

Los Retiros espirituales -en sus distintas modalidades- han sido utilizados durante siglos por los cristianos para mejorar su vida espiritual. Hasta hace unos años era fácil tener ocasión de hacer alguno. Hoy es menos frecuente.

Y sin embargo, resultan *ahora particularmente necesarios* porque estamos inmersos en una cultura caracterizada por la ausencia de transcendencia.

En estas páginas se realiza una rápida explicación -no llegará a cinco minutos de lectura- de lo que son y para qué sirven, con el fin de que muchas más personas puedan beneficiarse de este espléndido medio, tan práctico y oportuno hoy en día.

1. La cultura del bienestar

Jamás el hombre, en toda su historia, soñó con un grado de *confort* como el que disfruta hoy en los países del primer mundo.

Nadie duda de que esto es un gran logro humano. Pero, por otro lado, ¿a quién se le escapa, a estas alturas, que no siempre satisface plenamente al espíritu humano?

En un ambiente de consumismo y hedonismo se produce la asfixia del hombre espiritual, cuyos afanes e impulsos espontáneos quedan adormecidos y se van apagando poco a poco hasta llegar casi a desaparecer; como el rescoldo entre las cenizas.

Todos somos testigos de los tristes efectos de esta ciega sumisión al mero consumo: en primer término, una forma de materialismo craso, y al mismo tiempo una radical insatisfacción, porque cuanto más se posee más se desea, mientras las aspiraciones más profundas quedan sin satisfacer, y quizá incluso sofocadas (Juan Pablo II *Sollicitudo Rei Socialis*, n.28)

2. La prisa

Nunca hemos vivido mejor; pero nunca hemos vivido tan agitados.

El horario de trabajo, que a veces acaba demasiado tarde: la familia, a la que quizá dedicamos menos tiempo del que nos gustaría: compromisos ineludibles; relaciones sociales; reuniones e imprevistos de todo tipo...

Enredados en una maraña de compromisos y obligaciones, a veces nos preguntamos si somos realmente los protagonistas de nuestra vida, o simplemente somos empujados por las circunstancias que, como una corriente demasiado fuerte, nos arrastran sin remedio.

El hombre agobiado de quehaceres, en nada se ocupa menos que en vivir (Séneca *Sobre la brevedad de la vida*).

3. Dentro de la espiral

Muchos son conscientes de que están metidos en una dinámica humanamente empobrecedora. Sienten vagamente que en su vida -tan llena de ciertas cosas- falta algo. Pero no saben cómo cambiar el curso de las cosas. El trajín del día a día, en el que no queda demasiado tiempo, amortigua luego esos vagos deseos de cambio. Y todo sigue igual.

Es la dialéctica de lo urgente y lo importante. Siempre hay algo urgente que nos impide encontrar tiempo para lo importante.

Y pasan los años sin que nos demos cuenta, como esas estaciones en las que el tren no para (R. Knox).

4. Un parón necesario

"¿Qué estoy haciendo con mi vida? ¿Para quién trabajo de esta manera?... ¡Qué se detenga el mundo un par de días! ¡Necesito pensar!"

- Pues bien, en cierto sentido un retiro hace realidad ese "milagro".

La paz de unos días de retiro sirve para pensar con calma en lo importante -lejos de lo que el poeta llamaba *mundanal ruido*- y poner un poco de orden en las ideas. Familia, trabajo, vida cristiana, amistades... ¿Está cada cosa en su sitio? ¿Tengo que redimensionar algún aspecto de mi vida?

Procurad hacer un poco de silencio también vosotros en vuestra vida para poder pensar, reflexionar y orar con mayor fervor y hacer propósitos con más decisión. Hoy resulta difícil crearse "zonas de desierto y silencio"

porque estamos continuamente envueltos en el engranaje de las ocupaciones, en el fragor de los acontecimientos y en el reclamo de los medios de comunicación, de modo que la paz interior corre peligro y encuentran obstáculos los pensamientos elevados que deben cualificar la existencia del hombre (Juan Pablo II).

5. ¿Huir del mundo?

Apartarse del bullicio, retirarse unos días, buscar el silencio para pensar... ¿No será esto huir del mundo? ¿Acaso es malo el mundo?

No. Un cristiano corriente debe amar *apasionadamente* el mundo en el que vive y los compromisos que de él dimanar. La agitación, el ruido, el bullicio de la sociedad moderna son para él su medio natural, en el que se encuentra a gusto, como el pez en el agua.

