



Humildad y unidad de vida

RETIRO
JULIO
desde casa

Todos deseamos vivir con unidad y paz interior. Sin embargo, no siempre resulta fácil armonizar la oración, el trabajo, la familia y las múltiples exigencias de cada día. El Evangelio nos muestra que esa unidad no se alcanza a fuerza de voluntarismo, sino cuando aprendemos a vivir en la verdad ante Dios y a ponerle realmente en el centro de nuestra existencia.

La parábola del fariseo y del publicano nos introduce en una actitud fundamental de la vida cristiana: la humildad de quien se presenta ante Dios con verdad. Como el publicano, también nosotros necesitamos volver una y otra vez a esa sencillez de corazón que nos lleva a pedir perdón, a recomenzar con alegría y a descubrir que la misericordia de Dios es siempre más grande que nuestras miserias. La contrición, el desagravio y la confesión sacramental son un camino de libertad y de paz.

Al mismo tiempo, el Evangelio de Marta y María nos recuerda que la vida cristiana no consiste en elegir entre la oración y el trabajo, sino en aprender a unir ambas dimensiones. San Josemaría nos enseñó que estamos llamados a ser «almas contemplativas en medio del mundo», encontrando a Dios en las ocupaciones ordinarias y convirtiendo la familia, el trabajo y la vida diaria en ocasiones de encuentro con Cristo y de servicio a los demás.

La unidad de vida se construye muchas veces en los detalles pequeños: en la paciencia con el cónyuge, en la delicadeza al corregir a los hijos, en el esfuerzo por hacer agradable la convivencia, en la justicia y la caridad con quienes trabajan a nuestro lado. Cuando Dios ocupa el centro del corazón, desaparecen las divisiones interiores y aprendemos a vivir con coherencia, haciendo de toda nuestra existencia una respuesta de amor.

Que este tiempo de retiro nos ayude a recomenzar con alegría y a convertir la vida ordinaria en un diálogo continuo con Dios.

Recursos 1

Pincha en el icono para acceder al contenido multimedia.

Primera meditación

Opción 1:
Parábola del fariseo
y del publicano



AUDIO

Opción 2:
Como en una
película:
Más allá de la trama



TEXTO

Lectura

Con el Papa León XIV en la
Vigilia de oración con los
jóvenes en Madrid,
sábado 6 de junio de
2026. También disponible
en el ebook de la Visita del
Papa a España.



TEXTO

Recursos 2

Charla

Libres para amar: la pobreza cristiana.
Mensaje del Prelado,
14 de junio de 2026.



TEXTO

Segunda meditación

Opción 1:
En la casa de Betania,
con Marta y María



AUDIO

Opción 2:
Como en una película:
En el cobijo de Jesús



TEXTO

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. «El publicano, quedándose lejos, ni siquiera se atrevía a levantar los ojos al cielo, sino que se golpeaba el pecho diciendo: “Oh Dios, ten compasión de mí, que soy un pecador”» (Lc 18, 13). ¿Qué actitud tengo al dirigirme al Señor? ¿Fomento el dolor de amor y el agradecimiento?

2. «El fariseo, erguido, oraba así en su interior: “¡Oh Dios!, te doy gracias porque no soy como los demás hombres”» (Lc 18, 11). ¿El conocimiento de Dios y de mí mismo me lleva a ver a los demás con comprensión y sin superioridad? ¿Procuro aprender de todos y, en primer lugar, de mi cónyuge, de mis hijos, de las personas más cercanas?

3. «Porque todo el que se enaltece será humillado, y el que se humilla será enaltecido» (Lc 18, 14). Cuando me pongo en la presencia de Dios y reconozco la verdad sobre mí, ¿considero que la misericordia de Dios cura mis faltas y fortalece aquello que es más débil?

4. San Josemaría, al contemplar la vida de Marta y María, nos enseñaba: «Trabajemos, y trabajemos mucho y bien, sin olvidar que nuestra mejor arma es la oración. Por eso, no me canso de repetir que hemos de ser almas contemplativas en medio del mundo, que procuran convertir su trabajo en oración» (Surco, n. 497).

5. ¿De qué manera mi día a día, mi trabajo, mis pensamientos, mi carácter, mis obras... son coherentes con mi fe?

6. ¿Es mi familia mi prioridad? ¿Hablo con frecuencia con mi cónyuge para tratar de compaginar el trabajo de ambos con la dedicación de los dos a la familia?

7. «Mirad: ahora es el tiempo favorable, ahora es el día de la salvación» (2 Co 6, 2). ¿Me ayuda a vivir en el «¡hoy, ahora!» la consideración de que es en el presente donde el Señor me espera?

Acto de contrición.