



## PONENTES Y ORIENTACIÓN EN EJERCICIOS Y RETIROS ESPIRITUALES

### Joaquín Cruz Oeo, OSB.

Prior y Director del Centro de Espiritualidad Monástica del Real Monasterio de Santa María de El Paular.

### M. Alicia Castro Lozano.

Subdirectora del Centro de Espiritualidad Monástica del Real Monasterio de Santa María de El Paular. Baccalaureatus in Theologia (Grado en Teología) por la Universidad Pontificia Comillas ICAI-ICADE-CIHS y estudios de Master en la especialidad de Sagrada Escritura. Doctora en Químicas y Profesora de Investigación del Consejo Superior de Investigaciones Científicas y ex-vicepresidenta de la Agencia Estatal Consejo Superior de Investigaciones Científicas.

## INTERESADOS E INSCRIPCIÓN

Interesados solicitar plaza enviando un correo electrónico a [mapellebon@gmail.com](mailto:mapellebon@gmail.com) o a través de la página web [www.monasteriopaular.com/centro-de-espiritualidad-monastica](http://www.monasteriopaular.com/centro-de-espiritualidad-monastica) haciendo constar:

Nombre y Apellidos  
Teléfono de contacto  
Correo electrónico  
Cursos en los que se desea inscribir

Todas las actividades se llevarán a cabo con un número de participantes mínimo de cinco personas y máximo de veinticuatro.

**Fecha límite de inscripción:**  
**30 días previos a la fecha de comienzo de la actividad.**

## IMPORTES

### Ejercicios y Retiros Espirituales

De fin de semana: **200€**

De cinco días: **405€**

Incluye textos y estancia en régimen de pensión completa.

### Cursos de uno o tres fines de semana

**95€** o **195€** respectivamente

Las inscripciones incluyen: matrícula; materiales del curso y apuntes; cafés entre sesiones.

Estancia en la hospedería: **55€** persona/día en habitación doble o individual, en régimen de pensión completa.



Centro de Espiritualidad  
Monástica Santa María de El Paular.

Director: P. Joaquín Cruz Oeo, OSB.  
Subdirectora: Alicia Castro Lozano  
Ctra. M-604, 28740 Rascafría, Madrid

Diseño realizado: Debonart Design, contacto: [debonartdesign@gmail.com](mailto:debonartdesign@gmail.com)

[www.monasteriopaular.com/centro-de-espiritualidad-monastica](http://www.monasteriopaular.com/centro-de-espiritualidad-monastica)



Formación teológica  
y espiritualidad

# REAL MONASTERIO DE SANTA MARIA DE EL PAULAR

Centro de Espiritualidad Monástica

*“La razón de nuestra fe”*

### Ejercicios – Retiros Espirituales

Ejercicios espirituales de fin de semana (3ª edición)

**Retiros Espirituales de fin de semana (novedad)**

**Ejercicios Espirituales de cinco días (novedad)**

### Cursos de formación en Sagrada Escritura y Liturgia

Curso monográfico sobre la Eucaristía (6ª edición)

**Curso monográfico sobre el libro de Job (novedad)**

Curso sobre san Pablo nuestro apóstol (5ª edición)

Septiembre 2024 – Junio 2025

El Centro de Espiritualidad Monástica del Real Monasterio de Santa María de El Paular, ofrece un espacio ideal para la práctica de Ejercicios y Retiros Espirituales, pues el marco que ofrece la comunidad monástica benedictina es un entorno privilegiado de silencio orante, así como para acoger cursos de formación teológica, pues nada mejor para una profundización en el tema que el silencio y la soledad.

## DESTINATARIOS Y OBJETIVOS

Los Ejercicios y Retiros Espirituales pretenden aportar una experiencia personal vivida en la presencia de Dios y, a la vez, eclesial al participar de la oración comunitaria de la comunidad benedictina.

Los cursos están destinados a laicos o religiosos que sientan la necesidad de actualizar o conseguir una base de la teología cristiana; puede resultar también ideal para profesores de religión, catequistas o animadores de grupos cristianos, pero no excluye la participación de cualquier persona, aún alejada de la vida cristiana, que tenga interés por el conocimiento de la situación actual de la interpretación de las Escrituras.

## NORMAS DE ASISTENCIA

Los participantes en los diferentes cursos podrán alojarse en la hospedería del Monasterio. Llegada: día primero antes de 18.30h y salida último día después de comer.

Los participantes en los Ejercicios y Retiros Espirituales se alojarán obligatoriamente en la citada hospedería.

Dicho alojamiento se rige por los horarios de la comunidad benedictina, según se explicitan en

<http://monasteriopaular.com/hospederia>



## PROGRAMA

Aprovechando el entorno de silencio y oración que ofrece el Centro de Espiritualidad Monástica del Real Monasterio de Santa María de El Paular, se organizan actividades con tres orientaciones:

### EJERCICIOS ESPIRITUALES

#### Tres tandas independientes de fin de semana

“Un viaje espiritual con los grandes místicos de todos los tiempos”

- A la luz de la espiritualidad de san Pablo a san Agustín, 20-22 septiembre 2024
- A la luz de la espiritualidad de la Edad Media (santa Teresa, san Juan de la Cruz), 28-30 marzo 2025
- A la luz de la espiritualidad contemporánea, 13-15 junio 2025

#### Una tanda de cinco días (novedad)

“Leyendo y rezando con los Salmos”

- Hablar a Dios con sus propias palabras, 30 abril - 04 mayo 2025



## RETIROS ESPIRITUALES

### Dos tandas independientes de fin de semana (novedad)

“Lecturas espirituales de la Sagrada Escritura”

- Sobre el Antiguo Testamento, el libro del Génesis, 29 noviembre - 01 diciembre 2024
- Sobre el Nuevo Testamento, los Evangelios, 14-16 febrero 2025

## CURSOS DE FORMACIÓN EN SAGRADA ESCRITURA Y LITURGIA

### “La Eucaristía, sentirla y vivirla”

- Desarrollo histórico del sacramento y análisis pormenorizado de la Santa Misa, fin de semana 04-06 octubre 2024

### “El libro de Job: ¿paciencia o contestación a Dios? Su contenido espiritual” (novedad)

- Fin de semana 15-17 noviembre 2024.

### “San Pablo nuestro Apóstol”

- El curso se realizará en tres fines de semana, donde se analizará su vida, su obra y su enseñanza, viendo su aplicación actual:

25-27 octubre 2024

17-19 enero 2025

14-16 marzo 2025

