

## **¿En qué consiste un curso de retiro?**

El curso de retiro es un parón anual de varios días para encontrarse con Dios en un clima de silencio y oración. Más que una simple revisión espiritual, es una ocasión privilegiada para crecer en el amor a Dios, conocerse mejor a uno mismo y conocerle más a Él. Es un tiempo para renovar las convicciones de fe, dejarse iluminar y descubrir, con serenidad y profundidad, en qué aspectos podemos avanzar en nuestra vida cristiana.

17/09/2025

«¿Qué haremos tú y yo en estos días de retiro?, se preguntaba san Josemaría en una ocasión; y respondía: tratar mucho al Señor, buscarle, como Pedro, para mantener una conversación íntima con Él. Fíjate bien que digo conversación: diálogo de dos, cara a cara, sin esconderse en el anonimato. Necesitamos de esa oración personal, de esa intimidad, de ese trato directo con Dios Nuestro Señor». (San Josemaría, Notas de una meditación, 25-II-1963).

---

*Enlace relacionado: Medios de formación cristiana para gente joven*

---

Las actividades que componen un curso de retiro se organizan -en su mayoría- en torno a la Eucaristía, pues en el oratorio se celebra la Misa diaria, se suele rezar el Vía crucis, se acostumbra a dedicar ahí un tiempo personal de examen de conciencia y también en el oratorio el sacerdote predica las meditaciones que ayudan a introducirse en el diálogo con Dios acerca de las realidades de la vida cristiana, que son la columna vertebral de esos días. «La vida cristiana no nos lleva a identificarnos con una idea, sino con una persona: con Jesucristo. Para que la fe ilumine nuestros pasos, además de preguntarnos: ¿quién es Jesucristo para mí?, pensemos: ¿quién soy yo para Jesucristo?». (Fernando Ocáriz Braña. “A la luz del Evangelio”).

Además de lo anterior, diariamente se tiene alguna charla -en la que se expone algún punto acerca de las virtudes cristianas-, se reza el santo

Rosario, se dedica un tiempo a la lectura de algún libro o texto de espiritualidad... y quedan tiempos amplios para la reflexión personal o para charlar con quien dirige el curso o con el sacerdote.

¿Nada más? Nada más... y nada menos. No hay efectos especiales. Lógicamente, el sacerdote prepara lo mejor que puede las meditaciones para presentar la vida de Jesucristo de forma sugerente, y hay quien subraya la importancia de tomar notas, de acompañar el horario general con la lectura de un libro que arroje luz sobre una cuestión más personal, de hacer propósitos... pero eso ya forma parte del estilo personal con el que cada uno afronta esos días.

Lo importante es el silencio —decía santa Teresa de Calcuta que «el silencio nos proporciona una visión nueva de todas las cosas»—, y no

olvidar que lo que se propone no es vivir en un perpetuo curso de retiro, sino que ese parón anual permita al Espíritu Santo llenar de luz la propia vida, para vivir como hijos amados de Dios en el trabajo profesional, en la familia y en el cumplimiento de nuestros deberes ordinarios.

«Es fundamental reservar momentos de silencio, momentos de oración, tiempos en los que, acallando ruidos y distracciones, nos pongamos ante Él y logremos unidad en nuestro interior» (Papa León XIV, 20-VII-2025).

.....

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-mx/article/curso-retiro/](https://opusdei.org/es-mx/article/curso-retiro/)  
(10/01/2026)