

opusdei.org

# Retiro de noviembre #DesdeCasa (2025)

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.

01/11/2025

1. Introducción. Nada se pierde cuando se ama.

2. Meditación I. Un hogar en el cielo y en la tierra: la comunión de los santos
  3. Meditación II. Lo que haces por amor, vive para siempre. El sentido cristiano de la muerte
  4. Charla.
  5. Lectura espiritual.
  6. Examen de conciencia.
- .....

Descarga el retiro mensual  
#DesdeCasa (PDF)

.....

## **Introducción. Nada se pierde cuando se ama**

El mes de noviembre nos invita a mirar al Cielo con esperanza. Nos recuerda que no caminamos solos: formamos parte de una gran familia, la comunión de los santos, donde la

vida de unos sostiene la de otros. Cada acto hecho por amor se convierte en sangre oxigenada que recorre todo el Cuerpo de Cristo, dando vida a la Iglesia entera.

La fe nos enseña que nada se pierde cuando se hace por amor. La muerte no es un final, sino el paso hacia la plenitud de una historia que continúa. “Sin miedo a la vida, sin miedo a la muerte”, decía san Josemaría, porque el amor —vivido en lo pequeño y en lo eterno— tiene un valor que no caduca.

“Nos hiciste para ti y nuestro corazón está inquieto hasta que descansa en ti” (San Agustín, Las Confesiones, I, 1). En este camino, Dios no nos pide perfección sin fallos, sino un corazón que confíe. A veces el miedo a no estar a la altura nos encierra en nosotros mismos, pero su amor gratuito nos libera y nos devuelve la alegría de recomenzar. Agradar a

Dios no depende de hacerlo todo bien, sino de dejarnos amar y transformar por Él.

Vivamos, entonces, con esperanza, sabiendo que todo gesto de entrega, toda oración, todo esfuerzo compartido en familia, en el trabajo o en la enfermedad, tiene resonancia eterna. Porque en la comunión de los santos, cada vida late al ritmo del Cielo.

## **Primera meditación**

Opción 1. Un hogar en el cielo y en la tierra: la comunión de los santos.

Opción 2. Hacia la santidad.

## **Segunda meditación**

Opción 1. Lo que haces por amor, vive para siempre. El sentido cristiano de la muerte.

Opción 2. La luz de la fe. La otra parte de la historia: muerte y resurrección

## **Charla**

Agradar a Dios: santidad y perfeccionismo

## **Lectura**

Aprender en la Misa a tratar a Dios, reflexiones sobre la liturgia de la Santa Misa a la luz de algunos escritos de san Josemaría.

# 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. «Comunión de los santos. ¿Cómo te lo diría? ¿Ves lo que son las transfusiones de sangre para el cuerpo?» (Camino, n. 544). ¿Me paro a pensar que al hacer las cosas bien por amor a Dios, en mi trabajo, mi estudio, con mis amigos, puedo ayudar a toda la Iglesia? ¿Me llena de esperanza saber que nada se pierde, que el Señor hará fecundos todos mis esfuerzos donde y como a él le parezca?

2. «Tendrás más facilidad para cumplir tu deber al pensar en la ayuda que te prestan tus hermanos y

en la que dejas de prestarles, si no eres fiel» (Camino, n. 549). ¿Cómo me apoyo en la oración de todos los que me quieren?

3. «Mis buenas amigas las ánimas benditas del purgatorio... ¡pueden tanto delante de Dios!» (Camino, n. 571). ¿Rezo y ofrezco sufragios por ellas y confío en la ayuda que pueden prestarnos?

4. «Si hemos muerto con Cristo, creemos que también viviremos con él» (Rm 6, 8). ¿Me sirve la realidad de la muerte para dar perspectiva a los esfuerzos por hacer crecer el Reino de Dios?

5. «¿No brilla en tu alma el deseo de que tu Padre-Dios se ponga contento cuando te tenga que juzgar?» (Camino, n. 746). ¿Entiendo que Dios no me acusa, sino que es mi abogado y salvador? ¿Me da paz saberme en las manos de Dios?

6. «Al atardecer de la vida nos examinarán del amor» (San Juan de la Cruz). ¿Procuro rectificar la intención, dándome cuenta de que la medida de mis obras no es el acierto o el error, el triunfo o el fracaso, sino el amor con el que las llevo a cabo? ¿En qué ámbitos de mi vida podría expresar mejor que la caridad, la misericordia y el espíritu de servicio son el motor de mis actos?

7. «Habrá más alegría en el cielo por un solo pecador que se convierta que por noventa y nueve justos que no necesitan convertirse» (Lc 15, 7). ¿Cómo me consuela y me llena de alegría saber que Dios siempre me ofrece su gracia y, por tanto, la posibilidad de comenzar y recomenzar?

Acto de contrición

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es/article/retiro-mensual-  
noviembre-2025/](https://opusdei.org/es/article/retiro-mensual-noviembre-2025/) (25/03/2026)