

ORG. PE. FÁBIO VANDERLEI, IVE

MANUAL DOS
**EXERCÍCIOS
ESPIRITUAIS**
DE SANTO INÁCIO DE LOYOLA

01 A 04 DE MAIO DE 2025
ON-LINE

*Para o exercitante vencer-se
a si mesmo e ordenar a vida
sem se guiar por afeição desordenada*



VERBO
ENCARNADO
EDITORA

MANUAL DOS

EXERCÍCIOS ESPIRITUAIS

DE SANTO INÁCIO DE LOYOLA

1º A 4 DE MAIO DE 2025
ON-LINE

*Para o exercitante vencer-se
a si mesmo e ordenar a vida
sem se guiar por afeição desordenada*

EDITORA VERBO ENCARNADO

2025

eBook

MANUAL DOS EXERCÍCIOS ESPIRITUAIS DE SANTO INÁCIO DE LOYOLA

Para os exercícios espirituais on-line de 01 a 04 de Março de 2025

Organizado e adaptado por Pe. Fábio Vanderlei, IVE
2ª Edição – 19 de fevereiro de 2025 – Editora Verbo Encarnado
181p.

Os direitos desta edição pertencem à Editora Verbo Encarnado
(EDIVE)

verboencarnado.com.br

edivebrasil@ive.org

Editor: Pe. Fábio Vanderlei, IVE

Capa: Henrique Rodrigues Martins

Diagramação: Henrique Rodrigues Martins

SUMÁRIO

DESCRIÇÃO DAS PREGAÇÕES	11
PROGRAMAÇÃO	12
VIDA DE SANTO INÁCIO DE LOYOLA	13
INTRODUÇÃO AOS EXERCÍCIOS ESPIRITUAIS.....	16
1. O que são os Exercícios Espirituais (EE)?	16
2. Para que são os EE?	17
3. Quem deve fazer os EE?	19
4. Com que disposição se deve fazer os EE?	20
5. Podemos?	22
6. O livro dos EE	23
7. Testemunhos dos santos	24
PRINCÍPIO E FUNDAMENTO I: DEUS	26
1. Texto do princípio e fundamento (livro dos EE, 23):.....	26
2. Caricaturas de Deus ou falsos deuses do mundo moderno (Pe. Antônio Rivero).....	27
3. Alguns semideuses	29
4. Quem é Deus para a maioria?	30
5. Quem é Deus?	31
6. Se não conhecemos a Deus estamos perdidos	33
7. Conclusão.....	35
PRINCÍPIO E FUNDAMENTO II: O HOMEM	36
1. Texto do Princípio e Fundamento (EE, 23)	36
2. Minha origem: eu sou criado	37
3. Meu fim absoluto: louvar, reverenciar e servir a Deus ...	39

4. Meu fim relativo: salvar minha alma	40
PRINCÍPIO E FUNDAMENTO III: AS CRIATURAS E A INDIFERENÇA	41
1. Texto completo do Princípio e Fundamento (EE, 23)	41
2. Origem das criaturas	41
3. Fim das criaturas	42
4. O uso das criaturas	43
5. O que é afeto desordenado?	45
6. A santa indiferença	46
Matéria da indiferença	48
Como se alcança?	49
7. Colóquio	50
DIVISÃO DOS EE E FINALIDADE DAS 4 SEMANAS	52

PRIMEIRA SEMANA: REFORMAR O DEFORMADO

MEDITAÇÃO COM AS TRÊS POTÊNCIAS SOBRE O PRIMEIRO, O SEGUNDO E O TERCEIRO PECADOS	54
REGRAS PARA, DE ALGUM MODO, SENTIR E CONHECER AS VÁRIAS MOÇÕES QUE SE PRODUZEM NA ALMA: AS BOAS PARA AS ACEITAR E AS MÁS PARA AS REJEITAR .	59
MEDITAÇÃO DOS PRÓPRIOS PECADOS	66
REPETIÇÃO DAS MEDITAÇÕES DOS TRÊS PECADOS E DOS PRÓPRIOS PECADOS	69
Gravidade e malícia do pecado	70
CONFISSÃO GERAL E COMUNHÃO	72
MEDITAÇÃO SOBRE A MORTE	74

