



EJERCICIOS ESPIRITUALES ONLINE

AÑO JUBILAR 2025

¡Muchas gracias por tu colaboración!

En este documento te presentamos modelos para diferentes tipos de comunicaciones.

Te enviaremos también las imágenes que aquí se usan, y otros recursos desarrollados para esta tanda, según los tengamos disponibles.

Si necesitas algo más, puedes contactarnos por los medios habituales.

Índice de textos propuestos para la promoción de los EE

1.-Para un medio de la Iglesia (AICA, Infocatólica)	1
2.a-Para una radio (director de un programa), para que lo lean y/ofrecerles una entrevista/testimonio	4
2.b-Para una radio entrevista/testimonio	6
3.a-Para una diócesis/parroquia (párroco/ obispo/ encargado de pastoral)	6
3.b-Para invitar a un sacerdote a hacer los EE	7
4.-Para toda la gente (amigos, familia etc... será el email que envíe la página a los que son usuarios)	7

1.-Para un medio de la Iglesia

Te ofrecemos no solo el texto, sino los enlaces e imágenes que suele requerir este tipo de publicaciones.

enlace URL al que deberá apuntar la noticia: <https://ejerciciosespirituales.org/courses/2025-ejercicio-tanda-completa/>

TÍTULO APROVECHA ESTE JUBILEO ¡EJERCICIOS EN LÍNEA 2025!

Subtítulo: ¿Aún no hiciste Ejercicios Espirituales en la Vida Cotidiana? ¿Qué esperas para cambiar tu vida? Sigue con tu actividad diaria regalándole 1h de tu día al Señor tan solo durante la Cuaresma de este año jubilar, 100% online, a partir del 5 de Marzo 2025.

imagen:

**EJERCICIOS ESPIRITUALES
IGNACIANOS** en la vida cotidiana
INICIO MIÉRCOLES DE CENIZA
5 de marzo 2025

Gratis + **Online** + **Consultas a Sacerdotes**

ESCOGE EL MEDIO:     

Ee EJERCICIOS ESPIRITUALES ONLINE AÑO JUBILAR 2025 <https://ejerciciosespirituales.org/>

pie de foto: Ejercicios Espirituales Ignacianos Online gratuitos organizados por sacerdotes y laicos terciarios del Instituto del Verbo Encarnado, con acompañamiento sacerdotal.

TEXTO de la noticia:

En nuestra vida diaria, inmersos en un mar de tareas y responsabilidades, a menudo perdemos de vista lo esencial: nuestra fe. Al centrarnos únicamente en lo que pasa por los sentidos¹ (es decir, en lo que podemos ver, tocar, oler) corremos el riesgo de enfriar nuestra vida espiritual. Y el costo de ello es incalculable.

Pero nuestra Santa Iglesia, movida por el Espíritu Santo, nos conoce mejor que nosotros mismos, sabe de nuestras debilidades y la tendencia al enfriamiento de nuestros corazones. Por eso, nos ofrece tiempos de fuerte espiritualidad y conversión, como la Cuaresma o Adviento, y el que se repite cada cierto tiempo, los Jubileos.

Este año en particular, el Jubileo trata de la Esperanza. ¡Y qué oportuno! ¿Quién, hoy en día, está esperanzado? Y eso tiene todo el sentido del mundo, porque hemos depositado la esperanza en cosas materiales o en hombres de carne y hueso, en nosotros mismos o en otros, todos igualmente frágiles.

Cristo se ha encarnado para que de una vez por todas tengamos algo fiable en esta vida, algo seguro y algo esperanzador. Y no algo, Alguien, que, como decía San Ignacio de Loyola “es nuestra paz, descanso, hartura y consolación”.

¿Habías pensado en Cristo alguna vez así? ¿Te gustaría conocerlo más, de una manera como nunca antes lo has conocido? Imagínalo por un momento: un camino directo, infalible, que no solo te reconecta profundamente con Él, sino que transforma tu vida de manera sutil pero poderosa, sin tener que hacer una pausa dramática en tu vida.

¹ **NOTA PARA CHILE:** se puede modificar la frase diciendo “San Alberto Hurtado solía decir que, al centrarnos únicamente ...”

