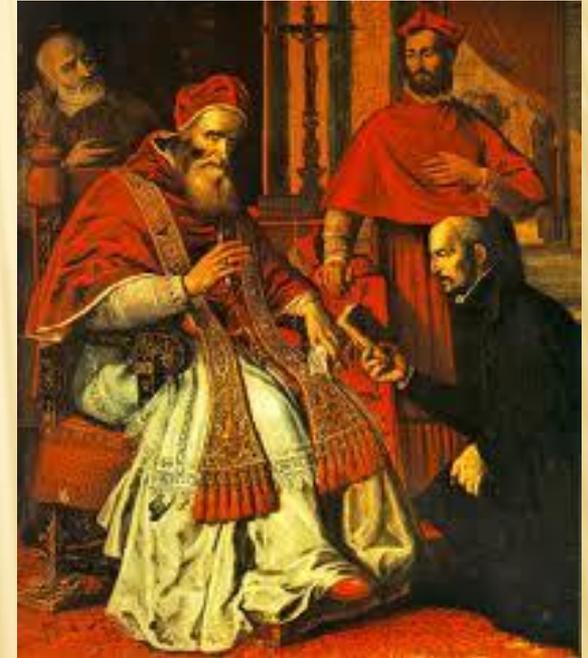




LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES

El año 1548 Ignacio consigue del papa Paulo III la aprobación y recomendación del libro de los Ejercicios con el breve *Pastorales officii*. El texto aprobatorio dice así: "Habiendo examinado dichos Ejercicios y oído también testimonios y relaciones favorables..., hemos comprobado que dichos Ejercicios están llenos de piedad y santidad, y son y serán muy útiles para el progreso espiritual de los fieles. Además, no podemos por menos de reconocer que Ignacio y la Compañía por él fundada van recogiendo frutos abundantes de bien en toda la Iglesia; y de ello mucho mérito hay que atribuir a los Ejercicios Espirituales."



Ignacio mismo nos confiesa en su *Autobiografía* que “los Ejercicios no los había escrito todos de una vez, sino que algunas cosas que observaba en su alma y las encontraba útiles, le parecía que podrían también ser útiles a otros, y así los ponía por escrito”.



Albino Garcia, S.J.

ANOTACIONES

Formas de los Ejercicios Espirituales (Anotaciones)

Anotación 4: Duración de los Ejercicios Espirituales



- *División de los Ejercicios Espirituales en cuatro semanas para contemplar sobre los distintos misterios del plan salvífico de Dios y de la vida de Cristo: la primera, que es la consideración y contemplación de los pecados; la 2ª es la vida de Cristo nuestro Señor hasta el día de ramos inclusive; la 3ª la pasión de Cristo nuestro Señor; la 4ª la resurrección y ascensión.*
- *La duración de las semanas (etapas) de los Ejercicios Espirituales se va moviendo de acuerdo a los frutos de las gracias recibidas. Sin embargo, deberían de ser concluidos en aproximadamente treinta días.*



Anotación 18: Adaptación de los Ejercicios Espirituales

- ***Los Ejercicios Espirituales deben adaptarse a la condición del ejercitante (dependiendo de la edad, educación y entendimiento) para lograr lo que sea más provechoso y fructífero.***
- ***Usando distintos métodos para la reflexión, examen y oración, los Ejercicios se adaptan de acuerdo a la habilidad y disposición de la persona.***

Anotación 19: Adaptación de los Ejercicios Espirituales



- ***Los Ejercicios Espirituales completos pueden adaptarse a la vida corriente en un formato abierto a un período de nueve meses para aquellas personas que, debido a sus circunstancias de vida, no pueden hacerlos en el formato de un mes.***
- ***Rezar durante una hora una vez al día, todos los días (con la revisión de la oración, diario y el examen). Cada semana de la Anotación 19 es equivalente al retiro de 30 días de los Ejercicios Espirituales.***

Anotación 20: Adaptación de los Ejercicio Espirituales

- *Los Ejercicios Espirituales completos en un formato cerrado de 30 días.*



**PREPARACIÓN PARA
LOS
EJERCICIOS ESPIRITUALES**

Disposiciones

- *Un profundo deseo de abrirse, de ser vulnerable y transparente con el Señor.*
- *Una buena disposición para entrar en una relación personal con Dios.*
- *Estar dispuesto a evaluar honestamente la historia de vida y aceptar de manera realista los dones y debilidades.*
- *Habilidad para entrar en un profundo estado meditativo y de oración, orar con el corazón.*
- *Experimentar el ser una criatura dependiente y amada (pecador amado).*
- *Conciencia creciente de la existencia de motivos ocultos, arrebatos, movimientos interiores, experiencias de gracia.*
- *Algo de entendimiento sobre libertad y esclavitud espiritual dentro de uno.*
- *Ser capaz de poder articular las experiencias personales y relacionarse honestamente con el director espiritual.*

