



ESP

Cueva  
San Ignacio  
Manresa

Silencio y espiritualidad

Programa Octubre 2017 - Septiembre 2018

# Un espacio de silencio y espiritualidad

## en la escuela de San Ignacio de Loyola

El 25 de marzo de 1522 Ignacio de Loyola bajó a pie de Montserrat a Manresa. Aquí pasó once meses, un tiempo de importancia capital para su vida, para la Compañía de Jesús y para las familias y espiritualidades ignacianas. Su lugar privilegiado de silencio y oración fue la gruta o cueva alrededor de la que se levanta el actual **Centro Internacional de Espiritualidad**. La experiencia aquí vivida por Ignacio cuajó en el libro de los “Ejercicios Espirituales”.

**La Comunidad de jesuitas** de la Cueva de San Ignacio ofrece un espacio a personas individuales o grupos que busquen tiempo de silencio y oración durante uno o varios días. El equipo de la Casa ofrecerá “acompañamiento” a quien lo solicite con anticipación.

**Estilo de la casa.** Las instalaciones han sido restauradas a fondo en los últimos años, intentando al mismo tiempo la sobriedad y la comodidad. Se ha incorporado aire acondicionado, caliente y frío, a toda la casa. Los servicios se han reducido todo lo posible, de modo que cada uno tiene cuidado de su propia habitación, en los comedores se funciona con self-service y se invita a preparar y recoger la mesa y secar platos en la cocina. La Recepción abre de 9,00 a 14,00 h y de 16,00h a 19,00h de lunes a sábado. Domingos de 9,00 a 13,30 h. Quien no pueda llegar antes de las 18 h. deberá hacerlo el día siguiente.

## Índice

1. Ejercicios Espirituales
2. Propuestas de silencio y oración
3. Seminarios
4. Cursos Internacionales
5. Propuestas para adolescentes, jóvenes y familias
6. Talleres de fin de semana
7. Santuario de la Cueva

# 1 Ejercicios espirituales

La Cueva quiere ofrecer la posibilidad de vivir un “retiro ignaciano”, en el “lugar fundante” de Manresa. La oferta abarca desde el mes entero de Ejercicios hasta unos días de oración y silencio.

Orar en la Cueva, en el río Cardener, la basílica de la Seu, el Hospital de pobres donde vivía el Peregrino... La inmersión en la Manresa Ignaciana facilitará el “sentir y gustar” que los Ejercicios proponen.

## 1.1 El mes de ejercicios

La experiencia completa de los Ejercicios tal como la propone S. Ignacio: silencio y oración, jornada relajada, entrevista diaria con el acompañante que personaliza la experiencia.

- 01 - 30 noviembre 2017.- Josep Sugrañes, sj
- 01 - 28 febrero 2018.- Josep M. Bullich, sj
- 01 - 30 julio 2018.- Josep Giménez, sj (en INGLÉS)
- 01 - 30 julio 2018.- Francesc Riera, sj
- 01 - 30 agosto 2018.- David Guindulain, sj
- 01 - 30 septiembre 2018.- Carles Marcet, sj

Horario: Entrada a las 18 h. Salida a las 10 h.

## 1.2 Ocho días de ejercicios

### Julio 2018

- 01 - 10.- Pere Borràs, sj
- 11 - 20.- Pablo Ruíz Lozano, sj
- 21 - 30.- José M. Rguez. Olaizola, sj

### Agosto 2018

- 01 - 10.- Josep M. Rambla, sj
- 01 - 20.- Luzio Aguirre, sj (oferta personalización)
- 11 - 20.- José I. González Faus, sj
- 21 - 30.- Llorenç Puig, sj (especial jesuitas y personas de esp. ignaciana)

### Septiembre 2018

- 01 - 10.- José M. Bullich, sj
- 01 - 20.- Adolfo Chércoles, sj (con las Bienaventuranzas)
- 21 - 30.- Ramón Fabregat, sj

Horario: Entrada a las 19 h. Salida a las 10 h.

### 1.3 Cinco días de ejercicios

#### Agosto

- 21 (12h) - 26 (9h) .- José Luis Saborido Cursach, sj (oferta personalización)
- 27 (10:30h) - 31 (10:30h) .- Josep Lluís Iriberry, sj (con herramientas del Enneagrama)

### 1.4 Ejercicios de contemplación

Se propone un camino de oración basado en la quietud postural, la respiración y la repetición de una invocación o mantra mediante una sucesión pautada de meditaciones en común. La dieta es vegetariana.