NOTA PARA EL RESTO DE PAÍSES: se puede modificar el texto con citas de Santos del país, en especial si hacen referencia a los Ejercicios.

Esa manera existe, se llaman Ejercicios Espirituales, fundados hace más de 5 siglos por el mismo San Ignacio, recomendados más de 600 veces por la Iglesia y de cuyos inestimables frutos somos testigos directos durante los últimos 18 años que los ofrecemos por internet: han participado más de 100.000 personas y nos han dejado miles de testimonios de verdadera conversión. Y tú también puedes ser una de ellas ¿Piensas que no tienes tiempo o que es algo fuera de tu alcance? ¡No te preocupes! Este camino se adapta a ti y a tu ritmo de vida. Mira aquí:

Esta Cuaresma 2025 dedica **solo 1 hora** a los Ejercicios Espirituales en la Vida Cotidiana, una experiencia 100% online y 100% gratuita que transformará tu relación con Dios.

1 **Iniciamos el** Miércoles de Ceniza, 5 de marzo de 2025, porque estamos convencidos que ésta es tu Cuaresma definitiva.

Es 100% online y gratuito, con videos que podrás seguir desde cualquier lugar del planeta y en el horario que mejor se adapte a ti.

Lo que recibirás

- **Meditaciones diarias:** Inspiradas en el método de San Ignacio de Loyola, a cargo de más de 20 sacerdotes competentes en la materia, con acceso por WhatsApp, Telegram, email, nuestra web o la aplicación de los Ejercicios.
- **Acompañamiento personalizado:** Sacerdotes del Instituto del Verbo Encarnado estarán disponibles para consultas personales, mientras que un equipo de laicos te guiará con el material y la metodología necesarios para vivir esta experiencia plenamente.
- **Pláticas de expertos invitados:** invitamos a predicadores de habla hispana de reconocida trayectoria y un obispo, que nos acompaña ya por segundo año consecutivo: Mons. Juan Antonio Reig Pla.

¿Qué te espera?

✓ Orden en tu interior

✓ Paz verdadera y claridad espiritual

✓ Y una conexión más profunda con Dios, con una guía práctica para cultivarla desde ahora y para toda la vida

Por qué deberías unirte

Vivimos en un mundo que distrae, superficial y lleno de incertidumbre. Es fácil perderse, pero tú puedes recuperar el rumbo. Estos Ejercicios Espirituales:

- Te ayudarán a ordenar tus prioridades.
- Te llenarán de fuerza y valentía para enfrentar los retos de la vida.
- Te darán un propósito más grande: **la Santidad.**

¡Miles de testimonios lo avalan!

¿Cuánto tiempo necesitas?

1 hora al día durante la Cuaresma.

Solo el 4% de tu día y el 0,5% de tu año para transformar tu vida.

¿Realmente vale la pena?

Definitivamente.

¡Ya estamos rezando por los frutos de esto que ha cambiado la vida de miles y miles!

Entra en <https://ejerciciosespirituales.org/courses/2025-ejercicio-tanda-completa/> y prepárate a cambiar tu vida y aprovechar al máximo esta oportunidad.

Te dejamos algunos testimonios...

Natalia nos decía:

“Muchas Gracias a todo el equipo de Dios. Mis oraciones ya no son las mismas, ya no solo es de pedir sino de platicar con aquel que me conoce y sabe lo que necesito”

Así fue la experiencia de Tessi: “No alcanzan palabras para expresar la GRATITUD, ALEGRÍA, y UN CORAZÓN PACIFICADO ...que he experimentado crecientemente a lo largo de estos 50 días, ..regalo de Dios (...) Comparto que por primera vez he hecho una CONFESIÓN GENERAL DE VIDA... una liberación para el alma y un encuentro profundo con Dios... He vivido una Semana Santa tremenda, honda, ...atravesando circunstancias complicadas de la mano de Jesús, de María y la Comunión de los Santos (...). Gracias...gracias...gracias”.

