Arzobispado de Santiago
Evangelización

Adviento y Navidad 2026

Retiros Espirituales

Un camino para reconocer a Cristo

"Y la Palabra se hizo carne y habitó entre nosotros".
(Juan 1, 14)



INDICE

Introducción 3

Primer Domingo de Adviento 4

Segundo Domingo de Adviento 10

Tercer Domingo de Adviento 15

Cuarto Domingo de Adviento 20

Solemnidad de la Natividad del Señor 28



INTRODUCCIÓN

El Adviento es un tiempo de gracia que nos invita a detenernos, hacer silencio y preparar el corazón para recibir a Jesús. En medio de las preocupaciones y el ajetreo cotidiano, necesitamos regalarnos un espacio para estar con el Señor, escuchar su Palabra y dejarnos encontrar por Él.

Este subsidio quiere acompañar a nuestras comunidades en este camino espiritual, ofreciendo cinco retiros que nos ayuden a vivir el Adviento y la Navidad como una experiencia de encuentro con Dios, renovación de la fe y esperanza.

Les invitamos a organizar estos retiros en sus comunidades, convocando a familias, grupos pastorales y amigos para compartir un tiempo de oración, silencio y fraternidad. Hagamos un alto en el camino y dispongamos el corazón para acoger el gran regalo de Dios: Jesús, que viene a habitar entre nosotros.

El subsidio contempla cuatro retiros de Adviento y uno de Navidad, inspirados en los siguientes textos bíblicos:

Primer retiro de Adviento:
«Estén prevenidos, porque no saben cuándo llegará el momento» (Mc 13,33).

Segundo retiro de Adviento:
«Preparen el camino del Señor, allanen sus senderos» (Mc 1,3).

Tercer retiro de Adviento:
«Alégrense siempre en el Señor. Vuelvo a insistir, alégrense» (Flp 4,4).

Cuarto retiro de Adviento:
«El Espíritu Santo descenderá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra» (Lc 1,35).

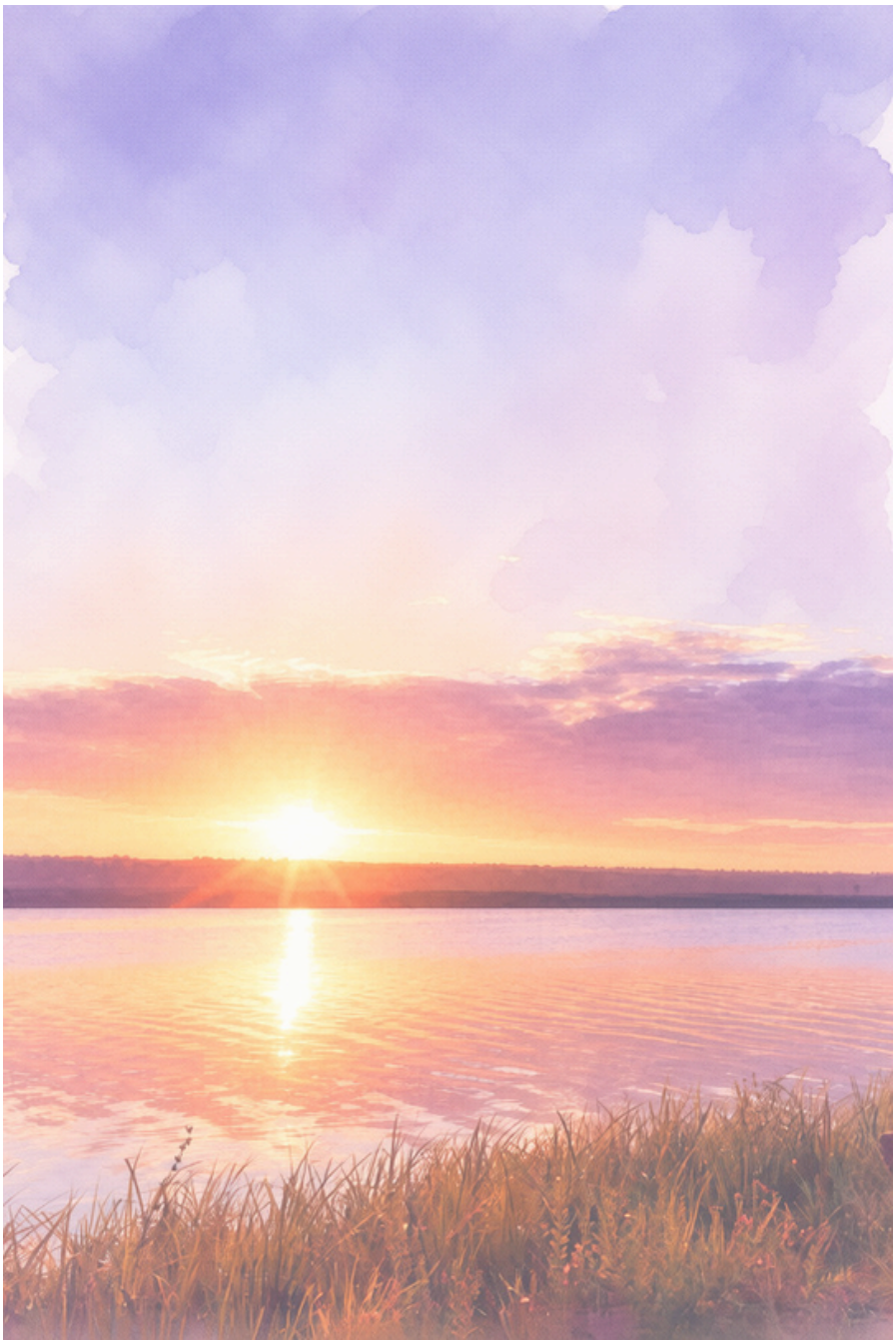
Quinto retiro Solemnidad de la Natividad del Señor:
«Hoy ha nacido el Salvador, el Mesías, el Señor» (Lc 2,11).

Que María Santísima, mujer de la escucha, la confianza y la acogida, nos acompañe y nos enseñe a recibir a Jesús con sencillez y alegría.

Que este tiempo renueve nuestra fe y nos encuentre unidos, con el corazón dispuesto a acoger y compartir el amor de Dios.