#### Iniciación:

- Julio 2018: 21 - 30.- Esteve Forneguera y Lidia Roig

#### Profundización:

- Julio 2018: 12 - 21.- Xavier Melloni, sj
- Agosto 2018: 01 - 10.- Xavier Melloni, sj

Horario: Entrada a las 19 h. Salida a las 10 h.

### 1.5 Ejercicios en la vida ordinaria

Coordina: David Guindulain, sj

Siete meses de Ejercicios en la “vida ordinaria”, con acompañamiento personal y el apoyo semanal de guías de oración. Al principio, a la mitad y al final habrá un encuentro de fin de semana.

- Del 06 al 08 de octubre 2017 en la Cueva de S. Ignacio, del 19 al 21 de enero 2018 en la Casa de EE de Sarrià, del 27 al 29 de abril 2018 en la Cueva de S. Ignacio.  
Información: dguindulain@gmail.com

Horario: Entrada a las 19 h. Salida a las 13 h.

## 1.6 Retiros de Navidad, Cuaresma, Pentecostés

David Guindulain, sj

### **Adviento:** Una nueva esperanza llama a la puerta

Oportunidad de vivir a fondo el Adviento desde los Ejercicios de S. Ignacio, con posibilidad de acompañamiento personal. Unos días para ayudarnos a “buscar y encontrar la voluntad de Dios” sobre nuestra vida.

■ 01 - 03 diciembre 2017

### **Cuaresma:** Disponerse a la alegría del Resucitado

Por el camino de la libertad interior de quien prescinde de su yo y fija la mirada en la gloria de Dios, nos preparamos con formas concretas a vivir la plenitud de Cristo en nosotros y entre nosotros. Te proponemos aprender a recorrer el camino hacia la Pascua.

■ 02 - 04 marzo 2018

### **Pentecostés:** El viento del Espíritu

Con el deseo de vivir el don creador del Espíritu que es fuego, viento, que hace nacer de nuevo y de arriba, que empuja a la novedad de la misión, ofrecemos este retiro vivido desde la oración, el silencio y la liturgia.

■ 18 - 21 de mayo 2018

Horario: Entrada a las 19h, salida a las 16h.

## 1.7 Seminario de ejercicios: La cuarta semana De la “mística de la unión” al realismo de la “vida ordinaria”

Equipo de Profs.: Pere Borràs, sj, Carles Marcet, sj, Xavier Melloni, sj, David Guindulain, sj, Anna Pitarch, Josep Rambla, sj y Francesc Riera, sj

EIDES (CJ) y Cueva Manresa ofrecen cada tres años un “seminario de iniciación”. Los otros dos años se ofrecen temas selectos de ampliación.

Este año proponemos adentrarnos en la profundidad de la Cuarta Semana. Partiendo de la teología de la “resurrección y ascensión” (Ex 4), profundizaremos en la mis-

tagogía de esta semana y en la espiritualidad que dimana: participar en el gozo del Resucitado, encontrar a Dios en el cada día, “el oficio de consolar” y la amistad, la recuperación del placer y la alegría en la vida...

- 23 (19h) - 28 (16h) marzo 2018

## 2 Propuestas de silencio y oración

### 2.1 Oración profunda

Proponemos un camino basado en el silencio, la meditación y la plena conciencia que conduzca al estado de Presencia y de autopresencia. La iniciación conlleva un recorrido de tres fines de semana intensivos mediante el aprendizaje de la postura corporal, ejercicios de yoga, atención a la respiración y la repetición de un mantra (o invocación) para llegar a la toma de conciencia del Que hay detrás de todos.

#### Iniciación

Impartido: Xavier Melloni, sj i Montse Pons

- 27-29 octubre 2017
- 19-21 enero 2018
- 04-06 mayo 2018

#### Profundización

Impartido: Xavier Melloni sj, Montse Pons, Esteve Forneguera y Lúdia Roig

- Grup A: 06 - 08 octubre 2017 - 02 - 04 febrero 2018
- Grupo B: 10 - 12 noviembre 2017 - 20 - 22 abril 2018
- Grup C: 26 - 28 enero 2018 - 11 - 13 mayo 2018

Horarios: Entrada a las 19 h. Salida a las 16 h.

