

opusdei.org

# Retiro de marzo

## #DesdeCasa

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

01/03/2021

• **Descarga el retiro mensual**  
**#DesdeCasa (PDF)**

1. Introducción.

2. Meditación I. Cuaresma.
  3. Meditación II. San José: custodio de Jesús y María.
  4. Charla. Madurez, plenitud humana. Una personalidad armónica.
  5. Lectura espiritual.
  6. Examen de conciencia.
- 

## **1. Introducción**

“Hemos entrado en el tiempo de Cuaresma: tiempo de penitencia, de purificación, de conversión. No es tarea fácil. El cristianismo no es camino cómodo: no basta *estar* en la Iglesia y dejar que pasen los años. En la vida nuestra, en la vida de los cristianos, la conversión primera – ese momento único, que cada uno

recuerda, en el que se advierte claramente todo lo que el Señor nos pide– es importante; pero más importantes aún, y más difíciles, son las sucesivas conversiones. Y para facilitar la labor de la gracia divina con estas conversiones sucesivas, hace falta mantener el alma joven, invocar al Señor, saber oír, haber descubierto lo que va mal, pedir perdón.” (San Josemaría, Homilía “La conversión de los hijos de Dios”, Es Cristo que pasa, n. 57)

Invocamos al Señor en este rato de oración pidiéndole descubrir su amor por cada uno de nosotros manifestado en sus padecimientos y muerte en la Cruz. Sabernos queridos y perdonados por un Dios que sufre por nosotros nos llena de agradecimiento, misericordia y perdón.

Acudimos a Santa María para que nos enseñe a acompañar a su Hijo en

su pasión, en el ofrecimiento libre de su vida a Dios por cada uno de nosotros. Pedimos a San José que ilumine nuestro acontecer diario para presentar el ofrecimiento libre y gozoso de la aceptación del trabajo, luchas, cargas y esfuerzos menudos en los que Jesús pasa con su Cruz para que le sigamos y sirvamos a los demás.

.....

**2. Primera meditación.** Cuaresma. Homilía del Miércoles de Ceniza, Papa Francisco.

.....

**3. Segunda meditación.** San José: custodio de Jesús y María. “En el taller de José”. (Homilía de san Josemaría).

---

**4. Charla:** Madurez, plenitud humana. Una personalidad armónica. “El fruto maduro de la identidad”, de Wenceslao Vidal.

---

## **5. Lectura espiritual**

Opción 1: Carta apostólica “Patris corde”, del Papa Francisco.

Opción 2: Carta del prelado del Opus Dei (28-X-2020), nn. 10-19.

Opción 3: “Aprender a perdonar”, de Jutta Burggraf.

---

## **6. Examen de conciencia**

Acto de presencia de Dios

1. La viuda del Evangelio, en su pobreza, echa en el tesoro del templo «todo lo que tenía para vivir» (Mc 12,44). ¿Soy generoso y sueño con que Dios hará cosas grandes con los bienes que pongo a su servicio?

2. «Sed misericordiosos como vuestro Padre es misericordioso» (Lc 6, 36). ¿Procuro ser misericordioso para alcanzar también la misericordia de Dios y la de los demás? ¿Pido a Dios que aumente mi capacidad de comprender, pasando por encima de los defectos de los demás, viendo el lado bueno de las cosas?

3. «¿Vosotros guardáis rencor a vuestros hijos? ¿Verdad que no? Así Dios Nuestro Señor, en cuanto le pedimos perdón, nos perdona del todo. ¡Es estupendo!» (Palabras de San Josemaría recogidas en el libro “Antes, más y mejor” de L. Linares, Rialp 2001). ¿Conservo algún rencor para el que podría pedir al Señor

ayuda, de modo que mi perdón sea más real y sincero?

4. «No sois vosotros los que me habéis elegido, soy yo quien os he elegido y os he destinado para que vayáis y deis fruto» (Jn 15, 16). ¿Pido luz al Espíritu Santo para que me ayude a descubrir los planes de Dios para mí y me dé la fuerza para seguir su llamada? ¿Cómo podría orientar mi vida, para que sea parte del sueño de Dios para este mundo?

5. «Seguidme y os haré pescadores de hombres» (Mt 4,19). ¿Procuro renovar el sentido de misión que tengo como cristiano confiando en que puedo contar siempre con la compañía del Señor? ¿Me ilusiona pensar en las almas con las que podré compartir la alegría de vivir con Cristo?

6. «El reino de los cielos es como un tesoro escondido en el campo» (Mt 13, 45). ¿Hago memoria de cómo el

Señor me ha ido guiando en mi vida?  
¿Veo la vocación cristiana como un  
camino de felicidad?

Acto de contrición

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-es/article/retiro-  
mensual-marzo-2021/](https://opusdei.org/es-es/article/retiro-mensual-marzo-2021/) (16/02/2026)