

## ARQUIDIOCESIS DE YUCATÁN RETIRO CUARESMAL 2024



### Instrucciones para Hacer un Retiro Espiritual desde casa o en comunidad

Hacer un retiro espiritual desde tu hogar, con tu familia, en comunidad parroquial o con tu grupo, puede ser una experiencia transformadora y enriquecedora. Aquí tienes algunas instrucciones para guiar tu retiro:

#### Contenido del Material:

- El retiro es de 3 días, aproximadamente 90 min cada día y que consta de:
  - Oración inicial
  - Tema
  - Meditación y compartir
  - Oración final
- Descargar el tema y la música en el siguiente enlace:  
[https://drive.google.com/drive/folders/1fDGqnVL7hzeyjO8KPwKfpRiDk1Jcupf?usp=share\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/1fDGqnVL7hzeyjO8KPwKfpRiDk1Jcupf?usp=share_link)

#### Preparación:

- Encuentra un espacio tranquilo donde puedas estar libre de distracciones.
- Comienza tu retiro tomando unos momentos para respirar profundamente y calmar los ruidos interiores.
- Dedica un tiempo para reflexionar sobre tu intención para el retiro.
- Elige espacios personales que te ayuden a meditar (evita la cama o hamaca para no dormirte)



## ARQUIDIÓCESIS DE YUCATÁN RETIRO CUARESMAL 2024 PRIMER DÍA

### 1. EL DIÁLOGO COMO PRINCIPIO FUNDANTE DE LA CREACIÓN

#### ORACION INICIAL

- CANTO. Nos has llamado al desierto... *escucha este link desde tu teléfono:*
  - o Drive: [Click aquí](#)
  - o YouTube: [https://youtu.be/vChVtOu-wEE?si=LUB9\\_Zli445JxHLR](https://youtu.be/vChVtOu-wEE?si=LUB9_Zli445JxHLR)
- Lectura del libro del Génesis (1, 1- 2; 26-31) – *lee en tu biblia-*
- Reflexión: *lee con calma para tu oración*

Somos creaturas de Dios, hechas a su imagen y semejanza; por lo tanto, no se cansa de nosotros. Acojamos esta oportunidad de retirarnos al desierto Cuaresmal como el tiempo fuerte en el que su Palabra se dirige de nuevo a nosotros. *Es tiempo de conversión, tiempo de libertad.* Jesús mismo, como recordamos cada año en el primer domingo de Cuaresma, fue conducido por el Espíritu al desierto para ser probado en su libertad. Durante estos días de reflexión cuaresmal pidamos al Señor la gracia de encontrar nuevos criterios de juicio y una comunidad con la cual emprender un camino que nunca habíamos recorrido. se lo pedimos con la oración que Jesús nos enseñó. Padre nuestro...

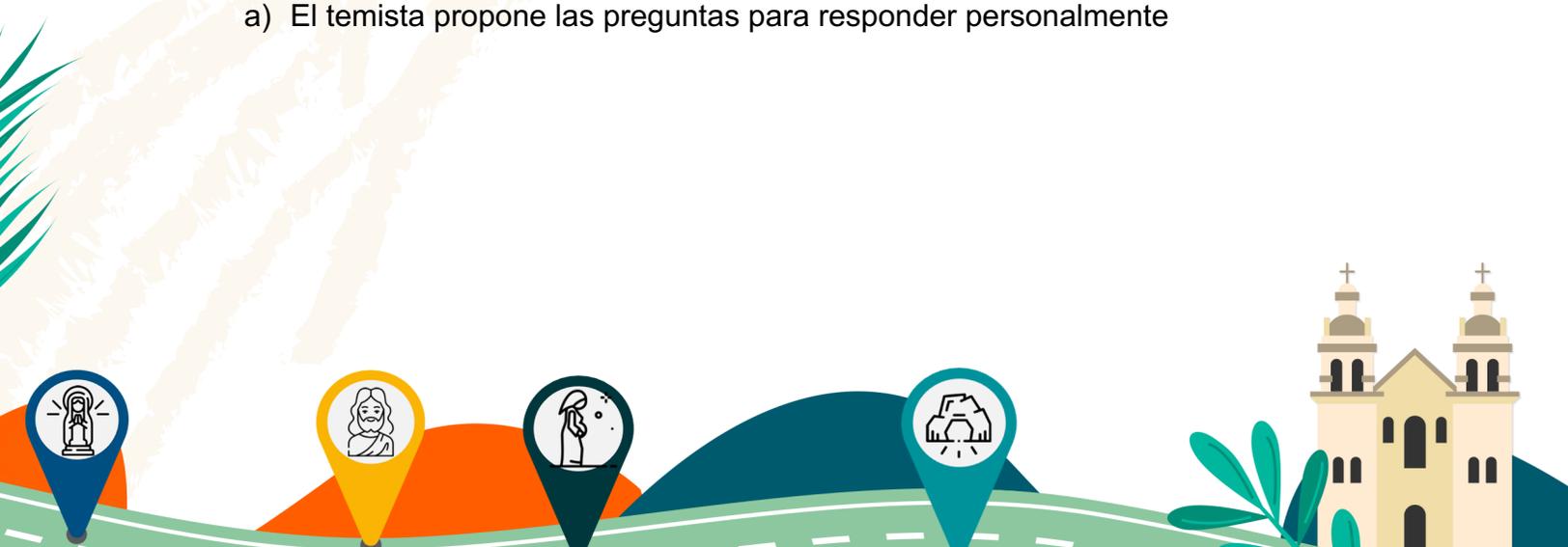
- CANTO. Nos has llamado al desierto. *Vuelve a poner el canto anterior.*