1) Primeiro, que a sua vinda é certíssima	74
2) Segundo, que a morte é certa e insegura em suas circunstâncias	76
3) Terceiro, morre-se só uma vez.	76
4) Tanto a experiência dos Santos	77
Eis as lições da morte:	77
MEDITAÇÃO DO INFERNO	79
O Inferno (<i>De Santo Alfonso, Obras ascéticas</i>)	81
Oração preparatória	81
Penas do inferno	82
Pena de dano: “Apartai-vos de mim, malditos...” (Mt 25,41)	85
Apêndice: Visão do Inferno, de Santa Faustina, Diário, nº 741	88
MEDITAÇÃO DA MISERICÓRDIA	91
A parábola do filho pródigo	91
ADIÇÕES PARA O EXERCITANTE MELHOR FAZER OS EXERCÍCIOS E ENCONTRAR O QUE DESEJA	96

SEGUNDA SEMANA: CONFORMAR COM CRISTO O REFORMADO

MEDITAÇÃO O CHAMAMENTO DO REI TEMPORAL AJUDA A CONTEMPLAR A VIDA DO REI ETERNO	102
Primeira Parte	102
Segunda parte	103
PRIMEIRA CONTEMPLAÇÃO: A ENCARNAÇÃO	105
PARA FAZER ELEIÇÃO (ESCOLHAS)	108

ESCLARECIMENTO SOBRE AS MATÉRIAS DE QUE SE DEVE FAZER A ELEIÇÃO	109
TRÊS TEMPOS EM QUE SE PODE FAZER UMA BOA E SÃ ELEIÇÃO.....	110
PRIMEIRO MODO PARA FAZER UMA BOA E SÃ ELEIÇÃO	111
SEGUNDO MODO PARA FAZER UMA BOA E SÃ ELEIÇÃO	113
MEDITAÇÃO DAS DUAS BANDEIRASUMA DE CRISTO, CHEFE SUPREMO E SENHOR DE TODOS NÓS, A OUTRA DE LÚCIFER, INIMIGO MORTAL DE NOSSA NATUREZA HUMANA.....	115
Primeira parte	116
Segunda parte.....	116
MEDITAÇÃO DAS TRÊS CLASSES DE HOMENS PARA ABRAÇAR O QUE É MELHOR.....	119
TRÊS GRAUS DE HUMILDADE.....	121

TERCEIRA SEMANA: CONFIRMAR O CONFORMADO

CRISTO NOSSO SENHOR VAI DE BETÂNIA JERUSALÉM PARA A ÚLTIMA CEIA, INCLUSIVE (289)	126
FLAGELAÇÃO, COROAÇÃO E <i>ECCE HOMO</i>	129
1. A flagelação.....	129
2. A coroação de espinhos.....	130
3. Ecce Homo	132

QUARTA SEMANA: CONFIRMAR O CONFIRMADO

PRIMEIRA CONTEMPLAÇÃO COMO CRISTO NOSSO SENHOR APARECEU À NOSSA SENHORA	136
A RESSURREIÇÃO, MISTÉRIO DE LIBERDADE.....	137
Nossa condição antes da Ressurreição de Cristo	137
Escravos do pecado.	137
A Ressurreição, mistério de liberdade	139
PARA CORRIGIR E REFORMAR A PRÓPRIA VIDA E ESTADO	144
CONTEMPLAÇÃO PARA ALCANÇAR O AMOR	145
EXAMES E ORAÇÕES PARA REZAR DURANTE OS EXERCÍCIOS ESPIRITUAIS.....	148
EXAME DE CONSCIÊNCIA SOBRE O APROVEITAMENTO DOS EXERCÍCIOS ESPIRITUAIS	148
Exame para fazer ao final de cada meditação	148
Exame sobre o andamento dos exercícios.....	148
Exame sobre o aproveitamento dos tempos livres.....	149
CATEQUESE PARA FAZER UMA BOA CONFISSÃO DOS PECADOS	151
Que é o Sacramento da Penitência?	151
Quando Jesus Cristo instituiu o Sacramento da Penitência?	151
Quantas coisas são necessárias para fazer uma confissão bem-feita?	151
Que é o pecado mortal?	152

