

# Cueva S. Ignacio

## Manresa (Barcelona)

- 
1. OFERTA DE UN ESPACIO DE SILENCIO pág. 2
  2. EJERCICIOS (30 DÍAS / 8 Y 5 DÍAS / VIDA ORDINARIA) pág. 2
  3. PROPUESTAS DE INTERIORIDAD, SILENCIO Y ORACIÓN pág. 4
  4. TALLERES pág. 6
  5. AUTOCONOCIMIENTO pág. 8
  6. SEMINARIOS - RECICLAJES - SIMPOSIOS pág. 9
  7. CASAL LLUÍS ESPINAL pág. 11
- 

julio 2009 - septiembre 2010

## **SILENCIO E INTERIORIDAD** **en la escuela de Ignacio de Loyola**

Ignacio de Loyola bajó a pie de Montserrat a Manresa. Aquí pasó once meses, un tiempo de importancia fundamental para su vida y para la Compañía de Jesús. Su lugar privilegiado de silencio y oración fue la gruta o cueva alrededor de la cual se levanta la actual Casa de Ejercicios Espirituales. La experiencia aquí vivida por Ignacio cuajaría más tarde en forma de “Libro de Ejercicios Espirituales”.

### **1. Oferta de un espacio de silencio**

– La Cueva de S. Ignacio ofrece sus espacios a personas individuales o grupos que busquen tiempo de silencio, oración, estudio, etc. durante uno o varios días. El equipo de la Casa, en la medida de lo posible, ofrecerá “acompañamiento” a quien lo solicite con anticipación

– La Dirección de la Cueva está abierta a las peticiones que le puedan hacer grupos que buscan un espacio sobrio y de paz para reflexionar, estudiar, decidir... personas del mundo de las ONG, escuela, o universidad, sindicato, empresa, asociaciones...

### **2. Ejercicios**

#### **2.1. El mes de ejercicios**

Se ofrece la experiencia completa de los Ejercicios tal como la propone S. Ignacio. Mucho silencio y oración, jornada relajada, entrevista diaria con el Acompañante que personaliza la experiencia según las necesidades de cada uno..

- |                        |   |
|------------------------|---|
| 01 - 30 julio '09      | <b>JAVIER MELLONI, sj. y equipo</b>         |
| 01 - 30 agosto '09     | <b>CARLOS MARCET, sj.</b>                   |
| 01 - 30 septiembre '09 | <b>FRANCESC RIERA y JOSEP SUGRAÑES, sj.</b> |
| 01 - 30 noviembre '09  | <b>JOSEP M. BULLICH, sj.</b>                |
| 01 - 30 noviembre '09  | <b>JOSEP GIMÉNEZ, sj. (en inglés)</b>       |
| 01 - 30 julio '10      | <b>JAVIER MELLONI, sj. y equipo</b>         |
| 01 - 30 agosto '10     | <b>CARLOS MARCET, sj.</b>                   |
| 01 - 30 septiembre '10 | <b>FRANCESC RIERA y JOSEP SUGRAÑES, sj.</b> |
| 01 - 30 noviembre '10  | <b>JOSEP M. BULLICH, sj.</b>                |

## 2.2. Ocho o cinco días de ejercicios

Momento de renovación espiritual. De paro en medio del nerviosismo cotidiano. En todos los grupos se ofrece acompañamiento personal.

*Les persones que no tenguin possibilitat de retirar-se 8 dies pueden -hablando con Secretaría- hacer menos días.*

### CINCO DÍAS

#### *noviembre '09*

16 - 20 FRANCESC RIERA, sj. (en catalán)

#### *diciembre '09*

03 - 08 CARLOS MARCET, sj. (en catalán)

26 - 31 JAVIER RODRÍGUEZ e IGNACIO VILA, sj. (personalizados)

#### *marzo '10*

26 - 31 JAVIER RODRÍGUEZ e IGNACIO VILA, sj. (personalizados)

### OCHO DÍAS

#### *junio '09*

22 - 30 FRANCESC ROMA, sj. (en catalán)

#### *julio '09*

01 - 10 JOSEP RAMBLA, sj. y equipo (personalizados)

10 - 19 ORIOL TUÑÍ, sj. (con el evangelio de Juan - en catalán)

21 - 30 PERE BORRAS, sj. (en catalán)

#### *agosto '09*

01 - 10 DAVID GUINDULÁIN, sj. (en catalán)

