**Oração - Espiritualidade Inaciana**

Para falar da Espiritualidade Inaciana precisamos, antes, falar de Santo Inácio que, ao contrário do que muitos pensam, não era um jesuíta quando propôs esse jeito de estar em sintonia com Deus.

Santo Inácio era um cavaleiro que foi ferido gravemente na perna durante uma guerra e, durante seu tratamento, precisou ficar na casa de seu irmão. Nessa oportunidade, num exercício de paciência, pediu livros para ler, mas os únicos livros que sua cunhada tinha eram sobre a vida de Jesus e dos santos. Foi dessa maneira que Santo Inácio viveu a primeira experiência de espiritualidade: ao ler a vida dos santos foi analisando sua própria vida e se lançou ao desafio: “se eles podem, eu posso também”. Esse foi início da jornada espiritual de Santo Inácio que nos deixou dois grandes legados: os Exercícios Espirituais e a Companhia de Jesus.

Por que o nome “exercícios espirituais”? Assim como correr, pedalar, nadar são exercícios para o corpo, a oração é um exercício para o espírito. Fazer os exercícios espirituais é encontrar caminhos de examinar a consciência, meditar, contemplar, orar vocal e mentalmente, buscando ordenar os afetos e encontrar a vontade de Deus em nossas vidas.

Os EE acontecem de diferentes formas, como os exercícios de 30 dias, de 8 dias, retiros específicos e o EVC, que são os Exercícios Espirituais na Vida Cotidiana. A proposta é, a partir da leitura de textos, rezar desde o pecado até o Amor misericordioso de Deus, acompanhando – durante o que Santo Inácio chama de “semanas” – as fases da vida de Jesus, trazendo a Sua experiência para a experiência de vida do exercitante.

Na proposta de oração que permeia os Exercícios, Santo Inácio lembra que a oração é o encontro de duas liberdades, a da pessoa e a de Deus e, assim, propõe passos a serem cumpridos para que o momento de oração seja pleno e os frutos na vida cotidiana possam ser colhidos. O foco dos exercícios não é o saber nem o conhecimento teológico, mas é o sentir e saborear a presença amorosa de Deus.

Para a estrutura da oração, Santo Inácio propõe sempre começar com a **Oração Preparatória**, quando pedimos que o Espírito Santo nos coloque em sintonia com Deus e que nossos limites não atrapalhem a conversa:

• pedimos que todas as nossas intenções, isto é, todos os nossos desejos estejam alinhados com Deus, em outras palavras, que a vontade de Deus seja a nossa;
• pedimos que todas as nossas ações, isto é, que todos os nossos movimentos e impulsos, todas as coisas que fazemos, tenham a Deus como origem e fim.
• pedimos que todas as nossas operações, isto é, que todos os processos que ocorrem em nossa mente, dos quais resultam os atos concretos, sigam a lógica de Deus.

Nesta oração preparatória encontramos a essência do Princípio e Fundamento [EE 23], o qual permeia todas as orações, é o pano de fundo e horizonte dos EE. Ela expressa o desejo de ordenar e orientar a vida a Deus.

Em seguida da Oração Preparatória vem o **Pedido da Graça**, que é como uma bússola que aponta para onde ir em cada oração. O pedido de graça purifica nosso querer e nos coloca na posição de criatura, amada e buscada por Deus. Somente a partir do pedido da graça é que vem os passos da oração propriamente dita que pode ser de meditação ou contemplação.

Ainda na proposta dos exercícios, temos a Pausa Inaciana ou o Exame de Consciência, composta de 5 passos:

***Os cinco passos do exercício do “exame do consciente”:***

**– Coloco-me na presença de Deus** numa atitude de pobre e com um coração agradecido.
**– Peço luz a Deus** para entrar em meu próprio coração e poder discernir quem o move ou o habita.
**– Repasso o dia** procurando descobrir as “pegadas” de Deus em minha vida.
**– Examino meu coração à luz de Deus.** Recordo (visito de novo com o coração) como me fiz dom ao Senhor, como me fiz presente a Ele e como O fiz presente, como trabalhei por Ele e com Ele, como difundi Sua maneira de ser. Examino quê “espírito” me moveu durante o dia; moções que tive, luzes, inspirações, apelos.
**– Dou graças, peço perdão:** é no encontro com o Amor do Senhor que descubro minha fraqueza, infidelidade e onde experimento a alegria e a paz pelas minhas respostas positivas. A contrição e o arrependimento é confiança no perdão e no amor de Deus.

Proposta: escolher um texto bíblico e dar 15 minutos para as pessoas fazerem uma breve experiência de oração e partilha depois.