O que é o pecado venial?.....	152
É bom confessar-se com frequência?	152
Quais são os efeitos do Sacramento da Penitência?	152
MODO PRÁTICO DE SE CONFESSAR	154
Exame de consciência.....	154
Confissão.....	154
No final da confissão	155
Penitência.....	155
EXAME DE CONSCIÊNCIA PARA A CONFISSÃO	156
Perguntas Preliminares	156
MANDAMENTOS DA LEI DE DEUS.....	157
1º Mandamento: Amar a Deus sobre todas as coisas	157
2º Mandamento: Não tomar seu santo nome em vão	158
3º Mandamento: Guardar Domingos e Festas	158
4º Mandamento: Honrar Pai e Mãe	158
5º Mandamento: Não matarás.....	159
6º e 9º mandamentos: Não pecar contra a castidade, Não Desejar a mulher do próximo	160
7º e 10º Mandamentos: Não Roubarás. Não Cobiçarás as coisas alheias.....	161
8º Mandamento: Não levantar falso testemunho.....	161
PRECEITOS DA IGREJA.....	162
EXAME DE CONSCIÊNCIA COM BASE NOS PECADOS CAPITAIS E AS VIRTUDES CONTRÁRIAS	163
Soberba / Humildade.....	163
Avareza / Generosidade	164

Luxúria / Castidade (já examinado acima).....	164
Ira / Paciência	164
Gula / Moderação.....	164
Inveja / Caridade	164
Preguiça / Diligência	164
Bem-aventuranças (Mateus 5,1-2).....	165
ORAÇÕES PARA PEDIR UMA VIDA VIRTUOSA	166
Pela própria conversão	166
Para superar o mal com abundância de bem	166
Oração Universal.....	168
Para pedir a virtude (Santo Tomás de Aquino).....	171
Oração do bom humor (São Tomás More)	173
Oferta de si mesmo (Santo Inácio de Loyola)	173
Ato de entrega (Beato Rupert Mayer)	174
Oração apostólica (Santo Antônio Maria Claret)	175
Para pedir a generosidade (São Manuel González)	175
Para pedir a Paciência.....	176
Ladainha da Humildade	177
(Cardenal Merry del Val, Secretário de Estado do Papa São Pio X)	177
ORAÇÃO PARA DEPOIS DOS EXERCÍCIOS ESPIRITUAIS (EE)	180

CRONOGRAMA

1º DIA Quinta 01/05	(1) 8h Introdução sobre os EE	(2) 10h Princípio e fundamento I <i>1ª Semana</i>	(3) 11h:30 Regras de dis- cernimento	(4) 15h Princípio e fundamento II	(5) 17h Princípio e fundamento III	(6) 21h Três pecados
2º DIA Sexta 02/05	(7) 8h Próprios Pecados	(8) 10h A Morte	(9) 11h:30 Regras para tomar decisão	(10) 15h O Inferno	(11) 17h A Misericórdia (adições, 73)	(12) 21h Cristo Rei <i>2ª Semana</i>
3º DIA Sábado 03/05	(13) 8h Encarnação e Nascimento de Cristo	(14) 10h As duas ban- deiras	(15) 11h:30 Reforma de vida	(16) 15h A três classes de homens	(17) 17h As três maneiras de humildade	(18) 21h A Paixão <i>3ª Semana</i>
4º DIA Domingo 04/05	(19) 8h A Ressurreição <i>4ª Semana</i>	(20) 10h Contempla- ção para al- cançar amor	(21) 11h:30 Conclusão			