Hábitos de Oración

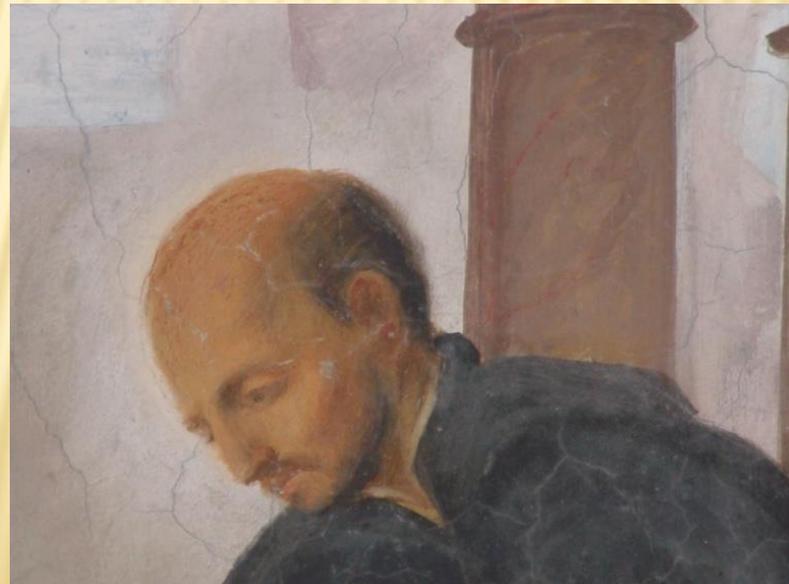
- **Compromiso a orar de forma consistente todos los días (45-60 min.)**
- **Entender la importancia de la Gracia, Revisión, Repetición, Notas.**
- **Disposición para usar la imaginación eficazmente en la oración.**
- **Practicar el Examen al final del día.**
- **Desarrollar una actitud de conciencia contemplativa (sincera apertura, quietud, escucha, receptividad) de la presencia de Dios.**





Los Ejercicios Espirituales

Ignacio escribió un pequeño libro para ayudar a las personas a experimentar el profundo amor de Dios, que él llegó a conocer y comprender en su tiempo en Manresa. Él llamó a este libro de direcciones Los Ejercicios Espirituales. Se tenía la intención de ayudar a la persona que dirige a otros en un programa estructurado, de treinta días o incluso 9 meses de oración y contemplación.



LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES

Algunos de los temas principales que se tratan en las cuatro semanas o fases de los ejercicios son:

Semana 1

- El amor incondicional de Dios que es siempre fiel.
- Pecado : Nuestra incapacidad y la incapacidad de la familia humana para responder con amor al amor de Dios.
- Dios es amor cada vez mayor, la misericordia y el perdón.

Semana 2

- La persona y la vida de Cristo.
- Nuestro llamado al discipulado, ministerio, y la amistad con Jesús.
- Conocer a Cristo más íntimamente, amarlo con más ardor, para seguirlo más fielmente.

LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES

Semana 3

- La máxima expresión del amor de Dios.
- El sufrimiento y la muerte de Jesús por nosotros.

Semana 4

- La victoria de Jesús sobre la muerte.
- Jesús compartiendo su alegría con nosotros.
- Estar misionado por Jesús.
- Estar facultado por su Espíritu.

LA PRIMERA SEMANA



Tema: Soy parte de, y contribuyo a la condición de pecado de la familia humana. Sin embargo, Dios sigue amándome y desea liberarme de los efectos de esta situación pecaminosa.



PRINCIPIO Y FUNDAMENTO

El objetivo de nuestra vida es vivir con Dios para siempre. Él, nos ama, nos dio la vida. Nuestra propia respuesta de amor a Dios permite que la vida fluya en nosotros sin límite. Todas las cosas en este mundo son regalos de Dios, que se nos han presentado, de manera que podamos conocer a Dios y hacer un retorno de amor a él más fácilmente. Como resultado de ello, agradecemos y usamos de todos estos dones de Dios en la medida en que nos ayudan a desarrollarnos como personas que aman. Pero si cualquiera de estos regalos se convierten en centro de nuestras vidas, desplazan a Dios y así obstaculizan el crecimiento propio hacia el objetivo de nuestra vida. En la vida cotidiana, debemos mantener el equilibrio en nosotros mismos ante todos estos regalos. Y utilizarlos en la medida en que nos ayuden. No debemos fijar nuestros deseos sobre la salud o enfermedad, riqueza o la pobreza, el éxito o fracaso, una vida larga o corta. Nuestro único deseo y nuestra elección debe ser: yo quiero elegir lo que mejor me conduce a la profundización de Dios en su vida conmigo.

David Fleming, S.J.



El Principio y Fundamento se basa en la dinámica total de los *Ejercicios Espirituales* dentro de una perspectiva de fe de la realidad. Esta visión de fe reconoce que toda la creación está conectada fundamentalmente con el Creador. Tanto que, la humanidad, dentro del orden de la creación, debe encontrar su propio y último propósito dentro de esa relación amorosa con su Creador. Además, todo existe sencillamente como regalo de Dios, atrapado dentro de su propia existencia por el amor divino y creativo.

