



DEPARTAMENTO DE ESPIRITUALIDAD
ARZOBISPADO DE SANTIAGO

RETIROS DE CUARESMA 2025



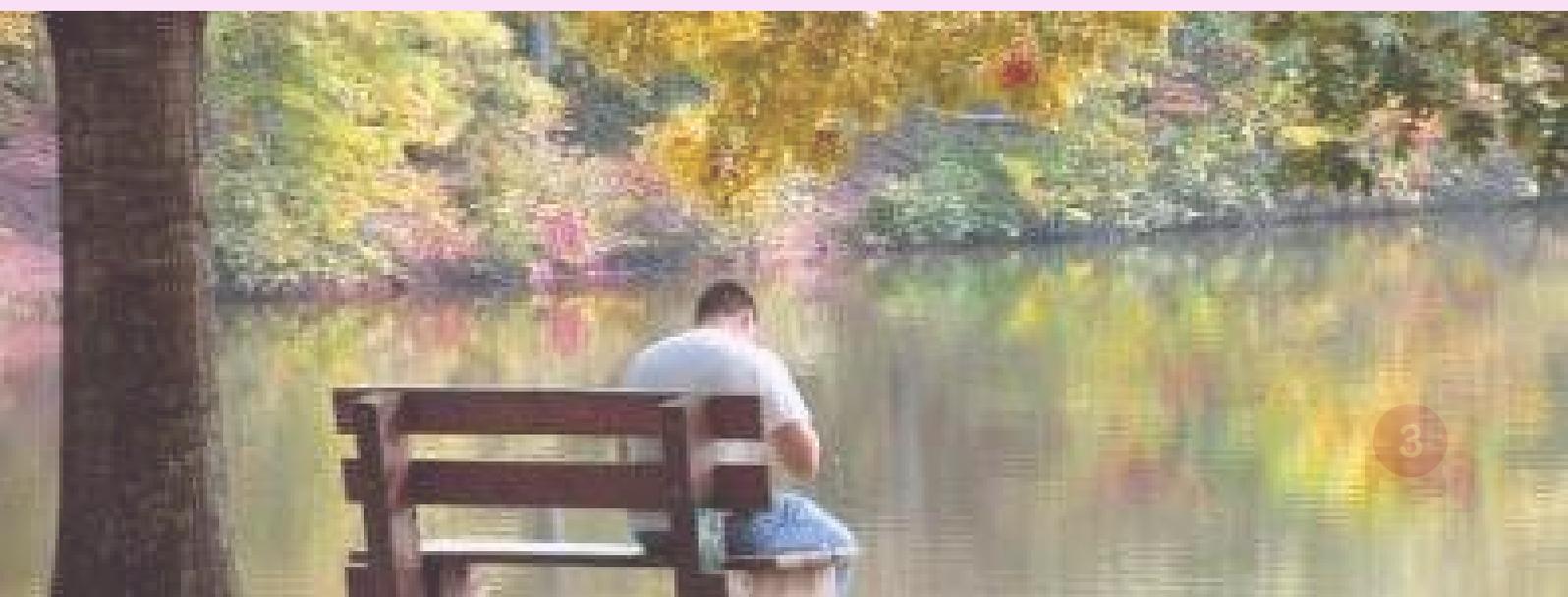
INTRODUCCIÓN

En este momento de la historia, vertiginoso en avances de la ciencia y la técnica, abundante en propuestas para ser felices y en caminos de desarrollo personal; época de crisis y cambios en nuestra sociedad, de inseguridad social y violencia, de individualismos marcados por el tener y el poder; no tenemos la oportunidad de detenernos para encontrarnos con el Dios vivo, que nos da la luz y la hondura necesarias para comprender y abrazar el sentido de la propia vida y la historia, para descubrir el significado profundo de nuestras experiencias y el horizonte hacia el cual somos llamados.

En medio del ruido y las ocupaciones de la vida cotidiana, la familia, el trabajo y la labor pastoral, nos cuesta encontrar el lugar y momento oportunos para hacer un alto en el camino.

