

Retiro de mayo #DesdeCasa (2025)

Esta guía es una ayuda para hacer por tu cuenta el retiro mensual, allí donde te encuentres, especialmente en caso de dificultad de asistir en el oratorio o iglesia donde habitualmente nos reunimos para orar.

01/05/2025

- [Descarga el retiro mensual #DesdeCasa \(PDF\).](#)

1. Introducción. Dóciles al Espíritu Santo, acompañados por María.

2. Meditación I. Pentecostés. Docilidad al Espíritu Santo.

3. Meditación II. María, Madre de Dios y Madre nuestra: la devoción a la Virgen.

4. Charla.

5. Lectura espiritual.

6. Examen de conciencia.

Introducción. Dóciles al Espíritu Santo, acompañados por María

Este retiro de mayo nos sitúa bajo la acción vivificante del Espíritu Santo y la ternura materna de la Virgen María. “Dóciles al Espíritu Santo, acompañados por María”: ese es el camino de los santos, el de quienes han dejado que Dios transforme su vida desde dentro, escuchando con atención sus mociones y dejándose conducir con confianza, como lo hizo la Virgen.

Este mes, marcado por la memoria agradecida al Papa Francisco que nos ha dejado para marchar a la casa del Padre, se nos presenta también como un tiempo de especial oración por la Iglesia: pedimos al Señor que asista al próximo Cónclave con la luz del Espíritu Santo, y nos conceda un nuevo Sucesor de Pedro que guíe a la Iglesia con fidelidad, fortaleza y alegría.

En el marco del Jubileo que la Iglesia celebra, somos invitados a renovar nuestra disponibilidad interior: abrir de par en par el alma al Espíritu Santo, que actúa en los sacramentos, en la oración y en los pequeños detalles de la vida ordinaria; y redescubrir en María —Madre de Dios y madre nuestra— un modelo perfecto de amor limpio y generoso, que se hace concreto en la vida familiar, en la ternura y en la oración compartida.

Que este retiro reavive en nosotros el deseo de vivir guiados por el Espíritu, con la alegría confiada de quien sabe que en el corazón de la Iglesia late siempre el amor de una Madre.

Primera meditación

Opción 1: Meditación. Pentecostés: docilidad al Espíritu Santo.

Opción 2: Llegar a la intimidad con el Espíritu Santo, textos de D. Álvaro del Portillo.

Segunda meditación

Opción 1: Meditación: María Madre de Dios y Madre nuestra: la devoción a la Virgen.

Opción 2: Por María hacia Jesús, homilía de San Josemaría.

Charla

La resurrección del Señor: Cristo vive. La Resurrección no es un recuerdo, sino una realidad que sostiene nuestra fe y nuestra esperanza.

Textos de san Josemaría sobre la Resurrección y capítulo del libro 50 preguntas sobre Jesucristo y la Iglesia.

Lectura

Opción 1: El Papa Francisco ha partido a la Casa del Padre.

Opción 2: Francisco, maestro de amistad; artículo de D. Mariano Fazio.

Examen de conciencia

Acto de presencia de Dios

Consiste en ponernos bajo su mirada amorosa que nos acompaña y protege. Invocamos al Espíritu Santo para entender cómo hacer nuestra vida más grata a Jesús.

1. «María se levantó y marchó deprisa a la montaña» (Lc 1, 39). La Virgen, estando embarazada, no dudó en ponerse en camino para ir a visitar a su prima santa Isabel. ¿Procuro yo también anticiparme, ayudando en casa y haciendo los favores o servicios que los demás necesitan? ¿Soy flexible para cambiar mis planes cuando las

personas o las circunstancias lo requieren?

2. La Virgen es Madre del amor hermoso. ¿Alimento el amor a mi cónyuge con detalles de cariño, ternura, atención, escucha, arreglo personal, etc.? ¿Procuro hacerle la vida agradable?

3. Al amparo de la Virgen, ¿pido con la fe de un padre cristiano que mis hijos o los hijos de los demás descubran el atractivo de Jesucristo? ¿Me alegraría que se entregasen plenamente a él, si es su vocación?

4. «No basta saber que ella es Madre, considerarla de este modo, hablar así de ella. Es tu Madre y tú eres su hijo; te quiere como si fueras el hijo único suyo en este mundo» (Amigos de Dios, n. 293). ¿Procuro tratar a María con la confianza de un hijo pequeño necesitado de cariño y seguridad?

5. «¡Ven, oh Santo Espíritu!: ilumina mi entendimiento, para conocer tus mandatos: fortalece mi corazón contra las insidias del enemigo: inflama mi voluntad...» (Oración compuesta por san Josemaría en 1932, Entrevista sobre el Fundador del Opus Dei, Rialp, p. 167). ¿Cuento con la ayuda del Espíritu Santo para descubrir en qué puedo parecerme más a Cristo? ¿Cómo sus inspiraciones me van ayudando a mejorar mi carácter y así tratar cada vez mejor a todos los que están a mi alrededor?

6. «A mí, que estoy siempre contigo, de la mano derecha me has tomado; me guiarás con tu consejo, y tras la gloria me llevarás» (Sal 73, 23-24). ¿Cómo me dejo acompañar en la dirección espiritual? Al meditar con el Señor los consejos que recibo, ¿procuro descubrir aquello a lo que me invita?

7. «El viento sopla donde quiere», le dice Jesús a Nicodemo (Jn 3, 8)

¿Procuro aprender, como Nicodemo, que Dios puede hablarme a través de los demás y de lo que me sucede en mi día?

8. La Iglesia vive un momento especialmente delicado: acaba de fallecer el Papa, a quien encomendamos con gratitud filial, y pronto se reunirá el Cónclave. ¿Rezo por la Iglesia con esperanza y sentido de responsabilidad? ¿Ofrezco algo por la elección del nuevo Papa, sabiendo que el Espíritu Santo actúa en ella como alma invisible?

9. Este año jubilar nos invita a vivir con una esperanza que no defrauda. ¿Acudo al sacramento de la Confesión con deseo de dejarme transformar por la gracia? ¿Vivo la alegría del perdón recibido y trato de ser instrumento de paz y

reconciliación en mi familia, en mi trabajo, en la Iglesia?"

Acto de contrición

pdf | Documento generado
automáticamente desde [https://
opusdei.org/es-cr/article/retiro-
mensual-mayo-2025/](https://opusdei.org/es-cr/article/retiro-mensual-mayo-2025/) (08/02/2026)