11 - 20 JOSÉ I. GONZÁLEZ FAUS, sj. (en castellano)

11 - 20 JORDI FONT, ÀLVAR SÀNCHEZ, sj. y M. VALLS, rjm. (personalizados)

21 - 30 MARISOL GONZÁLEZ TRIVIÑO, it. (en castellano)

#### *septiembre '09*

01 - 10 JAVIER MELLONI, sj. (en castellano)

15 - 24 AVELINO FERNÁNDEZ, sj. (en castellano)

#### *octubre '09*

22 - 31 GABRIEL VILLANOVA, sj. (en castellano)

#### *abril '10*

23 - 01 mayo JOSEP LLUÍS CORRONS, sj. (en castellano)

#### *Mayo '10*

24 - 31 JOSEP M. BULLICH, sj. (en castellano)

#### *Julio '10*

01 - 10 CARLOS DOMÍNGUEZ, sj. (en castellano)

11 - 20 JOSEP RAMBLA, sj. y equipo (personalizados)

21 - 30 DAVID GUINDULÁIN, sj. (en catalán)

## Agosto '10

- 01 - 10 **JAVIER MELLONI, sj.** (“Ejercicios de Contemplación”  
- solicitar información)
- 11 - 20 **JORDI FONT, ÀLVAR SÀNCHEZ, sj. y M. Valls, rjm.**  
(personalizados)
- 21 - 30 **DARIO MOLLÀ, sj.** (en castellano)

## Septiembre '10

- 01 - 10 **JAVIER MELLONI, sj.** (en castellano)
- 21 - 30 **AVELINO FERNÁNDEZ, sj.** (en castellano)

### 2.3. Ejercicios en la vida ordinaria

Especialmente dirigidos a seculares, y principalmente de la Cataluña Central.

Coordina: **CARLOS MARCET, sj.**

- Seis meses de Ejercicios en la “vida ordinaria”, con acompañamiento personal y el apoyo semanal de fichas de trabajo.
- Al principio, a la mitad y al final se tendrá un encuentro de fin de semana en Manresa: viernes 16 de octubre noche a domingo 18 / vie 8 enero a dom 10 / vie 16 abril a dom 18. (*Solicitar programa detallado*).

### 2.4. Otras propuestas de ejercicios a la vida ordinaria

La Cueva de S. Ignacio se complace en informar que las personas interesadas en hacer individualmente estos Ejercicios pueden contactar con:

- **FRANCESC PERIS, sj.**  
93 204 85 51 ext. 232 - francescperis@yahoo.es
- **ANTONI M. TORTRAS, sj.**  
93 301 23 50 - atortras@jesuites.net
- **PILAR BADIA** - 93 875 78 24 / 639 43 65 05  
pilar.badia@medicosdelmundo.org

Más información sobre las diferentes modalidades de Ejercicios en Cataluña: [www.jesuites.net/html/42.htm](http://www.jesuites.net/html/42.htm)

## 3. Propuestas de interioridad, silencio y oración

### 3.1. Oración profunda

Se propone una introducción intensiva a la oración contemplativa, mediante el aprendizaje de la postura corporal, con ejercicios de yoga, de respiración y de visualización para conducir al umbral del silencio.

## **INICIACIÓN**

**XAVIER MELLONI, sj. y MONTSERRAT PONS**

Tres sesiones: 2 - 4 octubre '09 / 22 - 24 enero '10 / 14 - 16 mayo

## **PROFUNDIZACIÓN**

*A cargo del Equipo de la Casa*

– Grupo A: 23 - 25 octubre '09 / 26 - 28 febrero '10

– Grupo B: 13 - 15 noviembre '09 / 19 - 21 marzo '10

– Grupo C: 27 - 29 noviembre '09 / 30 abril - 2 mayo '10

### **3.2. Otras propuestas de oración**

#### **ORACIÓN DE LOS MARTES**

(En la Cueva, de 21 a 22 h)

– Todos los martes una hora de silencio y oración (**JAVIER MELLONI, sj.**)

– Cada cambio de estación, silencio e instrumentos musicales

#### **DANZA CONTEMPLATIVA**

(En el espacio modernista de la ante-Cueva, de 19 a 20:30 h)

– Los terceros miércoles, de octubre a junio (**VICTORIA HERNANDEZ, Casal Lluís Espinal**)

### **3.3. “Stop” en el camino**

#### **ORAR CON LAS GRANDES OBRAS DE LA MÚSICA RELIGIOSA**

Acompañará: **FRANCESC ROMA, sj.**

A lo largo del año conviene tomarse tiempos de retiro. Esta propuesta lo hace acompañados de Bach, Händel, Berlioz, etc. Música y letra ayudarán al silencio y oración.