Retiro Espiritual
Primer domingo de Adviento

P. Raúl Rivera Segura



"Tengan cuidado y estén prevenidos porque no saben cuándo llegará el momento."
(Mc 13, 33)



“Prevenidos, en vela y despiertos”

Cada año como Iglesia al terminar el Ciclo Litúrgico con el Tiempo común y la Fiesta de Cristo Rey, nos disponemos a comenzar un Nuevo Año litúrgico que comenzamos con cuatro semanas que anteceden al 25 de diciembre, el llamado Tiempo de Adviento (Lat. Adventus/Venida, Llegada), en este tiempo:

- Recordamos el pasado: Se conmemora la primera venida histórica de Jesucristo, su nacimiento en Belén en la humildad de la condición humana.
- Vivimos el presente: Se invita a acoger la presencia diaria de Dios en el corazón y en la vida del cristiano mediante la oración y la conversión.
- Preparamos el futuro: Se reflexiona con esperanza sobre la Parusía, es decir, la segunda venida gloriosa de Cristo al final de los tiempos.

La espera del Adviento

No es una espera más de tantas; aburrida fatigosa y muchas veces inútil.

Se trata de una espera activa, en que sabemos que el Señor ya vino, viene y vendrá, por lo tanto, aguardamos con una esperanza que es certeza.

Sin embargo, quienes hemos esperado sabemos que fácilmente nos distraemos, perdemos el foco y hasta olvidamos que estamos esperando.

El evangelio de Marcos, nos propone tres actitudes que nos invitan a permanecer alertas y a vivir la espera de manera muy atenta.

Dejémonos interpelar por la Palabra de Dios: Mc 13, 33-37

1. ESTAR PREVENIDOS (Hacia el interior y el presente)

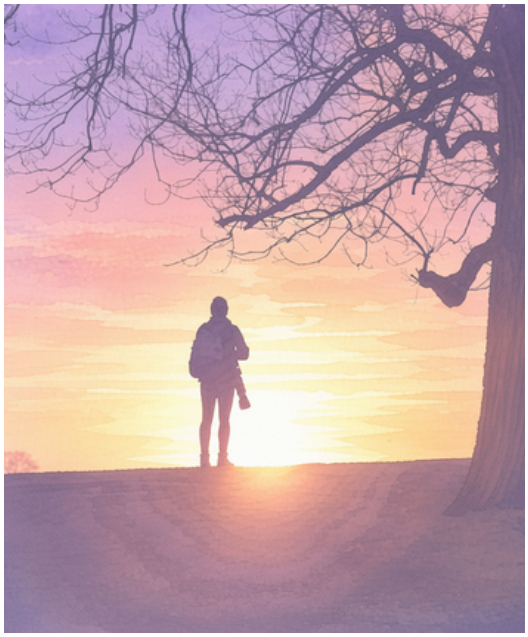
Estar prevenidos es la capacidad de concentrar el alma en la presencia de Dios que ya está en medio de nosotros desde su encarnación, purificando los sentidos de las distracciones del mundo.

- Silencio interior: Capacidad de acallar el ruido mental, las preocupaciones del fin de año y el bombardeo digital para escuchar los susurros del Espíritu Santo.
- Docilidad espiritual: Disposición del corazón para dejarse moldear y corregir por la Palabra de Dios, reaccionando con prontitud ante las inspiraciones divinas (como el "Sí" de María).
- Asombro cotidiano: Virtud de no acostumbrarse a lo sagrado, permitiendo que las lecturas, la oración y los sacramentos de este tiempo sigan conmoviendo y renovando el espíritu.

PREGUNTAS PARA RESPONDER DE A DOS.

1. ¿Cuál es el mayor "ruido" o distracción (digital, laboral, mental) que hoy te impide hacer silencio interior y notar la presencia de Dios en tu día a día?

2. Si miramos el misterio de la Navidad y la Venida de Jesús al final de los tiempos con ojos nuevos, ¿qué aspectos te causan más asombro o sientes que necesitas redescubrir en este Adviento?



2. EN VELA (Hacia el entorno y el hermano)

La vigilancia es la actitud del guardián o del siervo que cuida la casa. Implica proteger el propio corazón del enemigo y mirar alrededor para descubrir las necesidades del prójimo.

- Discernimiento agudo: Habilidad para identificar qué pensamientos, hábitos o apegos nos alejan de Dios en el día a día, cerrándole la puerta a las tentaciones antes de que ganen terreno.
- Mirada compasiva: Sensibilidad para detectar el sufrimiento oculto, la soledad o la pobreza material y espiritual de quienes nos rodean, viendo en ellos el rostro de Cristo que sufre.
- Custodia de la paz: Virtud de proteger la armonía familiar y comunitaria, evitando caer en críticas, discusiones o la ansiedad consumista típica de la época navideña.

PREGUNTAS PARA RESPONDER DE A DOS.



3. En la rutina de nuestra casa, trabajo o comunidad, ¿cuáles son esas pequeñas "tentaciones" (como la queja, el egoísmo o la prisa) ante las que no debemos bajar la guardia y que dañan nuestra paz?

4. Pensando en las personas que nos rodean, ¿quién crees que está pasando por una "noche oscura" (soledad, tristeza, dificultad) y necesita que estemos más atentos a sus necesidades afectivas o materiales?

3. ESTAR DESPIERTOS (Hacia el futuro y la misión)

Estar despiertos significa sacudirse el letargo, la pereza espiritual y la tibieza. Es la actitud activa de quien sabe que el Señor viene y se pone en camino para salir a su encuentro.

- Fervor apostólico: Energía espiritual que impulsa a actuar, a servir al hermano con alegría y a dar testimonio de la fe sin dejarse vencer por el cansancio o el desánimo.
- Esperanza activa: Actitud que rompe el pesimismo y el conformismo. El cristiano despierto sabe que Dios tiene la última palabra y trabaja activamente por construir el Reino desde ahora.
- Prontitud sacramental: Diligencia para buscar la gracia a través de una buena confesión y la comunión frecuente, manteniendo el alma con el "traje de fiesta" limpio y listo para recibir al Salvador.

