

Retiro de junio #DesdeCasa (2025)

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.

02/06/2025

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

1. Introducción. El amor de Cristo y el ejemplo de san Josemaría.

2. Meditación I. El Sagrado Corazón de Jesús.

3. Meditación II. San Josemaría: santo de la vida ordinaria.

4. Charla.

5. Lectura espiritual.

6. Examen de conciencia.

Introducción. El amor de Cristo y el ejemplo de san Josemaría

En estos últimos días, hemos vivido un tiempo particularmente intenso. La muerte del Papa Francisco ha llenado de tristeza nuestro corazón y, en esas horas difíciles, nos sentimos como aquellas multitudes de las que dice el Evangelio que estaban «como ovejas sin pastor» (Mt 9,36).

Precisamente en el día de Pascua recibimos su última bendición y, en la luz de la Resurrección, afrontamos este momento con la certeza de que el Señor nunca abandona a su pueblo, lo reúne cuando está disperso y «lo cuida como un pastor a su rebaño» (Jer 31,10).

En este espíritu de fe, el Colegio de Cardenales se reunió para el Cónclave; viniendo de historias y caminos diversos, pusimos en manos de Dios el deseo de elegir al nuevo sucesor de Pedro, el Obispo de Roma,

un pastor capaz de custodiar el rico patrimonio de la fe cristiana y, al mismo tiempo, de mirar lejos, para enfrentar las preguntas, las inquietudes y los desafíos de hoy. Acompañados por vuestra oración, sentimos la obra del Espíritu Santo, que supo armonizar los diferentes instrumentos musicales, haciendo vibrar las cuerdas de nuestro corazón en una única melodía.

He sido elegido sin ningún mérito y, con temor y temblor, vengo a vosotros como un hermano que quiere hacerse servidor de vuestra fe y de vuestra alegría, caminando con vosotros por el camino del amor de Dios, que nos quiere a todos unidos en una única familia. (...)

Esto, hermanos y hermanas, quisiera que fuera nuestro primer gran deseo: una Iglesia unida, signo de unidad y de comunión, que se convierta en

fermento para un mundo reconciliado.

En nuestro tiempo, todavía vemos demasiada discordia, demasiadas heridas causadas por el odio, la violencia, los prejuicios, el miedo al diferente, por un paradigma económico que explota los recursos de la Tierra y margina a los más pobres. Y nosotros queremos ser, dentro de esta masa, un pequeño fermento de unidad, de comunión, de fraternidad. Queremos decir al mundo, con humildad y con alegría: ¡mirad a Cristo! ¡Acercaos a Él! ¡Acoged su Palabra que ilumina y consuela! (...)

Hermanos, hermanas, ¡esta es la hora del amor! La caridad de Dios que nos hace hermanos entre nosotros es el corazón del Evangelio y, con mi predecesor León XIII, hoy podemos preguntarnos: si este criterio «prevaleciera en el mundo,

¿no cesaría inmediatamente toda discordia y no volvería quizás la paz?» (Carta encíclica Rerum novarum, 21).

Juntos, como un único pueblo, como hermanos todos, caminemos hacia Dios y amémonos mutuamente entre nosotros.

Papa León XIV, Homilía de la misa de inicio del pontificado.

Primera meditación

Opción 1: Meditación. El Sagrado Corazón de Jesús.

Opción 2: Papa Francisco, Encíclica «Dilexit nos», sobre el Sagrado Corazón de Jesús. Pistas para adentrarse en la lectura de la Encíclica.

Segunda meditación

Opción 1: Meditación. San Josemaría: santo de la vida ordinaria.

Opción 2: Tres amores: Cristo, María, el Papa. Extraído del libro "Apuntes" sobre San Josemaría Escrivá de Balaguer, escrito por Salvador Bernal.

Charla

Construir sobre piedra: El plan de vida espiritual. San Josemaría llamó “plan de vida” al conjunto de prácticas de piedad y de costumbres cristianas, que jalonan la jornada de tiempos dedicados exclusivamente al trato con Dios y a las continuas referencias al Señor.

Lectura

Papa León XIV, El derroche de amor del Sembrador.

Examen de conciencia

Acto de presencia de Dios

Consiste en ponernos bajo su mirada amorosa que nos acompaña y

protege. Invocamos al Espíritu Santo para entender cómo hacer nuestra vida más grata a Jesús.

Acto de presencia de Dios

1. Damos gracias a Dios por el nuevo Papa León XIV. ¿Rezo por él con cariño filial, pidiendo que el Espíritu Santo lo ilumine y lo sostenga en su servicio a la Iglesia? ¿Entiendo que con mi oración, sacrificio, y unidad estoy colaborando con el Papa?

2. «Jesús, en tus brazos confiadamente me pongo, escondida mi cabeza en tu pecho amoroso, pegado mi corazón a tu Corazón: quiero, en todo, lo que Tú quieras» (*Forja*, n. 529). ¿Deseo que mi corazón se parezca cada vez más al Corazón de Cristo? ¿Cómo procuro aprender en el Evangelio de sus reacciones, ternura, miradas, cariño, delicadeza, paciencia, etc.? ¿Pido para mis hijos, mi cónyuge, mis

amigos, que Dios les dé un corazón grande?

3. «Vio Jesús a un publicano, y como le miró con sentimiento de amor y le eligió, le dijo: Sígueme» (San Beda el Venerable, Hom. 21). ¿Me da paz considerar que Jesús me mira con amor, como miró a Mateo? ¿Trato de mirar a los demás como lo haría Cristo?

4. Con las obras de misericordia se refleja de manera especial la vida de Cristo en nuestra conducta. ¿Sé consolar a las personas que sufren, trato con paciencia y cariño a los enfermos cercanos, sé enseñar a quien no sabe, o dar buen consejo al que lo necesita? ¿Cómo podría ser generoso con mi tiempo? ¿Me doy cuenta de que las obras de misericordia comienzan en mi familia?

5. ¿Cómo manifiesto paciencia y cariño con los enfermos de mi

familia, dedicando tiempo a las personas de mi alrededor más necesitadas? ¿Soy una persona amable y procuro dar siempre una visión positiva a los problemas?

6. El Jubileo que celebramos este año nos invita a renovar el alma, a vivir con alegría el perdón recibido, y a abrirnos a la misericordia de Dios. ¿He redescubierto el valor de la confesión y de las obras de misericordia?

7. «No he necesitado aprender a perdonar porque el Señor me ha enseñado a querer» (*Surco*, n. 804). ¿Con qué personas podría ensanchar mi capacidad de comprender y de querer? ¿Le pido a Dios que me dé la gracia necesaria para querer a aquellos que no me han tratado bien, que me han humillado, o a aquellos con los que no congenio demasiado? ¿Sé pasar por alto los defectos de los demás?

8. ¿Cómo alimentan mi oración y mi relación con el Señor las enseñanzas de san Josemaría? ¿Pido su intercesión para que me ayude en mi familia y con mis amigos?

9. San Josemaría solía decir que quería dejar a sus hijos en el Opus Dei como herencia el amor a la libertad y el buen humor. ¿Qué podría mejorar para que esto sea una realidad en mi vida?

Acto de contrición

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-uy/article/retiro-mensual-junio-2025/> (20/01/2026)