– **Adviento:** 11 - 13 diciembre '09

– **Cuaresma:** 12 - 14 marzo '10

– **Pentecostés:** 21 - 23 mayo '10

#### **SEMANA SANTA**

Acompañará: **Equipo Comunitario de la Cueva (jesuitas y laicos).**

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

1 - 4 abril '10

### 3.4. Danza contemplativa

VICTORIA HERNÁNDEZ (Casal Lluís Espinal).

Vivenciar, orar desde el corazón, beber de la Fuente. Tiempo para encontrarse con una misma, con las demás y con Dios. Danzas sencillas y desarrollo de la propia danza-oración.

7 - 9 mayo '10

## 4. Talleres

### 4.1. Qi Gong - Armonía universal

NEUS PINTAT Y ASUN PUCHE

El Qi Gong ayuda a cultivar la energía vital y el equilibrio interior, abriendo al Cielo (lo Sublime, lo Intangible, lo Inefable) y conectando con la Tierra (lo material, lo palpable, lo relativo, lo finito...). Se basa en tres medios: cuerpo, respiración, mente; y tres actitudes base: relajación, fluidez, gratitud. Ayuda a cultivar la mirada interior, la salud física, psíquica y moral.

9 - 11 octubre '09 / 5 - 7 febrero '10 (se puede asistir a una o a las dos sesiones)

### 4.2. Enneagrama

JOSEP LLUÍS IRIBERRI, sj. y FRANCESC VILAHUR

#### INICIACIÓN

Tres intensos fines de semana dedicados al descubrimiento y profundización de la teoría eneagràmica, según la línea de Hellen Palmer y la espiritualidad Ignaciana. El Enneagrama es un magnífico puente entre la psicología moderna y las plataformas psico-espirituales de las tradiciones más antiguas del desarrollo humano. El objetivo es trabajar nuestra personalidad, averiguar las fuerzas que la configuran y descubrir caminos de autocomprensión y de conocimiento de la realidad.

16 - 18 octubre / 6 - 8 noviembre / 18 - 20 diciembre '09

#### ENNEAGRAMA Y SUBTIPOS

Un fin de semana dedicado a la reflexión de la teoría del Enneagrama a partir de la interacción entre los instintos básicos del ser humano y los enneatipos. Para participar hay que tener un conocimiento previo del Enneagrama..

16 - 18 abril '10

### 4.3. Asumir el fracaso

JORDI FONT I RODON, SJ. (Fundación Vidal i Barraquer)

La vida está llena de pequeños o grandes fracasos que afectan a menudo muy hondamente y dejan sufrimientos que a veces parecen incurables. El taller quiere ofrecer un mayor conocimiento y comprensión, a la vez psicológico y espiritual, de tales hechos. Jesús fue socialmente un gran fracasado pero de su vida y muerte Dios hizo brotar la Vida Nueva.

15 - 17 enero '10

### 4.4. Escuela de padres “LLUÍS ARMENGOL”

Se trata de un fin de semana dedicado a la pareja, donde en un clima de tranquilidad se pueda reflexionar sobre los temas cotidianos que afectan a la convivencia matrimonial. Se seguirá la metodología del P. Lluís Armengol y lo conducirá un grupo de matrimonios. No habrá trabajo en grupo, sino exclusivamente a nivel de pareja.

20 - 22 noviembre '09

### 4.5. Mística y liberación

ESTEBAN VELÁSQUEZ, SJ. (Iniciativa por el cambio personal y la justicia global)

¿Pueden confluir en una sola corriente espiritual quienes mantienen la importancia de la mística para el futuro de la humanidad y quienes la mantienen en relación con la liberación socio-política pendiente?

El taller incluirá ratos de silencio y de diálogo.

