



Encuentro Interior
Explorando nuestras emociones desde la fe.

¿Qué es Encuentro Interior?

- **“Encuentro Interior”** es una invitación a mirar hacia adentro, a detener el ruido del mundo para escuchar lo que Dios quiere decir en lo profundo del corazón. Es en lo íntimo donde se da el verdadero encuentro con Él, y también con nuestras emociones, pensamientos y deseos.
- “Examíname, oh Dios, y conoce mi corazón, pruébame y conoce mis pensamientos; mira si mi camino se desvía, y guíame por el camino eterno.”
- **Salmo 139,23-24**



¿Por qué las emociones?

- **1.** Las emociones son parte esencial del ser humano creado por Dios.
- **2.** Jesús y sus discípulos también vivieron y expresaron emociones.
- **3.** Muchas heridas espirituales tienen raíz emocional.
- **4.** El Espíritu Santo actúa también en nuestras emociones.

¿Por qué un retiro de 2 (dos) días y no 3 o 4 como se acostumbra?

- **1.** Mas accesible.
- **2.** Espiritualidad bien dirigida.
- **3.** Mejor respuesta emocional y espiritual.
- **4.** Facilita la logística y el compromiso.
- **5.** Ritmo más compatible con la vida cotidiana.
- **6.** Puede ser el inicio de un camino más largo.
- **7.** Favorece la puntualidad y el aprovechamiento



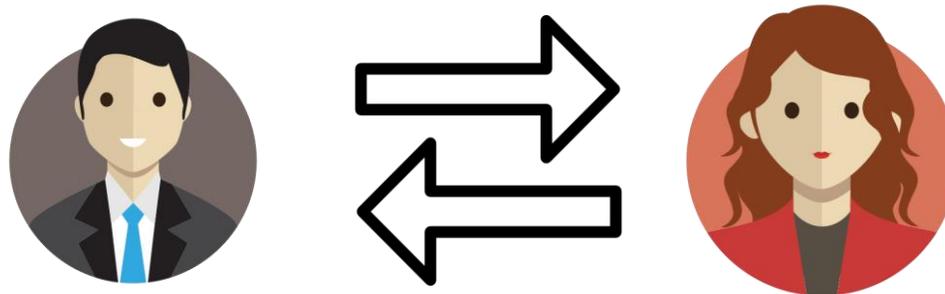
¿Por qué un retiro mixto y no hombres y mujeres separados como otros lo hacen?

- La espiritualidad cristiana es comunitaria, no individualista.
- **1.** Jesús nunca separo.
- **2.** El cristianismo no es una experiencia aislada.
- **Gálatas 3,28:**
- “Ya no hay judío ni griego, esclavo ni libre, hombre y mujer, porque todos ustedes son uno en Cristo Jesús.”



¿Por qué las charlas se dan de a dos personas?

- **1.** Refleja la comunión cristiana y el trabajo en comunidad.
- **2.** Enriquece con diferentes miradas y carismas.
- **3.** Brinda mayor dinamismo y atención al oyente.
- **4.** Permite sostenerse mutuamente en lo espiritual y emocional.



¿Por qué 4 categorías de emociones?

- **1.** Se adaptan al formato de dos días.
- **2.** Facilita la comprensión.

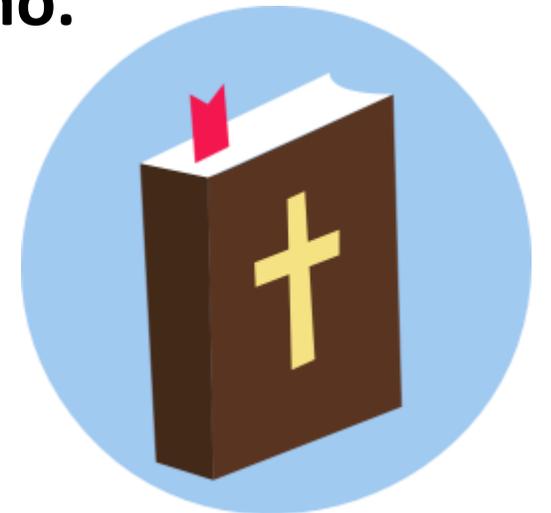
¿Por qué usamos esta categorización y no la psicológica tradicional?

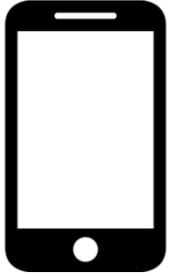
- **1.** Porque buscamos una mirada integradora desde la espiritualidad.
- **2.** Porque esta división favorece una experiencia pastoral cercana y accesible. (ejemplo de la epigenética en San Rafael)
- **3.** Porque abarca de manera práctica y equilibrada las dimensiones clave del ser humano.
- **4.** Porque permite vincular fácilmente la Palabra de Dios con cada experiencia emocional.



¿Qué pasa si alguien quiere irse del retiro?