Como todos los regalos dados libremente, debemos usarlos en el grado que nos ayuden a estar más cerca de Dios. Cualquier cosa que impida nuestro crecimiento, debe ser reconocida y rechazada, para que podamos permanecer en un estado espiritual de libertad y balance. Dentro de esta visión de fe, toda acción y toda vida humana encuentran su último cumplimiento dirigido hacia una vida de mayor reverencia y servicio amoroso a Dios.



Nuestra fe nos dice que fuimos traídos a la existencia porque la Trinidad quería compartir su amor intrínseco con la creación y responder libremente a los seres humanos. Sabiendo esto, nuestros corazones son movidos a responder alabando, reverenciando y sirviendo a esta Trinidad de amor, mediante nuestra relación con toda la creación. Esto nos llama a tener una actitud de libertad ante todos los aspectos de la vida, tales como una vida corta o larga, salud o enfermedad, riqueza o pobreza, honor o deshonor y todas las demás cosas sobre la faz de la tierra.



MEDITACIONES PARA LA PRIMERA SEMANA

Primera Meditación: 3 pecados

• *Tres pecados: 1) los ángeles, 2) Adán y Eva, 3) pecado mortal.*

• *Usando las tres facultades/poderes del alma: 1) memoria, 2) un sentido y profundo entendimiento interior, 3) voluntad/corazón para conformar mi voluntad y mi respuesta.*

Segunda Meditación: Mi pecado personal

- Esta es una meditación sobre mis pecados personales (un registro y gravedad de mis pecados)**
- Considero mi realidad personal del pecado como parte de esta realidad objetiva del pecado.**
- Me conduce a una intensa contrición (experimento la misericordia de Dios y percibo al pecador amado) y una enmienda de vida**

Sobre la Consolación y la Desolación

Consolación Espiritual



- ❖ **El enfoque está en Dios y en lo que Dios hace por mí:**
 - ***Soy movido por un aumento en mi fe, esperanza y amor. Me siento más cerca de Dios: hacia lo que sé dentro de mí es lo correcto, aun si esto conlleva algo de dolor o esfuerzo. Experimento una gran paz, rendición y amor.***
 - ***Siento tristeza al pensar en mis pecados PERO, al mismo tiempo, estoy agradecido y sé que Dios me ama y me perdona.***

Desolación Espiritual



❖ **El enfoque está en mí:**

• **Siento como si trajera un gran peso sobre mí, Dios pareciera estar muy lejano.**

• **Me siento distanciado de la oración o de cualquier cosa espiritual. Me siento inquieto, agitado.**

• **Experimento lo opuesto a la consolación: en lugar de querer reverenciar y servir a Dios, vienen a mi mente pensamiento de rebeldía, egoísmo, orgullo y hasta desesperación.**

Quinta Meditación: Infierno

•La meditación del infierno es una confirmación del amor que Dios me tiene, clamo con asombro que no he sido condenado



Una Meditación sobre el Infierno

- ***San Pablo habla sobre el poder llegar a comprender el aliento, la altura, la anchura y la profundidad del amor de Cristo, y experimentar este amor que sobrepasa todo conocimiento (Efesios 3: 18-19).***
- ***En el polo opuesto, trato de experimentar al aliento, la altura, la anchura y la profundidad del infierno – el desespero de enfrentarme a la cruz sin nadie ahí, el tornar a un mundo sin Dios, la total vaciedad de vivir sin un propósito, un ambiente dominado por el odio y el egoísmo, una muerte en vida.***

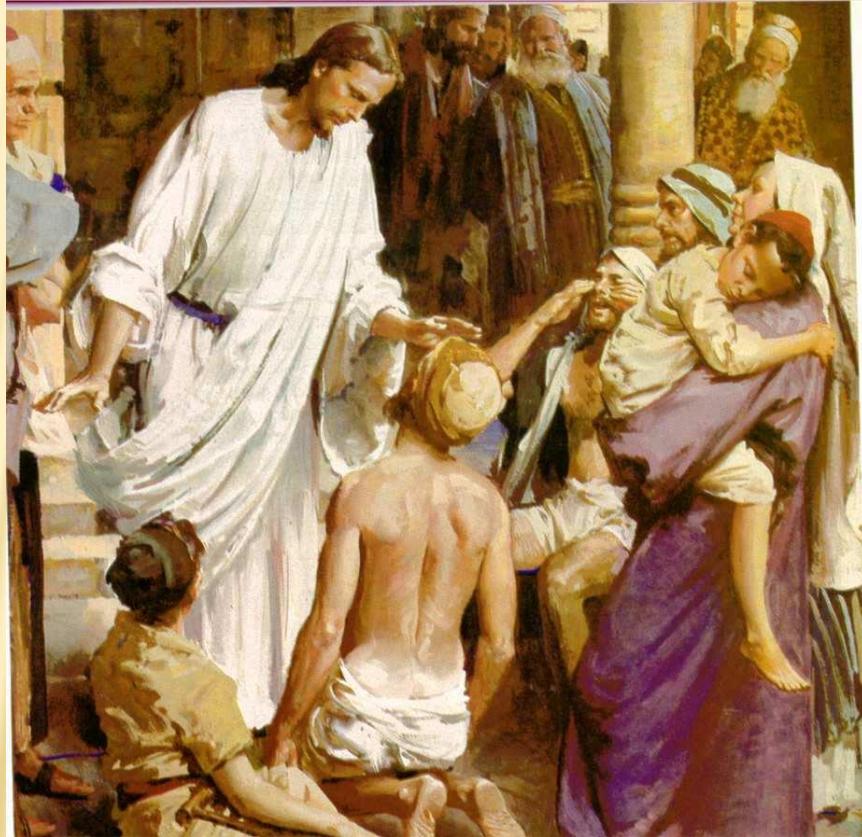
¿Qué buscar en la Primer Semana de experiencia del ejercitante?

