

Contemplativos en medio del mundo



RETIRO
OCTUBRE
desde casa

Este 2 de octubre comienza la preparación remota del centenario del Opus Dei. Es un tiempo para detenernos, mirar nuestra historia con agradecimiento y, sobre todo, renovarnos en la manera de vivir hoy el espíritu que san Josemaría recibió de Dios y transmitió a la Iglesia. Como recuerda el prelado, «reavivar el don de Dios es lo que deseamos hacer especialmente en estos próximos años» (Mensaje del Prelado, 19 de marzo de 2026).

Esta preparación quiere ayudarnos a volver a lo esencial, a alentarnos «a ser de verdad, cada día más, almas contemplativas en medio del mundo» (Documento “Camino hacia el centenario”, 9 de enero de 2024). Por eso, desde este 2 de octubre hasta el próximo año, se nos propone profundizar precisamente en qué significa vivir como contemplativos en medio del mundo.

No se trata de añadir algo extraordinario a nuestra vida, sino de aprender a descubrir a Dios en aquello que ya forma parte de nuestra existencia. El trabajo, la familia, las amistades, las responsabilidades, los momentos de descanso y también las dificultades pueden convertirse en ocasiones de encuentro con Él. Como afirmaba san Josemaría, «osabemos encontrar en nuestra vida ordinaria al Señor, o no lo encontraremos nunca» (Amar al mundo apasionadamente).

Este año puede ser, por tanto, una invitación a mirar de nuevo nuestra vida cotidiana con ojos de fe. ¿Buscamos la presencia de Dios durante el trabajo? ¿Sabemos encontrarle en las personas que tenemos cerca? ¿Vivimos las circunstancias familiares y profesionales como oportunidades para amarle y servirle? ¿Nuestra oración nos ayuda a descubrirle también en lo pequeño y en lo que se repite cada día?

Ser contemplativos no significa alejarnos de la realidad, sino descubrir a Dios precisamente en ella. Significa vivir con la certeza de que ninguna circunstancia es ajena a nuestra relación con Él: precisamente lo ordinario, lo sencillo y aquello que nos cuesta puede ser lugar de encuentro con Dios.

Este 2 de octubre se nos ofrece la oportunidad de comenzar un año dedicado especialmente a renovar nuestra mirada, cuidar nuestra relación con Dios y descubrir de nuevo la presencia de Cristo en medio de nuestras ocupaciones habituales.

Prepararnos para el centenario desde la contemplación es, en definitiva, volver a poner el corazón en Dios allí donde estamos. Es aprender a vivir con más profundidad lo de cada día y descubrir, también en las realidades más sencillas, ese «algo divino» que transforma nuestra manera de trabajar, de relacionarnos y de servir a los demás.



Recursos

Pincha en el icono para acceder al contenido multimedia.

Primera meditación

La fundación
del Opus Dei



AUDIO

Segunda meditación

Los santos Arcángeles



AUDIO

Lectura

La fundación del
Opus Dei (1928-1930)



TEXTO

Charla

Documento
«Camino hacia
el centenario»



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. «Se han abierto los caminos divinos de la tierra» (Es Cristo que pasa, n. 21). ¿Cómo encuentro a Dios en mi realidad de cada día; familia, trabajo, descanso, relaciones sociales?

2. ¿Acudo a san Josemaría, «el santo de lo ordinario» (San Juan Pablo II), para que me ayude a levantar la mirada a Cristo, de modo que me conceda la ayuda y la gracia que necesito ahora?

3. Dios «nos ha elegido en él antes de la creación del mundo, para que fuéramos santos y sin mancha en su presencia, por el amor» (Ef 1, 4). ¿Cómo contagio con mi ejemplo la aventura de la llamada universal a la santidad a parientes, amigos y vecinos?

4. ¿Me considero un instrumento en las manos de Dios para realizar maravillas en el mundo de hoy? ¿Son las circunstancias ordinarias de cada día ocasión para servir y amar?

5. «En la Obra caben todos los que tengan el corazón grande, aunque hayan sido mayores sus flaquezas» (Instrucción, 19-III-1934, n. 65). ¿Cómo vivo con la confianza de que la gracia de Dios es mayor que mis limitaciones y las de mis hermanos, y que contando con ella podemos lanzarnos a hacer cosas grandes?

6. «He aquí que yo enviaré un ángel delante de ti, para que te guarde en el camino y te conduzca» (Ex 23, 20). ¿Trato con confianza a mi ángel de la guarda, para pedirle que me ayude en mi día a día? ¿En qué necesidades podría acudir a su ayuda?

7. «El ángel, entrando en su presencia, dijo: “Alégrate, llena de gracia, el Señor está contigo”» (Lc 1,28). ¿Acudo al Señor para que ayude a mi familia y a la de mis amigos a construir hogares luminosos y alegres?

8. ¿Busco lugares y actividades que nos permitan disfrutar un ambiente de descanso, que nos facilite también nuestro trato con Dios? ¿Promuevo modos sanos de diversión para mi familia y las de mis amigos?

9. «¡Cómo te reías, noblemente, cuando te aconsejé que pusieras tus años mozos bajo la protección de San Rafael!: para que te lleve a un matrimonio santo, como al joven Tobías, con una mujer buena y guapa y rica — te dije, bromista» (Camino, n. 360). ¿Pongo bajo la intercesión del arcángel Rafael a mis hijos y a los amigos de mis hijos, para que cada uno descubra el camino por el que Dios los llama? ¿Procuro acompañarlos con mi oración y mi cariño?

10. «A todos los que estáis en Roma, amados de Dios, llamados a ser santos: gracia y paz a vosotros de parte de Dios nuestro Padre y del Señor Jesucristo» (Rm 1, 7). ¿Me considero un instrumento en las manos de Dios para realizar maravillas en el mundo de hoy? ¿En qué circunstancias ordinarias podría servir y amar más santamente?

Acto de contrición