

Cómo usar este sitio para hacer estos Ejercicios Espirituales Online

Preguntas Más Frecuentes.

¿Cómo es posible hacer Ejercicios Espirituales “online”?

Hacer un Ejercicios Espirituales Ignacianos muchas veces implica RETIRARSE DE nuestros patrones ordinarios y RETIRARSE A un “lugar” donde podemos ser más receptivos a las gracias que Dios quiere ofrecernos. Estos Ejercicios “online” nos ofrecen la oportunidad de chequear este sitio cada semana y recibir guías semanales para estos Ejercicios. Algunos tenemos acceso a la red tanto en el trabajo como en el hogar. Podemos imprimir las páginas semanales y revisarlas cada día de la semana. Y como será “una semana a la vez”, todo lo que tenemos que hacer es aprovechar la Guía semanal, con sus opciones y ejercicios.

¿Qué tipo de patrones o ejercicios adoptaré?

Para utilizar este retiro de la manera MÁS efectiva, haremos 4 ejercicios:

- leer la página de la Guía semanal CADA SEMANA;
- pasar cierto tiempo del día en oración TODOS LOS DÍAS;
- repasar las gracias de la semana CADA SEMANA;
- compartir las gracias con un director u otras personas que estén haciendo el retiro (opcional).

¿Acaso esto se parece a hacer los Ejercicios Espirituales?

Los Ejercicios Espirituales de San Ignacio están supuestos a ser un retiro dirigido individualmente, durante el transcurso de 30 días lejos de la vida cotidiana, o durante un lapso más extenso en medio de la vida cotidiana. Los movimientos y ejercicios de los Ejercicios Espirituales de Ignacio inspirarán y darán forma a este retiro “online”, posibilitando que muchos podamos crecer en nuestra relación con Dios y en libertad espiritual.

¿Y si nunca he hecho un retiro anteriormente?

Eso no es problema. Este tipo de retiro es de muy FÁCIL MANEJO. La cosa más importante que debes recordar es que Dios no necesita gran aceptación de parte nuestra para bendecirnos generosamente. Este retiro ofrece sugerencias para orar durante toda la semana, para ubicar lo que deseamos de Dios, y ciertas maneras de abrirnos para recibir esas gracias. Y, LO MEJOR DE TODO, estaremos llevando a cabo esto en medio de nuestras ajetreadas vidas – de hecho, este retiro contribuirá a que nuestra vida cotidiana tenga más significado.

Me crea ansiedad buscar el tiempo para “orar” cada día.

Es más fácil de lo que nos imaginamos. Consideremos este retiro como algo que vamos a REGALARNOS. Y ESPERAMOS que sea una experiencia maravillosa. Usualmente terminamos haciendo lo que nos GUSTA. Esto nos va a gustar. Podríamos empezar con 10-15 minutos durante las primeras semanas o meses. Quizás los mejores momentos surgirán por sí solos, ya sea antes de acostarnos, o con la primera taza de café. Recuerda, la página Guía del retiro semanal nos ofrecerá sugerencias y ayudas para llevarlo a cabo.

¿Y qué hay de la “opción” de hablar con un director o de formar parte de un grupo?

Cada uno de los que estamos haciendo este retiro “online” estará REPASANDO la semana, para tratar de unificar a semana. Algunos FRUTOS verdaderos del retiro se harán evidentes a medida que vamos descubriendo los PATRONES y comenzamos a unir las piezas del conjunto. Resultará muy útil anotar dichos descubrimientos, experiencias y gracias.

Compartir estos movimientos en nuestro viaje semanal con el director espiritual que ya tenemos, o con el que nos acompañe en este retiro, es una manera estupenda de responsabilizarnos por la consolidación de las gracias. Un director sabio podría ser de gran ayuda para ayudarnos a definir nuestras experiencias a lo largo del camino, así como a la hora de ofrecernos su guía. Otra excelente manera de profundizar la experiencia de este retiro “online” es reunirse dos veces a mes con un pequeño grupo de otras personas que estén haciendo el retiro. Esta sesión de una hora sencillamente permite que cada persona del grupo resuma su propia experiencia del retiro o su agradecimiento por alguna gracia. Chequea nuestra página sobre cómo hacer el retiro con un grupo.

¿Qué podemos esperar que nos suceda a causa de este retiro “online”?

¡Más de lo que podríamos pedir o imaginar! A Dios nadie le supera en generosidad.

Una cosa es cierta: creceremos en nuestra relación con Dios. Varias gracias más serán muy posibles: sentiremos una mayor paz interior que nace de un sentido más profundo del amor que Dios nos tiene; nos sentiremos más libres de todo lo que impide que seamos más amorosos y valientes ante las dificultades; y podremos tener la esperanza de comprometernos más con el servicio a los demás.