Para Abel fue un cambio de vida: “Muchas gracias, creo que nunca me sentí tan cerca de Dios como en estos ejercicios y estoy seguro que nada será igual desde ahora. Llevaba tiempo perdido y en el camino de vuelta al Señor me encontré con esto, gracias de todo corazón, Abel desde Mza, Argentina, abrazo grande”.

2.a-Para una radio (director de un programa),

Estimado Sres.

Les propongo que den visibilidad a esta noticia que les comparto: una nueva tanda de Ejercicios Espirituales en la Vida Cotidiana, 100% online y gratuita, que inicia el próximo 5 de marzo. Vengo haciendo Ejercicios Ignacianos en la página www.ejerciciosespirituales.org desde hace xxxaños [indicar cada uno] y para mi ha sido una experiencia transformadora que querría compartir. Les ofrezco un texto que puede servir para que lo puedan anunciar, y además me ofrezco personalmente para contar en primera persona como dedicarle una hora al día a estos santos ejercicios que me cambiaron la vida.

Atentamente,

Texto a leer:

Sí, el mundo moderno te promete felicidad, pero ¿has notado cómo parece que nunca llega? Finalmente lo único que obtenemos es más estrés ... Andamos a ciegas, siguiendo lo que nos dicen los sentidos más superficiales, sin entender de dónde venimos ni qué nos mueve realmente.

Hace siglos, un hombre vivió en circunstancias similares: tenía todo lo que el mundo podía ofrecerle, pero fue en su momento más oscuro, cuando todo se desmoronaba, que vio una luz. Se atrevió a seguirla, dejando atrás su zona de confort, y empezó un camino nuevo.

Esa luz transformó su vida por completo, le dio una paz y una plenitud que jamás había imaginado, y lo inspiró a compartir su experiencia con los demás.

La buena noticia es que nos dejó escrito su secreto para que también podamos encontrar esa luz que lo cambió todo en su vida. Desde entonces, millones de personas se han sumado a su desafío, y sus vidas nunca volvieron a ser las mismas.

El hombre del que hablo es San Ignacio de Loyola, y su método de santidad infalible son los Ejercicios Espirituales. En el IVE los promovemos de forma online desde hace 18 años, habiendo participado más de 100.000 almas con miles de testimonios de verdadera conversión.

Sé lo que estás pensando: "No tengo tiempo, esto está fuera de mi alcance." Yo también lo pensé antes de hacerlo. Pero, ¿y si te dijera que, en solo **50 días**, puedes cambiar tu vida?

Este 2025, te invito a dedicar **solo una hora diaria** a los **Ejercicios Espirituales en la Vida Cotidiana**, una experiencia **100% online y gratuita** que transformará tu relación con Dios. ¿Sabes cuánto es eso? Solo el **4% de tu día**, o el **0,5% de tu año**.

Iniciamos el Miércoles de Ceniza, 5 de marzo de 2025, para hacer de esta, tu Cuaresma definitiva!

Solo ve a <https://ejerciciosespirituales.org/courses/2025-ejercicio-tanda-completa/> y elige el medio que te sea más cómodo para recibirlos: Whatsapp, Telegram, email, la propia web o la app.

Cada día recibirás meditaciones de más de 20 sacerdotes competentes en la materia, material complementario, y pláticas de **reconocidos predicadores de habla hispana**, incluyendo un gran obispo español, Mons. Juan Antonio Reig Pla quien nos acompañará por segundo año consecutivo. Diseñado para que aproveches al máximo cada hora sin alterar tu agenda, con acceso online a los videos disponibles en cualquier momento y desde cualquier lugar.

En un mundo virtualizado que parece empeñado en "comprar" tu atención, ¿por qué no utilizar estos medios para algo de verdad útil, algo de valor eterno? Estos Ejercicios Espirituales: • Te ayudarán a poner en orden ese caos de prioridades que arrastras. • Te llenarán de la fuerza que te falta para enfrentarte al desorden de cada día. • Te darán un propósito real, que te alejará de lo trivial y te otorgará, de una vez por todas, la libertad que tanto deseas.