PREGUNTAS PARA RESPONDER DE A DOS.

5. La rutina a veces adormece la fe. ¿En qué áreas de tu vida espiritual sientes que te ha ganado la pereza, la tibieza o el conformismo, y necesitas que el Señor te "sacuda"?

6. Si Jesús viniera hoy mismo, ¿qué es lo primero que te gustaría que encontrara limpio y listo en tu corazón, y qué "traje de fiesta" (virtud, actitud) sientes que te falta ponerte?



ORACIÓN FINAL

Se reza el Ángelus y se invoca la docilidad de Nuestra Madre María para cultivar las actitudes a las que nos invita el Adviento.

(Se enciende el Cirio Pascual o un cirio grande)

Cada uno va encendiendo una vela personal, pidiéndole al Señor la actitud que desea cultivar para esperarlo.

Se termina con un Padrenuestro, Avemaría y Gloria.

Se comparte la paz.



Retiro Espiritual
Segundo domingo de Adviento

P. Alex Vigueras Cherres sscc



"Una voz grita en el desierto: Preparen el camino del Señor, allanen sus senderos."
(Mc 1, 3)



Volver a Dios, abrir el corazón a su presencia

Punto de partida: esperar

De muchas maneras experimentamos la espera en nuestras vidas. Nos toca esperar en las filas del consultorio, del banco, de la municipalidad, de la notaría. Es una espera de horas a veces, una espera que cansa. Es una experiencia cotidiana de la gente sencilla. A veces, al final de la espera, hay un “le falta un papel”, “vuelva mañana”. Es la espera de la burocracia.

A veces nos encontramos con personas que ya no esperan nada. A partir de tantas frustraciones han perdido la esperanza; no se sienten dignos de esperar algo.

Puede pasar también que las personas tienen esperanzas, pero unas esperanzas “razonables”, pequeñas. Con los años, dicen, se han vuelto realistas y han sacado de su horizonte las grandes esperanzas de antaño. Se pierde de vista la esperanza creyente en los cielos nuevos y la tierra nueva (cf. Apocalipsis 21,1)

También nos pasa, cuando vamos a recibir una visita importante, que nuestro corazón se alegra. Y no nos quedamos pasivamente esperando, al contrario, dedicamos tiempo a preparar la casa, el cuarto en el que se hospedará la visita. A veces, algunos de la casa se sacrifican dejando su cuarto para que lo ocupe la visita. Es una renuncia que se vive con alegría. Y cuando la visita llega, todo es fiesta.

Tal vez la espera que más se parece al adviento es la de la mujer embarazada que va a dar a luz a un hijo o a una hija. Es una espera llena de amor, a veces, con complicaciones y dolores, pero que pasan a segundo plano por lo maravilloso de aquel a quien se espera. Y cuando ese hijo nace se experimenta una alegría desbordante, que no cabe en palabras.

2. Esperar a Dios que viene

En el centro de los textos litúrgicos del Adviento está, en palabras del P. Beltrán Villegas sscc (en sus “Comentarios bíblicos, ciclo B”), la promesa gozosa de la "venida del Señor"; promesa que envuelve un llamamiento no sólo a la conversión y a la constancia, sino también a un trabajo de preparación.

La venida de Dios a nuestra existencia humana no es nunca un hecho "natural", "físico", "neutro", puramente "fáctico". Dios se nos hace presente en virtud de una voluntad o decisión de acercarse a nosotros; corresponde a una iniciativa de él ordenada a entablar una relación de carácter personal con nosotros, y se trata de un gesto que podemos acoger o rechazar. Cuando enfocamos a Dios como "el que viene", lo estamos mirando como "el que quiere venir a estar con nosotros". "Mira que estoy a tu puerta y llamo" nos dice el Señor en el Apocalipsis; y continúa "si alguno oye mi voz y abre la puerta, entraré en su casa, y cenaré con él y él conmigo" (Apocalipsis 3,20).

3. Meditar la Palabra de Dios: Marcos 1,1-8

3.1. El cumplimiento de las promesas: la irrupción del reinado de Dios.

La expresión “como está escrito en el libro del profeta Isaías” manifiesta que el anuncio de Juan Bautista tiene que ver con el cumplimiento de las promesas de Dios.

El pueblo judío vivió siempre con la convicción de que llegaría en su favor el reinado de Dios; creían que antes de ese reinado de Dios tendría que tener lugar el juicio de Dios entre los paganos, los opresores de su pueblo. Sin embargo, este esquema fue puesto en cuestión por Juan Bautista; para él, el inminente Juicio de Dios pone en juego antes que nada al mismo pueblo de Dios.

La idea del Juicio se convierte en sus labios en la exigencia de que Israel reflexione sobre su relación con Dios. Ser linaje de Abraham no constituye ninguna garantía de salvación. Por tanto, también Israel tiene que acercarse a Dios mediante una conversión eficaz y una actitud de autocrítica. La confianza en una salvación sin la colaboración ética del ser humano queda hecha pedazos. Lo que importa no es esperar del futuro el fin de toda aflicción y miseria; lo decisivo es la conversión aquí y ahora. La expectativa escatológica se transforma en una interpelación religiosa y ética, urgente e impostergable.

3.2. Preparar el camino a Jesús

Jesús comparte el planteamiento de fondo de Juan Bautista: Israel necesita convertirse. Pero se aparta de él en un punto esencial: mientras todo en el Bautista está puesto a la luz del inminente y tremendo Juicio de Dios, todo en Jesús está puesto a la luz del reinado de Dios, entendido como oferta y posibilidad de salvación. Jesús va a definir su ministerio con su actitud de "no apagar la mecha humeante ni romper la caña trizada" (Isaías 42,3); él va a procurar que su pueblo se convierta experimentando la ternura y la misericordia de Dios, descubriendo que Él es ante todo un Padre lleno de amor y de perdón. Jesús va a encarnar en su persona la actitud del Buen Pastor de Isaías 40,10-11.

Debido a esta diferente visión de las cosas, van a ser también diferentes las actitudes de Jesús y las del Bautista: éste era el asceta riguroso del desierto, mientras que Jesús fue un hombre que compartió la vida normal de la gente, mezclándose incluso con aquellos que la gente rechazaba. Lo llegan a tildar de "glotón y bebedor de vino, amigo de publicanos y pecadores" (Lucas 7,34).



