

# Retiro de enero #DesdeCasa (2023)

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.

02/01/2023

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

1. Introducción. La misión del cristiano en el hogar y en el mundo.
  2. Meditación I. La vida en Nazaret.
  3. Meditación II. Los primeros discípulos. El seguimiento de Jesucristo.
  4. Charla.
  5. Lectura espiritual.
  6. Examen de conciencia.
- 

Introducción. La misión del cristiano en el hogar y en el mundo

“Los cristianos no se distinguen de los demás hombres, ni por el lugar en que viven, ni por su lenguaje, ni por sus costumbres. Ellos, en efecto, no tienen ciudades propias, ni utilizan un hablar insólito, ni llevan un género de vida distinto. Su

sistema doctrinal no ha sido inventado gracias al talento y especulación de hombres estudiosos, ni profesan, como otros, una enseñanza basada en autoridad de hombres.

Viven en ciudades griegas y bárbaras, según les cupo en suerte, siguen las costumbres de los habitantes del país, tanto en el vestir como en todo su estilo de vida y, sin embargo, dan muestras de un tenor de vida admirable y, a juicio de todos, increíble. Habitán en su propia patria, pero como forasteros; toman parte en todo como ciudadanos, pero lo soportan todo como extranjeros; toda tierra extraña es patria para ellos, pero están en toda patria como en tierra extraña. Igual que todos, se casan y engendran hijos, pero no se deshacen de los hijos que conciben. Tienen la mesa en común, pero no el lecho.

Viven en la carne, pero no según la carne. Viven en la tierra, pero su ciudadanía está en el Cielo.

Obedecen las leyes establecidas, y con su modo de vivir superan estas leyes. Aman a todos, y todos los persiguen. Se los condena sin conocerlos. Se les da muerte, y con ello reciben la vida. Son pobres, y enriquecen a muchos; carecen de todo, y abundan en todo. Sufren la deshonra, y ello les sirve de gloria; sufren detrimento en su fama, y ello atestigua su justicia. Son maldecidos, y bendicen; son tratados con ignominia, y ellos, a cambio, devuelven honor. Hacen el bien, y son castigados como malhechores; y, al ser castigados a muerte, se alegran como si se les diera la vida. Los judíos los combaten como a extraños y los gentiles los persiguen, y, sin embargo, los mismos que los aborrecen no saben explicar el motivo de su enemistad.

Para decirlo en pocas palabras: los cristianos son en el mundo lo que el alma es en el cuerpo. El alma, en efecto, se halla esparcida por todos los miembros del cuerpo; así también los cristianos se encuentran dispersos por todas las ciudades del mundo. El alma habita en el cuerpo, pero no procede del cuerpo; los cristianos viven en el mundo, pero no son del mundo. El alma invisible está encerrada en la cárcel del cuerpo visible; los cristianos viven visiblemente en el mundo, pero su religión es invisible. La carne aborrece y combate al alma, sin haber recibido de ella agravio alguno, sólo porque le impide disfrutar de los placeres; también el mundo aborrece a los cristianos, sin haber recibido agravio de ellos, porque se oponen a sus placeres.

El alma ama al cuerpo y a sus miembros, a pesar de que éste la aborrece; también los cristianos

aman a los que los odian. El alma está encerrada en el cuerpo, pero es ella la que mantiene unido el cuerpo; también los cristianos se hallan retenidos en el mundo como en una cárcel, pero ellos son los que mantienen la trabazón del mundo. El alma inmortal habita en una tienda mortal; también los cristianos viven como peregrinos en moradas corruptibles, mientras esperan la incorrupción celestial. El alma se perfecciona con la mortificación en el comer y beber; también los cristianos, constantemente mortificados, se multiplican más y más. Tan importante es el puesto que Dios les ha asignado, del que no les es lícito desertar”.

De la *Carta a Diogneto* (escrita a finales del s. II).

## Primera meditación

Opción 1. Meditación: La vida en Nazaret.

Opción 2: Seis mensajes de san Josemaría para ser felices en la vida cotidiana.

## **Segunda meditación**

Opción 1. Meditación: Los primeros discípulos.

Opción 2: Amistad y evangelización.  
Carta pastoral Mons. F. Ocáriz (1 noviembre de 2019), números 4-10.

## **Charla**

Contribuir a que el mundo sea el hogar que Dios desea para los hombres desde el lugar y trabajo que cada uno tiene. ¿Qué es el bien común? Participación y responsabilidad de todos.

## **Lectura espiritual**

La misión de los laicos en el mundo: una nueva evangelización, servir a la persona y a la sociedad, el valor de la familia en la sociedad; la política, la

economía, la sociedad, la cultura. San Juan Pablo II, Ex. Ap. Christifideles laici, nn 32-44.

## Examen de conciencia

### Acto de presencia de Dios

1. «Y bajó con ellos, y vino a Nazaret, y les estaba sujeto. (...) Jesús crecía en sabiduría, en edad y en gracia delante de Dios y de los hombres» (Lc 2, 51-52) ¿Cómo ilumina mi vida la certeza de que la santidad consiste en poner amor en lo cotidiano? ¿En qué aspectos de mi vida familiar, de mi trabajo, etc. Jesús me llama a manifestar ese amor?

2. «O sabemos encontrar en nuestra vida ordinaria al Señor, o no lo encontraremos nunca. Es, en medio de las cosas más materiales de la tierra, donde debemos santificarnos» (San Josemaría, Homilía *Amar al mundo apasionadamente*) ¿Soy consciente de

que muchos de esos encuentros con el Señor tienen lugar en mi día a día, en mi relación con mi cónyuge, mis hijos, mis amigos?; ¿También cuando voy por la calle, en mi lugar de trabajo o en mis momentos de descanso?

3. «¿Tengo en mi alma la confianza necesaria en mi Padre Dios para pedirle, como el niño pequeño, ¡la luna!?» (*Camino*, n. 857). ¿Qué podría pedirle a Dios con la confianza de un niño para mi familia, mis amigos, mis compañeros de trabajo y vecinos de modo que con el tiempo descubran a Cristo y tengan una relación personal con él?

4. «Ellos le dijeron: “*Rabbí* –que significa Maestro–, ¿dónde vives?”. Les respondió: “Venid y veréis”» (Jn 1, 38-39) ¿Cómo comparto con el Señor las preocupaciones y deseos más profundos de mi alma? ¿Le pido ayuda?

5. «En un cristiano, en un hijo de Dios, amistad y caridad forman una sola cosa» (*Forja*, n. 565). ¿Fomento la amistad con Cristo y con las personas que me rodean?

¿Contemplo cómo Cristo se detiene con cada uno, cómo les escucha, se compadece, se hace cargo de sus problemas, etc.? ¿Procuro hacer lo mismo?

6. «En esto conocerán todos que sois discípulos míos: si os amáis unos a otros» (Jn 13,35). ¿Podría ser aún más coherente con mi fe? ¿Soy consciente de que las palabras avaladas por el ejemplo personal tienen la fuerza de conmover el corazón?

7. «Oramos continuamente por vosotros, para que nuestro Dios os haga dignos de la vocación y con su poder lleve a término todo propósito de hacer el bien y la tarea de la fe» (2 Ts 1,11-12). Cuando contemplo mi vida, ¿puedo decir que Dios sigue

infundiéndole su luz a través de mí allí  
donde estoy?

## Acto de contrición

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-pe/article/retiro-  
mensual-enero-2023/](https://opusdei.org/es-pe/article/retiro-mensual-enero-2023/) (20/01/2026)