¿Te atreves a dar el paso? Solo regístrate y **encuentra esta Cuaresma la plenitud que siempre buscaste! Los frutos de la santidad ya te están esperando.**

No lo digo solo yo. Aquí tienes algunos testimonios reales de quienes ya los han vivido:

- "Mis oraciones ya no son las mismas; ahora no solo pido, hablo con Él como con mi mejor amigo."
- "Llevaba tiempo perdido, y en el camino de vuelta al Señor me encontré con estos ejercicios. Estoy seguro de que nada será igual desde ahora."
- "He encontrado un propósito que no sabía que buscaba. Ahora tengo la fuerza para enfrentar todo con esperanza."
- "Nunca pensé que podría comprometerme tanto. Cincuenta días después, veo a una nueva persona en el espejo."
- "El día de la resurrección, durante la Eucaristía, experimenté una contemplación única. Estoy segura de que fue la gracia de estos ejercicios."
- "El Señor me permitió conocer estos ejercicios justo antes de perder a mi padre. Fue providencial y me dio fuerzas para seguir adelante."
- "Por primera vez en años, siento que estoy en paz conmigo misma y con Dios. Estos ejercicios son un regalo divino."
- "No sabía que una hora al día podía llenar tanto el resto de mi vida."

Te estamos esperando en <https://ejerciciosespirituales.org/courses/2025-ejercicio-tanda-completa/>

2.b-Para una radio entrevista/testimonio

Inspirarse en <https://youtu.be/OHExbacHrhs?si=DtXgfYsmZJ6Bqv44>

Con esta información sobre los Ejercicios <https://verbo.vozcatolica.com/que-hablen-los-numeros/>

o también podría servir parte de la entrevista de hace unos años HM TV https://youtu.be/gO5_N_Cc56U

3.a-Para una diócesis/parroquia (párroco/ obispo/ encargado de pastoral)

Estimado Padre/ Monseñor,

Soy xxxx. Hace xxx años tuve la dicha de hacer una tanda de Ejercicios Espirituales Ignacianos online, 100% gratuitos. ¡Me han cambiado la vida y es un tesoro que quisiera compartir!

Le agradecería enormemente poder invitar a toda la parroquia a la nueva tanda de Ejercicios en la Vida Cotidiana que inicia el próximo Miércoles de Ceniza, el 5 de marzo de 2025.

Contamos con unas propagandas y carteles con los detalles, que podríamos dejar en la Parroquia, y comentar con los diferentes grupos y catequistas.

Para hacerlos con fruto solo se necesita reservar 1h de nuestro día a día al Señor. En este año del Jubileo de la Esperanza, y durante el tiempo de Cuaresma ¿qué mejor decisión que buscar al Señor en mi día a día con estos Santos Ejercicios?

Si quiere conocer un poco más de este apostolado, le dejo aquí los enlaces a la tanda del **año pasado**, en la que predicaron diferentes Padres del IVE, como el P. Gabriel Romanelli, Párroco de Gaza, y además Monseñor Reig Pla, Obispo emérito de Alcalá, el P. Angel Espinosa, LC, Don Manuel Vargas Cano de Santayana , Fray Nelson Medina, OP y muchos más.

- 1 la lista de reproducción de la última tanda, [Aquí](#)
- 2 la página web donde permanece el material, [Aquí](#) y
- 3 un PDF con el guión esquema de los Ejercicios, [Aquí](#)

Quedo a su disposición para cualquier aclaración.

Desde ya agradecido/a e implorando su bendición (si es un obispo)

Desde ya agradecido/a (si es un sacerdote)

En Cristo y María Santísima,

Firma

3.b-Para invitar a un sacerdote a hacer los EE

Buen día Padre,

Este año en el que tenemos la dicha del Jubileo de la Esperanza, y como preparación para la Cuaresma, le comento que yo haré Ejercicios Espirituales Ignacianos. Son 100% online y gratuitos. No son un “retiro” cualquiera.

Muchos sacerdotes descubrieron su vocación haciendo Ejercicios Espirituales. Yo descubrí estos Ejercicios Espirituales Ignacianos Online organizados por sacerdotes del Instituto del Verbo Encarnado, algunos de los cuales tienen su residencia en Manresa, el lugar donde San Ignacio redactó el grueso del Libro de los Ejercicios Espirituales. Para mí hubo un antes y un después, por lo que le quería invitar a hacerlos. El mismo San Ignacio, cuando aún no era sacerdote, escribiéndole a su director espiritual con fuertes palabras le rogaba que hiciera los Ejercicios, afirmando que *“no hay nada mejor que yo en esta vida pueda pensar sentir o entender para así el hombre aprovecharse como también para hacer fructificar y aprovechar a otros muchos”*.