## **2.2 Oración de los martes en la Cueva**

Todos los martes en la Cueva una hora de oración guiada, de 21 a 22 h.

- Acompaña David Guindulain, sj.

Cada cambio de estación, silencio y músicas del mundo:  
19 septiembre 2017, 19 diciembre 2017,  
20 marzo 2018 y 19 junio 2018

## **2.3 Sábados de oración contemplativa**

Oportunidad de meditar en silencio y en común, según el camino de la oración contemplativa, de 10:30 a 17:30. Hay que anotarse previamente -por previsión de espacio- y llegar a las 10 a Recepción. La Casa ofrecerá pan y fruta al mediodía. Quien quiera, puede llevarse la propia comida complementaria.

- 21 octubre, 18 noviembre y 02 diciembre 2017
- 20 enero, 17 febrero, 03 marzo, 14 abril y 02 junio 2018
- Acompaña: Equipo Comunitario de la Cueva

## **2.4 Triduo Pascual**

Oportunidad de vivir la densidad de la Semana Santa integrando oración, silencio y celebración litúrgica, en el marco privilegiado de la Cueva.

- 29 marzo (17h) - 01 abril (10h) 2018
- Acompañan: David Guindulain, sj y Carlos Marcet, sj.

## 3 Seminarios

### 3.1 Eneagrama: Herramienta para el descubrimiento y crecimiento personal

El Enneagrama es un puente entre la psicología y las plataformas psico-espirituales de las tradiciones más antiguas del desarrollo humano. El objetivo es trabajar nuestra personalidad, descubrir caminos de conocimiento propio y de los demás, así como mejorar nuestra interrelación. La metodología incluye presentaciones y discusiones de la teoría, ejercicios individuales y en grupo, así como la identificación de eneatiipo a través de personajes de películas.

- 20 - 22 octubre de 2017 / 03 - 05 noviembre 2017 / 17 - 19 de noviembre 2017
- Josep Lluís Iriberry, sj y equipo

Horarios: Entrada a las 18 h. Salida a las 16 h.

VEA OTROS SEMINARIOS EN BARCELONA:

<http://escolaignasianaenneagrama.wordpress.com>  
[enneagrama.ign@gmail.com](mailto:enneagrama.ign@gmail.com)

### 3.2 Liderazgo inspirado en la espiritualidad ignaciana

Para renovar el compromiso con el propósito vital y profesional. Redescubrir el liderazgo en la clave ignaciana de «en todo amar y servir». Adquirir habilidades directivas. Volver a la fuente de experiencia vital con Dios.

Ofrece espacio, tiempo y recursos para reflexionar sobre la propia vida como directivo, y propone acciones para estructurar y convertirse en un buen líder comprometido con el propósito vital y profesional.

Para solicitar matrícula hay que presentar breve currículum y motivación para hacer el curso. *En colaboración con ESADE.*

- Jueves 08 (16 h) a sábado 10 febrero 2018 (16 h.)
- Jueves 01 a sábado, 03 de marzo 2018 (mismo horario).
- Profs.: Carlos Losada, Josep M. Lozano y Josep Miralles, sj. Coordina: Joan Tortajada



### **3.3 Seminario de ejercicios: La cuarta semana De la “mística de la unión” al realismo de la “vida ordinaria”**

Ver 1.7. de este programa.

## **4 Cursos internacionales**

### **4.1 Curso de inmersión ignaciana (ediciones en castellano y en inglés)**

Desde la convicción del gran valor del carisma ignaciano para la vida cristiana en el mundo actual, el objetivo del curso es realizar una profundización del legado de Ignacio de Loyola a fin de inspirar una vida cristiana en nuestra sociedad e Iglesia actuales y también para la formación en el acompañamiento espiritual a personas y comunidades.

Coorganizado con EIDES (CJ) y GEI. Programa detallado en los dos idiomas: [www.covamanresa.cat](http://www.covamanresa.cat).

#### **4.1.1. Edición en castellano:**

- **29 octubre a 12 diciembre 2017** (información e inscripciones: [cmarcet@jesuites.net](mailto:cmarcet@jesuites.net))

#### **4.1.2. Edición en inglés:**

- **22 abril a 03 de junio 2018** (información e inscripciones: [ignatiancourse@covamanresa.cat](mailto:ignatiancourse@covamanresa.cat))

### **4.2 Nueve semanas de reciclaje en teología**

Organizado por la Cueva de S. Ignacio de Manresa, conjuntamente con Cristianismo y Justicia dos meses y una semana de reciclaje en teología, desde una doble matriz: a) el vigor del “lugar santo” de la Cueva y de la espiritualidad ignaciana, b) la atención a la realidad del s. XXI, llena de dificultades y oportunidades. Programa detallado: [www.covamanresa.cat](http://www.covamanresa.cat).

