



**Planner del
itinerario formativo
para jóvenes en el
Opus Dei.**



Tres anillos:
que **busques** a Cristo,
que **encuentres** a Cristo,
que **ames** a Cristo.

(San Josemaría)

Una sola meta:
cerrarlos cada día.

Cuando descubras lo asequible que es llevar una vida más plena, no vas a querer hacer otra cosa. Y precisamente para eso está el itinerario formativo que te proponemos en el Opus Dei.

1 objetivo:

buscar a Dios en la vida ordinaria y darlo a conocer.

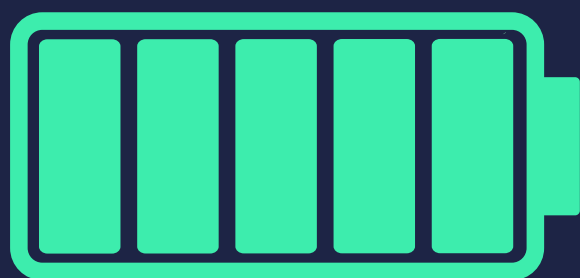
1 plan adaptado a cada uno.

5 aspectos formativos:

humano,
espiritual,
doctrinal,
profesional,
apostólico.

- ♥ sentimientos
- 💡 inteligencia
- 🧠 memoria
- 💪 voluntad
- 🔗 relaciones

1 actitud: comenzar y recomenzar.



Todo te recarga.



**Medios
tradicionales.**

Círculos.

Preparatorio.

Finalidad:

- Llevar a conocer y vivir tu vida interior mediante un temario
- Alimentar continuamente tu vida de piedad con consejos prácticos, acompañados de la mano de un coach.
- Hacer más honda tu formación doctrinal

Modo:

- Clase breve (30 min)
- A la hora acomodada al horario de los estudiantes
- Crea familia entre las asistentes

Estructura:

- Oración inicial
- Recapitulación
- Lectura y comentario del Evangelio del día
- Clase sobre un tema
- Examen
- Asuntos de interés
- Preguntas de examen personal
- Oración final



Profesional.

Finalidad:

- Adquirir criterio católico sobre problemas actuales concretos de naturaleza religiosa, social, profesional, etc.
- Aprender a enfocar tu trabajo desde la perspectiva cristiana

Modo:

- Clase con intercambio de impresiones



Dirección espiritual.

Con un sacerdote.

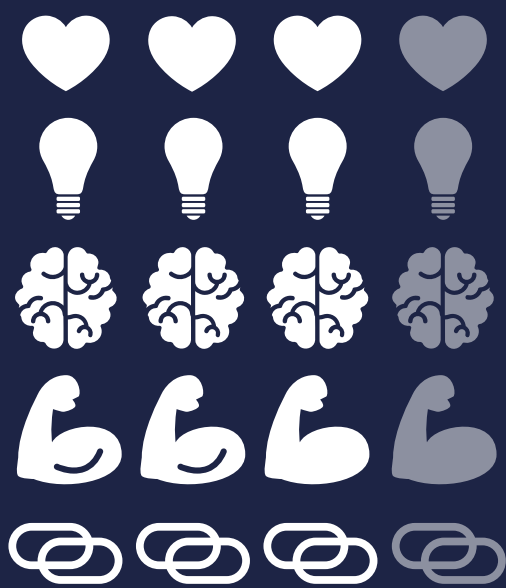
Finalidad:

- Te ayuda a hacer de la formación vida propia: puntos de lucha ascética semanales y vibración apostólica

Con un laico.

Finalidad:

- Acompañamiento espiritual basado en una relación de amistad, que te abre horizontes, te aconseja, etc.



Semanal
/
quincenal



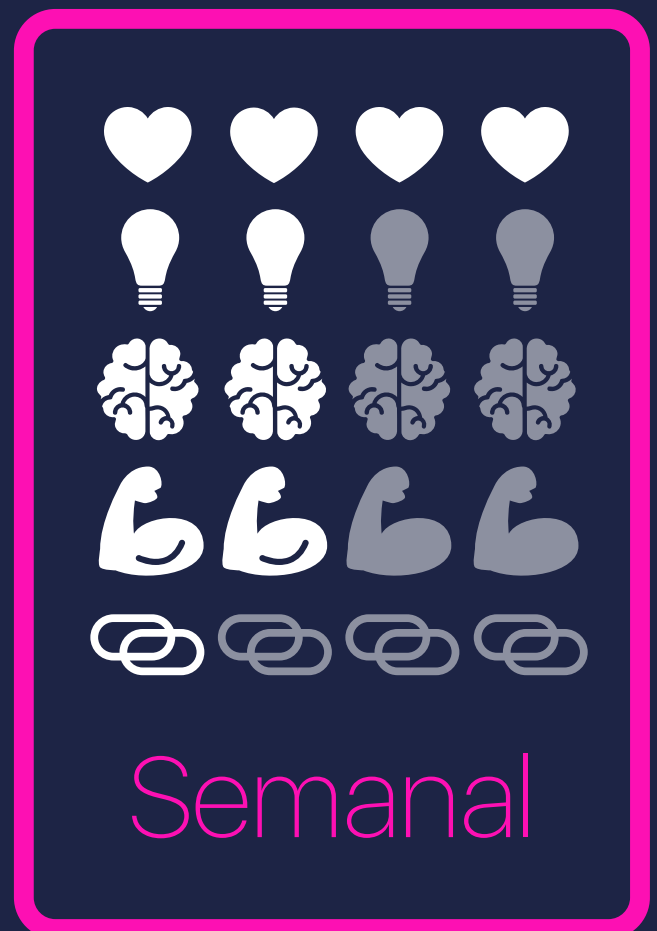
Meditaciones.