DESCRIÇÃO DAS PREGAÇÕES

1. Introdução aos EE - *O que e para que são os EE?*
2. Princípio e fundamento - *1ª parte: Deus*
3. Prática: Regras de discernimento - *Como saber a vontade de Deus*
4. Princípio e fundamento - *2ª parte: O homem*
5. Princípio e fundamento - *3ª parte: O uso das criaturas*
6. Os Três pecados - *O antiprincípio e fundamento*
7. Os Próprios pecados - *Grande e intensa dor e lágrimas*
8. A Morte - *Consequência do pecado*
9. Regras de eleição - *Como tomar decisões*
10. O Inferno - *Sem Deus por toda a eternidade*
11. A Misericórdia - *A nossa chance*
12. Cristo Rei - *O que farei por Cristo?*
13. Encarnação - *Cristo meu modelo*
14. As duas bandeiras - *A guerra do bem e do mal*
15. Reforma de vida - *O que farei depois dos EE?*
16. As três classes de homens - *Como está a minha vontade?*
17. As três maneiras de humildade - *A medida do amor?*
18. A Paixão - *Cristo me amou e se entregou por mim*
19. A Ressurreição - *Um programa de vida para a liberdade*
20. Contemplação para alcançar - *Amar com obras e de verdade*
21. Conclusão - *E agora?*

PROGRAMAÇÃO	
HORÁRIOS	ATIVIDADES
07h00	Meditação pessoal da última palestra
07h30	Café da manhã
08h00	Palestra
08h30	Meditação pessoal (30 a 60 min.)
09h30	Tempo livre
10h00	Palestra
10h30	Meditação pessoal (30 mim.)
11h00	Tempo livre
11h30	Palestra prática e Exame de consciência
12h30	Almoço/Descanso
14h00	Leitura Espiritual
14h30	Terço mariano
15h00	Palestra
15h30	Meditação pessoal (30 mim.)
16h00	Lanche/Tempo livre
17h00	Palestra
17h30	Meditação pessoal (30 a 60 min.)
18h00	Missa/Jantar/Leitura Espiritual
21h00	Palestra
21h30	Exame de consciência/Descanso

Importante: Quem não conseguir acompanhar a programação, por compromissos indispensáveis, poderá fazer menos Exercícios por dia, estendendo-os para os próximos, mas sempre na ordem proposta e nunca passando um na frente do outro.

VIDA DE SANTO INÁCIO DE LOYOLA

O fundador da Companhia de Jesus nasceu no Castelo de Loyola, em Azpeitia, região basca ao norte da Espanha, em 1491. Caçula de uma família cristã da nobreza rural, foi batizado como Iñigo. Mais tarde, entretanto, mudaria seu nome para Inácio.

Ele era um homem de temperamento veemente, ousado e ambicioso; aspirava ao brilho das honras e à glória das armas.

Em 20 de maio de 1521, ao tentar, sem sucesso, proteger Pamplona (capital de Navarra) dos invasores franceses, Inácio foi ferido por uma bala de canhão que, além de partir sua perna direita, deixou lesões na esquerda. O grave ferimento foi fundamental para a mudança radical que aconteceria em sua vida.

No castelo de Loyola, esteve à beira da morte e, mesmo preso ao leito, ainda alimentava seus vãos desejos de vanglória e combate. Em sua difícil convalescença, apaixonado que era por livros sobre romances de cavalaria, solicitava-os frequentemente. Mas, sua cunhada, católica fervorosa, somente dispunha de livros da *Vida de Cristo*, escrita por Ludolfo da Saxônia, e da coletânea *Vida dos Santos*.