No se necesita una inscripción “formal”, tan solo reservar 1 hora del día para hacerlos y elegir [Aquí](#) un medio para recibirlos (whatsapp, telegram, email, nuestra web o la app). No son conexiones en vivo, sino que cada día se irá publicando el material de forma que cada uno pueda organizarse sus horarios. A partir del 5 de marzo, y durante 50 días, del Miércoles de Ceniza al primer Miércoles de Pascua.

Estos Ejercicios han cambiado la vida de muchísimos sacerdotes; no dudo que podría pasar lo mismo en la suya o al menos ser un buen empujón para avanzar camino a la santidad.

Si tuviera usted dudas con el material, cómo hacerlos etc... no dude en preguntarme o también puede consultar en info@ejerciciosespirituales.org , o por WhatsApp a +54 9 358 513 7773

Unidos en oración

Firma

4.-Para toda la gente (amigos, familia etc... será el email que envíe la página a los que son usuarios)

POSIBLES TÍTULOS PARA EL EMAIL A ENVIAR:

- 1- Una hora al día, 50 días, y un cambio profundo. ¿Te sumas?
- 2- Vive una Cuaresma transformadora este 2025
- 3- ¿Un camino probado hacia la santidad? Descúbrelo esta Cuaresma
- 4- Jubileo de la Esperanza: Una oportunidad única para una espiritualidad real
- 5- Adiós a las modas espirituales. Este 2025, la Fe católica te espera.
- 6- ¿Cansado de las espiritualidades que solo buscan tu dinero? Este 2025 regresa a lo auténtico: la Fe católica.

TEXTO EMAIL

Hola XXX

¿Te parece que en tu vida ya tienes demasiadas cosas y que no hay tiempo para más?
Pero, ¿qué tal si te digo que, con tan solo el 4% de tu día, este 2025 puedes cambiar tu vida?

Sí, solo un 4%.

Este año, con el Jubileo de la Esperanza, puedes dedicar una hora diaria durante 50 días a los Espirituales Ignacianos en la Vida Cotidiana, que son 100% online y gratuitos.

¡No hace falta que te inscribas como si fuera una universidad! Solo tienes que elegir [Aquí](#) como recibirlos por WhatsApp, Telegram o correo. A partir del Miércoles de Ceniza 5 de marzo, la experiencia empieza.

Y no te preocupes, no tendrás que hacer un retiro espiritual ni abandonar tu vida diaria. Solo tienes que reservar una hora al día... Está perfectamente diseñado para que aproveches al máximo cada hora sin alterar tu agenda, con acceso online a los videos disponibles en cualquier momento y desde cualquier lugar. Déjame compartirte tres experiencias de quienes ya vivieron esta transformación:

- *"Por primera vez en años, siento que estoy en paz conmigo misma y con Dios. Estos ejercicios son un regalo divino."*
- *"Llevaba tiempo perdido, y en el camino de vuelta al Señor me encontré con estos ejercicios. Estoy seguro de que nada será igual desde ahora."*
- *"El Señor me permitió conocer estos ejercicios justo antes de perder a mi padre. Fue providencial y me dio fuerzas para seguir adelante."*

¿Listo para un pequeño reto que podría cambiarlo todo? ¡Vamos, que siempre hay un huequito para lo que realmente importa!

Si aún tienes dudas, te dejamos este video del [Padre Gustavo Lombardo en nuestro canal de YouTube Aquí.](#)

Y si quieres consultar algo más, escríbenos nosotros respondiendo a este correo, o por nuestro WhatsApp a +54 9 358 513 7773.

¡Ave María y adelante!



EJERCICIO ESPIRITUAL

50 DÍAS 2025

E^e EJERCICIOS AÑO JUBILAR 2025
ESPIRITUALES ONLINE