

# peregrinando

## Peregrinando en nuestra vida

### Los Ejercicios Espirituales y la peregrinación en el Camino Ignaciano

San Ignacio de Loyola nos dejó una herencia espiritual de gran valor en la forma de sus Ejercicios espirituales. Precisamente “Ejercicios” que son para “ejercitarse” y llegar a tener una buena “forma espiritual”. El Camino Ignaciano nos ofrece con generosidad oportunidades para llegar a adquirir una buena forma física. Nuestro interés es poder ir más lejos y ofrecer también algunos buenos “ejercicios” para que el peregrino vaya haciendo su camino interior al mismo tiempo que lo hace por las carreteras y caminos de la Península Ibérica.

Como San Ignacio nos indica en la 1ª anotación de los Ejercicios Espirituales, *«por este nombre, ejercicios espirituales, se entiende todo modo de examinar la consciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mental, y de otras espirituales operaciones, según que adelante se dirá. Porque así como el pasear, caminar y correr son ejercicios corporales; por la misma manera, todo modo de preparar y disponer el ánimo para quitar de sí todas las afecciones desordenadas y, después de quitadas, para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del ánimo, se llaman ejercicios espirituales»*.

Acogiendo el TODO MODO de Ignacio, es nuestro interés ofrecer una guía espiritual que siga “paralela” a los Ejercicios Espirituales de San Ignacio, y proponer unos “ejercicios” que ofrezcan una “gracia” para orar cada día, más una pequeña reflexión y un fragmento de la escritura a leer (¡no olvides llevar una Biblia contigo!). El orden de las meditaciones sigue el formato de los Ejercicios Espirituales. Por lo tanto, cualquier persona que camine por la vía ignaciana que proponemos, podría hacer una pequeña experiencia “auto-dirigida” de los Ejercicios Espirituales.

Ignacio sugiere una forma de oración conocida como “coloquio”, donde hablamos con Jesús, “como un amigo habla a otro”. Una peregrinación es precisamente una versión ideal de este tipo de oración-coloquio. Consiste en imaginar a Jesús caminando junto a nosotros, de vez en cuando. Hablar con Jesús, como un buen amigo habla con otro. La imagen no es descabellada: los evangelios presentan a

Jesús y sus compañeros en constante movimiento, viajando de pueblo en pueblo a pie, llevando consigo todas las pocas pertenencias que tenían, sin miedo al calor o la lluvia, tal y como estamos haciendo nosotros en peregrinación. Utilicemos esta imaginación para ayudarnos en nuestra meditación. Ciertamente peregrinando vamos a caminar durante muchas horas cada día, i por lo que tendremos mucho tiempo para orar!

Los Ejercicios Espirituales están divididos en “cuatro semanas”, que más o menos corresponden con las etapas del Camino Ignaciano. No pretendemos una unión artificial entre el recorrido del Camino y los Ejercicios, pero la verdad es que no es descabellada la idea de dividir todo el proceso en 4 fases: la primera semana desde Loyola hasta Navarrete; la segunda desde Navarrete hasta Zaragoza; la tercera desde Zaragoza hasta Lérida; la cuarta desde Lérida hasta Manresa. La dureza del camino en Euskadi, con sus fuertes desniveles y agrestes paisajes nos recuerda la dificultad de la búsqueda de la voluntad de Dios en nuestra historia personal, demasiadas veces bloqueados en nuestras afecciones desordenadas. Las planicies del valle del Ebro y sus verdes riveras nos llevan a esa felicidad de quien camina junto al Maestro, en un aprendizaje constante. De nuevo la subida hacia la meseta de los Monegros nos invita a entrar en las dificultades del seguimiento y de un horizonte marcado por la Cruz que no podemos esquivar. Finalmente, de vuelta a las tierras fértiles bañadas por el río Segre, nos encontramos con esa presencia de resurrección que nos invita a ir a buscar al Maestro de nuevo en Galilea.

Dejamos a la libertad del peregrino el escoger las semanas que desea experimentar y aplicar las indicaciones que le sugerimos en esta guía, ciertamente de forma demasiado global. Cada cual sabe el punto en el que se encuentra en su itinerario personal y es a partir de ese punto que ha de ponerse en Camino Ignaciano.

## [CUATRO SEMANAS](#)

## [GUÍA](#)

## [RESPIRANDO](#)

## [ORACIÓN INTRODUCTORIA](#)

## [BENDICIÓN DEL PEREGRINO](#)

### **Consejos para el Camino**

Aspectos prácticos, las credenciales, certificados, medios de transporte, alojamiento...

## [PREPÁRATE](#)

### **El Camino Ignaciano**

Su historia, peregrinando por el pasado, por la España Ignaciana, agradecimientos...

## [DESCÚBRELO](#)

### **La Oficina del Peregrino**

Experiencias, actividades, agencias, credenciales, asociaciones, camino del respeto...

[te ayudamos](#)