O soldado Iñigo – que depois adotaria o nome de Inácio – resistiu a lê-los até que não lhe restasse outra opção para passar o tempo. Ao ter contato com tais livros

piadosos, começou a sentir algo diferente em seu coração. Vinham-lhe sentimentos nunca antes experimentados, desejos que faziam seu coração arder. Ele percebeu, com atenção e paciência, que as ambições mundanas lhe causavam alegrias efêmeras, meros prazeres, ao passo que a entrega a Jesus Cristo lhe enchia o coração de alegria duradoura. Essa consolação foi-lhe um sinal de Deus.

Aos poucos, nascia o homem novo, apaixonado por Cristo, peregrino incansável e mestre do discernimento. Naquele leito morria seu sonho de crescer na carreira militar e conquistar uma dama, mas nascia um outro infinitamente maior: o de conquistar o mundo para Cristo.

Já recuperado e com o forte desejo de mudanças em sua vida, Inácio decidiu partir rumo a Jerusalém. Saindo de Loyola, seguiu em peregrinação para Montserrat. No caminho, doou suas roupas de fidalgo a um pobre, passando a usar trajes rústicos. A espada foi deixada no altar da Igreja de Nossa Senhora de Montserrat, após uma noite de oração.

Em Manresa, Inácio abrigou-se em uma cova. Vivendo como eremita e mendigo, passou pelas mais duras necessidades. Mas seu objetivo era maior: queria ter tranquilidade para fazer anotações em um caderno que, mais tarde, iriam se transformar no livro dos Exercícios Espirituais (EE), considerado até hoje um de seus mais importantes legados. Após essa experiência, ele seguiu em sua longa peregrinação até Jerusalém, onde permaneceu

por um tempo. De volta à Europa, sofreu perseguições e incompreensões, o que lhe fizeram perceber a necessidade de estudar para melhor ajudar os outros.

INTRODUÇÃO AOS EXERCÍCIOS ESPIRITUAIS

1. O que são os Exercícios Espirituais (EE)?

Para explicá-los, Santo Inácio faz uma comparação entre os exercícios do corpo e os da alma. Assim como passear, caminhar e correr são exercícios corporais, assim também **são exercícios espirituais aqueles que se ordenam à nossa santificação**: examinar a consciência, meditar, contemplar, orar, preparar e dispor a alma para tirar de si as afeições desordenadas e achar a vontade de Deus na nossa vida (Cf. livro dos EE, 1).

Os EE são uma escola de santidade, e deles saíram muitíssimos Santos para a Igreja. Quantos contemporâneos viveram uma vida de santidade graças aos EE de Santo Inácio? Destaca-se o exemplo do Papa São João Paulo II, que fazia com assiduidade e anualmente seus EE, apesar de suas grandes ocupações.

Os Exercícios Espirituais de Santo Inácio de Loyola são pregados em um retiro, num ambiente de **silêncio exterior e interior**. Sob a condução de um Padre diretor, propõe-se ao exercitante uma sequência ordenada de verdades que o convidam a meditar, contemplar, examinar-se e orar mental e vocalmente para reformar a própria vida.

O próprio Santo Inácio, que era um inimigo de vãs ponderações, afirmou: “Os Exercícios são tudo do

melhor que eu, nesta vida, consigo pensar, sentir e compreender, tanto para o homem poder beneficiar a si mesmo, como para poder fazer frutificar, ajudar e beneficiar a muitos outros”¹.

É justamente por meio dos Exercícios, praticados individualmente, com total dedicação à busca da vontade de Deus, que foram moldadas almas de espírito elevado e de muita força de atração, que, ao longo dos anos, a partir dos seus postos de governo, conseguiram reformar uma boa parte da sociedade. Isso é assim porque os EE possuem um caráter mais individualista e, portanto, a sua ação sobre a alma é mais profunda.