3.3. Llamado a la conversión

Tenemos que acoger la interpelación de Juan Bautista a plantearnos siempre la necesidad de una conversión personal e intransferible. Pero el motivo de nuestra conversión no debe ser el temor del Juicio de Dios, sino la experiencia del amor gratuito de Dios nuestro Padre, revelado en la venida gratuita e inmerecida de su Hijo Jesús. Nuestro lema no debe ser el de los judíos de Qumrám - vecinos y emparentados con Juan Bautista -: "conviértanse a ver si Dios se apiada de nosotros y nos envía su Reino"; sino el de Jesús: "conviértanse porque el reinado de Dios ya está cerca" (Marcos 1,15).

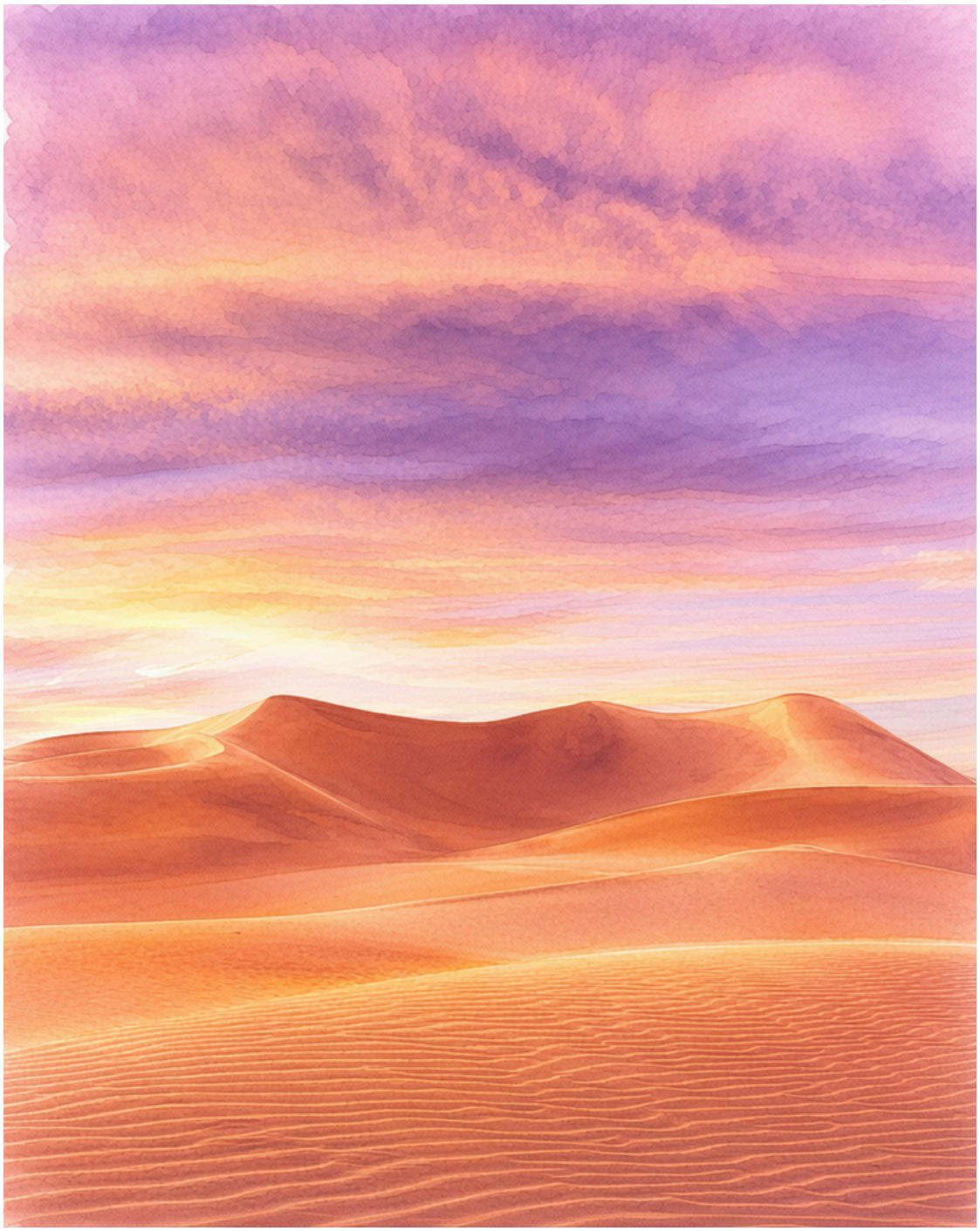
4. Para la meditación

- ¿Cuáles han sido tus esperas en el último tiempo? (las tediosas y las gozosas).
- En tu historia personal ¿de qué manera Dios ha venido a tu vida?
- Medita en este cambio de perspectiva de la conversión en el horizonte del juicio (Juan Bautista) y la conversión porque el reinado de Dios ya está en medio de nosotros (Jesús). ¿Hay todavía algo de la perspectiva de Juan Bautista en ti?
- ¿A qué conversión crees que te invita el Señor hoy?
- Otros textos: Salmo 85,9-14; Apocalipsis 3,20-21; Apocalipsis 21,1-5.



Retiro Espiritual
Tercer domingo de Adviento

Romina Chatterton Sepúlveda



"¡Alégrense, pues el Señor está cerca!"
(Flp 4, 4-5)



Desierto, silencio y encuentro.

Al comenzar este retiro para el Tercer Domingo de Adviento, la Iglesia nos invita a vivir una hermosa paradoja: detenernos en medio de las prisas cotidianas para conectar con la verdadera fuente de la felicidad. Este domingo es conocido tradicionalmente como el Domingo de la Alegría (o Domingo Gaudete). La Navidad está cerca, y el color morado de la espera se tiñe hoy de rosa para recordarnos que nuestra esperanza no es una ilusión: el Salvador ya viene.

Oración y símbolo: Cada participante puede tener una vela encendida para iniciar la oración. Nos disponemos a vivir este retiro pidiendo al Espíritu Santo que sea nuestra luz y guía.

