opusdei.org

Retiro de diciembre #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.

03/12/2022

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

1. Introducción. Una familia en camino.

2. Meditación I. La Visitación: María, modelo de espíritu de servicio.

3. Meditación II. La Sagrada Familia: modelo de nuestras familias y nuestros hogares.

4. Charla.

5. Lectura espiritual.

6. Examen de conciencia.

Introducción. Una familia en camino

La breve narración de la infancia de Jesús nos refiere casi simultáneamente, de manera muy significativa, el *nacimiento* y el *peligro* que hubo de afrontar

enseguida. (…). Jesús escapa de las manos de Herodes gracias a una particular intervención divina y a la solicitud paterna de José, que lo lleva junto con su Madre a Egipto, donde se quedarán hasta la muerte de Herodes. Después regresan a Nazaret, su ciudad natal, donde la Sagrada Familia inicia el largo período de una existencia escondida, que se desarrolla en el cumplimiento fiel y generoso de los deberes cotidianos (cf. *Mt* 2, 1-23; *Lc* 2, 39-52). Reviste una *elocuencia profética* el hecho de que Jesús, desde su nacimiento, se encontrara ante amenazas y peligros. Ya desde niño es «signo de contradicción».

(…) En los evangelios de la infancia, el *anuncio de la vida,* que se hace de modo admirable con el nacimiento del Redentor, se contrapone fuertemente a la *amenaza a la vida,* una vida que abarca enteramente el misterio de la Encarnación y de la

realidad divino-humana de Cristo. (…) A través de la familia discurre la historia del hombre, la historia de la salvación de la humanidad. He tratado de mostrar en estas páginas cómo la familia se encuentra en el centro de la gran lucha entre el bien y el mal, entre la vida y la muerte, entre el amor y cuanto se opone al amor. A la familia está confiado el cometido de luchar ante todo para *liberar las fuerzas del bien,* cuya fuente se encuentra en Cristo, redentor del hombre. Es preciso que dichas fuerzas sean *tomadas como propias por cada núcleo familiar*.

(…) Os hago, pues, *una invitación:* una invitación dirigida especialmente a vosotros, queridos esposos y esposas, padres y madres, hijos e hijas. (…) Hablo con la fuerza de su verdad al hombre de nuestro tiempo, para que comprenda qué grandes bienes son el matrimonio, la familia y la vida; y qué gran peligro

constituye el no respetar estas realidades y una menor consideración de los valores supremos en los que se fundamentan la familia y la dignidad del ser humano. Que el Señor Jesús nos recuerde estas cosas *con la fuerza y la sabiduría de la cruz* (cf. *1 Co* 1, 17-24), para que la humanidad no ceda a la tentación del «padre de la mentira» (*Jn* 8, 44), que la empuja constantemente por caminos anchos y espaciosos, aparentemente fáciles y agradables, pero llenos realmente de asechanzas y peligros. Que se nos conceda seguir siempre a Aquel que es «el camino, la verdad y la vida» (*Jn* 14, 6).

Que la Sagrada Familia, icono y modelo de toda familia humana, nos ayude a cada uno a caminar con el espíritu de Nazaret; que ayude a cada núcleo familiar a profundizar su misión en la sociedad y en la Iglesia mediante la escucha de la Palabra de

Dios, la oración y la fraterna comunión de vida. ¡Que María, Madre del amor hermoso, y José, custodio del Redentor, nos acompañen a todos con su incesante protección!

San Juan Pablo II, *Carta a las familias*, 1994.

Primera meditación

Opción 1. Meditación. La Visitación: María, modelo de espíritu de servicio.

Opción 2. El liderazgo del servicio, artículo de Mª del Mar Delgado. (Texto)

Segunda meditación

Opción 1: Meditación. La Sagrada Familia: modelo de nuestras familias y nuestros hogares.

Opción 2. Entender los signos de la Navidad. ¿Cuál es el origen de las

tradiciones navideñas?. Artículo de M. Narbona.

Charla.

Virtudes de la convivencia: comunicación, respeto, confianza. Actitudes necesarias para una buena sintonía conyugal: cariño (ternura); compartir (no aislarse); cuidarse (servicio); complementarse; aceptar al otro (respetar sus gustos e intereses, hacerlos propios).

Textos del Papa Francisco sobre:

- Sembrar la paz (Ex. Ap. *Gaudete et exultate*, nn. 87-89)
- La mansedumbre en la convivencia con los demás (*ibid.*, nn. 112-121)
- La cortesía en la vida familiar (Ex. Ap. *Amoris laetitia*, nn. 99-100)
- Saber perdonar (*ibid.*, nn. 105-108)

- La ternura (Carta apostólica Patris corde, sobre san José, nn. 2 y 4)

Lectura espiritual

La familia en las enseñanzas de san Josemaría Escrivá de Balaguer, Conferencia en Barcelona (17-V-2008) de Mons. Javier Echevarría.

Examen de conciencia

Acto de presencia de Dios

1. «Por aquellos días, María se levantó y marchó deprisa a la montaña, a una ciudad de Judá; y entró en casa de Zacarías y saludó a Isabel» (Lc 1, 39). ¿Inspirado por la vida de la Virgen, busco modos de servir a los demás?

2. «La humildad de María se vierte en el Magníficat… Y tú y yo, que somos –que éramos– unos soberbios, prometemos que seremos

humildes» (*Santo Rosario*, II misterio gozoso). ¿En qué momentos alabo y agradezco a Dios? ¿Mi humildad nace y se alimenta al contemplar la grandeza del amor de Dios?

3. «En cuanto Isabel oyó el saludo de María, saltó la criatura en su vientre» (Lc 1,41). ¿Trasmito la alegría de vivir con Cristo, con mis palabras y actitudes?

4. «En Belén nadie se reserva nada. Allí no se oye hablar de mi honra, ni de mi tiempo, ni de mi trabajo, ni de mis ideas, ni de mis gustos, ni de mi dinero» (*Carta* 14-II-1974, n. 2). ¿Cultivo en mi familia las virtudes que destacan en la familia de Belén: la misericordia, la bondad, la humildad, la mansedumbre, la paciencia? ¿Podría ser más servicial en mi casa, encargándome de tareas que dejo para los demás?

5. «La mirada se detiene en la gruta de Belén, en el hogar de Nazaret.

María, José, Jesús Niño, ocupan de un modo muy especial el centro de nuestro corazón. ¿Qué nos dice, qué nos enseña la vida a la vez sencilla y admirable de esa Sagrada Familia?» (*Es Cristo que pasa,* n. 22).

6. «Encontraron a María y a José, y al niño acostado en el pesebre» (Lc 2, 16). ¿Pido a la Sagrada Familia que me ayude a hacer crecer el amor y la entrega mutua en mi matrimonio?

7. «Y postrándose le adoraron; luego, abrieron sus cofres y le ofrecieron presentes: oro, incienso y mirra» (Mt 2,11). ¿Qué podría poner a los pies de Jesús? ¿Estoy convencido de que él recibe lo que le ofrecemos con una sonrisa?

8. ¿Aprendo de María y de José a vivir con lo que necesito, al mismo tiempo que intento dar a mi familia el bienestar que se merecen?

Acto de contrición

pdf | Documento generado automáticamente desde https://opusdei.org/es-ni/article/retiro-mensual-diciembre-2022/ (12/12/2025)