

HORARIO Y PROGRAMA DE LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES

Domingo 17 de marzo (Ponferrada)

24 de marzo (Astorga)

18:30 h. Comienzo de los Ejercicios -
Primera meditación.

**A diario durante la semana,
de lunes a viernes:**

8:30 h. Puntos para la meditación o
contemplación.

20:00 h. Celebración diaria de la Eu-
caristía.

20:30 h. Repetición de puntos para la
meditación o contemplación.

Sábado 23 de marzo (Ponferrada)

30 de marzo (Astorga)

8:30 h. Última contemplación.

11:00 h. Eucaristía de Clausura.



ALGUNAS INDICACIONES IMPORTANTES:

→ *Es conveniente que los participantes
asistan a las dos reflexiones diarias.*

→ *Si no lo pudieran hacer, pueden escoger
la más adecuada a su horario.*



A  BISPADO
ASTORGA



DIÓCESIS DE ASTORGA
Año Diocesano de la Santidad

Ejercicios espirituales para **laicos**



CUARESMA 2019

EJERCICIOS ESPIRITUALES DE SAN IGNACIO EN LA VIDA ORDINARIA

- ❖ Los **Ejercicios Espirituales** son un método que San Ignacio de Loyola entregó a la Iglesia basado en su experiencia personal de conversión.
- ❖ La **finalidad** principal de los Ejercicios Espirituales es conocer más al Señor con la ayuda de su gracia para “*más amarle y seguirle*”.
Ayudan a quien los hace a renovar la vida cristiana o a retomarla si la ha descuidado o abandonado.
- ❖ Están **dirigidos a todos los fieles** que tengan interés en:
 - ▶ Renovar su vida de fe.
 - ▶ Adquirir hábitos de oración.
 - ▶ Habituarse a la meditación asidua de la Palabra de Dios.
 - ▶ Experimentar la contemplación de los Misterios de fe.
 - ▶ Discernir lo que el Señor quiere de cada uno de nosotros.
- ❖ Los **participantes** deben tener una **actitud espiritual de total libertad y deseo de escuchar la voz del Señor** para conocer cuál es su voluntad.

El mismo San Ignacio dice que es necesario entrar en los Ejercicios con “gran ánimo y liberalidad”.

- ❖ Los Ejercicios Espirituales **se pueden realizar de dos formas:**
 - La mejor manera y más habitual de hacerlos es **dejando unos días la vida laboral y familiar y retirándose** a un lugar solitario y silencioso para escuchar la voz del Señor sin interferencias que nos distraigan.
 - Pero no siempre es posible disponer de ese tiempo; por eso **también se pueden practicar acomodándolos a la vida de cada día, sin dejar los quehaceres diarios**. En este caso es necesario programar a lo largo del día momentos de silencio y de oración para estar con el Señor, meditar su Palabra y pedir su gracia para profundizar en nuestra conversión.



EJERCICIOS ESPIRITUALES PARA LAICOS

AÑO DIOCESANO DE LA SANTIDAD
Cuaresma 2019



DIRECTOR

Con motivo del Año Diocesano de la Santidad **el Sr. Obispo de Astorga D. Juan Antonio Menéndez dirigirá dos tandas de Ejercicios** en la vida ordinaria en la **Cuaresma de 2019**, una en Ponferrada y otra en Astorga.

LUGARES Y FECHAS

Marzo de 2019:

- En la **IGLESIA PARROQUIAL DE SAN PEDRO DE PONFERRADA:**
Del **domingo 17** por la tarde
al **sábado 23** por la mañana.
- En el **SANTUARIO DE NTRA. SRA. DE FÁTIMA EN ASTORGA:**
Del **domingo 24** por la tarde
al **sábado 30** por la mañana.