



OPUS DEI
CHILE



RETIRO DE DICIEMBRE #ENCASA

RECURSOS

Pincha en el ícono para acceder al contenido multimedia

PRIMERA MEDITACIÓN

[Audio aquí](#)



LECTURA ESPIRITUAL

[Texto aquí](#)



"X"

SEGUNDA MEDITACIÓN

[Audio aquí](#)



"X"

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

ROSARIO



Puedes rezar [aquí](#) el Santo Rosario de hoy contemplando con san Josemaría la escena antes de cada misterio. Te ayudará a rezarlo con más amor y piedad.