

## Indicaciones - Noviembre 2023

- 1 **INSCRIPCIÓN:** Para participar en los EE **NO se necesita** inscripción formal.
- 2 **DÓNDE:** Puede recibir el material vía: 1 [WEB](#), 2 [Telegram](#), 3 [WhatsApp](#) o 4 [MAIL](#)  
 👉 Elija [AQUÍ](#) dónde recibir el material diario.
- 3 **CUÁNDO:** Empiezan el **1 de Noviembre**.
- 4 **HORARIO:** Lo elige Ud., y no se preocupe si se atrasa: el material está grabado y queda publicado en:  
<https://ejerciciosespirituales.org/courses/ejercicio-espiritual-de-mes-nov-2023/>
- 5 **CÓMO:** Mientras sigue con su día a día, reserve **1h al día** para los EE. Cada día recibirá un vídeo con la charla correspondiente (*también en formato audio y texto PDF*) y material extra no obligatorio. Las charlas pueden ser de dos tipos: pláticas o meditaciones.
- 🔴 Lo sustancial cada día es **ver el vídeo** y **meditar** (o contemplar) en el caso de tratarse de una meditación, o bien sólo escuchar el video en el caso de plática.

**Pláticas:** el ejercicio sólo consiste en ver el vídeo (no necesita oración posterior). Los primeros días se explica la dinámica de los Ejercicios online.

**Meditaciones:** ver vídeo, y después **30 min. de oración personal** siguiendo indicaciones del sacerdote. Los primeros días se ofrecen "*meditaciones guiadas*" como orientación.

- 6 **ACOMPañAMIENTO:** Para consultar **dudas espirituales a los sacerdotes** durante los ejercicios deberá registrarse en [www.ejerciciosespirituales.org/login/](http://www.ejerciciosespirituales.org/login/) .  
 🙌 El registro es **gratuito** y se hace una **única vez**. Para poder acceder a las consultas (llamadas "**tickets**") debe tener una sesión iniciada. (Verifique que tiene la sesión iniciada haciendo click en la silueta arriba a la derecha de la página de los Ejercicios. Si aparece "entrar con... o crear una cuenta" es porque aún no inició sesión. Iniciela con los datos que indicó para el registro y verá el sistema de tickets para consultas).

👉 [Guía para registro y consultar](#) un sacerdote.

🔔 **OTRA INFO:** Ver [Consejos](#) para ANTES de iniciar; No espere: planifique ya su hora para hacer los Ejercicios con este [calendario](#) 📅 (31 días). Si un día se le complican los tiempos, no se apure y persevere... ¡El Señor tiene gracias inmensas preparadas para todos los que buscan encontrarse con Él en estos Santos Ejercicios!

Dudas con el material: [info@ejerciciosespirituales.org](mailto:info@ejerciciosespirituales.org) o [eeo.soporte@gmail.com](mailto:eeo.soporte@gmail.com)

🙏 ¡Rezamos por los frutos de sus Ejercicios!

**Equipo Ejercicios**