

opusdei.org

Retiro de abril

#DesdeCasa (2026)

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.

08/04/2026

1. Introducción. Corazones que vuelven a arder.
2. Meditación I. La victoria que vence al mundo.

3. Meditación II. La segunda conversión.
 4. Charla: La alegría cristiana.
 5. Lectura: Pascua, he resucitado y aún estoy contigo.
 6. Examen de conciencia.
-

Descarga el retiro mensual
#DesdeCasa (PDF)

.....

Introducción. Corazones que vuelven a arder

La Pascua nos sitúa en el centro de la fe cristiana. Cristo ha resucitado y su victoria llena de esperanza la vida del mundo. «Esta es la victoria que vence al mundo nuestra fe» (1 Jn 5,4). En medio de las incertidumbres y

dificultades de cada época, la Resurrección nos recuerda que la última palabra no la tiene el mal ni la muerte, sino el amor de Dios. Por la Cruz llegamos a la gloria y, unidos a Cristo, descubrimos que también nuestras luchas y sacrificios pueden abrirse a una vida nueva en el Espíritu Santo.

El Evangelio de los días pascuales nos presenta a los discípulos sorprendidos por la presencia del Resucitado. En el camino de Emaús, después de escuchar al Señor, se preguntan con asombro «¿No ardía nuestro corazón mientras nos hablaba por el camino?» (Lc 24,32). Esa experiencia sigue siendo posible hoy. Cristo vive y se hace cercano en la Palabra que escuchamos, en la Eucaristía que celebramos y en las personas con las que compartimos la vida. Encontrarle de nuevo en esas realidades cotidianas nos invita a una conversión siempre renovada, a

recomenzar con confianza apoyados en la paciencia del Señor.

La Pascua es también tiempo de alegría. No una alegría superficial, sino la que nace de sabernos acompañados por Cristo vivo. Él se presenta en medio de los suyos con un saludo lleno de consuelo «La paz sea con vosotros» (Jn 20,19). Esa paz se convierte en una fuerza interior que nos impulsa a vivir con serenidad, a afrontar con esperanza los retos del trabajo, de la familia y de la sociedad, y a transmitir a otros la certeza de que Dios sigue actuando en el mundo.

Que este retiro nos ayude a contemplar de nuevo el misterio de la Resurrección, a dejar que el Señor encienda nuestro corazón y a vivir con la alegría propia de quienes saben que Cristo camina a su lado. Así podremos renovar cada día nuestra fe y participar con más

plenitud en la vida nueva que brota de la Pascua.

Primera meditación

Opción 1. La victoria que vence al mundo.

Opción 2. La humildad de Cristo en su resurrección. Catequesis del Papa León XIV.

Segunda meditación

Opción 1. La segunda conversión.

Opción 2. Cristo presente en los cristianos. Homilía de san Josemaría.

Charla: La alegría cristiana

Lectura: Pascua, he resucitado y aún estoy contigo.

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.

1. «Vino Jesús, se presentó en medio de ellos y les dijo: “La paz sea con vosotros”» (Jn 20, 19-20). ¿Afronto los retos de cada día con paz? ¿Cómo

procuro crear a mi alrededor –con mi cónyuge, con mis hijos, con mis compañeros, etc.– un ambiente de serenidad?

2. «Todo el que ha nacido de Dios, vence al mundo» (1 Jn 5, 4). ¿Con qué actitud contemplo los retos de la sociedad? ¿Es Jesús el punto de referencia constante en mi compromiso por transformar el mundo?

3. «El buen deportista no lucha para alcanzar una sola victoria, y al primer intento. (...) Prueba una y otra vez y, aunque al principio no triunfe, insiste tenazmente» (Forja, n. 169). ¿Cómo acudo a los sacramentos para aumentar el deseo de seguir caminando con el Señor, con la seguridad de que me ayuda cada día una y otra vez?

4. La Resurrección de Cristo nos introduce en una nueva vida. ¿Cómo se transforma esta realidad en

alegría y optimismo en mi familia cuando aparecen las dificultades?

5. «La esperanza no defrauda, porque el amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones por el Espíritu Santo que se nos ha dado» (Rm 5, 5). ¿Qué proyectos en mi vida familiar, profesional y social puedo confiar más al Espíritu Santo, para que él los lleve a buen término?

6. «Mientras conversaban y discutían, Jesús en persona se acercó y se puso a caminar con ellos» (Lc 24, 15-16). ¿Camino compartiendo mi vida con Cristo? ¿Pido ayuda al Espíritu Santo para que mis prácticas de piedad sean un encuentro con Jesús vivo?

7. «Entró para quedarse con ellos. Y cuando estaban juntos a la mesa tomó el pan, lo bendijo, lo partió y se lo dio. Entonces se les abrieron los ojos y le reconocieron» (Lc 24, 29-31). ¿Procuró no perder el asombro ante

la Eucaristía e intento compartir este gran don con mi familia?

Acto de contrición

.....

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es/article/retiro-de-abril-2026/> (08/04/2026)