Finalidad:

- Aprender a tratar al Señor, a rezar con Él.
- Meterse en la escena del Evangelio, ser contemporáneos del Señor.

Modo:

- Meditación dirigida por un sacerdote sobre un aspecto de la vida del Señor a través del Evangelio.
- Duración: (30 min)
- Suele ser los sábados en honor a la Virgen.



Vela al Santísimo.

Los primeros jueves de mes, desde la noche a la madrugada del viernes, acompañamos durante toda la noche, en varios turnos, al Santísimo.

Recordando la noche y madrugada del primer Jueves Santo.



Curso de retiro.

Finalidad:

- Buscar, encontrar, tratar, amar al Señor.
- Progresar en la vida interior.

Modo:

- El sentido del silencio, de la reflexión.
- Aumenta la piedad eucarística y el espíritu de reparación.
- Parón. Encuentro fuerte. Examen.



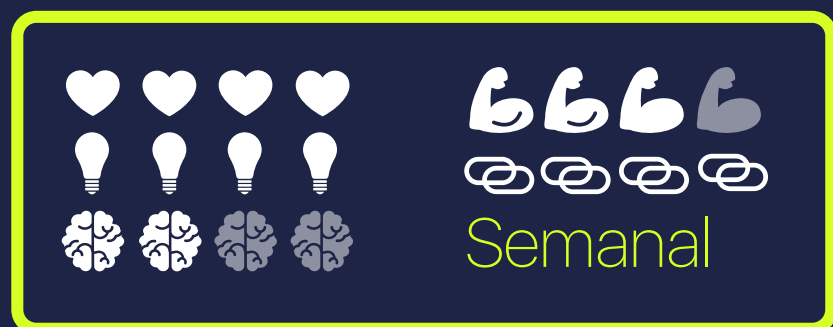
Retiro mensual.



Catequesis.

Finalidad:

- Aprender a explicar tu fe
- Conocer la doctrina con suficiente amplitud y profundidad
- Desarrollar el don de lenguas
- Activa tu caridad y generosidad, requiere de un compromiso y constancia.



Visitas a los pobres.

Finalidad:

- Ejercitas tu caridad fraterna de manera viva y práctica
- Contactos inmediato, personal con el sufrimiento
- Aprendes a ver al Señor en el prójimo
- Te sensibiliza a las necesidades de los demás
- Despierta el agradecimiento



Colectas.

Finalidad:

- Apostolado de dar
- Creces en generosidad y responsabilidad

Momento:

- Círculos, sábados y los días 19 de cada mes



Personal planner.

Buscar

Encontrar

Amar

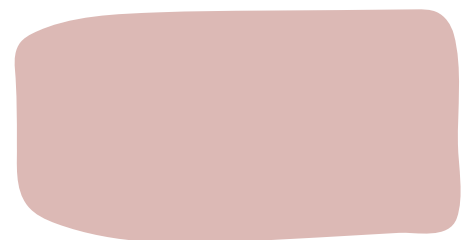
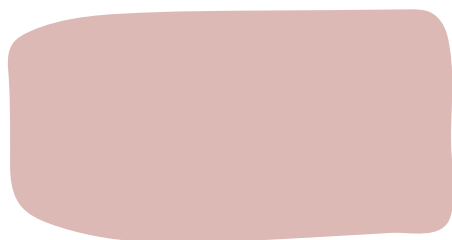
Lun



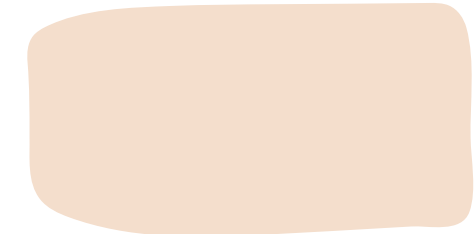
Mar



Mier



Jue



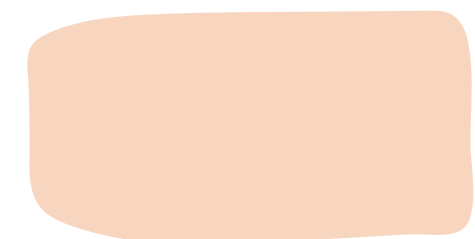
Vie



Sab



Dom



⇩
MAKE IT
HAPPEN
⇩

Personal planner.

↓ ↓
MAKE IT
HAPPEN
↑ ↑



QBX
QEX
QAX