



¿De qué le sirve al hombre ganar el mundo entero si pierde su alma? Mt 16,26

<https://ejerciciosespirituales.org/courses/2026-ee-3-dias-semana-santa/>

El horario **sugerido** deberás adaptarlo a tus circunstancias, sabiendo que el tiempo total dedicado a los puntos de meditación y a la meditación posterior debe ser de 1,00h (ten en cuenta que las pláticas no se meditan). Los puntos de meditación oscilan son vídeos de aproximadamente 30', por tanto el tiempo de meditación serán otros 30'. Las meditaciones son de distintas tandas de ejercicios ya predicados en orden a adaptarlos lo mejor posible al horario.

Hay **cinco meditaciones por día y una plática**. El material para la 1ª meditación de cada día se escucha/visualiza la noche anterior, como se indica en el horario.

El Ejercicio inicia la noche anterior al Día 1º -es decir, el Jueves Santo por la noche-, si bien se adjuntan cinco Pláticas introductorias que se podrían hacer como preparación **días antes** de iniciar los Ejercicios o el mismo día unas horas más temprano.

Antes de iniciar Ejercicios

Pláticas introductorias:

- 1 ¿Quién fue San Ignacio? ([15 min](#))
- 2 Autoridad confirmada ([17 min](#))
- 3 Fin de los Ejercicios ([16 min](#))
- 4 Silencio y oración ([25 min](#))
- 5 Grande ánimo ([18 min](#))

Libro de los Ejercicios - [enlace PDF](#)

Consultar un Sacerdote - [VÍDEO cómo consultar](#)

JUEVES SANTO

- 20:30 Cena
- 21:15 **Inicio Ejercicios**
- 22:00 Puntos meditación día siguiente ([solo ver vídeo](#))
- 22:15 Oraciones - Examen Conciencia
- Descanso

AMDG

Día 1 VIERNES SANTO

- 7:00 Levantarse
7:25 Oraciones de la mañana
- 7:30 **PRIMERA MEDITACIÓN**
Meditar puntos dados la noche anterior
8:00 Fin meditación
- **Plática** (escuchar durante
- día 2, **sin horario definido**)
Desayuno - Tiempo libre
8:45 Puntos de meditación
- 9:30 **SEGUNDA MEDITACIÓN**
10:00 Tiempo libre
10:30 Puntos de meditación
- 11:00 **TERCERA MEDITACIÓN**
11:30 Fin meditación - Tiempo libre
12:00 **Plática**
- 13:00 Almuerzo - Descanso
14:15 Fin descanso
Vía Crucis (si pueden presencial:
14:30
Celebración de la Pasión del Señor)
16:00 Puntos de meditación
- 16:30 **CUARTA MEDITACIÓN**
17:00 Fin meditación
Merienda
Tiempo libre
18:00 Puntos meditación
- 18:30 **QUINTA MEDITACIÓN**
19:00 Tiempo libre
19:30 **Santo Rosario**
20:00 Cena
Tiempo libre
21:15 Puntos meditación **día siguiente**
- 22:00 Oraciones - Examen Conciencia
22:15 Descanso

AMDG

Día 2 SÁBADO SANTO

- 7:00 Levantarse
7:25 Oraciones de la mañana
- 7:30 **PRIMERA MEDITACIÓN**
Meditar puntos dados la noche anterior
8:00 Fin meditación
Desayuno - Tiempo libre
8:45 Puntos de meditación
- 9:30 **SEGUNDA MEDITACIÓN**
10:00 Tiempo libre
10:30 Puntos de meditación
- 11:00 **TERCERA MEDITACIÓN**
11:30 Fin meditación - Tiempo libre
12:00 **Plática**
- 13:00 Almuerzo - Descanso
14:30 Fin descanso
- 15:00 **Santo Rosario**
15:30 Puntos de meditación
- 16:15 **CUARTA MEDITACIÓN**
16:45 Fin meditación
Merienda
Tiempo libre
17:30 Puntos de meditación
- 18:30 **QUINTA MEDITACIÓN**
19:00 Tiempo libre
19:30 **SANTA MISA VIGILIA PASCUAL**
21:30 Cena
Tiempo libre
22:00 Puntos meditación **día siguiente**
- 22:45 Oraciones - Examen Conciencia
23:00 Descanso

AMDG

Día 3 DOMINGO RESURRECCIÓN

6:45 Levantarse

7:00 Oraciones de la mañana

7:15 Puntos de Meditación

7:45 **PRIMERA MEDITACIÓN**

8:00 Fin meditación

Desayuno - Tiempo libre

8:45 Puntos de Meditación

9:15 **SEGUNDA MEDITACIÓN**

10:00 Puntos de meditación

10:30 **TERCERA MEDITACIÓN**

11:15 **Plática** (elegir una de las opciones)

12:40 Almuerzo - Descanso

13:45 Fin del descanso

14:00 **Santo Rosario** - Tiempo libre

14:45 Puntos de meditación

15:15 **CUARTA MEDITACIÓN**

16:00 Puntos de meditación

QUINTA MEDITACIÓN

16:45 Fin meditación - Tiempo libre

17:00 **SANTA MISA**

FIN EJERCICIOS

Festejos ...

AMDG