

# Retiro de agosto #DesdeCasa (2023)

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.

01/08/2023

- Descarga el retiro mensual #DesdeCasa (PDF)

1. Introducción.

2. Meditación I. La Transfiguración del Señor.

3. Meditación II. Jesús camina sobre las aguas.

4. Charla.

5. Lectura espiritual.

6. Examen de conciencia.

**Introducción. La manifestación del poder de Dios: luz y esperanza para el hombre**

El poder de Dios se manifiesta en la vida cotidiana de cada uno de nosotros, trayendo luz y esperanza en cada situación. Es una fuerza que transfigura nuestras vidas y, a la vez, nos impulsa a ser agentes de cambio en el mundo que nos rodea.

Los días de verano, que para muchos es un tiempo de descanso y renovación, son en algún sentido como un anticipo del cielo, una

promesa de la alegría eterna que nos espera junto a Cristo. Reflexionemos sobre la Transfiguración del Señor, cuando sus discípulos exclamaron: «¡Qué bien se está aquí!». Es importante que compartamos esta alegría y paz con quienes nos rodean, principalmente con familiares y amigos, llevando la luz de Cristo a sus vidas.

Nuestro descanso físico brinda ocasión para que nuestro trabajo espiritual se enriquezca. Nunca faltan dificultades en nuestro camino hacia el Cielo. San Josemaría nos avisaba de que “la felicidad del Cielo es para los que saben ser felices en la tierra”, pero a la vez nos recordaba que “la auténtica alegría tiene sus raíces en forma de Cruz”. Incluso en las vacaciones, la cruz no es una carga, sino una fuente de paz y esperanza.

Muy a cuento viene entonces ese otro pasaje evangélico que meditamos este mes. Vemos a Jesús caminando sobre las aguas y el clamor de sus discípulos: «Señor, socórreme». En medio de las dificultades, las inquietudes, los temores y las inseguridades, nuestro clamor ha de ser el mismo. La fe y la esperanza nos invitan a agarrarnos firmemente a la mano del Señor, que nunca deja de extendernos su amor y su gracia.

Aprovechemos el retiro en estos días de descanso para aprender a aceptar con alegría nuestras limitaciones, buscando la fortaleza y la perseverancia en Dios. No importa las circunstancias en que nos encontremos: ya sea que estemos en la plenitud de la juventud o enfrentando las limitaciones de la edad avanzada, en robustez o debilidad, disfrutando de días llenos o escasos de tiempo, la manifestación del poder de Dios nos da la capacidad

para vivir con alegría y aceptación llena de esperanza.

## **Primera meditación**

Opción 1. Meditación: La Transfiguración del Señor.

Opción 2. San Juan Pablo II, Homilía en el monte de la Transfiguración

## **Segunda meditación**

Opción 1. Meditación 2: Jesús camina sobre las aguas.

Opción 2: ¿Por qué tenéis miedo?  
(Papa Francisco, 27 de marzo de 2020, durante la pandemia)

## **Charla**

Fiarse de Dios (Audio y texto). En nuestra debilidad, reside la llamada constante a la conversión: Jesucristo nos invita a seguirle, identificándonos con Él, nuestro Camino, Verdad y Vida.

## Lectura

La virtud de la esperanza en algunos escritos de san Josemaría. Paul O'Callaghan, en Romana.

## Examen de conciencia

Acto de presencia de Dios

1. «Jesús se llevó con él a Pedro, a Santiago y a Juan (...) y se transfiguró ante ellos» (Mc 9, 2). Mirar y contemplar a Cristo, ¿me llena de esperanza? ¿Qué desánimos y tristezas podría abandonar en el Señor para que los convierta en gozo y fuente de nueva vida?
2. «Maestro, qué bien estamos aquí; hagamos tres tiendas» (Mc 9, 5). Estar con Jesús es fuente de alegría. ¿Cómo procuro compartirla con mi familia y mis amigos?
3. «La alegría tiene sus raíces en forma de cruz» (*Forja*, n. 28). Cuando

me encuentro con dificultades y contrariedades en mis tareas ordinarias, ¿sé descubrir ahí a Cristo que me espera abrazado a la cruz, y me pide que la lleve con él?

4. «Y, después de despedirla [a la gente] subió al monte a orar a solas» (Mt 14, 23). ¿Busco, en lo posible, momentos para mi oración personal? Y al mismo tiempo, en mis ocupaciones diarias, en mi trabajo y en mi familia, ¿intento que mi vida esté transformada por mi relación con Dios?

5. ¿De qué manera insisto en pedir al Señor, sabiendo que «la oración es omnipotente» (*Camino*, n. 83) y «es siempre fecunda» (*Camino*, n.101)?

6. «Al ver que el viento era muy fuerte se atemorizó y, al empezar a hundirse, se puso a gritar: “¡Señor, sálvame!”». Al instante Jesús alargó la mano, lo sujetó y le dijo: “Hombre de poca fe, ¿por qué has dudado?”» (Mt

14, 30-31). ¿En qué momentos necesito aumentar la confianza en que el Señor está a mi lado, aun cuando las razones humanas parecen fallar?

7. «Tened confianza, soy yo, no tengáis miedo» (Mt 14, 27). ¿Frente a las inseguridades de la vida, intento abandonarme en el Señor sabiendo que quien está en las manos de Dios está en las mejores manos?

Acto de contrición

---

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-hn/article/retiro-mensual-agosto-2023/> (24/01/2026)