



Ejercicios Ignacianos en la vida cotidiana

Los ejercicios de San Ignacio nos enseñan a encontrar a Dios en nuestra vida cotidiana, en las pequeñas cosas y encuentros de nuestro quehacer diario.

[Visite la Web](#)

¿Qué son los Ejercicios Espirituales?

Una forma metódica de disponerse enteramente a la acción del Espíritu, que nos transforma y ayuda, para liberar el corazón de todo deseo desordenado y para buscar y realizar la voluntad de Dios sobre la propia vida. Es un método que nace de la experiencia de san Ignacio de Loyola, que desde el siglo XVI han ayudado a innumerables hombres y mujeres en su búsqueda de Dios. De ahí el hablar de espiritualidad ignaciana, es decir, la manera de comprender a Dios, el evangelio y nuestro lugar en el mundo, que se enraiza en ese recorrido primero de san Ignacio. La vida interior también hay que trabajarla. Los Ejercicios Espirituales son como unas tablas de gimnasia espirituales que ayudan a [siga leyendo...](#)



¿Para qué hacer Ejercicios Espirituales?

Los Ejercicios quieren ser una ayuda para tomarse el Evangelio de Jesucristo en serio. Para romper las ataduras de nuestro corazón que nos impiden ser verdaderamente libres para amar. Para percibir el modo concreto en que Dios nos invita a construir el Reino y a servir a nuestros hermanos como fieles miembros de su Iglesia. Para no contentarnos con una vida mediocre, a medio gas, de horizontes alicortos, y para aprovechar nuestro tiempo y nuestra vida de la mejor manera posible. Para no quedarnos en las ideas, en las meras nociones, [siga leyendo...](#)



¿Quién puede hacer Ejercicios?

Los Ejercicios Espirituales no son para gente buena, que además se lo sabe, y no siente el aguijón de un "más". No son para espíritus conformistas, ni para aquellos que lo quieren todo sin renunciar a nada. Son para gente capaz de poner en juego lo que tiene para perseguir lo que ama, con un talante emprendedor y arriesgado en correspondencia con una apuesta existencial de gran calado. Gente sedienta de conversión profunda porque, [siga leyendo...](#)



¿Cómo se hacen?

Poniendo toda la carne en el asador. O bien en un mes de retiro, o a lo largo de un año en la

vida diaria, con una tarea mínima que requiere hora y media de dedicación, sumando los tiempos de oración con los exámenes. También en tandas de menor duración (de ocho días, cinco... u otras propuestas), dependiendo de la disponibilidad y lo que uno busca y necesita en la vida. Son básicamente Ejercicios de oración personal, de unidades de tiempo reservadas exclusivamente, [*sigue leyendo...*](#)



OHM | Catholic Diocese of Richmond, VA | 804-622-5241 | omh@richmonddiocese.org | www.richmonddiocese.org/hispanic