



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

<https://ejerciciosespirituales.org/courses/2026-ee-5-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 1,30hs (ten en cuenta que las pláticas no se meditan). Los puntos de meditación oscilan entre 30' y 45', por tanto el tiempo de meditación será entre 45' y 1h . Las meditaciones son de distintas tandas de ejercicios ya predicados en orden a adaptarlos lo mejor posible al horario.

Hay **cuatro 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 **esquema** adjunto, que se desarrolla después día a día en este documento.

Antes Ejerc.	Quién fue S. Ignacio	Autoridad Confirmada	Fin de los EE	Silencio y Oración	Grande ánimo	
	Meditación 1	Meditación 2	Plática	Meditación 3	Meditación 4	Puntos día sig
Noche Martes Santo	-	-	-	-	-	<i>Puntos Meditación 1ª Miércoles Santo</i>
Miércoles Santo	<i>Meditación 1ª</i>	<i>Meditación 2ª</i>	Plática	<i>Meditación 3ª</i>	<i>Meditación 4ª</i>	<i>Puntos Meditación 1ª Jueves Santo</i>
Jueves Santo	<i>Meditación 1ª</i>	<i>Meditación 2ª</i>	Plática	<i>Meditación 3ª</i>	<i>Meditación 4ª</i>	<i>Puntos Meditación 1ª Viernes Santo</i>
	Además se ofrece una 2ª Plática para escuchar durante el 2º Día , sin horario definido (cuando pueda)					
Viernes Santo	<i>Meditación 1ª</i>	<i>Meditación 2ª</i>	Plática	<i>Meditación 3ª</i>	<i>Meditación 4ª</i>	<i>Puntos Meditación 1ª Sábado Santo</i>
Sábado Santo	<i>Meditación 1ª</i>	<i>Meditación 2ª</i>	Plática	<i>Meditación 3ª</i>	<i>Meditación 4ª</i>	Plática
Domingo de Resurrección		<i>Meditación 1ª</i>	<i>Meditación 2ª</i>	Plática	<i>Meditación 3ª</i>	Fin Ejercicio

El Ejercicio inicia la noche anterior al Día 1º -es decir, el **Martes 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

acceso al material en la web 

<https://ejerciciosespirituales.org/courses/2026-ee-5-dias-semana-santa/>

Pláticas introductorias:

- 1 ¿Quién fue San Ignacio?
- 2 Autoridad Confirmada
- 3 Fin de los Ejercicios
- 4 Silencio y oración
- 5 Grande ánimo

[Libro de los Ejercicios - PDF](#) 

Mat. Introductorio

Video 15'	PDF
Video 17'	PDF
Video 16'	PDF
Video 25'	PDF
Video 18'	PDF

[Esquema para la Meditación-PDF](#)

 descarga [Antes Iniciar](#)

 HORARIO [5 días EE](#)

[Cómo consultar un Sacerdote - GUÍA](#)

Día 0 MARTES SANTO

20:30 Cena

21:15 **Inicio Ejercicios**

22:00 Puntos meditación día siguiente

22:15 Oraciones - Examen Conciencia

Descanso

AMDG

Día 1 MIÉRCOLES SANTO

7:00 Levantarse
 7:25 Oraciones de la mañana
 7:30 **PRIMERA MEDITACIÓN**
 Meditar puntos dados noche anterior
 8:15 Fin meditación
SANTA MISA
 9:15 Desayuno
 Tiempo libre
 10:00 Puntos de meditación

SEGUNDA MEDITACIÓN

11:30 Fin meditación - Tiempo libre
 12:00 **Plática**

12:50 Examen Conciencia. Angelus
 13:00 Almuerzo - Descanso
 15:00 Fin del descanso
 15:30 **Santo Rosario**
 16:00 Puntos de meditación

TERCERA MEDITACIÓN

17:30 Fin meditación - Merienda
 Tiempo libre
 18:30 Puntos de meditación

CUARTA MEDITACIÓN

20:00 Fin meditación - Tiempo libre
 20:30 Cena - Tiempo Libre
 21:15 Puntos meditación **día siguiente**
 22:15 Oraciones - Examen Conciencia
 22:30 Descanso