19 - 21 febrero '10

### 4.6. Para jóvenes que están acabando la carrera: “¿Y ahora qué?”

JOSEP F. MÀRIA, LLORENÇ PUIG, sj. y ALBERT FLORENSA

El taller quiere formularse de manera honesta y realista la pregunta: “¿y ahora qué?”; cómo queremos enfocar la vida profesional en medio de la ambigüedad en que nos encontraremos. Ofrecerá instrumentos y orientaciones para que cada uno responda personalmente a esta pregunta.

5 - 7 marzo '10

## 4.7. Cultivar la interioridad: procesos e intervenciones educativas

CARMEN JALÓN (Casal Lluís Espinal)

El taller propone pistas para trabajar con jóvenes y educadores el autoconocimiento y la interioridad, la dimensión espiritual, el silencio y la integridad del proceso educativo. A través de una metodología a la vez activa y teórica, con actividades prácticas de educación en la interioridad y experimentando los Nuevos Lenguajes para la pastoral.

5 - 7 marzo '10

## 5. Autoconocimiento

### 5.1. El sueño como libro y maestro

MARIA GENEROSA QUINTAS (psicòloga)

La naturaleza no nos hubiera dotado de la capacidad de soñar mientras dormimos si no tuviera ninguna utilidad. Estos mensajes extraños y a veces atormentadores son el libro donde podemos descubrir quiénes somos y en qué punto estamos de nuestra evolución individual. Cada participante podrá exponer algún sueño que quiera trabajar y entre todos veremos qué sentido pueden tener los símbolos que aparecen. Nos basaremos en la psicología de C.G. Jung.

Dos posibilidades: sábado, 17 octubre '09 / fin de semana 23 - 25 abril '10 (se puede asistir a las dos)

### 5.2. Escuchar y actuar para llegar a ser

ASUN PUCHE (psicòloga).

Colaboración de VICTÒRIA HERNÁNDEZ (Casal Lluís Espinal)

A partir de la Reverse Therapy buscamos desarrollar la armonía y el equilibrio personal y relacional. Conectaremos con la inteligencia emocional y espiritual a través de la conciencia del Cuerpo para llegar a la toma de decisiones coherentes. Habrá teoría y prácticas corporales, de comunicación asertiva y de discernimiento.

11 - 13 diciembre '09

### 5.3. Ayuda psicológica para la vida espiritual

EDUARD FONTS (psicólogo)

La experiencia de Dios, las relaciones con los demás y nuestra manera de enfrentarnos a los problemas no es siempre la

misma ya que la vida es dinámica y provisional. Y todo ello afecta a la vida espiritual. Con la ayuda de la psicología y a través de alguna dinámica, tiempo personal y diálogo buscaremos la manera de revitalizar nuestra vida, su sentido y vivir con más plenitud.

29 - 31 enero '10

#### **5.4. ¿Qué hacer con las pérdidas?**

EDUARD FONTS (psicólogo)

Cuando hablamos de pérdidas no sólo nos referimos a personas sino también a trabajo, relaciones de amistad, ideas, esperanzas etc. Trabajaremos la manera de superarlas pero también de cómo integrarlas para que puedan ser oportunidades de crecimiento en nuestra vida.

23 - 25 abril '10

### **6. Seminarios - Congresos - Simposios**

#### **6.1. Formación para el diálogo interreligioso**

Solicitar programa detallado.

#### **6.2. Seminario de ejercicios: “La Contemplación para alcanzar amor” (EIDES)**

PERE BORRÀS, JAVIER MELLONI, JOSEP RAMBLA, FRANCESC RIERA, SJ. Y ANNA PITARCH

Profs. invitados: ANNA SAUMOY, ODN. Y MARC VILARASSAU, SJ.

EIDES (Cristianisme i Justícia) y la Cueva de S. Ignacio ofrecen anualmente un seminario dirigido a personas con un cierto conocimiento del texto de los Ejercicios y con alguna práctica de acompañamiento. Este año proponemos “La Contemplación para alcanzar amor”. Estudiaremos el texto, su teología, los modos de proponerla. Dedicaremos especial atención a comprobar cómo nos lanza al “Deus semper maior”, a descubrir a Dios presente allí donde no le esperábamos, en ambientes seculares, profanos, en mundos que considerábamos ajenos a Dios, agnósticos... en otras tradiciones religiosas que al Ejercitante le pueden resultar lejanas, pero que cuando se acerca a ellas, descubre la libertad del Espíritu Creador.