- **14 enero a 24 marzo 2018** (información e inscripciones: [cmarcet@jesuites.net](mailto:cmarcet@jesuites.net))

## 4.3 Cuando vamos llegando a los 65, 70... Años (curso internacional)

*El arte de asumir creativamente los penúltimos y los últimos tramos de la vida*

Una “oportunidad” importante. Inicio de una época creativa y llena de posibilidades de servicio gratuito. Una época de “densidad” que nos enseña a esperar y acoger con plenitud el Misterio del Dios de la Vida. Una época de la vida que no se puede improvisar, que no se debe vivir a la defensiva.

En el “lugar santo” de la Cueva de S. Ignacio de Manresa, conducidos por las grandes líneas de la espiritualidad ignaciana, se ofrece un espacio y un tiempo para prepararse, reflexionar y acoger la Tercera Edad, desde la pedagogía ignaciana del “sentir y gustar internamente”.

- 23 septiembre a 22 octubre 2018 (información e inscripciones: [info@covamanresa.cat](mailto:info@covamanresa.cat))

## 5 Propuestas para adolescentes, jóvenes y familias

### 5.1 Propuestas para adolescentes y jóvenes

El Casal Espinal tiene unos espacios adaptados a un estilo joven. Cuenta con un equipo pedagógico-pastoral formado por expertos en estos campos.

El Casal acepta y ofrece actividades de duración diversa, para adolescentes y jóvenes, desde una mañana hasta dos y tres días. A través de una metodología dinámica se pretende que los/las adolescentes puedan adentrarse en su interior, descubrir la individualidad de los demás y abrirse a la experiencia de la Interioridad y la Trascendencia.

## **5.2 Propuestas para familias: retiro multigeneracional**

La Escuela Ignaciana de Espiritualidad (EIDES) ofrece tres veces un retiro de fin de semana de oración y reflexión en clave ignaciana para familias, parejas con / o sin hijos (adolescentes, niños ...) con propuestas de trabajo individualizadas y en grupo, con los Ejercicios Espirituales como trasfondo.

**Coordinadores: Rafael Abós, Gloria Andrés y Jaume Casassas (EIDES).**

- 10-12 noviembre 2017
- 02-04 marzo 2018
- 01-03 junio 2018

Horarios: Entrada viernes 19h (se puede llegar el sábado a las 9h), final domingo 18h.

## **5.3 Danza contemplativa en la escuela y la catequesis**

Aplicaremos las distintas danzas a los diferentes niveles educativos, mostrando algunas adaptaciones y experiencias del profesorado. Comentaremos momentos especialmente apropiados para su realización dentro del curso escolar.

- 06 (19h) a 08 (16h) abril 2018. Victoria Hernández

# **6 Talleres de fin de semana**

## **6.1 Curar heridas, rehacer la autoestima**

Crisis, enfermedades, pérdidas y desengaños, nos dejan muy vulnerables si no las trabajamos bien. Nuestra autoestima, la vida espiritual y la relación con los demás se resienten. Nos acercaremos, con mucho respeto, a nuestras heridas y experiencias dolorosas para transformarlas

y conseguir un poco más de libertad y de autoconfianza. Posibilidad de entrevista personal.

- 26 (19h.) a 28 (16h.) enero 2018. Eduard Fonts (psicólogo y teólogo)

## **6.2 Por la inclusión y sostenibilidad, pautas de espiritualidad ignaciana**

Patxi Álvarez de los Mozos, sj, desde su papel de Director del Secretariado Social de la Compañía de Jesús, en Roma, escribió el libro que da título a este seminario. En coordinación con el Sector Social de la Compañía de España ofrecemos para todos los interesados un fin de semana de formación y oración reflexionando sobre los puntos esenciales de esta publicación.