#### DESARROLLO DEL TEMA: *descarga el link siguiente para ver y escuchar el tema.*

- Drive: [Click aquí](#)
- YouTube: <https://youtu.be/XSYZpBjITYQ>

#### MEDITACIÓN Y COMPARTIR

- a) El temista propone las preguntas para responder personalmente





**¡Vamos!**  
**Juntos**  
**caminamos**  
**con Jesús**



### Sugerencias:

1. ¿Cómo es tu relación con la creación?
2. Cómo cuidas la naturaleza, el agua, los animales
3. Como dialogas con los demás hermanos (eres una persona que escucha, esta atenta o por el contrario siempre estas a la defensiva, gritas, te enojas con todos).

b) Y las preguntas para compartir en binas o grupos

- a. Que podemos hacer para cuidar el medio ambiente en nuestra comunidad? Acciones concretas para realizar juntos o en casa.

**ORACION FINAL:** *haz una oración personal de gratitud por la naturaleza que Dios nos ha regalado y reza un Padre nuestro y Ave María.*

Escribe tus respuestas:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## ARQUIDIÓCESIS DE YUCATÁN RETIRO CUARESMAL 2024 SEGUNDO DIA

### 2. EL DIÁLOGO EN LA PRIMACÍA DE LA ENCARNACIÓN (recorrido hacia la encarnación – PDP)

#### ORACION INICIAL

- CANTO. La palabra se hizo carne (*escucha este link desde tu teléfono*)
  - o **Drive:** [Click aquí](#)
  - o **YouTube:** [https://youtu.be/USgKYDq2-Rc?si=YInggWT\\_KdAt3elb](https://youtu.be/USgKYDq2-Rc?si=YInggWT_KdAt3elb)
  - o (u otro que se sepa la comunidad)
  
- LECTURA del libro del evangelista Lucas (1,26-38) – *lee con la biblia-*
- REFLEXIÓN: (*lee con calma para tu oración*)
  - o El hecho de la encarnación del Hijo Único de Dios, que se hizo hombre como nosotros, se da a través de la aceptación voluntaria de María que, en comunicación con Dios aceptar el encargo y nos demuestra el realismo sin precedente del amor divino. La acción de Dios que no se limita a las palabras, no se contenta con hablar sino que se involucra en nuestra historia y asume sobre sí la fatiga y el peso de la vida humana y de la cultura. El Hijo de Dios se hizo verdaderamente hombre, creció en una familia, tuvo amigos, formó un grupo de discípulos, dio instrucciones a los apóstoles para que continuaran su misión, completó el curso de su vida terrenal en la cruz. Este modo de actuar de Dios es un poderoso estímulo para cuestionarnos sobre el realismo de nuestra fe, que no debe limitarse a la esfera de los sentimientos y emociones, sino que debe entrar en la realidad de nuestra existencia, es decir, debe tocar nuestra vida de cada día y orientarla de manera práctica. Dios no se detuvo en las palabras, sino que nos mostró cómo vivir, compartiendo nuestra propia experiencia, excepto en el pecado. Pidamos humildemente a Dios que nos permita iluminar y transformar nuestra vida cada vez más a la imagen de su Hijo Jesús hecho hombre por nosotros y que podamos contemplarlo en los hermanos.  
Padre Nuestro...
  
- CANTO. Cristo es el camino, Cristo es la verdad... (*Vuelve a poner el canto anterior*)





## ARQUIDIÓCESIS DE YUCATÁN RETIRO CUARESMAL 2024 TERCER DIA

### 3. EL DIÁLOGO, PROCESO ESCENCIAL PARA LA CONVERSIÓN PERSONAL Y COMUNITARIA (para vivir en la cuaresma)

#### ORACION INICIAL

- CANTO. Perdónanos nuestras culpas...
  - o **Drive:** [Click aquí](#)
  - o **YouTube:** <https://youtu.be/cE4bDpl1w?si=NkHMQRV7jMw75UB>
- LECTURA del libro del evangelista Marcos (1,14-15) -con la biblia-
- REFLEXIÓN:
  - o Arrepentirse implica abandonar nuestra independencia de Dios, nuestra enemistad y rebelión contra él, para volvernos a su justicia; nos llevará a aborrecer el pecado, pero también a un deseo positivo de hacer la voluntad de Dios. Se trata de una decisión firme y consecuente de cambiar de bando. Implica pasar del reino de las tinieblas al reino de Jesucristo. El verdadero arrepentimiento abarca el intelecto, las emociones y la voluntad, en las que Dios llega a tener la absoluta supremacía.
  - o Percibir la grandeza de lo que Dios propone, que invita a transformar la mente y el corazón y por consiguiente las acciones que de ello se desprende, significa volverse a Él con todo el corazón, con todas las fuerzas y actuar en consecuencia, participando en un diálogo profundo, verdadero y transformante
  - o El arrepentimiento supone un cambio en la forma de pensar: es el reconocimiento de nuestra propia responsabilidad y la aceptación de nuestro estado de completa bancarrota espiritual ante Dios.
  - o Supone también un cambio en la manera de sentir: que va acompañado de un sentimiento de pesar y tristeza al descubrir la suciedad y gravedad del pecado.
  - o Implica igualmente un cambio en la manera de vivir en la voluntad de la persona: es decir, hay una firme determinación de abandonar la vieja forma de vida para cambiarla por una nueva, radicalmente distinta; abandonando la desobediencia obstinada a Dios para rendir nuestra voluntad a Cristo.
  - o Pidamos al Señor que nos ayude su gracias para alcanzar poco a poco la verdadera conversión de tal forma que podamos entrar al reino que nos prometió.
- CANTO. Perdónanos nuestras culpas...