Invocación al Espíritu Santo

Ven Espíritu Santo, envía tu luz desde el cielo.
Padre amoroso del pobre; don, en tus dones espléndido;
luz que penetra las almas; fuente del mayor consuelo.
Ven, dulce huésped del alma, descanso de nuestro esfuerzo,
tregua en el duro trabajo,
brisa en las horas de fuego, gozo que enjuga las lágrimas y
reconforta en los duelos.
Entra hasta el fondo del alma, divina luz y enriquécenos.
Mira el vacío del hombre si Tú le faltas por dentro;
mira el poder del pecado cuando no envías tu aliento.
Riega la tierra en sequía, sana el corazón enfermo
lava las manchas, infunde calor de vida en el hielo,
doma el espíritu indómito, guía al que tuerce el sendero.
Reparte tus Siete Dones según la fe de tus siervos.
Por tu bondad y tu gracia dale al esfuerzo su mérito;
salva al que busca salvarse y danos tu gozo eterno.
Amén.

Evangelio: San Juan 1, 6-8. 19-28

Primera meditación: Juan el Bautista se define a sí mismo como el testigo que prepara el camino del Señor según la profecía de Isaías, rechazando explícitamente para sí los títulos de Cristo, Elías (entendido en el judaísmo como el precursor divino o Mesías sacerdotal) y el Profeta (portador de la salvación definitiva). De este modo, al negar que estos atributos le pertenezcan, el Bautista reafirma su rol puramente preparatorio y subraya que la plenitud del triple ministerio mesiánico —rey, sacerdote y profeta— se concentra única y exclusivamente en la figura de Jesús.

El Adviento nos invita a transformar nuestra vida cristiana, resolviendo conflictos y derribando el orgullo para abrir paso al Señor en el día a día. La liturgia de este domingo nos recuerda que la esperanza cristiana genera una alegría verdadera, capaz de llenar de luz y verdad una realidad que muchas veces parece oscura. Esta buena noticia, anunciada por Juan el Bautista, nos llama a prepararnos para recibir a Jesucristo; solo reconociendo nuestras propias oscuridades podemos acoger su luz y colaborar con el Reino de Dios, sanando corazones, aliviando cautiverios y construyendo un mundo nuevo

Reflexión personal: Disponemos este espacio para que puedas contestar estas preguntas:

- ¿Qué signos de vida aparecen en tu vida y en la de tu comunidad?
- ¿De qué manera aparece la luz junto a ti diariamente?



Segunda meditación: Juan Bautista y María. La oración del Magníficat (Lc 1,46-50.53-54) se conecta de manera perfecta y natural con este retiro de Adviento (Jn 1, 6-8. 19-28), ya que resume el misterio de la Encarnación que estamos esperando y complementa la figura de Juan el Bautista con la de la Virgen María.
La relación profunda se puede meditar en los siguientes tres ejes litúrgicos y espirituales:

El contraste y unión entre Juan y María (Humildad Absoluta)

- «Yo soy la voz que clama en el desierto... Yo no soy el Cristo» (Jn 1, 23.20).
- «He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra».
- La relación: Ambos son los dos grandes modelos del Adviento. Ninguno busca el protagonismo. Juan se define como una "voz" y María como una "esclava". El Magníficat nos ayuda a interiorizar la actitud de María para lograr la humildad que Juan predica: vaciarnos de nosotros mismos para que Dios actúe.

Pregunta para reflexionar:
Qué respondería si Jesús me mirara hoy a los ojos y te preguntara: ¿Tú quién eres?



El paso de la "Voz" a la "Palabra" (El anuncio del Ángel)

- Juan prepara el terreno diciendo que en medio de nosotros hay alguien a quien no conocemos (Jn 1, 26).
- «Y el Verbo se hizo carne, y habitó entre nosotros».
- La relación: Lo que Juan anuncia en el desierto como una verdad misteriosa, el Ángelus lo celebra como una realidad concreta. Rezar el Ángelus en el retiro es responder al llamado de Juan: reconocer que esa "Palabra" ya ha acampado entre nosotros y transformado nuestra historia.

Pregunta para reflexionar
¿Mis palabras y actitudes reflejan a Cristo o me reflejan a mí?
De ser "Testigos" a "Llevar la Luz"

- Juan vino como «testigo para dar testimonio de la luz» (Jn 1, 7).
- Al decir «el Espíritu Santo descenderá sobre ti», María concibe a la Luz del mundo en su propio seno.
- La relación: Juan da testimonio de la luz desde fuera, señalando con el dedo. María lleva la luz en su interior.

Pregunta para reflexionar
¿Soy un portador de esperanza para el que sufre?

Compromiso en Comunidad: Teniendo en cuenta que este es el Domingo de la Alegría (Gaudete), ¿a qué nos comprometemos juntos esta semana para llevar una alegría real y esperanzadora a alguien que lo necesite en nuestra comunidad?

Oración final: El Magníficat rezado en el marco del retiro, nos invita a pasar de ser simples observadores de la fe a ser portadores de Jesús en nuestra vida cotidiana, tal como lo hizo la Virgen.

Oración del Magnificat

Proclama mi alma
la grandeza del Señor,
se alegra mi espíritu en Dios,
mi salvador;
porque ha mirado la humillación
de su esclava.

Desde ahora me felicitarán
todas las generaciones,
porque el Poderoso ha hecho
obras grandes por mí:
su nombre es santo,
y su misericordia llega a sus fieles
de generación en generación.

Él hace proezas con su brazo:
dispersa a los soberbios de corazón,
derriba del trono a los poderosos
y enaltece a los humildes,
a los hambrientos los colma de bienes
y a los ricos los despide vacíos.

Auxilia a Israel, su siervo,
acordándose de la misericordia
–como lo había prometido a nuestros padres–
en favor de Abrahán
y su descendencia por siempre.

Gloria al Padre, y al Hijo,
y al Espíritu Santo.
Como era en el principio,
ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.
Amén.

