

Retiro de octubre #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.

01/10/2025

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

1. Introducción. La revolución silenciosa de la santidad.

2. Meditación I. La revolución silenciosa de la santidad. 2 de octubre, aniversario de la fundación del Opus Dei.

3. Meditación II. En compañía de los ángeles: San Gabriel y San Rafael, fuerza y medicina del alma.

4. Charla.

5. Lectura espiritual.

6. Examen de conciencia.

Introducción. La revolución silenciosa de la santidad

El 2 de octubre, aniversario de la fundación del Opus Dei, nos invita a redescubrir la revolución silenciosa de la santidad. Dios quiere realizarla

en cada uno de nosotros, desde dentro, sin ruido, a través de la vida diaria.

Como dijo recientemente el papa León, la Iglesia necesita cristianos “dispuestos a trabajar cada día en el campo de Dios, cultivando en su corazón la semilla del Evangelio para luego llevarla a la vida cotidiana, a la familia, a los lugares de trabajo y de estudio, a los diversos entornos sociales y a quienes se encuentran en necesidad” (León XIV, Ángelus, 6 de julio de 2025).

Se trata de una invitación a recorrer un camino poco ruidoso, pero profundamente transformador: el de la santidad cotidiana, en lo pequeño y en lo escondido de cada día que, con la fuerza de la fe y del amor renueva el mundo desde dentro.

San Josemaría recordó que todo en la vida —cada profesión, cada tarea, cada rincón— puede ser lugar de

encuentro con Dios. Ahí, donde estamos, somos llamados a sembrar amistad, a vivir con coherencia cristiana, a entregarnos con alegría. Nuestra misión es hacer presente a Dios en medio del mundo.

No caminamos solos. Los santos arcángeles —Miguel, Gabriel y Rafael— están a nuestro lado. San Miguel nos da fuerza en la lucha. San Gabriel nos recuerda que Dios nos habla. San Rafael cura nuestras heridas y nos llena de alegría.

Con su ayuda, abrimos el corazón a esta llamada de Dios. Que aprendamos a vivir con humildad, a servir con constancia, a amar con obras. Y que, paso a paso, gesto a gesto, nuestra vida dé fruto. Para gloria de Dios y bien de todos.

Dios sueña con una santidad posible en cada uno de nosotros, una santidad que transforma la familia, el trabajo y la sociedad. Abramos

nuestro corazón a esta invitación y pidamos que él nos haga partícipes de esta revolución silenciosa de amor y servicio.

Primera meditación

Opción 1. La revolución silenciosa de la santidad. 2 de octubre, aniversario de la fundación del Opus Dei.

Opción 2. Dar al mundo su modernidad, el sueño de un 2 de octubre en el que Dios nos invita a mirar hacia el futuro.

Segunda meditación

Opción 1. En compañía de los ángeles: San Gabriel y San Rafael, fuerza y medicina del alma.

Opción 2. San Miguel y el poder de Dios; los mensajes de san Gabriel; san Rafael, un joven alegre.

Charla

La comprensión del trabajo en san Josemaría: una visión de conjunto.

Lectura

La llamada a la santidad.

Exhortación Apostólica Gaudete et exultate, del Papa Francisco, capítulo primero, números 3-34.

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. «*Gratias tibi, Deus, gratias tibi!* Un cántico de acción de gracias tiene que ser la vida de cada uno, porque ¿cómo se ha hecho el Opus Dei? Lo has hecho tú, Señor...» (Notas de una meditación, 27-III-1975). ¿Doy gracias a Dios por la Obra y por las

iniciativas que promueven las personas del Opus Dei con sus amigos y conocidos?

2. «Levantad los ojos y mirad los campos que están dorados para la siega» (Jn 4, 35). ¿Percibo que quizá Dios cuenta conmigo para sacar adelante esta parte de la Iglesia? ¿Cómo me dejo ilusionar por estos horizontes?

3. San Josemaría nos recuerda que «allí donde están vuestros hermanos los hombres, allí donde están vuestras aspiraciones, vuestro trabajo, vuestros amores, allí está el sitio de vuestro encuentro cotidiano con Cristo» (Homilía Amar al mundo apasionadamente). ¿En qué ámbito de los anteriores podría descubrir más al Señor y darlo a conocer?

4. El Señor nos ha elegido antes de la constitución del mundo para ser santos (cfr. Ef 1, 4), nos recuerda san Pablo. Saberme elegido por Dios con

amor de predilección, ¿qué horizontes grandes me lleva a plantearme? ¿De qué manera podría compartirlos también con mi cónyuge y mis hijos?

5. «Arcángel san Miguel, defiéndenos en la lucha, sé nuestro amparo contra la maldad y las asechanzas del demonio» (Oración a san Miguel). Como patrono de Obra, ¿en qué momentos podría confiar más en su protección?

6. «Rezad mucho por el Papa. Queredlo mucho» (Notas de una tertulia, 11-V-1965). ¿Pido por la Iglesia entera, de modo especial por el Papa y los obispos, confiando en que mi oración puede ser una ayuda real y eficaz?

7. «Soy amado, luego existo; y existiré por siempre en el Amor que no defrauda y del que nada ni nadie podrá separarme jamás» (Bula Spes non confundit). ¿De qué manera

podría trabajar aún mejor, por amor a Dios y a los hombres? ¿Tengo la esperanza de ser cada día un mejor profesional, de acabar mejor mi trabajo? ¿Procuro encontrar el gusto en mi profesión y me esfuerzo con alegría para que sea un buen servicio a los demás?

8. El rosario es «arma poderosa para vencer en nuestra lucha interior y ayudar a todas las almas» (Prólogo, Santo Rosario) ¿Qué necesidades podría confiar a la Virgen a través del rosario? ¿Procuro rezar el santo rosario, si puedo, en familia?

Acto de contrición
