

Retiro de mayo #DesdeCasa (2021)

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.

05/05/2021

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

1. [Introducción](#).

2. Meditación I. Docilidad al Espíritu Santo.

3. Meditación II. María, Madre de Dios y Madre nuestra.

4. Charla. Año de la Familia.

5. Lectura espiritual.

6. Examen de conciencia.

1. Introducción del retiro mensual

En este mes nos dirigimos a nuestra Madre Santa María con cariño particular. Escribía san Josemaría en mayo de 1935 narrando la Romería al Santuario de Sonsoles (Ávila): “Quise celebrar la Santa Misa en DYÁ antes de emprender el camino de Ávila. En la Misa, al hacer el memento, con empeño muy particular –más que mío– pedí a

nuestro Jesús que aumentara en nosotros –en la Obra– el amor a María, y que este amor se tradujese en hechos”. (Andrés Vázquez de Prada, “El Fundador del Opus Dei I”, p. 547)

Proponemos en este retiro el rezo del Santo Rosario siguiendo este consejo de san Josemaría: “Voy a darte un consejo práctico que no entorpecerá en ti la labor del Espíritu Santo, si lo sigues con prudencia: que te detengas durante unos segundos – tres o cuatro– en un silencio de meditación, considerando el respectivo misterio del Rosario, antes de recitar el Padrenuestro y las Avemarías de cada decena. Estoy seguro de que esta práctica aumentará tu recogimiento y el fruto de tu oración”. (Nota para la 12^a edición española en “Santo Rosario”)

Rezo del Santo Rosario.

Proporcionamos un enlace a un

audio para acompañar la recitación y otro enlace a imágenes para facilitar la meditación de cada misterio.

2. Primera meditación: docilidad al Espíritu Santo.

Opción 1: meditación sobre la docilidad al Espíritu Santo (audio).

Opción 2: ocho cuestiones sobre el Espíritu Santo (texto).

3. Segunda meditación: María, Madre de Dios y Madre nuestra.

Opción 1: Meditación: Santa María, Madre de Dios (audio y texto).

Opción 2: Homilía de san Josemaría:
“Por María hacia Jesús” (audio y
texto)

4. Charla: Año de la Familia.
Comunicación. Respeto. Confianza.
Actitudes necesarias para una buena
sintonía conyugal.

Capítulo del libro electrónico “Amor
Humano”.

5. Lectura

Opción 1: Homilía de san Josemaría,
“El Gran desconocido”.

Opción 2: “Santa María, el atajo que
lleva a Dios”, artículo de D. Javier
Echevarría sobre la devoción
mariana de san Josemaría.

6. Examen de conciencia

Acto de presencia de Dios

1. «María se levantó y marchó deprisa a la montaña» (Lc 1, 39). La Virgen, estando embarazada, no dudó en ponerse en camino para ir a visitar a su prima santa Isabel.

¿Procuro yo también anticiparme, ayudando en casa y haciendo los favores o servicios que los demás necesitan? ¿Soy flexible para cambiar mis planes cuando las personas o las circunstancias lo requieren?

2. La Virgen es Madre del Amor Hermoso. ¿Alimento el amor a mi cónyuge con detalles de cariño, ternura, atención, escucha, arreglo personal, etc.? ¿Procuro hacerle la vida agradable?

3. Al amparo de la Virgen, ¿pido con la fe de un padre cristiano que mis hijos o los hijos de los demás descubran el atractivo de Jesucristo? ¿Me alegraría que se entregasen plenamente a él, si es su vocación?

4. «No basta saber que ella es Madre, considerarla de este modo, hablar así de ella. Es tu Madre y tú eres su hijo; te quiere como si fuieras el hijo único suyo en este mundo» (*Amigos de Dios*, n. 293). ¿Procuro tratar a María con la confianza de un hijo pequeño necesitado de cariño y seguridad?

5. «¡Ven, oh Santo Espíritu!: ilumina mi entendimiento, para conocer tus mandatos: fortalece mi corazón contra las insidias del enemigo: inflama mi voluntad...» (Oración compuesta por san Josemaría en 1932, *Entrevista sobre el Fundador del Opus Dei*, Rialp, p. 167). ¿Cuento con la ayuda del Espíritu Santo para descubrir en qué puedo parecerme

más a Cristo? ¿Cómo sus inspiraciones me van ayudando a mejorar mi carácter y así tratar cada vez mejor a todos los que están a mi alrededor?

6. «A mí, que estoy siempre contigo, de la mano derecha me has tomado; me guiarás con tu consejo, y tras la gloria me llevarás» (Sal 73, 23-24). ¿Cómo me dejo acompañar en la dirección espiritual? Al meditar con el Señor los consejos que recibo, ¿procuro descubrir aquello a lo que me invita?

7. «*El viento que sopla donde quiere*», le dice Jesús a Nicodemo (Jn 3, 8) ¿Procuro aprender, como Nicodemo, que Dios puede hablarme a través de los demás y de lo que me sucede en mi día?

Acto de contrición

pdf | Documento generado
automáticamente desde [https://
opusdei.org/es-ni/article/retiro-
mensual-mayo-2021/](https://opusdei.org/es-ni/article/retiro-mensual-mayo-2021/) (23/02/2026)