Os exercícios espirituais, portanto, são:

- Um método de exercitação espiritual inspirados por Deus a Santo Inácio de Loyola.
- Uma fonte de conversão, pois dizia São Francisco de Sales (+1622) que o livro inaciano já havia operado mais conversões do que as letras que o compõem.
- Uma verdadeira escola de santidade e fábrica de santos, pois ao longo de cinco séculos não cessou de produzir grandes frutos de santidade.

2. Para que são os EE?

¹ MHSI, *Epist. S. Ign.* I, 112.

São para o exercitante vencer-se a si mesmo e ordenar a vida sem se determinar por afeição alguma que seja desordenada (EE, 21).

Para que o homem se esforce em ordenar sua própria vida segundo o projeto de Deus, é indispensável livrar-se de toda “afeição desordenada”, de todos aqueles amores que não estão ordenados a Deus como fim. É muito difícil conhecer e fazer a vontade de Deus se não estivermos dispostos a renunciar à nossa própria vontade em tudo aquilo que ela tenha de mal ou desordenado.

Portanto, Santo Inácio nos deu nos EE um método prático para saber viver a santidade em seu grau mais perfeito, pois ensina a santidade pura e total, tirando-a da doutrina e dos exemplos de Nosso Senhor Jesus Cristo.

Assim como os EE contribuíram eficazmente para a Reforma Católica, **hoje** parece ainda mais imperioso para nós, como para toda a Igreja, colocar-nos na escola dos EE, pois, como afirmava Pio XII: “quanto à ascética do Livro dos Exercícios, poderíamos pensar que Santo Inácio o escreveu especialmente para a nossa época² – poderíamos acrescentar: e para nós, em particular –, não sendo verdade que o método tenha perdido eficácia ou que não corresponda às exigências do homem moderno”³. Ao contrário, **são um dos principais meios**

² Pio XII, *Alocução ao Colégio Germânico*, 10/10/1952.

³ Pio XII, *Discurso*, 24/10/1948.

de levar os homens à vida de oração e comunhão com Deus.

Não foi em vão que João Paulo II proclamou que “para a maior glória de Deus e para a salvação das almas a bondade do Criador, em seu plano admirável, proporcionou à Igreja uma ajuda singular por meio de Santo Inácio de Loyola com a promoção ilimitada dos Exercícios Espirituais”⁴.

Continua o Papa São João Paulo II: “Consideramos os Exercícios Espirituais de Santo Inácio como um dos instrumentos mais eficazes para levar adiante a nova evangelização, à qual nos convocou o Papa; nova em seu vigor, em seus métodos, em sua expressão”⁵.

Dom Tortolo, Bispo argentino, já sentenciara com palavras imortalizadas: “A Suma Teológica de Santo Tomás de Aquino e o livro dos Exercícios Espirituais de Santo Inácio de Loyola nos salvarão”⁶.

3. Quem deve fazer os EE?

Todo homem ou mulher, consagrado ou secular, casado ou solteiro, jovem ou adulto, em suma, qualquer pessoa que queira ordenar a própria vida conforme a

⁴ SÃO JOÃO PAULO II, *Carta ao Prepósito-Geral da Companhia de Jesus*, 1º/06/90); OR, 12/08/1990.

⁵ SÃO JOÃO PAULO II, *Discurso aos bispos do CELAM*, 9/31983.

⁶ A. S. TORTOLO, *El hombre moderno y los Ejercicios Espirituales*, em *Mikael* n° 19, p. 15.

vontade de Deus e encontrar paz e felicidade em sua vida.

Na vida da maioria das pessoas reina a sensação de vazio, de insatisfação e de desordem. Diante dessa situação são atualíssimas as palavras de Nosso Senhor: “De que aproveita ao homem ganhar o mundo inteiro, se perder a sua alma?” (Mt 16,26).

O *Código de Direito Canônico* prescreve insistentemente que os seminaristas⁷, sacerdotes⁸, religiosos⁹ realizem os seus Exercícios Espirituais anualmente, como também incentiva a prática nas paróquias¹⁰ de dias dedicados aos Exercícios, para que todos os fiéis possam usufruir dos benefícios que alcança a vida de oração.