Pero el cristiano sabe también que la ciudad de los hombres, que con su esfuerzo ayuda a construir, no es para él la verdadera *patria*. Su viaje le lleva más lejos.

Unos días de retiro -como otros medios ascéticos que podemos

practicar- nos ayudan no a renegar del mundo, sino a distanciamos lo justo para poder desenvolvemos en él con visión sobrenatural y encontrar -en palabras de SanJosemaría- "ese algo santo, divino, escondido en las situaciones más comunes".

6. Un Dios lejano

En una cultura materialista, Dios ha llegado a ser para tantos y tantos un ser profundamente extraño. "Pero... ¿existe Dios todavía?". El hombre contemporáneo es torpe para lo religioso. Dios suele quedar demasiado lejos de sus intereses cotidianos, y en otros casos es una pieza molesta, que estorba o incomoda el proyecto vital, de modo que se arrincona.

Unos días de retiro sirven para descubrir a un Dios más cercano, presente en el entramado de nuestra vida diaria, dando hondura sobrenatural a nuestra existencia de cristianos.

La gente tiene una visión plana, pegada a la tierra, de dos dimensiones. Cuando vivas vida sobrenatural obtendrás de Dios la tercera dimensión: la altura y, con ella, el relieve, el peso y el volumen (San Josemaría Escrivá, Camino, 279)

7. Recogimiento

Días de retiro son días de silencio y recogimiento interior. Cerramos por unas horas la puerta de los sentidos y nos olvidamos de las preocupaciones para dar prioridad a la actividad interior, al examen, a la reflexión pausada -en la Presencia de Dios- sobre nuestra vida.

El silencio es quizás una de las más graves carencias de nuestra sociedad, hasta el punto de que algunos llegan a tenerle miedo. Necesitan estar acompañados del ruido externo para no encontrarse -¡terrible encuentro!- consigo mismos.

Nunquam minus solus quam cum solus, dice la famosa frase de Cicerón. "Nunca estoy menos solo que cuando estoy solo". Puesto en clave cristiana podría traducirse: *nunca menos solo que cuando estoy a solas con Dios*.

8. Aprender a hablar con Dios

Buscar la soledad es una constante en la historia de la espiritualidad, porque en la soledad acontece con más facilidad el encuentro del alma con Dios.

Sin otras preocupaciones que distraigan nuestra atención, resulta más fácil dirigirse a Dios. Aprendemos así a manejarnos en esta actividad esencial a la vida cristiana: tratar a Dios, hacer oración, hablarle y escucharle.

Los días de retiro se convierten de este modo en escuela de oración cristiana, que se prolongará luego en la vida diaria.

Siempre empiezo a rezar en silencio, porque es en el silencio del corazón donde habla Dios. Dios es amigo del silencio: necesitamos escuchar a Dios, porque lo que importa no es lo que nosotros le decimos, sino lo que El nos dice y nos transmite (Teresa de Calcuta. Camino de sencillez)

9. Propósitos de cambio

Como resultado de unos días de retiro bien aprovechados, vendrán espontáneamente, casi sin buscarlos, los frutos: propósitos de cambio -grandes o pequeños- en algún aspecto de nuestra vida.

Porque, en definitiva, un Retiro consiste en eso: en situarnos en la Presencia de Dios -que nos invita siempre a una nueva mudanza, a una renovación de nuestra vida cristiana- y enfrentarnos con la verdad sobre nuestra vida.

Y con la gracia de Dios -y también, si queremos, la ayuda del sacerdote- decidírnos a cambiar lo que haya que cambiar; a mejorar lo que haya que mejorar.

Los hombres están siempre dispuestos a curiosear y averiguar vidas ajenas, pero les da pereza conocerse a sí mismos y corregir su propia vida (S. Agustín Las Confesiones)

10. Cursos de Retiro coordinados por Almudí

Son medios para facilitar a hombres, mujeres y sacerdotes una relación asidua con Dios en medio de su trabajo y sus afanes cotidianos.

Entre esos medios se encuentran los Retiros. Durante el año se organizan abundantes Cursos de Retiro para todo tipo de personas.

El horario de un día de retiro se compone de varias pláticas que imparte el sacerdote, charlas de formación, la Santa Misa, el Rosario, y otros actos de piedad, junto con largos espacios entre acto y acto para meditar por cuenta propia y leer algún libro apropiado.