- **Si en algún punto alguien siente que este retiro no es para él, que no quiere o no puede continuarlo, está en total libertad de irse. Nadie va a juzgarlo ni cuestionar su decisión.**
- **Este no es un lugar de obligación, sino de libertad interior, porque Dios no fuerza corazones, los invita. Y si elige quedarse, que sea por deseo auténtico de encontrarte con Él y con uno mismo.**
- **“Donde está el Espíritu del Señor, allí hay libertad.”
(2 Corintios 3,17)**





Sobre el uso del celular

- Durante el retiro no se les quitarán los celulares, ya que respetamos la libertad personal de cada uno. Sin embargo, sí se les pedirá con firmeza y cariño que los guarden durante los momentos de actividades, charlas, oración y vida en comunidad.
- Este gesto busca favorecer un verdadero encuentro interior, sin distracciones, y permitir que vivamos este tiempo como un regalo sagrado para el alma.
- **“Todo tiene su momento, y cada cosa su tiempo bajo el cielo”**
(Eclesiastés 3,1)
- Este es un tiempo para vos, con vos, y con Dios. El silencio, la atención y la presencia son claves para aprovecharlo.



El equipo de cocina también es parte del retiro

- Queremos recordar con alegría y gratitud que **el equipo de cocina no está solo para servir, sino también para vivir** este retiro.
- Aunque su tarea es valiosa y necesaria para el bienestar de todos, **no impide que participen de las charlas, momentos de oración o reflexión**, según lo permita la organización de los tiempos.
- Este retiro es también **una oportunidad para que quienes están al servicio vivan su propio *Encuentro Interior***. La entrega también puede ser camino espiritual, y el Señor se manifiesta tanto en el silencio como en el servicio.
- Así que, equipo de cocina: **este retiro también es para ustedes.**



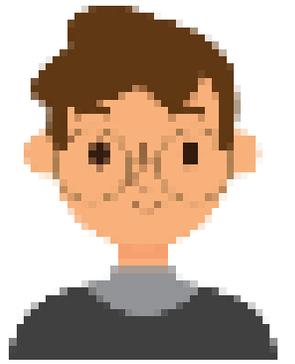
Recursos para las charlas

- Las charlas del retiro **pueden estar acompañadas por distintos recursos visuales o técnicos** que ayuden a reforzar el mensaje y a llegar mejor al corazón de quienes escuchan.
- Pueden utilizarse:
 - **Presentaciones de diapositivas (muerte por PowerPoint).**
 - **Videos breves o testimonios audiovisuales.**
 - **Imágenes, música o sonidos.**
- Estos recursos **no son obligatorios**, pero pueden enriquecer el mensaje y hacerlo más claro, vivencial y cercano, especialmente para quienes aprenden mejor viendo o escuchando.
- Lo importante es que todo lo que se use **ayude a acercarnos a Dios y al mensaje central** de la charla.



Edad de los Participantes

- Este retiro está pensado **únicamente para personas mayores de 18 años**, sin límite máximo de edad.
- Creemos que el contenido, el ritmo y la profundidad de las charlas están mejor dirigidos a personas adultas, cualquiera sea su etapa de vida en la adultez.
- Jóvenes, adultos y adultos mayores son bienvenidos por igual, siempre que tengan más de 18 años.



Fundamento del recorrido emocional del retiro

- ***Sábado: el “yo con mi ser y Dios”***
- En esta primera jornada, el foco está puesto en **la relación interior**, en lo que sucede en el **corazón propio**, antes de vincularse con los otros.
- *“No salgas fuera, entra en ti mismo: en el interior del hombre habita la verdad”*
- San Agustín



Fundamento del recorrido emocional del retiro

- ***Domingo: el “yo con los demás y Dios”***
- Superado el primer paso de reconciliación interior, se abre el alma a la **relación con los otros**, como camino de comunión, misión y servicio.
- *“La vida crece y madura en la medida en que la entregamos para dar vida a los demás”.*
- Papa Francisco



Puntos clave para el desarrollo de un tema

- **Dar tiempo al dialogo con Dios (Oración).**
- **Enlace con la palabra de Dios:** Elegir **una o dos citas bíblicas** que fundamenten el tema desde la Palabra de Dios.
- **Experiencia, vivencias o testimonio de vida:** Dar ejemplos cotidianos para que los oyentes se sientan identificados.
- **Palabras sencillas para oídos sencillos:** Explicar brevemente con lenguaje claro y sencillo.
- **No perdernos en lo técnico:** no damos catedra.
- **Objetivo claro del tema:** ¿Qué se quiere lograr con este tema?, ¿Qué mensaje clave se espera que los participantes se lleven?, ¿Qué cambio interior o reflexión se quiere provocar?.
- Terminar con una **frase clave**, una **invitación a la oración** o una **síntesis espiritual del tema**.

Por ultimo y no menos importante!!!

El porque mas importante!!!

A young woman with dark hair pulled back, wearing a white zip-up hoodie, is the central focus. She has a thoughtful or questioning expression, looking slightly to her left. The background is an outdoor street scene. To her left, a silver hatchback car is parked with its driver-side door open. A person is partially visible inside the car. Behind the car is a supermarket with a large sign that reads "SUPER" in red and white letters, and "中國紅 ZHONGHONG" in yellow and red characters below it. To the right of the woman, a dark grey SUV is parked. In the background, there is a building with a large brown wooden door and a sign that says "SIEMPRE PRECIOS LOCOS!!!".

¿Por qué? No hay por qué