

Algunos tips que pueden ayudar en tu Retiro en casa:

Estás en un retiro de Fondacio. Es una invitación a vivir una experiencia de reflexión personal y de interiorización. Para esto es necesario que te propicies de algunos minutos de tranquilidad y paz, a solas con el Señor y contigo mismo (a).

*

Escoge el mejor momento del día para esto. Al atardecer; temprano cuando todos duermen en tu casa o tal vez de noche antes de irte a dormir. Escoge tú mismo el momento que más te ayude.

*

Elige un lugar cómodo y arréglalo para esta instancia con alguna vela o una imagen que te haga sentido.

*

Ten a mano un cuaderno y lápiz para escribir tus impresiones, imágenes y comentarios. Todo aquello que toque tu interior. Sigue tu intuición.

*

Ten a mano tu pc, Tablet o celular con su cargador.

*

Has un pequeño ejercicio previo de respiración, inhalando y exhalando profundamente algunas veces. Así podrás predisponer cuerpo y espíritu para este momento.

*

Este retiro es privado e intransferible. No estas obligado a difundir nada de lo que escribas o registres para ti, sin embargo, te pedimos que seas generoso compartiendo con el grupo algunos apuntes, comentarios o reflexiones. Su Espíritu, que hace nuevas todas las cosas, puede valerse de un sencillo aporte para transformarlo en alimento para tus hermanos.

*

Entonces, en el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo, puedes dar inicio a esta instancia de interiorización.