26 - 31 diciembre '09

### **6.3. Dos meses de reciclaje en castellano**

Organizado por la Cueva de S. Ignacio de Manresa, conjuntamente con Cristianisme i Justícia dos meses 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 siglo XXI, llena de dificultades y oportunidades. Programa detallado: [www.covamanresa.cat](http://www.covamanresa.cat).

- edición castellana: 17 enero a 22 marzo '10 (información: [cmarcet@jesuites.net](mailto:cmarcet@jesuites.net))

### **6.4. Foro de la “Interioridad”**

El equipo de la Cueva de S. Ignacio, tiene especial interés por todo lo que procura “interioridad”, impulsado por el vigor que nace de la escuela de los Ejercicios y de un S. Ignacio que animó a adaptarse y a encarnarlos a cada tiempo histórico concreto. En colaboración con “Cristianisme i Justícia - Eides” y con la “Fundación Jesuïtes Educació”, quiere ayudar a recuperar espacios sagrados de la persona que la cultura dominante tiende a ahogar, provocando situaciones de empobrecimiento humano.

(solicitar programa detallado)

### **6.5. Congreso Europeo de Espiritualidad Ignaciana**

“IGNATIAN SPIRITUALITY AND CONTEMPORARY EUROPEAN CULTURES”

Los grandes temas del programa del Congreso: Ignatian Spirituality in Europe; Meeting Jesus Christ at the Frontiers; Proclaiming Jesus Christ in our Spirituality Work in Europe today; From Election to Action

6 - 10 abril '10 - (plazas reservadas)

## 7. Casal Lluís Espinal

Facilita a escuelas, institutos, parroquias, a grupos diversos... un espacio plenamente adaptado a un estilo joven. Cuenta con un equipo pedagógico-pastoral formado por personas expertas en estos campos, dirigido por **JOSEP M<sup>a</sup> BULLICH, sj.**

El Casal acepta y / o ofrece todo tipo de actividades de duración diversa, para adolescentes y jóvenes, desde media jornada a dos días y medio. A través de una metodología dinámica se pretende que los chicos y chicas puedan adentrarse en su interior, descubrir la individualidad de los otros y abrirse a la experiencia de la Interioridad y la Trascendencia.

Información y inscripciones: [jmbullich@gmail.com](mailto:jmbullich@gmail.com)

Véase además 3.2; 3.4 y 4.7.

### Como llegar desde Barcelona:

#### En coche

- Carretera C-55 (salida por *Manresa - Sant Pau*)
- Autopista C-16 (a Terrassa y Manresa): Salida 13 (St. Vicenç de Castellet) y después por la comarcal (C-55) salida por *Manresa - Sant Pau*
- (Se puede acceder también en autobús, solicítenos información)

#### En tren

- **Renfe** (estaciones Sants, Pl. Catalunya o St. Andreu)  
Los días laborables hay un mínimo de un tren cada media hora. Los festivos, cada hora.

El trayecto dura 75 minutos.

Al llegar a Manresa 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 15 minutos.

- **Ferrocarriles de la Generalitat:** Salida de la Pl. Espanya, cada 30 ó 60 minutos (a veces hay que transbordar en Martorell).

## INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

- La **inscripción** se debe formalizar en secretaría:  
de 9 a 14h i de 16 a 19, días laborables /  
93 872 04 22 / [recepcio@covamanresa.cat](mailto:recepcio@covamanresa.cat)
- La **hora de llegada** para los Ejercicios y actividades de fin de semana será (si no se indica lo contrario) antes de las 19h. del día señalado como inicio.
- Los **precios** estándar:
  - pensión completa: 42 €
  - actividad de fin de semana (viernes noche a domingo tarde): 84 €
  - 8 días de Ejercicios en grupo: 250 €
  - mes de Ejercicios en grupo: 870 €

(precios especiales para habitación doble o sin baño, en algunos talleres se tendrá que abonar matrícula)

***Nadie dejará de asistir a la actividad de su interés por motivos económicos. Pida información.***



### **Cueva S. Ignacio**

(Centro Internacional de Espiritualidad)

Camí de la Cova s/n  
08241 Manresa (Barcelona)  
Tel.: 93 872 04 22 - fax: 93 872 91 16  
[www.covamanresa.cat](http://www.covamanresa.cat)  
[covae@covamanresa.cat](mailto:covae@covamanresa.cat)

**Inscripciones: [recepcio@covamanresa.cat](mailto:recepcio@covamanresa.cat)**