

Amigues i amics:

Us fem a mans un recordatori de les properes activitats de la Cova. Podeu ampliar la informació de cada acte a www.covamanresa.cat.

Ben cordialment,

Francesc Riera i Figueras, sj.
Cova de St. Ignasi - Manresa

1. DIVERSES MODALITATS D'EXERCICIS

MES D'EXERCICIS: 01-30 novembre.- Acompanya, *Josep Sugrañes, sj.*

CINC DIES: 26-31 desembre.- *David Guindulain, sj i equip* (personalitzats)

VUIT DIES:

- 17-26 octubre.- *Gabriel Villanova, sj.*
- 13-22 desembre.- *Josep M. Bullich, sj.*

A LA VIDA ORDINÀRIA.- Coordina: *Carles Marcet, sj.*

- caps de setmana de suport: div 14 oct. vespre a diu 16 / 13 – 15 gen / 27 - 29 abr.

RECÉS MULTIGENERACIONAL

- cap de setmana per a famílies (amb o sense fills). Dues possibilitats: 18-20 nov / 16-18 març

IGNASI MESTRE D'ORACIÓ EN EL S. XXI (SEMINARI): 26-31 desembre.- Coordinen: *Pere Borràs, Francesc Riera, sj. i Anna Pitarch. Col·laboren: X. Melloni, J. Rambla*

- Estudi, reflexió i alguna pràctica de la insospitada diversitat de “propostes” (més d’una vintena...!) per a la trobada “immediata” amb el Senyor, per a la “unió” amb el Misteri Inefable... que envia em missió. Descobrirem, sorpresos, que un llibret del s. XVI continua essent-nos mistagog. Ignasi, com els místics, “diu”, explícitament i “llança” implícitament.

CAMI IGNASIÀ LOIOLA - MONTSERRAT - MANRESA

- El 1522 (ben aviat farà 500 anys) Ignasi pelegrinà de Llorella de Vilatorrada a Montserrat i Manresa. De diverses bandes ha nascut la idea de proposar el “Camí Ignasià”. Veure el detall a <http://caminoignaciano.org/>: ofereix una sèrie de pistes perquè sigui un “camí interior” en l’escola de la espiritualitat ignasiana.
-

2. PREGÀRIA – SILENCI - INTERIORITAT

PREGÀRIA PROFUNDA: *Xavier Melloni, sj. i equip*

- INICIACIÓ (complet)
- APROFUNDIMENT: grup A: 07-09 oct. - 02-04 març / grup B: 04-06 nov.- 23-25 març / grup C: 11-13 nov - 18-20 maig

RECÉS D'INICIACIÓ A LA MEDITACIÓ ZEN I LA CONTEMPLACIÓ: 28-30 oct. Prof. *Pedro Vidal*

- Un camí pràctic, viu i actual de maduresa humana, inspirat en el zen japonès i en Sant Joan de la Creu, que ens permeti viure una trobada interior i exterior. Regularem el cos, la ment i la respiració per poder viure la calma necessària i vivificant.

DE L'EXPERIÈNCIA A L'EDUCACIÓ DE LA INTERIORITAT: 28-30 oct. Prof. *Carmen Jalón*

- La interioritat no és un concepte, és una vivència. El taller és una proposta per viure i aprendre a facilitar experiències d'interioritat: créixer en capacitat d'introspecció, autoconeixement, dimensió espiritual, el silenci, i la integritat del procés educatiu.

3. CURSOS I TALLERS

NOU SETMANES DE RECICLATGE (en castellà): 22 gener a 20 març.

- Organitzat per la Cova conjuntament amb Cristianisme i Justícia, un reciclatge en teologia, des d'una doble matriu: a) la vigoria del "lloc sant" de la Cova i de l'espiritualitat ignasiana, b) l'atenció a la realitat del s. XXI, plena de dificultats i oportunitats. Programa detallat: www.covamanresa.cat.

ESCOLA DE PARES "LLUÍS ARMENGOL": 11-13 nov.

- Cap de setmana dedicat a la parella, on en un clima de tranquil·litat es pugui reflexionar sobre els temes quotidians que afecten la convivència matrimonial. No hi ha treball de grup, el que es fa és exclusivament a nivell de parella.

ENNEAGRAMA: *Josep Lluís Iriberry, sj. i equip*

- INICIACIÓ (complet; hi ha places a la convocatòria de la Casa d'Exercicis de Sarrià)
- APROFUNDIMENT: ENNEAGRAMA I VARIANTS INSTINTIVES: 25-27 nov.
 - Aprofundir la comprensió de l'Enneagrama a partir de la interacció dels enneatipus amb els nostres instints bàsics (supervivència, sexual i social). Descobrir els accents instintius en nosaltres, ens ajuda a plantejar camins d'integració.

RECÉS PERSONAL AMB PSICOLOGIA APLICADA: 25-27 nov. Prof. *Eduard Fonts* (psicòleg)

- Massa vegades separem la vessant psicològica, espiritual i corporal. I a l'hora de pensar, pregar o cercar nous camins ens costa integrar-les. Aquest recés vol ajudar a conèixer-se una mica més i plantejar-se nous reptes a través de la meditació, alguna xerrada i diversos exercicis.

ESCOLTAR I ACTUAR PER ARRIBAR A SER: 25-27 nov. (17-19 feb., ampliació). Prof. *Asun Puche* (psicòloga)

- A partir de la *Reverse Therapy* cerquem desenvolupar l'harmonia personal i relacional. Connectarem amb la intel·ligència emocional i espiritual a través de la Consciència del Cos per arribar a la presa de decisions coherents.

VISITA GUIADA – VISITA TEATRALITZADA A LA MANRESA IGNASIANA

- Oficina de Turisme Ajuntament Manresa / Via de Sant Ignasi, 40 / 93 878 40 90 / turisme@ajmanresa.org / www.manresaturisme.cat

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

recepcio@covamanresa.cat / 93 872 04 22 / Cova St. Ignasi / 08241 Manresa

[per ser baixa envieu un e-mail a: covaaee@jesuites.net]
