

opusdei.org

Retiro de agosto #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.

01/08/2022

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

1. Introducción.

2. Meditación I. La Asunción de la Virgen.

3. Meditación II. El hijo pródigo.

4. Charla.

5. Lectura espiritual.

6. Examen de conciencia.

.....

Introducción

Horarios difíciles de compatibilizar, distancias largas, exceso de trabajo... ¡Stop! El verano ofrece a las familias la oportunidad de hacer planes juntos y aprovechar para conocerse y tratarse más. ¡Es tiempo también de aprender otras cosas! Se ofrecen ocho claves para aprovechar el

verano en familia, llenando de amor de Dios el caminar cotidiano de estas fechas.

1. Tener flexibilidad, dentro de un orden básico. Porque, aunque estemos de vacaciones, no conviene perder los hábitos adquiridos durante el invierno. Para eso, tener un cierto horario, con flexibilidad y dando margen ya que estamos en una nueva situación, en otro contexto. Aprender a ser felices con los imprevistos que surgen.

2. Hacer actividades en familia y salidas culturales. Aunque cada uno tendrá sus gustos y sus planes, es importante encontrar tiempo para hacer cosas todos juntos: cocinar, pasear, ir en bici, hacer excursiones, visitar nuestra ciudad... Educar el gusto de los más pequeños no tiene por qué ser aburrido si se elige y se prepara bien: estudia las posibilidades culturales de tu zona y

visitar algunos museos, monumentos o exposiciones. Aprender a cultivar el espíritu.

3. Gratitude: el ambiente relajado del verano es perfecto para impulsar el agradecimiento, que a veces con las prisas queda un poco en el olvido. Saber dar las gracias a los demás por los detalles, por los planes o por haberlo pasado bien juntos. Sobre todo dar gracias a Dios por los buenos ratos juntos, descubriendo maneras sencillas de cuidar la piedad de los hijos, la asistencia a la santa Misa y la recepción de otros sacramentos. Aprender a practicar esa “memoria del corazón” que es el agradecimiento.

4. Disfrutar de pequeñas cosas. El plan perfecto no tiene por qué ser caro o extravagante. Hay que enseñar desde niños a disfrutar con las cosas pequeñas como, por ejemplo, ver una puesta de sol, tomar

un helado, un postre rico, un paseo nocturno a ver estrellas, los juegos de mesa en familia, ver una película, etc. Aprender a reconocer el amor que Dios nos tiene en las alegrías que nos pone “al alcance de la mano”.

5. Abrirse a los demás. Estar todo el día “nosotros con nosotros mismos” resulta poco enriquecedor. El verano es la época perfecta para abrirnos a los demás: ve por delante invitando a tus parientes y amigos a casa, y enseña a tus hijos a hacer lo mismo. Aprender la alegría de servir a los demás, compartiendo nuestra conversación, hospitalidad, tiempo.

6. Saca un tiempo para leer. La lectura es un viaje gratis que alimenta las neuronas de grandes y pequeños: novelas de aventuras, biografías, cuentos... Los libros nos llevan a otros lugares, momentos y experiencias. Nos despiertan la curiosidad y alimentan la

imaginación, nos adentran en nuevos mundos, nos enseñan crear caminos alternativos. Todo eso favorece las habilidades de conversación y las relaciones con los demás. No te lo pierdas, busca una biblioteca cercana o lleva algunos libros de casa y ¡a elegir!

7. Visita a quienes se encuentran solos o no se pueden desplazar con facilidad. Durante el año, bien por tiempo o por distancias, a veces es difícil visitar a la familia: abuelos, primos, tíos... Además, también pueden hacerse visitas a personas enfermas o más necesitadas. Aprender y practicar esa obra de misericordia de visitar a los enfermos o los mayores.

8. Idiomas: Deja de lado los formatos más académicos y acostumbra a toda la familia a ver series o películas en versión original, ¡a ver quién entiende antes!

Primera meditación

Opción 1. Meditación: La Asunción de la Virgen.

Opción 2. La Virgen Santa, causa de nuestra alegría. Homilía de san Josemaría en la fiesta de la Asunción. (Audio y texto)

Segunda meditación

Opción 1. Meditación: El hijo pródigo.

Opción 2. El hijo pródigo. Textos de san Josemaría sobre esta escena del Evangelio. (Audio y texto)

Charla

El documento de identidad del cristiano. Siete consejos del Papa Francisco a los jóvenes.

Lectura

Los santos de la puerta de al lado.
Papa Francisco, Exhort. Apost.
Gaudete et exultate, nn. 6-18.

Examen de conciencia

Acto de presencia de Dios

1. «Una gran señal apareció en el cielo: una mujer vestida de sol, la luna a sus pies, y sobre su cabeza una corona de doce estrellas» (Ap 12, 1). ¿La Asunción y coronación de la Virgen como reina del cielo y de la tierra es una señal de esperanza para mí, pues ella está asociada a la victoria de su Hijo?

2. ¿Confío a la mediación materna de María mi vida y la de mi familia? ¿Le pido que en ella surjan vocaciones para la Iglesia y para la Obra?

3. «Concedéenos que, aspirando siempre a las realidades divinas, lleguemos a participar con ella de su misma gloria» (Colecta de la Misa de

la Asunción). ¿Procuro vivir de tal modo que los frutos de mi actuar contribuyan a la gloria de Dios?

4. «Un hombre tenía dos hijos. El más joven de ellos le dijo a su padre: “Padre, dame la parte de la hacienda que me corresponde”» (Lc 15, 11-12). Contemplando la historia del hijo pródigo, ¿me doy cuenta de que el pecado me roba la felicidad y me aleja de Dios?

5. «Recapacitando, se dijo...» (Lc 15, 17). ¿Pido al Espíritu Santo luces para ver la realidad de mi vida con la perspectiva de la fe? ¿Acudo a la confesión con la seguridad de que él me está esperando y me acoge con alegría?

6. El hijo mayor «se indignó y no quería entrar, pero su padre salió a convencerle» (Lc 15, 28). Mis propias carencias, ¿me ayudan a comprender y perdonar a los demás y a no juzgar? ¿Trato de dialogar con mi

cónyuge, evitando discusiones que solo nos llevan a distanciarnos?
¿Corrijo a mis hijos con cariño y con paciencia?

7. El padre de la parábola respondió: «Ese hermano tuyo estaba muerto y ha vuelto a la vida, estaba perdido y ha sido encontrado» (Lc 15, 31). ¿Le pido al Señor un corazón grande en el que entren todas las personas, también aquellas que más me cuesta tratar o las que me han hecho daño? ¿Me dan alegría los logros de los demás: materiales, humanos, espirituales...?

Acto de contrición