Retiro Espiritual
Cuarto domingo de Adviento

Hna. Sara Romero Tapia MSsR



"El Espíritu Santo vendrá sobre tí y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra"
(Lc 1, 35)



El sí de María: Dios encuentra una morada entre nosotros

El cuarto domingo de Adviento nos presenta el relato de la Anunciación a María en San Lucas 1, 28-36. En este camino de Adviento, María ocupa un lugar privilegiado. Ella es la mujer que espera, pero, sobre todo, es la mujer que acoge.

El Adviento no es espera pasiva, sino un despertar del corazón: reconocer que Dios ya viene a nuestro encuentro y desea hacerse vida en nosotros. María encarna este itinerario de manera única—no solo espera, sino que acoge—, y en ese cobijo la espera se convierte en esperanza y la promesa se hace carne.

El evangelio de San Lucas 1, 28-36

El ángel Gabriel, que en la anunciación de Juan solo aparece en el templo, ahora viene enviado por Dios: comienza así el movimiento de la encarnación, Dios bajando hacia los hombres. Y el lugar elegido no es el templo santo de Jerusalén, sino Nazaret, una aldea insignificante de Galilea, sin mención alguna en el Antiguo Testamento ni en la historia judía. Dios elige lo bajo y despreciado por los hombres: la ley de la encarnación es la del despojamiento (Flp 2,7).

Se presenta el ángel Gabriel a una simple muchacha, quizás de unos 12 o 13 años, el nombre de la virgen era María, así se llamaba también la hermana de Aarón (Éx 15,20), quien estaba desposada con José, de la casa de David.
El ángel entra donde ella está y la saluda —algo insólito en la cultura de la época — con una fórmula de raíz profética: "Alégrate", el mismo grito de júbilo mesiánico que Sofonías dirigía a Jerusalén ante la llegada del Salvador (Sof 3,14-17).
María es así identificada con la ciudad santa en cuyo seno habita Dios.

La llama "llena de gracia": no por su propia justicia, sino por pura benevolencia divina. El "Señor está contigo" la sitúa entre los grandes llamados de la historia bíblica —Moisés, Gedeón—, y "bendita entre las mujeres" la asocia con heroínas como Jael (Jue 5,24) y Judit (Jdt 13,18s). libertadoras de su pueblo. María se turba, no por la aparición, sino por el peso de la palabra recibida.



El ángel revela entonces la misión: concebirá y dará a luz un hijo llamado Jesús, eco directo de la profeía de Emmanuel en Isaías 7,14. Aquí no interviene varón alguno: se prepara el misterio de la concepción virginal.

Dios morará en el seno de María como en un nuevo templo. El niño será "Hijo del Altísimo", heredero del trono de David según la promesa a Natán (2Sam 7,12-16), y su reino no tendrá fin, cumpliendo también la misión del Siervo de Yahveh como luz para las naciones (Is 49,6).

La respuesta de María —"¿Cómo será esto, si no conozco varón?"— es una pregunta que nace de la fe ya aceptada: ella cree primero y solo después busca entender cómo se realizará el misterio. Esta actitud —creer sin exigir pruebas— la constituye en modelo de la fe creyente.

Canto: La Promesa – Cristóbal Fones, sj
https://youtu.be/5Rs9kymms9w?si=48fGvKAL1s3qurfA

Ejercicio de contemplación

Te invito a leer pausadamente el texto bíblico de Lucas 1, 28-36, disponiendo el corazón para escuchar la voz de Dios. A continuación, proponemos los siguientes pasos para favorecer la oración y la contemplación:

1. **Preparar el corazón:** Buscar un lugar tranquilo, hacer silencio interior e invocar la presencia del Espíritu Santo, pidiendo la gracia de escuchar y acoger la Palabra.

2. **Leer el texto:** Leer lentamente el pasaje, prestando atención a las palabras, los gestos y las actitudes de María y del ángel. Dejar que la Palabra resuene en el corazón.

3. **Contemplar la escena:** Imaginar el encuentro entre María y el ángel. Imaginar la hora del día, el pueblo de Nazaret, entrar a la casa de la Virgen María. Contemplar la llegada del ángel Gabriel: observar cómo se acerca a María y escuchar sus palabras; detenerse en este saludo, imaginar la mirada del ángel, el tono de su voz y la reacción de María. Observar la actitud de María, contemplar su rostro, su silencio, su apertura a Dios y su disponibilidad para acoger su voluntad.

4. **Concluir la oración:** Presentar al Señor los sentimientos, inquietudes y deseos que surgen de la oración. Dar gracias por la Palabra recibida y pedir a María que nos enseñe a escuchar, confiar y responder generosamente al llamado de Dios.

NOTAS PERSONALES



María Santísima nos enseña a ser morada de Dios

María Santísima es la Virgen del silencio, de la escucha y de la acogida. Su vida nos enseña a abrir el corazón a Dios, a escuchar su Palabra y a confiar plenamente en su voluntad. Al responder al anuncio del ángel: «Hágase en mí según tu palabra» (Lc 1,38), María se convirtió, por obra del Espíritu Santo, en templo vivo del Señor y en portadora de Jesucristo, el Salvador del mundo. Ella representa, para todos los cristianos, el insuperable modelo a seguir, para acoger en sí mismos la palabra que se hace carne, para que cada uno llegue a ser, como Ella, «morada de Dios». También nosotros estamos llamados a permitir que Jesús nazca y crezca en nuestro interior, transforme nuestras debilidades y renueve nuestro modo de vivir. Acoger a Cristo significa dejar que su amor se manifieste en nuestras palabras, actitudes y acciones, convirtiéndonos en testigos de su misericordia. Como María, estamos llamados a llevarlo a los demás, haciendo presente su ternura mediante la escucha, el servicio, la cercanía y la fraternidad

María fue un verdadero sagrario viviente, unida profundamente a Jesús y disponible para participar en su misión salvadora. Su ejemplo ilumina nuestra propia comunión con Cristo, especialmente en la Eucaristía, donde recibimos al Señor que se entrega por nosotros. Esta comunión nos impulsa a vivir unidos a Él y a convertir nuestra vida en una presencia de su amor en medio del mundo.