4. Com que disposição se deve fazer os EE?

Diz o livro na anotação nº 5: “Muito aproveita ao exercitante entrar neles com **grande ânimo e liberalidade** para com seu Criador e Senhor, **oferecendo-lhe todo o seu querer e liberdade**, para que sua divina Majestade se sirva de sua pessoa e de tudo quanto possui, conforme a sua santíssima Vontade”.

Em primeiro lugar devemos ter **ânimo**, quer dizer, força, vontade. Assim como os exercícios físicos não se

⁷ CIC, c. 246, § 5.

⁸ CIC, c. 276, § 2. Para os sacerdotes se preceitua que participem dos retiros “segundo as disposições do direito particular”, sem indicar a frequência.

⁹ CIC, c. 663, § 5.

¹⁰ CIC, c. 770.

pode delegar a outro (ninguém pode fazer cem flexões em meu lugar, nem jejuar por mim etc.), assim também, nos EE, ninguém pode fazer por mim, em meu lugar. Por mais que o diretor o estimule pregando, se não houver o esforço pessoal, não serve de nada. Não basta escutar a pregação, estar sentado e tomar notas. **Não!**, o mais importante é fazer bem a oração, o **exercício do espírito, coisa que** ninguém me pode substituir.

Santo Inácio diz “**grande ânimo**”. Não é um ânimo qualquer, mas sim **GRANDE**. Quer dizer que implica **magnanimidade, grandeza de alma**. Temos que ter o desejo de aproveitar em tudo o possível, sem perder nem um minuto. E não devemos nos contentar com mais ou menos, com um pouco, mas sim saber que se Deus nos pôs aqui é por algo, é por uma graça muito especial, que talvez não se repetirá outra vez. Temos que ter grandes desejos de ser Santos, de chegar ao céu, de buscar o Único que realmente vale a pena.

Ele adiciona ainda outra palavra, que é algo estranho: **LIBERALIDADE**. Quer dizer, ser generoso, estar livre, com o desejo de deixar tudo o que Deus peça, por bom ou desagradável que seja. Não querer nada que não o queira Deus, sabendo que Ele sabe o que é melhor para nós. É por isso que diz o Santo: “**oferecendo-lhe todo seu querer e liberdade... tanto de sua pessoa como de tudo o que tem**”.

Dentre as disposições, são fundamentais o **silêncio, tanto exterior quanto interior**. Esse recolhimento é o ambiente e a condição escolhidos por Deus para agir com mais eficácia em nossa vida espiritual.

5. Podemos?

São Lorenzo Justiniano diz: *“Quase venceu o que tem desejos de vencer”*.

Se quisermos escalar uma grande montanha, o desejo de fazê-lo nos alentará e nos dará forças para vencer os obstáculos. Mas sem o desejo não damos nem o primeiro passo, ou retrocederemos diante da primeira dificuldade.

Podemos tomar como lição o que disse Santo Tomás de Aquino em uma carta a sua irmã, que lhe perguntava o que tinha que fazer para ser santa. Ele se limitou a dizer que basta **querer**. Santo Inácio de Loyola, quando lia a vida dos Santos, sentia-se impulsionado à santidade e dizia: *“Se eles puderam, por que eu não?”*. Se eles não puderam por suas forças, mas sim pela graça de Deus, então o que nos falta?

E você? Está decidido a tomar uma decisão séria e empenhar todas as suas forças para seguir Jesus Cristo no grande ideal da santidade? Pense nisso.

6. O livro dos EE

“As páginas inefavelmente simples”¹¹ dos Exercícios Espirituais pertencem à categoria dos poucos livros que, tal como a *Imitação de Cristo* e as *Visitas*, de Santo Afonso Maria de Ligório, transcenderam todas as classes de fiéis e continuam influenciando a espiritualidade de milhões de almas. Esse livro adquiriu uma difusão que dificilmente é encontrada em qualquer outra obra ascética. Só ou acompanhado de comentários ou explicações, foi publicado mais de 4.800 vezes.