Un Retiro Espiritual es esa pausa necesaria que requerimos en el caminar de nuestra vida para encontrarnos de una manera más profunda y directa con Dios.

Agradecemos a Don Carlos Ureta de la Zona Oeste por su colaboración en este material.



PILARES DE UN RETIRO ESPIRITUAL

Un Retiro Espiritual se sostiene en cuatro pilares fundamentales:

- a. Silencio. El silencio es capaz de abrir un espacio interior en lo más íntimo de nosotros mismos, para hacer que allí habite Dios, para que su Palabra permanezca en nosotros, para que el amor a Él arraigue en nuestra mente y en nuestro corazón, y anime nuestra vida.
- b. Soledad. La soledad nos reconecta con el espíritu. La soledad es la manera en que Dios nos recuerda que fuimos creados para tener una relación personal con Él, y que puso un profundo anhelo en nuestros corazones que solo Él puede satisfacer.
- c. Introspección. La introspección es el autoexamen y la reflexión sobre uno mismo para conocerse mejor y descubrir el sentido de la vida.
- d. Oración/Diálogo. La oración es un diálogo entre Dios y los hombres. El hombre ha sido creado para glorificar a Dios, a través de la oración se le da gloria, de lo cual el ser humano se beneficia espiritualmente, recibiendo el Amor del Padre por la comunión con Jesucristo a través del Espíritu Santo.



ESQUEMA DE UN RETIRO ESPIRITUAL

Este breve esquema de Retiro Espiritual está diseñado para un máximo de tres horas.

Los tiempos deben manejarse de acuerdo a las necesidades de cada Comunidad, especialmente los tiempos de Oración Personal.

1. Ornamentación de acuerdo al tema del Retiro.
2. Canto de inicio a elección de la comunidad.
3. Oración Inicial.
4. Lectura Bíblica.
5. Motivación del tema.
6. Primera Meditación.
7. Descanso.
8. Segunda Meditación.
9. Descanso.
10. Tercera Meditación.
11. Monición de cierre del Retiro Espiritual.
12. Oración Final.
13. Bendición y Envío.
14. Canto de salida a elección de la comunidad.

Retiro de Cuaresma

“Conviértete y cree en el Evangelio” (Marcos 1,15)

CANTO DE INICIO

(A elección)

SIGNACIÓN

En el nombre del Padre, y del Hijo, y del
Espíritu Santo. Amén.

ORACIÓN INICIAL

Conviértenos a ti, Dios salvador nuestro, y ayúdanos a progresar en el conocimiento de tu palabra, para que así la celebración de esta Cuaresma dé en nosotros fruto abundante. Por nuestro Señor Jesucristo, tu Hijo, quien contigo vive y reina en unidad con el Espíritu Santo, por los siglos de los siglos. Amén.

Evangelio según San Mateo 6, 1-6. 16-18

MOTIVACIÓN DEL TEMA

Hemos iniciado el camino hacia la Pascua, la fiesta más importante para los cristianos, y para prepararnos contamos con un tiempo fuerte de la liturgia que llamamos Cuaresma y que quiere decir cuarenta días.

Durante este tiempo acompañamos a Jesús en los cuarenta días que caminó por el desierto y recordamos los cuarenta años de peregrinación del pueblo hebreo hasta llegar a la Tierra Prometida.

Nos preparamos como comunidad a renovar nuestra Alianza con el Señor y nuestro compromiso de vivir como hermanos.

Por lo tanto, esta Cuaresma es un tiempo precioso para buscar juntos que el Amor de Dios convierta nuestras vidas, para estar listos y disponibles a celebrar la alegría de la Pascua.

Recordemos las Palabras de San Pablo en su segunda carta a los Corintios: “En el momento favorable te escuché, y en el día de la salvación te socorrí. Este es el tiempo favorable, este es el día de la salvación”.