Santa María Virgen desea que cada hombre se una a su alegría, por el don de la venida del Hijo y por el anuncio que tal venida implica: un amor incondicionado, gratuito, personal, capaz de cambiar la vida. Esta alegría nace de sabernos amados por Dios y de reconocer que su presencia puede renovar nuestra existencia. No es una alegría pasajera, sino aquella que brota del encuentro con Cristo, capaz de sostenernos en las dificultades y abrirnos a una esperanza que no defrauda. Es la alegría de recibir al Salvador. También nosotros, si recibimos a Cristo, estamos llamados a experimentar esta alegría: una alegría que no tiene nada que ver con la que ofrece el consumismo de estos días, pues es incomparablemente más profunda, más duradera y más intensa.

Que María Santísima nos enseñe a escuchar la voz de Dios, a acoger su Palabra con fe y a responder con generosidad a su llamado. Que, siguiendo su ejemplo, podamos ser cada día morada de Dios y portadores de Cristo, para que quienes se encuentren con nosotros descubran la alegría, la esperanza y el amor del Señor.

Preguntas para una reflexión personal y comunitaria

1. ¿Qué lugar ocupa el silencio y la escucha de la Palabra de Dios en mi vida? ¿Estoy disponible para acoger su Palabra con fe y a responder con generosidad a su llamado. ¿Dejo que Jesús nazca y crezca en mí, transformando mis actitudes y decisiones? ¿De dónde nace mi alegría? ¿Es fruto de mi encuentro con Jesús o depende principalmente de las circunstancias y satisfacciones pasajeras? ¿Qué gestos concretos de escucha, acogida, servicio y fraternidad puedo ofrecer para que quienes me rodean descubran el amor de Dios?

2. ¿Qué actitudes y prácticas necesitamos fortalecer para que nuestras comunidades sean verdaderas moradas de Dios, donde todas las personas se sientan acogidas, respetadas y amadas? A ejemplo de María, ¿qué pasos concretos podemos dar para ser una comunidad más disponible, servicial y portadora de Cristo?

CIERRE

Se puede invitar a cada participante a expresar en silencio o por escrito un compromiso personal.

Discernir como comunidad una acción concreta que permita llevar a la práctica lo vivido durante el retiro.

Haz de mí tu morada

Amado Padre Celestial, hoy me presento ante ti con un corazón humilde y un deseo profundo de intimidad. Tu Palabra dice que no habitas en templos hechos por manos humanas, sino en los corazones de tus hijos. Por eso, Señor, hoy te invito formalmente a entrar en mi vida y hacer de mí tu morada permanente.

Limpia con tu Espíritu Santo cada rincón de mi ser. Quita los escombros del orgullo, la duda, el rencor y la ansiedad. Purifica mis pensamientos, mis palabras y mis acciones para que este lugar te sea agradable.

No quiero ser solo un lugar que visites de vez en cuando; deseo ser el hogar donde te quedes a habitar.

Toma el control de mi mente, de mis emociones y de mi voluntad. Que tu paz, tu luz y tu amor inunden cada espacio de mi día a día.

Rindo mi vida ante ti como un altar vivo. Edifícame, transfórmame y santifícame conforme a tu perfecta voluntad. Que quienes se acercuen a mí puedan notar tu presencia y sentir tu amor a través de mis actos.

Gracias, Padre, porque sé que escuchas mi clamor y porque has elegido mi corazón como tu hogar. En el nombre de Jesús, Amén.

Retiro Espiritual
Solemnidad de la Natividad del Señor

Mons. Luis Migone Repetto



"No teman, les traigo una buena noticia, una gran alegría para todo el pueblo. Hoy ha nacido el Salvador, el Mesías, el Señor. Y esta es la señal para ustedes: encontrarán a un niño recién nacido envuelto en pañales y acostado en un pesebre".
(Lc 2, 10-12)

¡No teman! Les traigo una buena noticia, una gran alegría para todo el Pueblo.

Evangelio de San Lucas (Lc 2, 1-14)

1. Reflexión Teológico-Bíblica del Texto



La celebración del nacimiento de Jesús nos sitúa frente al corazón mismo del misterio cristiano: el Dios Todopoderoso se hace hombre para habitar entre nosotros y restaurar la comunión perdida. Esta es la causa de nuestra verdadera alegría. La encarnación es el acontecimiento trascendental donde Dios irrumpe en la historia humana, para que regresemos a la comunión con Dios.

El texto del Evangelio de Lucas nos muestra que la encarnación se realizó en un tiempo preciso de la historia, en el momento oportuno, cuando Dios lo había pensado desde siempre, que al mismo tiempo sorprende a todo el pueblo de Israel, a todo el mundo. Sin la Navidad no habría alegría, ¿qué estamos contemplando hoy día? Contemplamos el amor infinito de un Dios que no se queda distante, sino que asume nuestra propia carne para ofrecer la salvación a toda la humanidad.

Y los únicos que pueden verdaderamente reconocerlo son los pequeños, los más sencillos, los pobres, los que no tienen grandes expectativas, sino más bien todos los que esperan en el Señor. En el portal de Belén se nos presenta una iconografía viva de la fe: aquí tenemos en esta imagen tan hermosa a José, a María, y ciertamente el niño, pero también los pastores y los ángeles, son todos los personajes que aparecen en este texto y que nos van ayudando a comprender el ***misterio*** de la Navidad, el ***misterio*** de la encarnación, el ***misterio*** del amor de Dios hecho hombre para salvarnos, para que nosotros podamos regresar a la alegría de la comunión con Él. Sin Él no hay alegría.

Este texto nos evoca, ciertamente, muchos otros pasajes de la Sagrada Escritura, tanto del Evangelio como del Antiguo Testamento. Ya en el Evangelio de Lucas podemos ver, por ejemplo, a María cuando recibe el saludo del ángel: "Alégrate María, llena eres de gracia, el Señor está contigo". De esta manera, con este saludo y con este anuncio del ángel, se nos presenta a la Virgen María como aquella mujer pobre, sencilla, que está abierta y esperando el don de Dios, que está totalmente llena de Dios y por tanto totalmente vacía de su egoísmo, de todo aquello que tenemos nosotros producto de nuestro pecado, ella se hace entera capacidad para recibir a Dios. El anuncio es reiterativo para recalcar que este gran misterio ya está prefigurado en María.