Explorar la experiencia y el contenido de los Ejercicios

Experiencia del Primer Ejercicio sobre el pecado:

- Experimentar la gracia de vergüenza y confusión, dolor intenso, lágrimas, etc.***
- Articulación de sentimientos verdaderos y sentido real de uno hacia Dios.***
- Movimientos interiores del corazón (entendimiento, experiencia propia, disposición) contra conocimiento intelectual de la cabeza.***
- Experiencia del coloquio como una profunda e íntima conversación del corazón con Cristo.***

LA SEGUNDA SEMANA



Tema:

La segunda fase de los *Ejercicios Espirituales* se enfoca en cultivar un profundo e íntimo conocimiento de Jesús, para que podamos experimentar su gran amor por nosotros y responder a su llamado. Al contemplar los misterios de la vida de Jesús mediante el uso de nuestra imaginación, podremos ver, escuchar, tocar, sentir y estar comprometidos por los eventos de su vida. Nuestra experiencia de Jesús se vuelve tangiblemente real y personal mediante nuestro contacto inmediato con Él en oración.

Con cada encuentro con Jesús, obtenemos una mayor apreciación de esta honda intimidad con Jesús, aclarando quién es Él, de lo que se trata, hacia donde se dirige. Además, contemplando sobre la humanidad de Jesús a través de los eventos de su vida terrenal se revela su divinidad e identidad en la Trinidad.



El enfoque central de los Ejercicios Espirituales es cultivar un corazón receptivo, que pueda responder a la invitación de Dios. En el *discernimiento*, reconocemos dos tipos: 1) el discerniendo de espíritus y 2) el discernimiento de la voluntad de Dios. Ambos se complementan y conducen al ejercitante a una experiencia plena: reconociendo, discerniendo y respondiendo a la invitación de Dios al discipulado. El discernimiento entonces, nos lleva a una conciencia más profunda de cómo Dios está presente y cómo su gracia opera en nuestras vidas.

