



Operarias de la Sagrada Familia

Retiro para abril 2026

De Emaús a Nazaret: caminos de Resurrección y discernimiento

OBJETIVO DEL RETIRO:

Renovar el discernimiento personal y comunitario de nuestra vida consagrada a través del itinerario de Emaús, para reconocer al Resucitado en la sencillez de lo cotidiano y reavivar nuestra misión como Operarias de la Sagrada Familia bajo el legado de nuestros Padres Fundadores.

ENFOQUE:

Nos ponemos en camino para vivir una verdadera peregrinación del corazón. Como los discípulos de Emaús, queremos transitar este itinerario de discernimiento pascual: pasar de una mirada cansada a una mirada resucitada que reconoce al Señor en lo cotidiano y nos lanza al testimonio.

PREPARACIÓN DE LA ORACIÓN

1. Busca una postura serena con la espalda recta y los pies apoyados en la tierra de tu Nazaret cotidiano, soltando tus manos en un gesto de apertura como el de María. Respira lento y profundo para soltar las prisas del camino, permitiendo que tu cuerpo se convierta en un templo en calma. Cierra tu mirada exterior para abrir la del corazón y dile en silencio al Resucitado: *'Habla, Señor, que tu sierva escucha'*.
2. **PETICIÓN:** Señor Jesús, me pongo en tus manos. Te pido la gracia de un corazón abierto y una mirada limpia para reconocerte en el camino. Concédeme el don del discernimiento para que tu Palabra encienda mi fe y, al estilo de nuestros padres Fundadores, logre encontrarte hoy en la sencillez de este momento. Que nada me distraiga de tu presencia. Amén.

DESARROLLO DE LA MEDITACIÓN:

Lc 24, 13-35

Ese mismo día, dos de los discípulos iban a un pequeño pueblo llamado Emaús, situado a unos diez kilómetros de Jerusalén. En el camino hablaban sobre lo que había ocurrido. Mientras conversaban y discutían, el mismo Jesús se acercó y siguió caminando con ellos. Pero algo impedía que sus ojos lo reconocieran. El les dijo: «¿Qué comentaban por el camino?». Ellos se detuvieron, con el semblante triste, y uno de ellos, llamado Cleofás, le respondió: «¡Tú eres el único forastero en Jerusalén que ignora lo que pasó en estos días!». «¿Qué cosa?», les preguntó. Ellos respondieron: «Lo referente a Jesús, el Nazareno, que fue un profeta poderoso en obras y en palabras delante de Dios y de todo el pueblo, y cómo nuestros sumos sacerdotes y nuestros jefes lo entregaron para ser condenado a muerte y lo

crucificaron. Nosotros esperábamos que fuera él quien librara a Israel. Pero a todo esto ya van tres días que sucedieron estas cosas. Es verdad que algunas mujeres que están con nosotros nos han desconcertado: ellas fueron de madrugada al sepulcro y al no hallar el cuerpo de Jesús, volvieron diciendo que se les había aparecido unos ángeles, asegurándoles que él está vivo. Algunos de los nuestros fueron al sepulcro y encontraron todo como las mujeres habían dicho. Pero a él no lo vieron». Jesús les dijo: «¡Hombres duros de entendimiento, cómo les cuesta creer todo lo que anunciaron los profetas! ¿No será necesario que el Mesías soportara esos sufrimientos para entrar en su gloria?» Y comenzando por Moisés y continuando en todas las Escrituras lo que se refería a él. Cuando llegaron cerca del pueblo adonde iban, Jesús hizo ademán de seguir adelante. Pero ellos le insistieron: «Quédate con nosotros, porque ya es tarde y el día se acaba». El entró y se quedó con ellos. Y estando a la mesa, tomó el pan y pronunció la bendición; luego lo partió y se lo dio. Entonces los ojos de los discípulos se abrieron y lo reconocieron, pero él había desaparecido de su vista. Y se decían: «¿No ardía acaso nuestro corazón, mientras nos hablaba en el camino y nos explicaba las Escrituras?». En ese mismo momento, se pusieron en camino y regresaron a Jerusalén. Allí encontraron reunidos a los Once y a los demás que estaban con ellos, y estos les dijeron: «Es verdad, ¡el Señor ha resucitado y se apareció a Simón!». Ellos, por su parte, contaron lo que les había pasado en el camino y cómo lo habían reconocido al partir el pan.

El pasaje de los discípulos de Emaús no es solo un relato histórico ocurrido hace siglos; es, en realidad, el mapa vivo de nuestro propio discernimiento cristiano y consagrado. Como nos recuerda el Papa Francisco discernir no es realizar un simple autoanálisis psicológico para sentirnos mejor, sino hacer el esfuerzo sincero de reconocer la presencia del Espíritu Santo en nuestra propia historia personal y comunitaria. *“Este discernimiento, aunque incluya la razón y la prudencia, las supera, porque se trata de entrever el misterio del proyecto único e irrepetible que Dios tiene para cada uno [...]. Está en juego el sentido de mi vida ante el Padre que me conoce y me ama, el verdadero para qué de mi existencia que nadie conoce mejor que Él”* (Christus Vivit 280).

