz tivesse sumido do caminho, como se estivéssemos andando no escuro...

- O Advento nos convida “Vamos subir ao monte do Senhor, à casa do Deus de Jacó, para que ele nos mostre seus caminhos e nos ensine a cumprir os seus preceitos” (Is 2,3b).

- É hora de parar, ouvir, observar e aprender do Senhor. “Ficai atentos! Porque não sabeis em que dia virá o Senhor” (Mt 24,42).

Graça a pedir:

Senhor, dai-nos um coração desperto, atento à tua vinda,

capaz de reconhecer tua presença no cotidiano

e viver animado pela esperança que vem de Ti.

Segunda Semana do Advento

- Nessa segunda semana do Advento, somos chamados a abrir o coração à graça de Deus, à conversão de vida. É Ele quem transforma o deserto em jardim e o silêncio em escuta.

- O deserto se torna símbolo de nosso interior: lugar de silêncio, solidão e encontro com Deus. Ali, onde tudo parece estéril, a graça floresce. A voz que clama no deserto (João Batista) nos convida à conversão e à preparação do caminho do Senhor dentro de nós.

- Deus não se cansa de nos buscar. Ele habita em nosso coração, deseja curar nossas feridas e restaurar nossa dignidade. Ele também nos chama a ser presença viva, em seu nome, no mundo: ser voz de justiça, mãos que acolhem, corações que irradiam a sua luz.

Graça a pedir:

Senhor, aqui estou. Desejo encontrar-te no silêncio do deserto em que me encontro.

QUARTA-FEIRA, DIA 10 DE DEZEMBRO

“Vinde a mim todos que estais cansados” (Mt 11,28).

Leituras: Is 40,25-31; Sl 102; Mt 11,28-30.

Graça a pedir:

Senhor, aqui estou, desejoso de te encontrar e de descansar em Ti.

Evangelho de Jesus Cristo segundo São Mateus 11,28-30.

- Após a leitura atenta desta passagem dos santos evangelhos, imagine a cena bíblica:

- Imagine-se entre o povo que acompanha Jesus. Veja os rostos marcados pela vida. O que você sente

ao vê-los? Jesus olha com compaixão e diz: “Vinde a mim todos vós que estais cansados... e eu vos darei descanso” (Mt 11,28). Deixe que estas palavras impactem você.

- Refletindo a Palavra de Deus:

- Há um cansaço mais profundo, existencial, que nem sempre sabemos nomear.

- A rotina desgastante vai, aos poucos, minando nossas forças, Vamos nos afastando de nós mesmos, de nossa interioridade.
- Muitas vezes, vivemos como se estivéssemos sempre correndo atrás de metas, conquistas, resultados... e esquecemos de contemplar as paisagens do caminho.

- A espiritualidade nos ajuda a sair de uma vida superficial em direção a uma vida com sentido.

- É preciso atenção e foco naquilo que Deus deseja para nós, hoje. Precisamos ouvi-lo.
- A vida espiritual permite que nossas ações se tornem expressão de pessoas autênticas, transparentes e cheias de sentido.
- Diante do ritmo acelerado da vida moderna, Jesus nos convida ao recolhimento, ao descanso, à leveza e à esperança.

- Deixando-nos questionar pela Palavra de Deus:

- Quais fardos você carrega? Entregue-os a Jesus. Converse com Ele, peça cura e alívio.
- Sinta o amor de Jesus agindo em você. Amor que o acolhe e restaura, que o levanta com novo ânimo para levar aos outros esse mesmo amor que recebeu, aliviar, em seu nome, os fardos dos irmãos e irmãs. Você tem feito isto? O que mais pode fazer?

- Rezando à luz da Palavra de Deus:

Senhor Jesus, obrigado pelo teu convite:

“Vinde a mim”.

Quero ir ao teu encontro para estar contigo.

Ensina-me a conhecer o Pai,

a tomar consciência da minha condição de filho,

a reconhecer os outros como irmãos e irmãs.

Ensina-me a ser manso e humilde de coração.
Ensina-me a ir ao teu encontro,

A abrir-Ti o meu coração

E apresentar-Ti minhas preocupações e culpas.

Que, em Ti, eu possa encontrar repouso e paz.

Que, em Ti, encontre coragem e força

para levar, dia após dia, o teu jugo suave

e o teu fardo leve.

Amém.

- Contemplando na vida a Tua Palavra, Senhor:

- O Evangelho de hoje nos exorta a assumir o estilo de Jesus “manso e humilde de coração” (v. 29), como caminho para chegar aos segredos de Deus, nos aproximar d'Ele e nos tornar seus discípulos: “Vinde a mim” (v. 28).

- Jesus convida para a sua escola e promete “descanso”, isto é, o saciar dos mais profundos anseios do coração humano.

- É preciso tornar-se discípulos, aproximar-se de Jesus que fala do Pai aos seus amigos e descobrir que a familiaridade com Jesus é uma escola exigente, mas capaz de oferecer repouso e paz.

- Jesus não dispensa os seus discípulos do cumprimento da lei de Deus, mas diz que será um peso adequado às forças de quem o deve carregar.

- Ao ouvirmos o convite de Jesus para irmos a Ele, sentimo-nos exortados a regressar ao grande amor com que Deus nos amou, tornando-nos seus amigos e filhos.

- Só nos aproximando do Coração de Jesus, podemos compreender a grandeza desse amor, e a graça da filiação divina que o Pai nos concedeu.

Pe. Marcelo Moreira Santiago

http://www.coracaodejesusmariana.com.br/noticia/2896/retiro-do-advento-e-do-natal-2025 em 14/11/2026 04:28