Examen de consciència (I)



Per DavidG el dt., 20/02/2018 - 09:00

Hi ha un secret que tothom hauria de conèixer. Es el secret de tots els que han fet els Exercicis Espirituals de Sant Ignasi. Ras i curt: l'examen de consciència és l'eina per millor disposar-se a trobar Déu en tot.En les properes setmanes, resseguirem cadascun dels cinc passos que el descriuen. En cada pas es flaira un aire de família amb les cinc peticions del Parenostre tal com es proposa al tercer evangeli (Llc 11,2-4):
1er pas, **donar gràcies a Déu**: *Pare, santifica el teu nom,*
2on pas, **demanar la gràcia de la llum i el coratge**: *vingui el teu Regne.*
3er pas, **examinar la jornada**: *Dóna'ns cada dia el pa que necessitem;*
4rt pas, **doldre's del mal comès**: *perdona els nostres pecats, que nosaltres també perdonem tots els qui ens han ofès*,
5è pas, **propòsit d'esmena**: *i no permetis que caiguem en la temptació.*
Comencem:
1er pas, donar gràcies:
Agrair és dir que sols Déu és Déu. Contra la tendència instintiva de posar-me –a mi o algú altre- al centre de la galàxia personal, dir "gràcies" és girar-se a la Font de la vida. No com qui paga un tribut per un antic favor. Si així fos, més que un "gràcies" estaríem dient "Ho fas molt bé però queda't on estàs que jo també faré la meva". El "gràcies" de l'examen de consciència significa: "t'estimo. Trobem-nos perquè encara et sento lluny".
Si et fas conscient de la teva respiració, prova d'inspirar la paraula "gràcies" i, en treure l'aire, porta al teu esperit els detalls del teu agraïment: per aquella persona, pel dia que fa, pel coratge en la tasca, pel desig de seguir-lo, per la bellesa ...Una rere l'altra, deixes que cada pinzellada vagi configurant l'escenari d'agraïment on vols viure, per entendre més i més el pas del Senyor per la nostra vida.