- 13 (19h.) a 15 (16h.) abril 2018. Patxi Álvarez de los Mozos, sj

## **6.3 Amar y perdonar. Camino de liberación**

No es fácil quererse y menos perdonarse, pero son dos realidades que han de ir unidas. No nos amamos cuando no nos hemos perdonado errores y equivocaciones, esperanzas frustradas, injusticias y pérdidas ... ¿Cómo vivir más liberados, más confiados, sin culpa ni vergüenza? ¿Cómo volver a dar sentido a la vida y al amor a los demás? Posibilidad de entrevista personal.

- 13 (19h.) a 15 (16h.) abril 2018. Eduard Fonts (psicólogo y teólogo)

## 7 Santuario de la cueva

### 7.1 Visita al Santuario

Horarios (laborables y festivos):

- Horario de verano (del 01/03 al 31/10): 10 a 13h y de 16 a 19h.
- Horario de invierno (01/11 al 28/2): 10 a 13h y de 15 a 18h.

Todos los sábados de 11 h a 12,15 se ofrece una visita guiada. No es necesario avisar previamente.

Para contactar visitas y consultar precios:

santuari@covamanresa.cat

### 7.2 Celebraciones

Eucaristía:

- laborables: 7:30 h (en la Coveta)
- festivos: 12 h (en el Santuario). *Media hora antes: confesiones*
- previo acuerdo con Sacristía se puede celebrar la Eucaristía en la Coveta y el Santuario (santuari@covamanresa.cat)

### 7.3 Oración de los martes en la Coveta

- De octubre a Junio se ofrece todos los martes de 21 a 22 h. una hora de oración guiada.
- Acompaña David Guindulain, sj.
- Cada cambio de estación: "Silencio y músicas del mundo" (19 septiembre 2017 / 19 diciembre 2017 / 20 marzo 2018 / 19 junio 2018 de 21 a 22h.)

## 7.4 Camino Ignaciano Loyola - Manresa

En 1522 Ignacio peregrinó de Loyola a Montserrat y Manresa. Actualmente son muchos los que caminan el “Camino Ignaciano”. Ver el detalle de la propuesta a <http://caminoignaciano.org>. Además del trayecto geográfico y sus recursos, ofrece pistas para que sea un “camino interior” en la escuela de la espiritualidad ignaciana.

También se ofrece hacer los Ejercicios Espirituales de 30 días caminando el camino ignaciano.

**Coordinador: Josep Lluís Iriberry, sj**  
[oficina.central@caminoignaciano.org](mailto:oficina.central@caminoignaciano.org)

Con la colaboración de:



## Información e inscripciones

Dos maneras de **formalizar la inscripción**:

1. Recomendada: Mediante la web: [www.covamanresa.cat](http://www.covamanresa.cat).
2. Enviar e-mail a **info@covamanresa.cat** con sus datos y la actividad que desea; espere respuesta confirmando si la inscripción es firme.

**Hay que avanzar el pago por transferencia** a la c/c: IBAN ES70 2100 4955 56 2200007874 - indicar nombre y apellidos del matriculado y actividad.

## ¿Cómo llegar desde Barcelona?

Véase [www.covamanresa.cat](http://www.covamanresa.cat) pestanya “Como llegar”.

### *Coche*

- autopista C-16 (a Terrassa y Manresa): Salida 13 (St. Vicenç de Castellet) y después por la comarcal C-55 salida por “Manresa - Centre Històric”

### *Tren*

- **Renfe** (Sants, Pl. Catalunya, Arc Triomf, Sagrera, St. Andreu). Laborables, cada media hora. Festivos, cada hora. El trayecto dura 80 minutos.  
Se puede tomar un taxi en la estación (o pedirlo al 93 874 40 00 - 93 874 41 19 - 639 336 360). La distancia a pie es de 12 minutos.
- **FGC**: Salida Pl. Espanya, cada 30 minutos. Festivos, cada hora.

### *Autobús*

- **Eix-Bus (Lleida-Girona)**: horaris en: [www.teisa-bus.com](http://www.teisa-bus.com)
- **Barcelona - Manresa**: Información Estación Autobuses  
Manresa: + 34 93 874 66 66



**Centro Internacional  
de Espiritualidad  
Cova St. Ignasi**

Camí de la Cova, 17  
08241 Manresa  
(Barcelona)

T. +34 93 872 04 22

F. +34 93 872 91 16

San Ignacio en Manresa. Fotografía: Pep Ávila. Actor: Albert Mestre

[www.covamanresa.cat](http://www.covamanresa.cat)  
[info@covamanresa.cat](mailto:info@covamanresa.cat)