El mismo Miércoles de Ceniza, la Iglesia nos llama a la conversión y nos propone tres medios muy concretos: ayunar, orar, amar.

Para que estos tres medios no sean sólo una convención, ni estén vacíos de contenido les proponemos descubrir qué significan concretamente para nosotros.



PRIMERA MEDITACIÓN

“Ayuno”

CUENTO

Un rabino que habituaba ayunar todos los sábados, se ausentaba a la hora de la comida, desapareciendo de la vista de todos. Esto despertó la curiosidad de su congregación, que se preguntaba a dónde iría el rabino.



Todos imaginaban que, en su tiempo de ayuno, se encontraba secretamente con Dios y para averiguarlo designaron a un miembro de la congregación para que lo siguiera.

El espía lo siguió y vio como el rabino se disfrazaba de campesino y atendía a una mujer pagana paralítica, limpiando su casa y preparando para ella la comida del sábado.

Cuando el espía regresó, la congregación le preguntó:

- ¿Qué ha hecho el rabino en sus horas de ayuno?
¿A dónde ha ido? ¿Le has visto ascender al cielo?
- No, respondió el espía, “ha subido aún más arriba”.

REFLEXIÓN PERSONAL

- ¿Qué nos está afirmando el cuento, en relación del ayuno?
- ¿Qué situaciones personales está iluminando?
- Sintetizar en una frase el mensaje que te deja el cuento leído.

“Dice Yavé: Vuelvan a mí con todo corazón, con ayuno, con llantos y con lamentos. Rasguen su corazón, y no sus vestidos, y vuelvan a Yavé su Dios, porque él es bondadoso y compasivo; le cuesta enojarse, y grande es su misericordia”.

Joel 2, 12-13

“Según dicen, me andan buscando día a día y se esfuerzan por conocer mis caminos. Vienen a preguntarme cuáles son sus obligaciones y desean la amistad de Dios. Y se quejan: ¿Por qué ayunamos y tú no lo ves, nos humillamos y tú no lo tomas en cuenta?

Porque en los días de ayuno ustedes se dedican a sus negocios y obligan a trabajar a sus obreros. Ustedes ayunan entre peleas y contiendas, y golpean con maldad. No es con esta clase de ayunos que lograrán que se escuchen sus voces allá arriba.

¿No saben cuál es el ayuno que me agrada? Romper las cadenas injustas, desatar las amarras del yugo, dejar libres a los oprimidos y romper toda clase de yugo. Compartirás tu pan con el hambriento, los pobres sin techo entrarán a tu casa, vestirás al que veas desnudo y no volverás la espalda a tu hermano. Entonces, tu luz surgirá como la aurora y tus heridas sanarán rápidamente”.

Isaías 58,1-8

REFLEXIÓN PERSONAL

- ¿Qué nos enseña la Palabra de Dios acerca del ayuno?
- ¿Cómo podemos traducir la invitación a ayunar en gestos concretos?

SEGUNDA MEDITACIÓN

“Oración”

CUENTO

Cuando el Maestro invitó al Gobernador a practicar la oración, y éste le dijo que estaba muy ocupado, la respuesta del Maestro fue: Me recuerdas a un hombre que caminaba por la jungla con los ojos vendados...y que estaba demasiado ocupado para quitarse las vendas.



Cuando el Gobernador alegó su falta de tiempo, el Maestro le dijo: Es un error creer que la oración no puede practicarse por falta de tiempo. El verdadero motivo es la agitación de la mente.

REFLEXIÓN PERSONAL

- ¿Qué tiempo le dedicas a tu encuentro con Dios en la oración?
- ¿Cómo podemos conservar nuestra intimidad con Dios, en el ritmo de vida cotidiano?
- Sintetizar en una frase el mensaje que te deja el cuento leído.

“Pidan y se les dará; busquen y encontrarán; llamen y se les abrirá”.

