

PRESENTACIÓN

Los ejercicios espirituales son una de las grandes experiencias espirituales de la Iglesia. Cuatro semanas de retiro cerrado, en oración y silencio, con acompañamiento diario, y con unas pautas que introducen al ejercitante en un proceso de fe, de apertura graduada al misterio, y de fuerte encuentro con Cristo. No todas las personas están preparadas para estos ejercicios. Las condiciones de partida, las motivaciones que deben llevar a los EE son las propias de la vida adulta y de la perfección cristiana.

Sin embargo, los tiempos que vivimos no permiten que muchos se planteen esta posibilidad por el ritmo de vida que llevamos. Por lo que se ha ensayado una propuesta adaptada, de EE en la vida cotidiana que no pierda la profundidad que ofrece. La adaptación es por tanto "formal" pero ni la exigencia, ni las condiciones pueden ser modificadas.



¿Qué ha supuesto, para ti, irte de retiro?

Éste es el punto de partida.

1. **Consagrar** unos días a **la búsqueda de la voluntad de Dios**, a propiciar el encuentro, a dejarse iluminar. Lo cual incluye, y esto es muy importante, querer y desear encontrar a Dios.
2. Garantizar **tiempo de silencio y oración, sin que nada pueda interrumpirlo**. Además experimentamos, cuando hacemos unos días de retiro, que al inicio cuesta adentrarse en esta experiencia porque "traemos" con nosotros preocupaciones pasadas y "tenemos cosas que hacer cuando terminemos".
3. **Momento para compartir**, bien sea en grupo, bien sea con una persona que dirige el retiro. Este compartir es al mismo tiempo un ejercicio sencillo de "tomar conciencia" de lo que ocurre, pero también de modificar lo que habitualmente hemos dado por "sabido".
4. **Encuentro con Dios**. No pocas veces redescubrimos que Dios nos acompaña en estos momentos especiales, porque la vida ordinaria nos ha desgastado, nos ha despistado o desviado de lo que habíamos decidido. Por lo que reservamos al tiempo de retiro todo lo que signifique "**renovar entusiasmo**", "**cargar las pilas**"... En otras palabras, nos fortalecemos.
5. **Reflexionar sobre algo en concreto**. Con un mínimo, garantizado, de profundidad. La vida cotidiana, para muchos, es un momento inoportuno para la reflexión porque "no hay tiempo", o porque lo único que provoca es "darle vueltas a las cosas". Sin embargo, reflexionar es **tomar distancia**, y en un retiro tenemos esa posibilidad. Escribimos, nos desahogamos, hablamos, buscamos respuestas... Un retiro es un lugar para **las decisiones**.
6. **Nos ofrecen unos puntos o materiales**, en torno a los cuales vivir los días, que siempre los hacemos personales y propios. En un retiro nos apropiamos de ellos, los hacemos nuestros. Y habitualmente, los recordamos en la vida.
7. Y también una **experiencia de discernimiento** de las propias motivaciones, movimientos personales e intereses. Conocimiento propio, pero también de la voluntad de Dios.

Estas son las condiciones de los EE, tanto para los retiros, como para la vida cotidiana.

¿Cómo se pueden concretar?

1. Oración y Palabra cada día.
2. Celebrar la fe. Recibir los sacramentos. Vivir con profundidad.
3. Cuaderno para los movimientos internos. Relectura del día a día.
4. Recibir los puntos cada semana y dejarse iluminar.