Y la Virgen se sorprende, porque no busca controlar nada, porque es pobre en el espíritu, por ello es bienaventurada, pues ciertamente de ellos es el Reino de los cielos ¡Bienaventurados! Ella es una bienaventurada, porque vive en la pobreza del corazón. Por eso es posible que en ella, en su corazón, en su vientre, nazca el mismo Jesús.

Esto que ha ocurrido con María es de alguna manera un anticipo de lo que estamos llamados nosotros a vivir en nuestra propia vida. Dios quiere nacer en este mundo, quiere nacer en nuestro corazón y recorremos un largo camino para poder dejar a Dios que sea Dios en nuestro interior. Un signo de esta presencia en nuestra vida será justamente la alegría.

Al mismo tiempo, nosotros somos la alegría de Dios. Lo destaca el profeta Isaías, lo recuerda Jesús en sus parábolas de la misericordia, "hay más alegría en el cielo por un solo pecador que se arrepiente" (Lc 15, 7).

En esta noche de paz, en este momento maravilloso de la historia de la humanidad, cuando celebramos este misterio del nacimiento de Jesús, es también un modo de abrirnos al misterio de la alegría. Esta alegría va unida ciertamente a la pobreza y a la confianza. María finalmente se confía en el Señor, en las palabras del ángel y responde diciendo: "Hágase en mí según tu palabra. He aquí la servidora, he aquí la esclava del Señor". Todos estos elementos son esenciales para poder vivir la Navidad, para poder celebrarla, para poder entrar maravillosamente en este misterio extraordinario.

El signo será **la alegría**; otro signo de **la presencia** y de entrar en este misterio será **la confianza** que se va restableciendo en Dios; y finalmente, **el servicio**, la donación, el estar enteramente en las manos del Señor para servir a los demás. Esto también lo vivió José. Tenemos menos datos sobre estas cosas en José, el padre adoptivo del Señor, pero evidentemente que al escuchar él también su propia anunciación, va a responder en silencio, pero va a ponerse al servicio enteramente de Dios.

El texto complementa todo esto con este encuentro del ángel del Señor con los pastores. Los pastores son gente despreciada en tiempo de Jesús, apartadas de la comunión y sin embargo son ellos los primeros destinatarios de esta alegría, porque son pobres, porque quizás no tienen expectativas, sino sencillamente viven la vida y reciben este anuncio tan precioso: "Hoy en la ciudad de David les ha nacido un Salvador que es el Mesías, el Señor. Una gran alegría para todo el pueblo". ¿Y la señal cuál va a ser? Una señal tan simple: un recién nacido envuelto en pañales y acostado en un pesebre.

Finalmente, esta alegría nos transforma internamente y de ninguna manera es una alegría individual o egoísta; sería un contrasentido. Por ejemplo, el Salmo 137 (136) nos trae otra perspectiva: "Que se me paralice la mano derecha, que se me pegue la lengua al paladar, si no pongo a Jerusalén en la cumbre de mis alegrías". Es otro modo de contemplar este misterio, ya no tan personal, sino unido a Jerusalén, que representa a la Iglesia, a la comunión de la humanidad entera. Si viviéramos este misterio para nosotros mismos de modo egoísta, sería un contrasentido. Es una alegría que no podemos guardar, sino que la proyectamos en la comunidad y en toda la humanidad.

2. Interpelaciones de la Palabra para Nuestra Vida Hoy



La encarnación del Verbo no es un evento estático del pasado, sino una realidad viva que nos interpela profundamente en nuestra vida cotidiana. Al contemplar la sencillez de Belén, la Palabra de Dios nos invita a confrontar nuestros propios criterios y modos de situarnos ante Dios y ante el prójimo:

- Pobreza de corazón: Nos desinstala del egoísmo y de la autosuficiencia, recordándonos que solo el corazón verdaderamente pobre y despojado tiene capacidad para acoger la gracia de Dios.
- Confianza y abandono: Nos invita a restituir la confianza filial en el Padre, abandonando la ansiedad del control para aprender a esperar con humildad en los tiempos de Dios.
- Alegría comunitaria: Nos impulsa a salir de nosotros mismos. Una alegría encerrada en el individualismo es contradictoria; la verdadera alegría del Evangelio se proyecta necesariamente en la comunión eclesial y el servicio fraterno.
- Servicio en disponibilidad: A ejemplo de María y José, la auténtica acogida de Dios se traduce en disponibilidad, donación activa y servicio silencioso a los más necesitados.

3. Preguntas para la Meditación Personal y sugerencias para la Reflexión Comunitaria

Para profundizar personalmente y compartir en la reflexión comunitaria durante este retiro, se proponen los siguientes interrogantes:

1. ¿Dónde encuentro mayor alegría o dónde he encontrado la mayor alegría en mi vida? ¿Reconozco al Señor como la fuente primordial de ese gozo?

2. ¿Qué es lo que me entristece verdaderamente en mi corazón? ¿De qué ataduras o egoísmos necesito vaciarme para que Dios renazca en mí?

3. ¿Cómo las expectativas humanas o espirituales pueden significar más bien una causa de frustraciones cuando intentamos imponer nuestra propia voluntad?

4. ¿De qué manera esta alegría del Nacimiento se transforma en un compromiso real de comunión y servicio dentro de mi comunidad eclesial y en la sociedad?

Oración para Compartir y Rezar Juntos al Final del Retiro

Santa María de la Esperanza,
Virgen, madre de todo consuelo,
Ábrenos al misterio de la pobreza de espíritu,
Ayúdanos a restaurar la confianza perdida en el Padre,
Que nos permita abandonarnos en sus manos bondadosas,
A gozar siempre en la alegría de la presencia de Jesús,
A ofrecernos como un don de Dios para todos,
Santa María de la Esperanza,
Ruega por nosotros. Amén.

RRSS y Contacto

Te invitamos a conocer nuestras iniciativas, recursos formativos y actividades a través de nuestras redes sociales y canales oficiales. Caminemos juntos, celebrando la fe y renovando la esperanza.

Instagram

@evangelizacionsantiago

Facebook

Delegación para la Evangelización

Web

www.liturgiayespiritualidad.cl

YouTube

Liturgia y Espiritualidad

ARZOBISPADO DE SANTIAGO
EVANGELIZACIÓN