São Francisco de Sales, que morreu em 1622, disse que o livro inaciano já tinha operado mais conversões do que o número de letras que contém. O que então se deveria dizer na atualidade, depois de mais de quatro séculos, durante os quais não cessou de produzir “grandes frutos de santidade”!¹²

De Causette tinha dito maravilhosamente: “O livro dos *Exercícios* é um dos mais veneráveis saídos das mãos de homens, porque se a *Imitação de Cristo* enxugou mais lágrimas, os *Exercícios* produziram mais conversões e mais santos”¹³.

Depois de tudo o que foi dito, não parecerá exagero que um teólogo e historiador protestante, Heinrich

¹¹ DE CAUSETTE, *Mélanges oratoires* (Paris 1876), I, p. 225

¹² Palavras de Pio XI na encíclica *Mens nostra*, 20 de dezembro de 1929, C. Marín, *Enchiridion*, p. 461.

¹³ DE CAUSETTE, *Mélanges oratoires I*, p. 455.

Bömer, tenha chegado a dizer que esse pequeno e simples livro pertence aos livros que marcaram o destino da humanidade¹⁴, e que um escritor húngaro, tampouco católico, como Fülöp-Miller, escreva que “nenhuma outra obra da literatura católica pode se comparar em termos da influência histórica exercida. A força conquistadora dos *Exercícios* logo transcendeu a toda a Igreja Católica”¹⁵.

Por sua vez, o eminente historiador alemão Janssen afirma: “Este pequeno livro, considerado pelos próprios protestantes como uma obra-prima de primeira ordem no âmbito da psicologia, foi para o povo alemão, para a história da sua fé e de sua civilização, um dos mais importantes escritos dos tempos modernos... Exerceu uma influência tão extraordinária sobre as almas que não se pode comparar a nenhum outro livro”¹⁶.

7. Testemunhos dos santos

Santo Inácio de Loyola: “Os Exercícios são o melhor que eu nesta vida pude pensar, sentir e entender, tanto para o homem poder aproveitar a si mesmo como para poder frutificar, ajudar e aproveitar a muitos outros”.

Santa Teresinha do Menino Jesus: “É-me impossível expressar a doce recordação que me deixaram estes Exercícios”.

¹⁴ H. BOEHMER, *Die Jesuiten* (Leipzig 1907), p. 18.

¹⁵ R. FÜLÖP-MILLER, *Match und Géhinis der Jesuiten* (Berlim 1929), p. 31.

¹⁶ JANSSEN, *L'Allemagne et la réforme* (Paris - 1895), T. IV, p. 402 e 405.

São Francisco de Sales: “O livro inaciano já operou mais conversões do que a quantidade de letras que o compõe”.

São João Bosco: “É uma grande riqueza fazer os Exercícios Espirituais, porque é a oportunidade para assegurar o paraíso”.

Santa Teresa de Calcutá: “Os Exercícios de Santo Inácio são muito belos e frutuoso. Eu os aconselho a todos: não estão reservados somente aos religiosos!”

Agora só falta você! Se eles puderam alcançar a santidade, você também pode.

TESTEMUNHOS DOS SANTOS

Santa Isabel de Loreto: "Os Exercícios são o melhor que eu conheço não pelo prazer, mas a utilidade, tanto para a alma poder aproveitar a si mesma como para poder brilhar, glória e aproveitar a outros outros".

Santa Teresinha de Menção Jesus: "É um impossível expressar a doce sensação que me dáramos estes Exercícios".

São Francisco de Sales: "O livro de exercícios já aparece mais

GOSTOU DESSA AMOSTRA?

Clique no botão e adquira o eBook para continuar...

QUERO ADQUIRIR O EBOOK

