opusdei.org

Retiro de junio #DesdeCasa

¿Quién ha dicho que no puedas hacer tu propio retiro desde casa? Aunque no estés con otras personas, ni acudas a un centro de la Obra, te facilitamos material para que hagas el retiro mensual en tu casa.

07/06/2020

- **Descarga, en PDF, el material para el retiro mensual #DesdeCasa**

Los temas que trataremos en el retiro mensual de junio son:

- *Corpus Christi*: Valor de la Eucaristía. La Santa Misa.
- San Josemaría: Acudir a su intercesión. Maestro de buen humor.
- Comprensión de los defectos. Saber perdonar y pedir perdón.

Introducción

1. Meditación I: "En la fiesta del Corpus Christi"

2. **Lectura espiritual: "Josemaría Escrivá, hombre de contrastes"**

3. **Examen**

4. Rosario

5. **Meditación II: Maestro de buen humor**

6. Santa Misa

Introducción al retiro mensual de junio

¡Por fin!

Dos palabras que seguramente habremos repetido en más de una ocasión a lo largo del confinamiento: ¡Por fin podemos salir a hacer deporte! ¡Por fin pasamos de fase! ¡Por fin se puede ver a nuestros seres queridos! ¡Por fin…!

Durante este tiempo muchos de nosotros hemos aprendido a desear y valorar más los sacramentos, la presencia de Dios en el Sagrario, los ratos de oración, etc. Ahora ha llegado el momento de decir también: ¡Por fin! ¡Por fin podemos recibir al Señor físicamente! ¡Por fin podemos acompañarle más de cerca, como Él hace con nosotros y con todas las personas que se han

encontrado solas o han sufrido especialmente!

Los apóstoles necesitaban estar junto al Maestro. Nosotros, que queremos ser -somos- discípulos suyos, también deseamos renovar la ilusión de estar más cerca de Él, de contarle todo lo que hemos vivido estos meses en nuestras casas. Hogares en los que deben reinar la comprensión y el perdón para que todos puedan encontrar amor sincero.

Resulta fundamental disfrutar de la vida en familia: quererse, disculparse, preocuparse unos de otros. Servir y ocuparse. Querernos con nuestros defectos, saber vivir con nuestras limitaciones. Pensar en cómo hacer feliz al de al lado tomando la iniciativa; ir a buscarlo, es decir, adelantarse.

Podemos aprovechar este mes de junio para pedir a san Josemaría que nos ayude a vivir todas las

circunstancias en las que nos encontramos con buen humor. Que nos ayude a frecuentar el sagrario, y que, junto con la Virgen, nos anime a servir y querer a los demás; a que, ¡por fin! queramos dar la vida por los demás, como hizo Jesucristo.

---

1. Meditación I: “En la fiesta del Corpus Christi”

Puedes meditar esta homilía de san Josemaría sobre la devoción al Santísimo Sacramento, que pronunció el 28 de mayo de 1964, fiesta del *Corpus Christi*.

- Leer y meditar.
- Escuchar y meditar:

---

2. Lectura espiritual: “Josemaría Escrivá, hombre de contrastes”

Te aconsejamos la lectura de esta comunicación de Pilar Urbano sobre la vida de san Josemaría. Puedes descargártela en PDF en **este enlace**.

Si te quedas con ganas de más, siempre puedes leer la biografía completa de la misma autora que se ha reeditado hace unos meses y que puedes comprar aquí.

---

3. Examen de conciencia

1. Jesús *instituye la Eucaristía para que podamos tenerle siempre cerca* (*Es Cristo que pasa, 84*). ¿Agradezco al Señor que se haya querido quedar en el sagrario de tantas iglesias del mundo? ¿Correspondo a su cercanía poniendo cariño en mis normas de piedad eucarísticas? ¿Ahora que

volvemos a la normalidad, valoro el ir físicamente a visitarle?

2. *Como el Padre que vive me ha enviado, y yo vivo por el Padre, así, del mismo modo, el que me come vivirá por mí* (*Jn* 6,57). ¿Recibo la comunión con el deseo de dejar que el Señor se haga dueño de mi vida? ¿Aprovecho ese momento de intimidad con Dios para renovar mi entrega y decir que sí a aquello que me pide? ¿Pongo en la patena a las personas que me rodean, los proyectos que tengo entre manos, etc.?

3. *Tomad, comed… Bebed todos porque esta es mi sangre de la alianza, que es derramada por muchos para el perdón de los pecados* (*Mt* 26,26-28). ¿Deseo hacer partícipes a muchas personas de los frutos de esta entrega sin medida de Jesús? ¿Cómo podría ayudar a mis amigos a vivir mejor la santa Misa?

4. *Cor Iesu Sacratissimum et Misericors, dona nobis pacem* (Corazón Sagrado y Misericordioso de Jesús, concédenos la paz). ¿Me refugio en la Misericordia de Dios cuando percibo que estoy perdiendo la paz? ¿Encuentro en mis ratos de oración la fuente de la serenidad que busca mi alma?

5. *No he necesitado aprender a perdonar porque el Señor me ha enseñado a querer* (*Surco, 804*). ¿Ruego a Dios esta gracia, cuando me distancio de otra persona porque no me he sentido bien tratado? ¿Procuro no dar excesiva importancia a los defectos de los demás?

6. *Que busques a Cristo, que encuentres a Cristo, que ames a Cristo* (*Camino, 382*). ¿Me ilusiona conocer bien la vida de san Josemaría y sus escritos, para continuar en mi ambiente y época la misión que el Señor le encomendó? ¿Me siento

arropado por su cariño e intercesión mientras me empeño por recorrer fielmente el camino que nos abrió en la tierra?

---

4. Rosario: ¡Bendita monotonía de avemarías!

Te ofrecemos algunas consideraciones de san Josemaría sobre el Rosario para que las medites antes de rezarlo:

Yo entiendo que cada Avemaría, cada saludo a la Virgen, es un nuevo latido de un corazón enamorado. (Forja, 615).

Virgen Inmaculada, bien sé que soy un pobre miserable, que no hago más que aumentar todos los días el número de mis pecados..." Me has dicho que así hablabas con Nuestra Madre, el otro día.

Y te aconsejé, seguro, que rezaras el Santo Rosario: ¡bendita monotonía de avemarías que purifica la monotonía de tus pecados! (Surco, 475).

El Rosario no se pronuncia sólo con los labios, mascullando una tras otra las avemarías. Así, musitan las beatas y los beatos. –Para un cristiano, la oración vocal ha de enraizarse en el corazón, de modo que, durante el rezo del Rosario, la mente pueda adentrarse en la contemplación de cada uno de los misterios. (Surco, 477).

El Santo Rosario es arma poderosa. Empléala con confianza y te maravillarás del resultado. (*Camino, 558*).

---

5. Meditación II: Maestro de buen humor

Si has terminado la meditación sobre la fiesta del Corpus Christi, puedes utilizar alguno de estos dos audios para tu segundo rato de oración. Si prefieres puedes continuar con los textos de la primera meditación que son largos y dejar estas meditaciones para otro día.

• San Josemaría. Maestro de buen humor. (30 min)

• El buen humor. (17 min)

---

6. Santa Misa

Puedes asistir a misa en caso de que en tu ciudad esté permitido y no tengas inconvenientes. En caso contrario, no te preocupes. Si quieres puedes seguir la ceremonia por *streaming* o fomentar el deseo de recibir la comunión.

pdf | Documento generado automáticamente desde https://opusdei.org/es-es/article/retiro-mensual-junio/ (08/12/2025)