El camino comienza con la honestidad de la escucha. Jesús se acerca a nuestra realidad cotidiana y nos lanza la misma pregunta que a los discípulos: *“¿De qué van discutiendo por el camino?”*. El discernimiento nace en ese primer paso de sinceridad, donde ponemos nombre a nuestras tristezas, a los cansancios del apostolado o a las aparentes derrotas que cargamos en el corazón. A medida que avanzamos, la luz de las Escrituras comienza a disipar las sombras. Jesús no llega para borrar la cruz — la cruz sigue ahí —, sino para transformar nuestra interpretación de la misma. Al sentir que nuestro corazón arde, comprendemos, como dice *Gaudete et Exsultate* 174, que *“el discernimiento requiere educarse en la paciencia de Dios y en sus tiempos, que nunca son los nuestros...”*. La Palabra de Dios es la que permite que el frío del juicio o la desilusión se convierta en la calidez de una esperanza renovada.

Este itinerario alcanza su plenitud en la mesa, en la fracción del pan. Allí, el discernimiento se vuelve luz cuando aceptamos nuestra vocación de ser, nosotras mismas, pan partido para los demás. Descubrimos

que el Resucitado no es una figura lejana, sino que se hace presente en la entrega mutua y en la fraternidad que reconoce al otro, *“la fe colma de motivaciones inauditas el reconocimiento del otro, porque quien cree puede llegar a reconocer que Dios ama a cada ser humano con un amor infinito y que con ello le confiere una dignidad infinita”* (Fratelli Tutti 85). Al reconocerlo, recuperamos esa alegría profunda que nos lanza de nuevo a la comunidad para anunciar con audacia que el Señor está vivo.

La experiencia de Emaús resuena con fuerza en nuestro carisma. El padre José Ochoa nos enseñó que nuestra misión es prolongar el misterio de Nazaret. ¿Y qué es Emaús, sino la extensión de esa mesa de Nazaret donde Jesús se da a conocer? Él nos recordaba que debemos buscar a Dios en la sencillez de lo cotidiano, viendo en cada hogar y en cada trabajo una oportunidad para que el Reino se haga presente. De igual manera, nuestra Madre Soledad nos impulsaba con su testimonio a vivir una entrega sin reservas, recordándonos que nuestra fuerza nace de la unión con Jesús. Para nosotras, discernir al estilo de nuestros fundadores es aprender a descubrir al Resucitado en el silencio del servicio humilde y en la caridad que construye familia. Que este tiempo de Pascua nos permita, como a ellos, caminar con la mirada fija en el Señor, para que nuestras comunidades sean verdaderos hogares donde se parta el pan de la palabra, del amor y de la esperanza.

Para la reflexión personal:

1. ¿Qué rasgos de desesperanza o de decepción percibo hoy, en mis conversaciones cotidianas?
2. ¿Qué rasgos de Resurrección percibo hoy en mis conversaciones cotidianas?
3. ¿Cómo puedo encarnar el espíritu de nuestros Padres Fundadores para ayudar a mis hermanas a reconocer a Jesús en la vida ordinaria?

EXAMEN DE ORACIÓN

Lo que más me llamó la atención del tema de meditación	Sentimientos predominantes	Estado espiritual (consolación, desolación, tiempo agitado o tranquilo)	Impulsos del buen Espíritu (mociones)	Impulsos del mal espíritu (tretas)	Invitaciones de Dios y ¿Cómo le respondo hoy?

ADORACIÓN AL SANTÍSIMO

Señor Jesús, hoy nos ponemos ante ti al final de nuestro camino de Emaús. Al igual que aquellos discípulos, te decimos con humildad: Quédate con nosotras, porque atardece. En el silencio de esta adoración, te presentamos nuestras cegueras y nuestros cansancios.

Como Operarias de la Sagrada Familia, queremos contemplarte con los ojos de María y José, que supieron descubrir tu divinidad en lo sencillo. Estamos aquí no solo para mirarte, sino para dejar que tu mirada resucitada sane la nuestra. Que en este momento nuestras dudas se conviertan en adoración y nuestro discernimiento se transforme en obediencia amorosa. Quédate, Señor, para que, al salir de aquí, nuestros pies corran presurosos a compartir con nuestras hermanas la alegría de haberte visto.

Oración final

Gracias, Señor Jesús, por salir a nuestro encuentro en este camino. Gracias por partir el pan con nosotras y por encender de nuevo la esperanza en nuestro corazón.

Te pedimos que esta luz que hoy hemos recibido no se quede encerrada en este momento de oración, sino que nos acompañe al regresar a nuestras tareas. Danos la valentía de no quedarnos instaladas en nuestros atardeceres y ayúdanos a ser Operarias, testigos de tu vida.

Que, al volver a nuestra Jerusalén, a nuestro trabajo y a nuestra vida fraterna, nuestras hermanas y el mundo puedan reconocer que Tú estás vivo porque nos hemos convertido en pan partido para los demás. Quédate siempre con nosotras, Señor. Amén.

Compartimos en comunidad el Examen de la Oración

Evaluación comunitaria