

METODOLOGÍA

Diaria

- Las mañanas y las tardes las dedicaremos a relexionar sobre las materias del programa, combinando sesiones de clase y espacios para la oración y reflexión personal y en grupo
- Utilizaremos la metodología ignaciana de “lo que llena y satisface el alma no es el mucho saber sino el sentir y gustar las cosas internamente”
- Los profesores ofrecerán la posibilidad de trabajar (personalmente o en grupo) y lecturas para profundizar los temas.
- Por la mañana se ofrece una oración comunitaria. Al final de la tarde se celebrará la Eucaristía.

Qué ofrecemos

- Una oportunidad importante.
- Inicio de una época creativa y llena de posibilidades.
- Un tiempo de “densidad” que nos enseña a esperar y acoger el misterio del Dios de la vida con plenitud.
- Un período donde no hay que vivir a la defensiva.



¿Cómo se puede solicitar plaza?
Enviando un correo electrónico a:
info@covamanresa.cat

Precio: 2.300 €

La hora de entrada es antes de las 12:00 h.
La hora de salida es a partir de las 10:00 h.

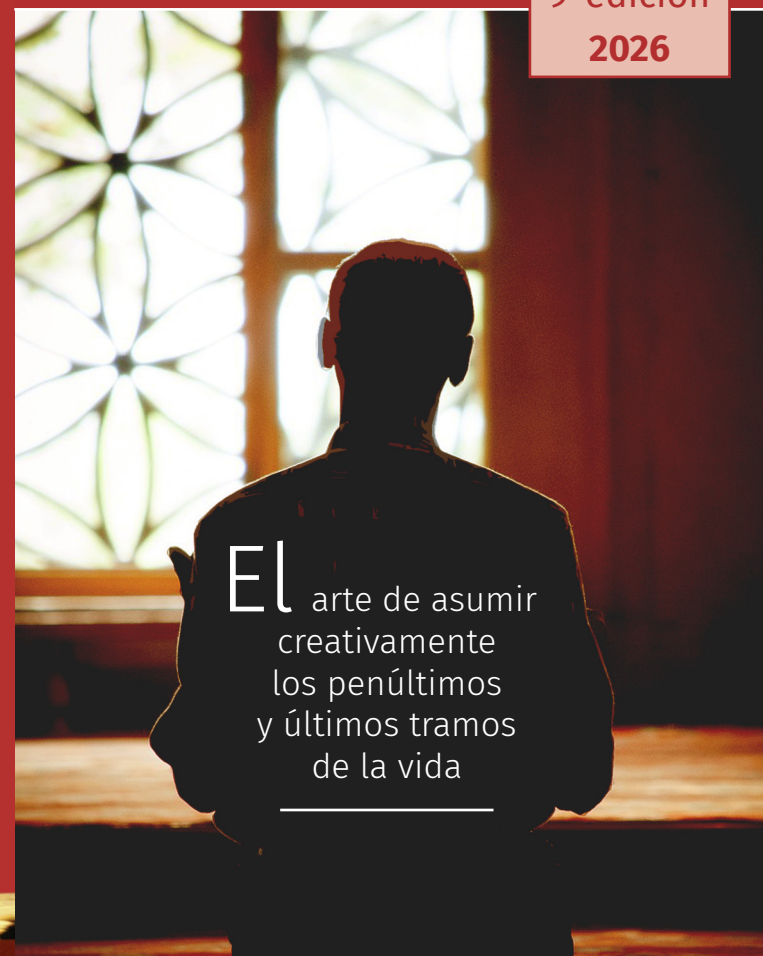
Cova Sant Ignasi Centro Internacional de Espiritualidad
Camí de la Cova, 17. 08241 Manresa (España)
Tel. +34 93 872 04 22 info@covamanresa.cat

www.covamanresa.cat



Ahora que nos jubilamos, ¿qué?
CUANDO VAMOS LLEGANDO
a los **65, 70 años y más.**

9ª edición
2026



EL arte de asumir
creativamente
los penúltimos
y últimos tramos
de la vida

12 de Septiembre / 10 de Octubre

John
COVA
SANT IGNASI
MANRESA

CJ
Cristianisme i Justícia
EIDES

EN EL “LUGAR SANTO” DE LA CUEVA DE S. IGNACIO, CONDUCTOS POR LAS GRANDES LÍNEAS DE LA ESPIRITUALIDAD IGNACIANA



DIRIGIDO:

A seglares, jesuitas, religiosos/as, sacerdotes...

