

# Retiro de mayo #DesdeCasa (2022)

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

03/05/2022

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

1. [Introducción](#).

2. Meditación I. Los dones y frutos del Espíritu.

3. Meditación II. Meditación. María, modelo de virtudes.

4. Charla.

5. Lectura espiritual.

6. Examen de conciencia.

---

## **1. Introducción**

Los primeros pasos de la Iglesia en el mundo estuvieron marcados por la oración. (...) Escribe Lucas en el Libro de los Hechos: «Acudían asiduamente a la enseñanza de los apóstoles, a la comunión, a la fracción del pan y a las oraciones» (2,42). La comunidad persevera en la oración. Encontramos aquí cuatro

características esenciales de la vida eclesial: la escucha de la enseñanza de los apóstoles, primero; segundo, la custodia de la comunión recíproca; tercero, la fracción del pan y, cuarto, la oración. Estas nos recuerdan que la existencia de la Iglesia tiene sentido si permanece firmemente unida a Cristo, es decir en la comunidad, en su Palabra, en la Eucaristía y en la oración. Es el modo de unirnos, nosotros, a Cristo. La predicación y la catequesis testimonian las palabras y los gestos del Maestro; la búsqueda constante de la comunión fraterna preserva de egoísmos y particularismos; la fracción del pan realiza el sacramento de la presencia de Jesús en medio de nosotros: Él no estará nunca ausente, en la Eucaristía es Él. Él vive y camina con nosotros. Y finalmente la oración, que es el espacio del diálogo con el Padre, mediante Cristo en el Espíritu Santo.

Todo lo que en la Iglesia crece fuera de estas “coordenadas”, no tiene fundamento. Para discernir una situación tenemos que preguntarnos cómo, en esta situación, están estas cuatro coordenadas: la predicación, la búsqueda constante de la comunión fraterna —la caridad—, la fracción del pan —es decir la vida eucarística— y la oración. Cualquier situación debe ser valorada a la luz de estas cuatro coordenadas. Lo que no entra en estas coordenadas está privado de eclesialidad, no es eclesial. Es Dios quien hace la Iglesia, no el clamor de las obras. La Iglesia no es un mercado, la Iglesia no es un grupo de empresarios que van adelante con esta nueva empresa. La Iglesia es obra del Espíritu Santo, que Jesús nos ha enviado para reunirnos. La Iglesia es precisamente el trabajo del Espíritu en la comunidad cristiana, en la vida comunitaria, en la Eucaristía, en la oración, siempre. (...) No olvidemos nunca esta palabra

de Benedicto XVI: “La Iglesia no crece por proselitismo, crece por atracción”. Si falta el Espíritu Santo, que es lo que atrae a Jesús, ahí no está la Iglesia. Hay un bonito club de amigos, bien, con buenas intenciones, pero no está la Iglesia, no hay sinodalidad.

(...) Dios dona amor, Dios pide amor. Esta es la raíz mística de toda la vida creyente. Los primeros cristianos en oración, pero también nosotros que venimos varios siglos después, vivimos todos la misma experiencia. El Espíritu anima todo. Y todo cristiano que no tiene miedo de dedicar tiempo a la oración puede hacer propias las palabras del apóstol Pablo: «La vida que vivo al presente en la carne, la vivo en la fe del Hijo de Dios que me amó y se entregó a sí mismo por mí» (Gal 2, 20). La oración te hace consciente de esto. Solo en el silencio de la adoración se experimenta toda la

verdad de estas palabras. Tenemos que retomar el sentido de la adoración. Adorar, adorar a Dios, adorar a Jesús, adorar al Espíritu. El Padre, el Hijo y el Espíritu: adorar. En silencio. La oración de la adoración es la oración que nos hace reconocer a Dios como principio y fin de toda la historia. Y esta oración es el fuego vivo del Espíritu que da fuerza al testimonio y a la misión.

Papa Francisco, Audiencia general, 25 de noviembre de 2020

## **2. Primera meditación**

Opción 1: Meditación. Los dones y frutos del Espíritu.

Opción 2: Catequesis del Papa Francisco sobre los dones del Espíritu Santo

## **3. Segunda meditación**

Opción 1: Meditación. María, modelo de virtudes.

Opción 2: San Josemaría, Homilía Madre de Dios, Madre nuestra, sobre las virtudes de la Virgen Santísima. (audio y texto)

#### **4. Charla**

El don de la gracia; evitar apoyar el desarrollo de la vida espiritual principalmente en la propia lucha. Papa Francisco, Ex. Ap. Gaudete et exultate, números del 47 al 62.

#### **5. Lectura espiritual**

Creo en el Espíritu Santo, Catecismo de la Iglesia Católica, nn. 687-747.

#### **6. Examen de conciencia**

Acto de presencia de Dios

1. «Proclama mi alma las grandezas del Señor, y se alegra mi espíritu en Dios mi Salvador» (Lc 1, 46-47). Como

la Virgen, ¿sé reconocer, asombrarme con lo bueno y grande que Dios hace en mí y en los demás (familia, amigos, etc.)?

2. «Porque ha puesto los ojos en la humildad de su esclava» (Lc 1, 48). ¿En qué aspectos podría crecer en humildad: en saber valorar, acoger, comprender y agradecer?

3. «Y su madre guardaba todas estas cosas en su corazón» (Lc 2, 51). Siguiendo el ejemplo de la Virgen, ¿cómo abro en la oración mi corazón al Señor, haciéndole partícipe de mis problemas y de mis alegrías?

4. Santa María intercede ante Dios por nuestras necesidades. ¿Rezo con piedad y confianza el santo rosario? En lo posible, ¿procuro reunir a mi familia para honrar a la Virgen con esta devoción?

5. «Haced lo que él os diga» (Jn 2, 5). «Muchas conversiones, muchas

decisiones de entrega al servicio de Dios han sido precedidas de un encuentro con María» (*Es Cristo que pasa*, n. 149). ¿De qué modo acudo a María como aliada para acercar a las personas a Dios?

6. «Sobre él se posará el espíritu del Señor: espíritu de sabiduría y entendimiento, espíritu de consejo y fortaleza, espíritu de ciencia y temor del Señor» (Is 11, 2). ¿Qué dones del Espíritu Santo podría pedir para mí o para otras personas, para asemejarnos a Cristo en las circunstancias en las que nos encontramos?

7. «En cambio, los frutos del Espíritu son: la caridad, el gozo, la paz, la longanimitad, la benignidad, la bondad, la fe, la mansedumbre, la continencia» (Gal 5, 22-23). ¿Cuál de estos frutos podría cultivar con la gracia de Dios?

Acto de contrición

.....

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-es/article/retiro-  
mensual-mayo-2022/](https://opusdei.org/es-es/article/retiro-mensual-mayo-2022/) (19/02/2026)