AMDG

Día 2 JUEVES SANTO

7:00 Levantarse
 7:25 Oraciones de la mañana
 7:30 **PRIMERA MEDITACIÓN**
 Meditar puntos dados noche anterior
 8:30 Fin meditación - Desayuno
 Tiempo libre
 - **Plática** (escuchar durante
 - día 2, **sin horario definido**)
 9:15 Puntos de meditación

SEGUNDA MEDITACIÓN

10:45 Fin meditación - Tiempo libre
 11:30 **Plática**

12:15 Examen Conciencia. Angelus
 12:30 Almuerzo - Descanso
 14:30 Fin del descanso
 14:45 **Santo Rosario**
 15:15 Puntos de meditación

TERCERA MEDITACIÓN

16:45 Fin meditación - Merienda
 Tiempo libre
 17:00 Puntos de meditación

CUARTA MEDITACIÓN

18:30 Fin meditación - Tiempo libre
 19:00 **SANTA MISA CENA DEL SEÑOR**
 20:15 Cena - Tiempo libre
 21:15 Puntos meditación **día siguiente**
 22:15 Oraciones -Exam.Conciencia
 22:30 Descanso

AMDG

Día 3 VIERNES SANTO

- 7:00 Levantarse
- 7:25 Oraciones de la mañana
- 7:30 **PRIMERA MEDITACIÓN**
Meditar puntos dados noche anterior
- 8:30 Fin meditación
Desayuno
Tiempo libre
- 9:15 Puntos de meditación

SEGUNDA MEDITACIÓN

- 10:45 Fin meditación - Tiempo libre
- 11:30 **Plática**

- 12:15 Examen Conciencia. Angelus
- 12:30 Colación - Descanso
- 14:30 Fin del descanso
- 14:45 **VIA CRUCIS**
o celebración de la Pasión
- 16:00 Puntos de meditación

TERCERA MEDITACIÓN

- 17:30 Fin meditación
Tiempo libre
- 18:30 Puntos de meditación

CUARTA MEDITACIÓN

- 20:00 Fin meditación - Tiempo Libre
- 20:30 Cena

- 21:00 Puntos meditación **día siguiente**
- 22:15 Oraciones - Examen Conciencia
- 22:30 Descanso

AMDG**Día 4 SÁBADO SANTO**

- 7:00 Levantarse
- 7:25 Oraciones de la mañana
- 7:30 **PRIMERA MEDITACIÓN**
Meditar puntos dados noche anterior
- 8:30 Fin meditación
Desayuno
Tiempo libre
- 9:15 Puntos de meditación

SEGUNDA MEDITACIÓN

- 10:45 Tiempo libre
- 11:15 **Plática**

- 12:30 Examen Conciencia. Angelus
- 12:40 Almuerzo - Descanso
- 14:30 Fin del descanso
- 14:45 **Santo Rosario** - Tiempo libre
- 15:15 Puntos de meditación

TERCERA MEDITACIÓN

- 16:45 Fin meditación - Merienda
Tiempo libre
- 17:00 Puntos de meditación

CUARTA MEDITACIÓN

- 18:30 Fin meditación - Tiempo libre
- 19:45 Cena
- 20:00 **SANTA MISA VIGILIA PASCUAL**
- 21:15 **Plática**
- 22:15 Oraciones - Examen Conciencia
- 22:30 Descanso

AMDG



Día 5 DOMINGO RESURRECCIÓN

7:00 Levantarse

7:25 Oraciones de la mañana

7:30 **TIEMPO REFORMA DE VIDA**

8:30 Fin Tiempo Reforma de Vida

Desayuno

Tiempo libre

9:15 Puntos de meditación

PRIMERA MEDITACIÓN

10:45 Tiempo libre

11:15 Puntos de meditación

SEGUNDA MEDITACIÓN

12:30 Examen Conciencia. Angelus

12:40 Almuerzo - Descanso

14:30 Fin del descanso

14:45 **Santo Rosario** - Tiempo libre

15:15 **Plática**

16:30 Puntos de meditación

TERCERA MEDITACIÓN

17:45 Fin meditación - Tiempo libre

18:00 **SANTA MISA**

FIN EJERCICIOS

Festejos ...

AMDG