IDIOMA:

Castellano.

DIRECTORES/ACOMPAÑANTES:

David Guindulain sj y equipo

METODOLOGÍA:

Desde la pedagogía ignaciana del “sentir y gustar”, se combinan charlas, oración, estudio, reflexión en grupo, en un clima comunitario.



Sábado 12 de septiembre:

Entrada: 12'00 h.

Almuerzo: 13'30 h.

Presentación del curso: 16'00 h.

Descanso: 17'00 h.

Autobiografía de San Ignacio: 17'45 h.

Prof. Javier Melloni sj

Eucaristía: 19,15 h.

Cena: 20'00 h.

ACoger LA PROPIA BIOGRAFÍA, EN PAZ Y AGRADECIMIENTO.

Nos ayudaremos de la Autobiografía de San Ignacio que él explicó precisamente en su “tercera edad”, para la relectura de nuestra propia autobiografía, mientras escuchamos las biografías de los miembros del grupo.

Incluye visitas a la Manresa Ignaciana tal y como se recogen en la Autobiografía.

• Domingo 13 a lunes 14 de septiembre

Autobiografía de San Ignacio. Prof. **Javier Melloni sj**. Presentaciones personales.

• **Martes 15 de septiembre.** Visita a lugares ignacianos (Llum, Rapto La Seu). Película “Ignacio de Loyola”.

• **Miércoles 16 de septiembre.** Introducción a los mosaicos del Santuario y salida a Viladordis.

• **Jueves 17 de septiembre:** Día libre. A las 21:00 h. Inicio de los Ejercicios Espirituales.

EJERCICIOS ESPIRITUALES PERSONALIZADOS

Jueves 17 (noche) a viernes 25 de septiembre

Puede ser el momento donde el objetivo del curso llegue a una cierta culminación. Tal vez, estos Ejercicios, se conviertan en “Ejercicios de Elección” o de seria “Reforma de Vida”, cuando uno discierne y acoge esta nueva manera de estar en el mundo

David Guindulain sj y equipo de acompañantes.

• **Sábado 26 de septiembre:** Visita a la Sagrada Familia, Museo Nacional de Arte de Catalunya y Santa María del Mar en Barcelona.

• **Domingo 27 de septiembre:** Día Libre.



3 “MIENTRAS ESPERAMOS LA REALIZACIÓN DE NUESTRA GRAN ESPERANZA”

• Lunes 28 a martes 29 de septiembre:

En todo Amar y Servir.
Prof. **Carles Marcet, sj**.

• **Miércoles 30 a jueves 1 de octubre:** “¿Qué vida es esta que comenzamos?”
Prof. **Josep Giménez Melià, sj**.

• **Viernes 2 a sábado 3 de octubre:** “Las religiones y la culminación de la vida”.
Prof. **Javier Melloni, sj**.

• **Domingo 4 de octubre:** Día libre.

4 TRABAJAR LA INTEGRACIÓN PSICOLÓGICO-ESPIRITUAL

Acoger la realidad y las posibilidades del propio cuerpo, mente y realidad psicológica, en lo concreto de nuestros tiempos cambiantes, con sus dificultades y oportunidades.

• **Lunes 5 de octubre:** Salida a Montserrat.

• **Martes 6 de octubre:** “Mens sana in corpore sano”.
Prof. **Dr. Miquel Vilardell**.
Charla coloquio con el P. García Vera sj, delegado de jesuitas mayores de la provincia de España.

• **Miércoles 7 de octubre:** “Espiritualidad y Psicología: el duelo”. Prof. **Concepció Serra**.

• **Jueves 8 de octubre:** “Nuevos retos para un nuevo sentido”. Prof. **Eduard Fonts**

5 FINAL

• **Viernes 9 de octubre:**
Balance final: reflexión personal y puesta en común.
Prof. **David Guindulain sj**.

• **Sábado 10 de octubre:** Salida.