

Entrada

Examen general



Presentem avui una forma molt bona de pregar que uneix vida real, unió amb Déu, sentit de conversió i previsió. El nom "examen" no té res a veure amb els típics exàmens de tan dura memòria per a molts de nosaltres. Si el mantenim és per fidelitat al nom que Sant Ignasi va emprar en els exercicis espirituals.

*És aconsellable pregar en la forma d'examen cada nit abans de dormir o cada matí a primera hora. En aquest cas la matèria seria la vida del dia anterior.*

La pregaria "examen" te els punts següents:

- 1.- Situació.
- 2.- Acció de gràcies.
- 3.- Revisió. Com ha anat?.
- 4.- Oració.
- 5.- Previsió.
- 6.- Ofrena

A tall d'exemple a continuació desenvolupem una pauta.

#### SITUACIÓ.

He acabat una certa unitat de temps, per exemple un dia, i desitjo intentar integrar el que he viscut en l'àmbit de la meva relació amb Déu. Una vida que es va integrant te més sentit i es va convertint en una relació de fe més fonda i afectiva.

Crec que Déu és en mi. Interiorment el saludo i li demano que ajudi aquesta estona de relació amb Ell.

#### ACCIÓ DE GRÀCIES.

En primer lloc vull ser agraït. Tinc moltes raons, especialment la vida rebuda, la fe, el formar part de la comunitat de creients, i tantes i tantes realitats des de la natura fins al que visc en el fons del fons.

Avui potser hi hagi un motiu especial d'agraïment. Pot semblar poca cosa, i amb tot, li dono gràcies especials per.....

#### REVISIÓ. COM HA ANAT?

Vaig recordant, el que he anat vivint des de l'últim examen de consciència. Els fets, els horaris, les persones, les tasques, i també els sentiments i les intencions.

Quelcom més important? Alguna falla per part meva? Quelcom que em deixa insatisfet, neguitós? Joies? He ajudat? He tingut alguna actuació agradable a Déu?.

D'aquestes hores passades quines dues o tres coses destacaria com a més positives i quines com a més negatives?

#### ORACIÓ.

Com es parlen els amics parlo ara amb el Crist sobre el que he viscut. Si hi ha quelcom de negatiu li demano perdó. Comento el més important. I resto uns moments en silenci amb Ell, més enllà de paraules. Crec, espero, l'estimo.

#### PREVISIÓ

Faig una previsió del temps nou que ara comença. Si cal, consulto la meva agenda o recordo breument el que penso fer, les meves obligacions, treballs, relacions...etc. També vol ser una previsió interna de com ho voldria fer segons la meva fe i el que Déu vol de mi. Miro sobre tot les actituds i les intencions.

#### OFRENA I COMIAT.

Breument en una mirada interna li ofereixo a Déu el temps que ara comença i faig un senzill comiat amb mots del cor i si es possible amb joia. Amén.