**DEIXAR-SE LIBERTAR POR DEUS**

\* Busque uma posição corporal adequada, cômoda... Relaxe-se... Respire lenta e profundamente...

Deixe crescer em você o silêncio e a paz...

Tome consciência da presença e proximidade de Deus... envolvendo-o em seu interior...

Faça um ato de fé n’Ele...

\* Imagine um templo, uma igreja onde você viveu uma experiência forte de presença divina.

Procure reproduzi-la imaginativamente com detalhes... Você se encontra no portão de entrada desse igreja. Vá caminhando em direção ao altar.

Olhe você mesmo a sós com Deus... Observa o **altar** sobre o qual você vai depositar como sacrifício o que Deus pedir de você... Pergunte-se se está disposto a não negar nada a Deus...

Peça a Ele mesmo que o ajude a fazer uma oferenda.

\* Comece a revisar o que você tem e vai colocando no **altar** de Deus.

Se alguma coisa é difícil de oferecer, lembre-se que Deus Pai deu a você o que Ele mais quer: o Filho.

Comece pelas **coisas** mais externas e materiais: dinheiro, livros, cds, roupas, jóias... suas coisas...

Vá oferecendo-as uma por uma, deixando-as no altar...

Você está fazendo de bom gosto? ou você se arrepende de entregá-las a Deus?...

Há algo difícil de colocar sobre o altar?

\* Ofereça a Deus, agora, os seus **bens** não materiais: cultura, profissão, amizades, sua família, suas aspirações, desejos, projetos, penas, dores, seus próprios limites....

Também isto tudo você vai colocando sobre o **altar.**

\* Por último, ofereça ao Senhor o que é mais seu, o mais íntimo, o que você é: sua saúde... seu corpo... sua

inteligência... seus dons... sua afetividade... sua vontade... o tempo de vida que resta...

\* Você acaba de deixar tudo diante de Deus. Como se **sente?...**

O que é mais difícil deixar no altar de Deus? o que lhe custa mais?

Peça a Deus que fique precisamente com isso, com aquilo que custa mais entregar, e que Ele queira aceitar... Há algo que foi impossível oferecê-lo a Deus com sinceridade?

\* Repasse novamente tudo o que você colocou no **altar...** veja toda sua riqueza, sua vida... depositada diante de Deus. Faça sua oferta, repetindo as palavras da “**Oração de S. Inácio”:**

**“Tomai, Senhor, e recebei, toda a minha liberdade,**

**a minha memória, a minha inteligência, e toda a minha vontade;**

**tudo o que tenho e possuo vós me destes; a vós, Senhor, o restituo.**

**Tudo é vosso; disponde de tudo segundo a vossa Vontade.**

**Daí-me somente o vosso amor e a vossa graça.**

**Isto me basta. Nada mais quero pedir”.**

\* E agora, comece a receber novamente tudo de Deus... Não o tome sem estar seguro de que Ele quer que o tenha... Se você vê algo que Deus não quer que o tenha, deixa-o ... renuncie a isso.

Receba com gratidão o que Deus quer devolver a você.

Não exija... acolha simplesmente aquilo que Deus lhe dá.

Verifique se ficou alguma coisa sobre o altar. Há algo difícil de oferecer a Deus?

\* Acabe dialogando com o Senhor manifestando-lhe sua gratidão por aquilo que lhe foi devolvido.

Peça-lhe a graça para renunciar efetivamente e afetivamente o que você renunciou no exercício.