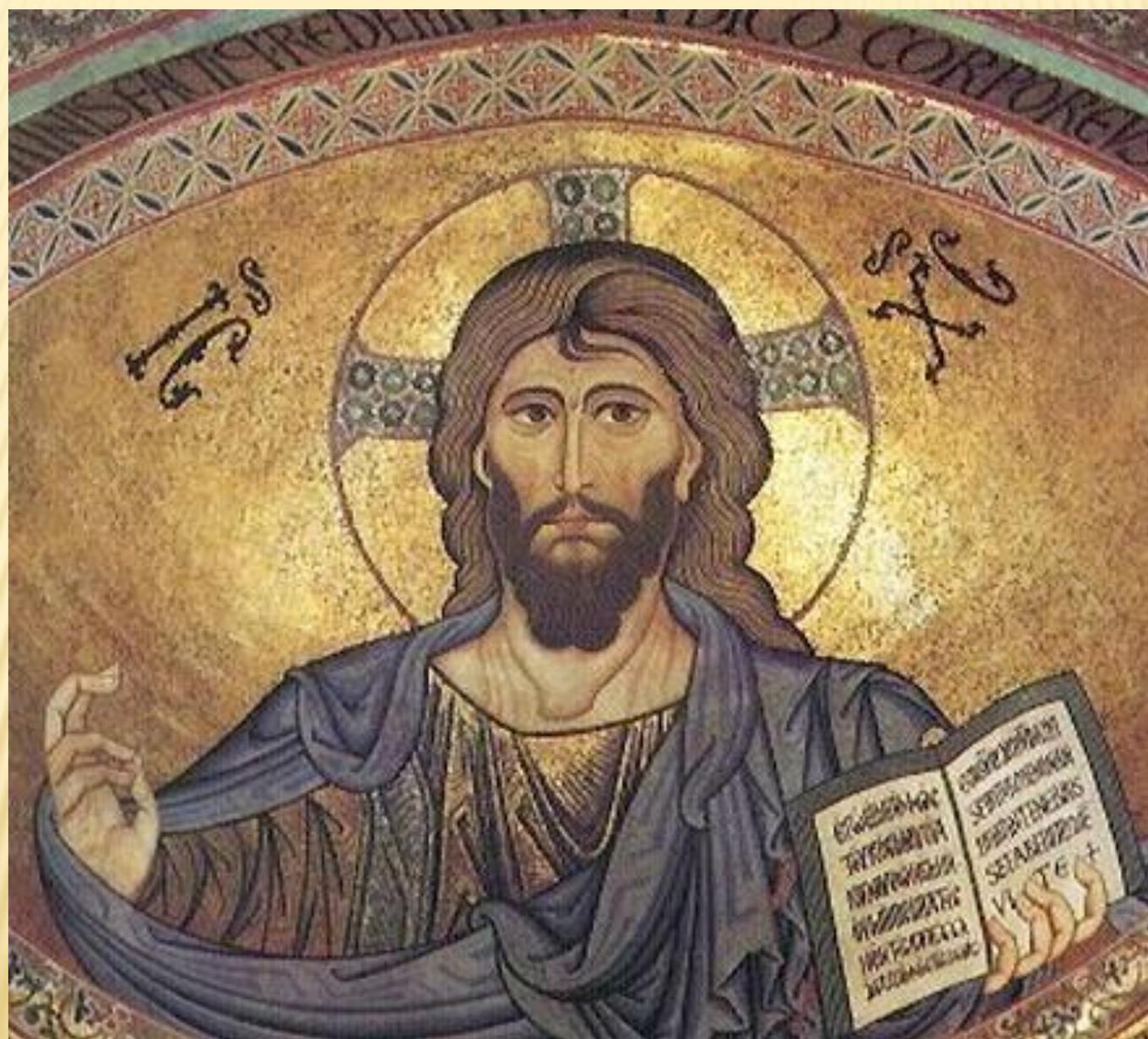
Un Ejercicio sobre el Reino *(Cristo Rey y Su Llamado)*

Primer parte:

- Me colocaré en una situación mítica – la clase de historia verdadera de la cual están hechos los cuentos. Imagino un líder humano, escogido y llevado al poder por Dios nuestro Señor; cualquier persona de buena voluntad quisiera estar ante la presencia de tal personalidad, escucharle y seguirle.

- El reto de este líder resuena en palabras como estas: “Quiero acabar con toda enfermedad, toda pobreza, toda ignorancia, toda opresión y esclavitud – en suma, todos los males que acucian a la humanidad. Cualquiera que desee unirse a mí en esta empresa deberá estar contento con la misma comida, bebida, ropa, etc., que conlleva el seguirme. Para que, también, cualquiera que esté conmigo en la labor del día, y conmigo en la soledad de la noche, asimismo, tenga parte conmigo en la victoria final”.

- Si un líder tan atrayente e inspirador, y tan bueno y cercano a Dios, emite un llamado como éste, ¿qué clase de persona podría rehusar tal invitación? ¿Cómo sería posible que alguien no quisiera ser parte de tan noble reto?



Segunda Parte: Medito en Jesucristo nuestro Señor y su llamado. Si un líder humano puede resultarnos tan atrayente, ¡qué tan grande será la atracción de Jesucristo, nuestro Líder y Rey! El llamado de Jesús va a todo ser humano, mas, sin embargo, Él llama a cada uno de una especial y única manera. Él hace este tipo de llamamiento: “Es mi deseo ganar el mundo entero, vencer el mal con el bien, hacer a un lado el odio con amor, conquistar todas las fuerzas de la muerte – cualquier obstáculo que impida el compartir la vida entre Dios y la humanidad. Todo el que desee unirse a mí en esta misión debe estar dispuesto a trabajar conmigo....Con la invitación de Dios y la gloria asegurada, ¿cómo puede alguien no rendirse ante Jesús y su llamado de laborar con Él.

Aquellos de gran corazón y celo ardiente de seguir a Jesús, Rey eterno y Señor de todos, no sólo se ofrecerán a sí mismos para el compromiso de tal misión, sino que actuarían en contra de cualquier cosa que haga que su respuesta sea menos que total.

Meditación de dos banderas,
la una de Christo, summo
capitán y Señor nuestro; la otra
de Lucifer, mortal enemigo de
nuestra humana natura.

Christo llama y quiere a todos debajo de su bandera, y Lucifer, al contrario, debajo de la suya. El lugar de la meditación: un gran campo de toda aquella región de Jerusalén, adonde el sumo capitán general de los buenos es Cristo nuestro Señor; otro campo en la región de Babilonia, donde el caudillo de los enemigos es Lucifer.

Yo pido conocimiento de los engaños del mal caudillo, ayuda para guardarme de ellos, conocimiento de la vida verdadera que muestra el sumo y verdadero capitán, y gracia para imitarlo.

