

# Retiro de diciembre #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.

03/12/2021

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

1. [Introducción](#).

2. Meditación I. Acoger al Señor que viene.

3. Meditación II. La Anunciación.

4. Charla.

5. Lectura espiritual.

6. Examen de conciencia.

---

## **Introducción**

Nos disponemos a celebrar la Navidad contemplando a María y a José: María, la mujer llena de gracia que tuvo la valentía de fiarse totalmente de la Palabra de Dios; José, el hombre fiel y justo que prefirió creer al Señor en lugar de escuchar las voces de la duda y del orgullo humano. Con ellos, caminamos juntos hacia Belén.

Papa Francisco, Ángelus, 22 de diciembre de 2013.

## **Primera meditación**

Opción 1: Acoger al Señor que viene  
(audio)

Opción 2: Carta apostólica El hermoso signo del pesebre, del Papa Francisco, sobre el significado y el valor del belén.

## **Segunda meditación**

Opción 1: La Anunciación a María  
(audio)

Opción 2: La anunciación de Nuestra Señora, comentario de J. A. Loarte a esa escena evangélica.

## **Charla**

100 consejos del Papa Francisco a las familias. Con motivo del Sínodo de la familia, celebrado en 2014, agrupamos cien breves consejos del

Papa Francisco, que se encuentran esparcidos en las catequesis pronunciadas en los meses posteriores.

## Lectura

“El matrimonio, vocación cristiana”.  
Homilía pronunciada por san Josemaría en la Navidad de 1970, y publicada en *Es Cristo que pasa*.  
(Audio y texto).

## Examen de conciencia

Acto de presencia de Dios

1. «Ha llegado el Adviento. ¡Qué buen tiempo para remozar el deseo, la añoranza, las ansias sinceras por la venida de Cristo!, ¡por su venida cotidiana a tu alma en la Eucaristía!» (Forja, 548). ¿Cómo aprovecho estos días para renovar mi esperanza y buscar un encuentro más cercano con Dios, especialmente en la Eucaristía?

2. «El pueblo que caminaba en tinieblas vio una luz grande; habitaba en tierra y sombras de muerte, y una luz les brilló» (Is 9, 1). ¿Qué aspectos de mi vida podrían llenarse más de la luz de Dios en este tiempo de preparación a la venida del Señor?

3. Refiriéndose a Jesús, Juan el Bautista decía: «Es necesario que él crezca y que yo disminuya» (Jn 3, 30). ¿Es también un deseo para mi vida dejar que el Señor crezca en mí?

4. «El Espíritu Santo descenderá sobre ti, y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra» (Lc 1, 35). ¿Cómo busco la luz del Espíritu Santo en las situaciones complejas? ¿En qué podría imitar la disponibilidad de santa María?

5. «Vengo a anunciaros una gran alegría: hoy os ha nacido, en la ciudad de David, el Salvador, que es el Cristo, el Señor» (Lc 2, 10). ¿La

llegada de una nueva Navidad me llena de esperanza, como lo hizo con los pastores?

6. «Cuando un silencio apacible lo envolvía todo y la noche llegaba a la mitad de su carrera, tu palabra omnipotente se lanzó desde el cielo» (Sb 18, 14-15). ¿Qué espacios podría proteger del ruido exterior que me rodea, para encontrar el silencio que me permita estar con María, mi madre, y con el Niño?

7. «Se ha hecho tan pequeño —ya ves: ¡un Niño!— para que te le acerques con confianza» (Camino, 94). ¿Busco vivir la Navidad con mi familia y con sencillez: adorar juntos al Niño, cantar villancicos, preparar el belén, hacer alguna obra de misericordia con otras familias, etc.?

Acto de contrición

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es/article/retiro-mensual-  
diciembre-2021/](https://opusdei.org/es/article/retiro-mensual-diciembre-2021/) (29/01/2026)