Mateo 7, 7

“Cuando pidan algo en la oración, crean que ya lo tienen y lo conseguirán. Y cuando ustedes se pongan de pie para orar, si tienen algo en contra de alguien, perdónenlo y el Padre que está en el cielo les perdonará también sus faltas”.

Marcos 11, 24-25

“Jesús les enseñó que era necesario orar siempre sin desanimarse”.

Lucas 18, 1

“Todo lo que pidan al Padre, Él se los concederá en mi Nombre. Hasta ahora no han pedido nada en mi Nombre. Pidan y recibirán, y tendrán una alegría que será perfecta”.

Juan. 16, 23-24

“Vivan orando y suplicando. Oren en todo tiempo según les inspire el Espíritu. Velen en común y perseveren en sus oraciones sin desanimarse nunca, intercediendo a favor de todos sus hermanos”.

Efesios 6, 18

REFLEXIÓN PERSONAL

- ¿Qué nos dice Jesús en su Palabra, acerca de la oración?
- ¿En qué ilumina la Palabra, nuestra oración personal?
- ¿Cómo podemos traducir la invitación a orar, en gestos concretos?

TERCERA MEDITACIÓN

“Caridad”

CUENTO

Por la calle vi una niña desnutrida y tiritando de frío dentro de su ligero vestido y con pocas perspectivas de conseguir una comida decente.



Me encolericé y le dije a Dios: ¿Por qué permites estas cosas? ¿Por qué no haces nada para solucionarlo? Durante un rato, Dios guardó silencio. Aquella noche, de improvviso, Dios me respondió: Ciertamente que he hecho algo. Te hice a ti.

REFLEXIÓN PERSONAL

En esta Cuaresma el Amor de Dios se quiere expresar a los demás a través nuestro.

- ¿Quiénes nos necesitan?
- ¿Qué problemas nos angustian y qué respuesta podemos dar?
- Sintetizar en una frase el mensaje que le deja al grupo el cuento leído.

“Aunque yo hablara todas las lenguas de los hombres y de los ángeles, si no tengo amor, soy como una campana que resuena o un platillo que retiñe ... Aunque repartiera todos mis bienes para alimentar a los pobres y entregara mi cuerpo a las llamas, si no tengo amor, no me sirve para nada”.

1 Corintios 13, 1-3

“El que dice: Amo a Dios, y no ama a su hermano, es un mentiroso. ¿Cómo puede amar a Dios, a quien no ve, el que no ama a su hermano, a quien ve?”

1 Juan. 4, 20

“Les doy un mandamiento nuevo: ámense los unos a los otros. Así como yo los he amado, ámense también ustedes los unos a los otros. En esto reconocerán que son mis discípulos: en el amor que se tengan los unos a los otros”.

Juan. 14, 34-35

REFLEXIÓN PERSONAL

- ¿Qué nos enseña la Palabra?
- ¿Qué situaciones ilumina?
- ¿Cómo podemos traducir la invitación a la caridad en gestos concretos?

FINALIZACIÓN RETIRO ESPIRITUAL

MONICIÓN DE CIERRE

Cerramos el encuentro con una oración donde podemos poner en manos de Dios los compromisos que estamos dispuestos a asumir en esta Cuaresma, para que al fin podamos morir al pecado y vivir la vida nueva del Evangelio.

ORACIÓN FINAL

Padre bueno, durante esta época de arrepentimiento, ten misericordia de nosotros.

Con nuestra oración, nuestro ayuno y nuestras buenas obras, transforma nuestro egoísmo en generosidad.

Abre nuestros corazones a tu Palabra, sana nuestras heridas del pecado, ayúdanos a hacer el bien en este mundo.

Te lo pedimos por Jesucristo, Nuestro Señor.

Amén.

BENDICIÓN Y ENVÍO

Hemos vivido este Retiro Espiritual, ¡Vayamos en la paz y alegría del Señor!

En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Amén.

(Canto a elección)



DEPARTAMENTO DE ESPIRITUALIDAD
ARZOBISPADO DE SANTIAGO