TRES CLASES DE PERSONAS

Esta oración es dedicada a la consideración de tres tipos de personas. Cada una de ellas ha acumulado algunas posesiones; dinero, talentos, prestigio, honor, no siempre con los mejores motivos y, de hecho, en ocasiones egoístamente. En general, cada una de ellas es una buena persona, y desearía servir a Dios, aun al grado de que si estas posesiones se interpusieran en el camino de su salvación, el/ella no le importaría librarse de ellas.

El primer tipo: “habla mucho, pero no actúa”

Esta persona se la pasa diciendo que él/ella desearía dejar de ser tan dependiente de todas las cosas que posee y que se interponen en su camino para dar su vida sin reservas a Dios. Habla sobre la importancia de la salvación de su alma, pero cuando la muerte llega, está muy ocupada con sus posesiones que no ha dado ningún paso para servir a Dios.





El segundo tipo: “hace todo menos lo que es necesario”

Esta persona le gustaría estar libre de toda atadura que se interponga en su relación con Dios. Preferiría trabajar más duro o más rápido o rezar más; hacer todo, menos enfrentar el problema que la frena en su relación con Dios. Actúa como si estuviera negociando con Dios, tratando de sobornarlo. Aunque hace muchas cosas, se evade de la mejor y más honesta forma de enfrentar la situación.

El tercer tipo: “hacer tu voluntad es mi deseo”

Esta persona desearía deshacerse de cualquier atadura que se interponga en el camino del llamado de Dios a una vida futura. Todo su esfuerzo es estar en balance, lista para ir en cualquier dirección que el llamado de Dios le indique. Lo que sea mejor para servir y alabar a Dios es su llamado y su deseo. No se esfuerza por retener sus posesiones ni tampoco por hacerlas a un lado, a menos que el servicio y alabanza a Dios sea la motivación de sus actos. Como resultado, el deseo de servir mejor a Dios es la causa de su aceptación o de dejar ir cualquier cosa.



TRES GRADOS DE HUMILDAD

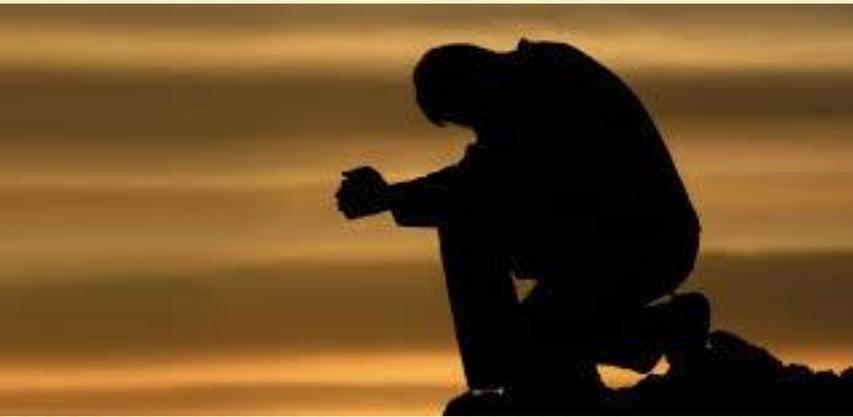
La humildad yace en la aceptación de Jesucristo como la totalidad de lo que significa ser humano. Ser humilde es vivir lo más cercano posible a la verdad: que he sido creado a imagen de Jesús, que debo vivir de acuerdo al ejemplo de su misterio pascual, y que todo mi deseo esté basado en estar tan cerca de Cristo, conforme me llame a su lado.



El primer grado de humildad

Esta es vivir la verdad que es necesaria para la salvación, y describe un extremo del espectro. No deseo hacer nada que me separe de Dios, aun si estuviera al frente de toda la creación, o sólo para salvar mi propia vida. Sé que el pecado grave en este sentido, es perder el entendimiento total de lo que significa ser persona, alguien que es creado y redimido y destinado a vivir por siempre en amor con Dios, mi creador y Señor.





El segundo grado de humildad

Este tipo es más perfecto que el primero, y se encuentra en algún punto en medio del espectro. Mi vida se basa firmemente en el hecho de la realidad de ser persona, es ser visto totalmente en Jesucristo. La principal y única opción en mi vida es buscar y hacer la voluntad de Dios. Con esta actitud habitual, me doy cuenta que puedo mantener un cierto balance en mis inclinaciones a poseer riquezas en lugar de la pobreza, honor en vez de deshonor, deseo por una vida larga que por una vida corta. No quiero alejarme de Dios aun en cosas sencillas, todo mi deseo es responder más fielmente a su llamado.

El tercer grado de humildad

Deseo que la verdad de la vida de Cristo, sea la verdad total de mi propia vida, para que pueda ser movido por la gracia, con un amor y deseo por la pobreza, para poder estar con el Cristo pobre; un amor y deseo por los insultos, para poder estar más cerca del Cristo rechazado por la gente; un amor y deseo de ser considerado despreciable y un tonto de Cristo, en lugar de ser apreciado como sabio y prudente de acuerdo a los estándares del mundo. La gracia me mueve a seguir a Jesucristo en la unión más íntima posible, que su experiencia se vea reflejada en la mía. En eso, encuentro mi deleite.



DINÁMICAS DE LA SEGUNDA SEMANA:

1. Cambio en la orientación:

- Transformación de centrado en uno mismo a centrado en Cristo
- Para los cristianos, Cristo se vuelve el modelo a imitar por excelencia
- Crecimiento en la verdadera vida en Cristo (relación) que lleva al discipulado cristiano

2. Cualidad de Discipulado:

- Crecer en una relación íntima y personal con Cristo
- Deseo de imitarlo y seguirlo
- Deseo de ser sumiso y humilde, cuya base es el amor y la libertad
- Buscar, encontrar y responder a la voluntad de Dios (elección)

3. La dinámica de la Segunda Semana se vuelve contemplativa:

- Una forma de estar con uno mismo: conocimiento interior de la persona, experiencia (la persona adecuadamente ordenada)**
- Una forma de estar en el mundo: discernimiento (relaciones adecuadamente ordenadas con otros)**
- Una forma de estar en el mundo (vincularse con el mundo)**
- Impulso del “magis”, contemplativo en acción, que busca siempre lo mejor, lo verdadero, lo que da mayor gloria a Dios.**

4. Pedir la gracia de: Conocimiento íntimo de Cristo para poder amarlo y seguirlo (magis) más de cerca:

Encuentro personal e íntimo con Cristo

Un sentido deseo del corazón (conocimiento interior) de Cristo

Elegir seguir a Cristo respondiendo a su invitación al discipulado (elección)

Soltarse de ataduras desordenadas y adquirir los valores de Cristo

LA TERCERA SEMANA





Tema: Al entrar en la Tercer Semana, pedimos la gracia de “dolor con Jesús doliente; angustia con Jesús angustiado; llanto, una profunda pena y compasión al acompañar a Jesús en el sufrimiento que soportó por mí”. Nuestro amor por Jesús nos obliga a estar con Él en su hora más oscura cuando, por nuestro bien, se enfrenta a su sufrimiento y muerte. Para ser de verdad suyos, debemos estar unidos a Él en su Pasión.

¿Cuándo está lista la persona para la tercera semana?

- El deseo de la persona de responder en generosidad a la invitación del Señor
- Profundizar la unión con Jesús sin importar las consecuencias
- Entendimiento del sufrimiento no por el sufrimiento en sí, sino por la unión con Jesús
- Las implicaciones de seguir a Jesús comenzarán a sentirse en la realidad de la vida diaria

DINÁMICAS DE LA TERCERA SEMANA

1. Cambio de la segunda a la tercera semana

- Identificación con Cristo (gracias interiorizadas – a través del gozo y sufrimiento)
- Conocimiento interior de lo que Jesús está haciendo por mí, a lo que Jesús está haciendo conmigo.
- El enfoque cambia de uno mismo hacia Jesús (identificación => unión)

2. Gracia deseada

- “Dolor, sentimiento profundo y confusión” y “pesar con Jesús apesadumbrado”
- La gracia de la unión con Cristo

3. Compasión (sufriendo con)

- **Empatía espiritual**
- **No es el sentimiento de tristeza por lo que uno reza, sino la compasión (que significa, sentir con Jesús no por Jesús)**
- **La compasión es un movimiento externo – transforma la percepción de todo significado de la Pasión y la calidad de toda respuesta**

4. El otro absoluto-orientación enfocada

- **La gracia de la tercer semana nos empuja hacia el corazón de Jesús/Dios**
- **El enfoque es más desinteresado y requiere responsabilidad y participación personal**
- **Morir a uno mismo (enfoque personal) para participar totalmente en el misterio pascual (muerte espiritual)**

5. Misión: Libertad para estar con Cristo, para poder ser más apostólico (justicia)

- Uno no puede estar involucrado pasivamente (tentación, negar la gracia de la tercer semana)**
- Costo del discipulado: el crecimiento de la intimidad con Jesús en la segunda semana tendrá un costo en la tercera semana: probar el cáliz y la pasión**
- Cambiar de la experiencia del Calvario a nuestra experiencia del mundo**
- La gracia real de la tercera semana es perseverar en misión – misión apostólica**
- Unión-en-acción contemplativa (contemplativo en acción)**

LA CUARTA SEMANA



Tema: Nuestro camino personal de fe puede ser como el camino a Emaús. Otros que aún no han visto al Señor, pueden caminar junto a nosotros. Es nuestro privilegio caminar junto a ellos en su búsqueda del Señor. Los caminos nos llevan a todas partes, a la cama de un enfermo, a prisiones, a cocinas y salas, a lugares de pobreza y lugares de abundancia, a lugares de injusticia, de hambre, de guerra y donde el sufrimiento es familiar. Dondequiera que el camino va, los discípulos van... yo voy... pero Jesús va con ellos y conmigo.



CONTEMPLACIÓN PARA ALCANZAR AMOR

- El amor debe manifestarse en hechos más que en palabras.
- El amor consiste en un mutuo compartir de bienes. Por ejemplo, por amor uno da y comparte con el ser amado los dones personales o algunos bienes que uno posee o está dispuesto a dar; así, también, el amado comparte de una forma similar con uno. De esta manera, alguien que tiene conocimiento lo comparte con otro que no lo tiene, y esto también es indudable para honores, riquezas, y así sucesivamente. En amor, uno siempre quiere dar al otro.



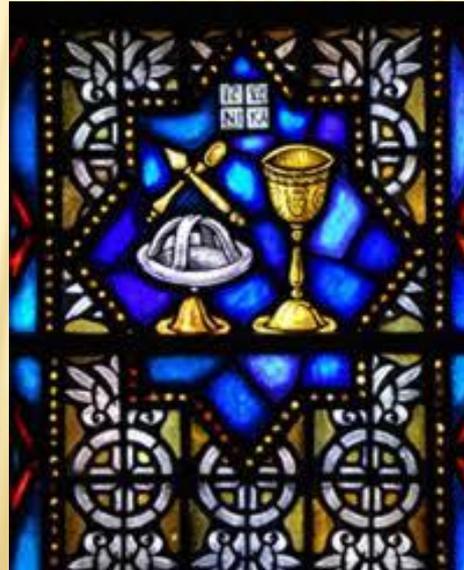
Los dones que Dios me otorga.

Por amor, Dios me ha creado y en retribución su único deseo es que yo le ame. Es tan grande el amor que Dios me tiene, que a pesar de que yo le doy la espalda y le hago poco caso, este Dador de todos los bienes sigue siendo mi Salvador y Redentor. Todos mis dones y mis habilidades naturales y las gracias especiales que se me han concedido, son sólo una parte de la gracia divina que Dios, nuestro Señor, comparte conmigo y quiere compartir aún más.



Dios se da a sí mismo

Dios no solamente me da dones, pero literalmente me da el regalo de la plenitud de la vida divina en Jesús. El Hijo único de Dios no es únicamente la Palabra de donde todas las cosas han sido creadas, sino también es la Palabra encarnada que habita en nosotros. Jesús se da a sí mismo para que su cuerpo y su sangre se conviertan en la comida y bebida de mi vida.



El trabajo de Dios en mí

Dios me ama tanto, que entró en la mera lucha de la vida. Como el alfarero con el barro, como la madre dando a luz, o como la fuerza poderosa soplando vida en huesos muertos, Dios trabaja para compartir vida divina y amor. Los trabajos de Dios están escritos largamente en la pasión de Jesús, y su muerte en la cruz, para poder concebir la vida eterna mediante la Resurrección.



El incesante dar y regalar de Dios

El amor de Dios brilla sobre mí como rayos de sol, Dios vierte profusamente su amor, como una fuente que derrama sus aguas a un interminable riachuelo. Así como veo sus rayos de sol y la fuente en sus aguas, así Dios derrama compartiendo su vida divina en todos los regalos vertidos sobre mí. La dicha y el gozo de Dios es estar con los llamados de Dios—estar conmigo. Dios siempre está revelando y mostrando su amor por mí—llamándome siempre e invitándome a una vida mejor y más plena, un compartir en la vida divina.



DINÁMICAS DE LA CUARTA SEMANA

1. Gracia

- **Unión con Cristo**
- **La gracia de la unidad y participación, comienza con Cristo**
- **Gozo Pascual que revela la fe y el amor de encontrar a Jesús resucitado**

2. Transformación

- **Reorientación en Cristo: penetra e impregna nuestras experiencias cotidianas de vida**
- **Re-imaginación: Experimentar toda una nueva forma de estar en el mundo. Libre de algo (pecados, ataduras desordenadas) para poder estar libre para algo (Dios, gracia, amor, misión)**

3. Confirmación de la Elección

- **La decisión vista en el contexto de la comunidad**
- **La relación con Cristo se convierte en la relación con otros**
- **Experiencia de la gracia en la cuarta semana: Unión con Cristo, amor, gozo pascual**
- **Movimiento hacia un servicio desinteresado que surge de esta experiencia unitaria con Cristo**

4. Contemplación en Acción

Contemplación para alcanzar amor: El amor se muestra más concretamente en hechos

Comunidad: no estar solo con uno mismo, ir hacia los demás

Eucaristía: presencia sacramental real, reconocer a Jesús al partir el pan

Éxtasis: (salir de uno mismo para estar ante la presencia de lo sagrado) gozo desinteresado, amor

Los discípulos sólo pudieron experimentar esto cuando dejaron de estar centrados en ellos mismos

Servicio apostólico: recibir y dar a la gente – disponibilidad a la misión de Dios



LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES