

EXAMEN DE CONCIENCIA - PRINCIPIO Y FUNDAMENTO (1)

(Antes de acostarte, en lo posible de rodillas, y hecha la señal de la cruz, haz esta oración:)

Dios y Señor mío, en quien creo y espero, a quien adoro y amo con todo mi corazón, te doy gracias por haberme creado, redimido, hecho cristiano y conservado en este día. Dame la gracia de conocer mis pecados y arrepentirme de ellos.

(Hacer un examen breve de conciencia, siguiendo, por ejemplo, estas indicaciones:)

- 1º. Da gracias a Dios por los beneficios recibidos (especialmente durante este día).
- 2º. Pide la gracia, la luz, para conocer tus faltas y pecados, y rechazarlos.
- 3º. Examina las faltas o pecados cometidos durante este día, particularmente tu defecto dominante.
- 4º. Pide perdón a Dios por todos esos pecados y faltas.
- 5º. Propón, con la gracia de Dios, no volverlos a cometer mañana.



Además, durante los días de Ejercicios se recomienda hacer un examen sobre los Ejercicios mismos: la fidelidad a las indicaciones que se dan, las “adiciones” que propone San Ignacio, es decir, sus consejos para hacer mejor los Ejercicios, y sobre todo la docilidad a las inspiraciones del Espíritu Santo. Las siguientes preguntas te pueden ayudar para hacer el examen de los Ejercicios:

- ¿He mantenido viva la sed de Dios? ¿Tengo deseo de aprovechar todo lo posible? (cf. EE 20).
- ¿Conservo el ánimo y la generosidad para entregar mi persona y todo lo que tengo a la libre disposición de mi Creador y Señor? (cf. EE 5)
- ¿Estoy convencido de que necesito de los ejercicios para poder “*hacer mudanza en muchas cosas*”, como decía Sta Teresa? ¿Voy siendo generoso con lo que Dios me muestra y me pide?
- ¿Soy dócil a la gracia de Dios?
- ¿Voy haciendo propósitos concretos? ¿Tomo nota de ellos, como también de las inspiraciones? ¿He tomado las notas necesarias en la exposición de temas?
- ¿Puse empeño en las meditaciones?
- ¿Me muevo por lo principal, cueste lo que cueste, como santa Teresa, que sólo la movía *el deseo de salvarse y de buscar los mejores medios*?
- ¿Logré reconocer mis errores en cuanto pienso acerca de Dios? ¿Reconozco a Dios como Principio y fin de mi vida? ¿Tengo en cuenta la importancia de la salvación de mi alma?

Oración

Señor mío Jesucristo, he llegado al final de la jornada, y en tu nombre voy a descansar; pero antes de caer en la inconsciencia del sueño quiero reafirmar mi fe y mi amor a Ti. Cuando vivías en la tierra Tú también te fatigabas y dormías; quiero unir mi descanso a tu descanso y mi sueño a tu sueño; y que estas horas que viviré inconsciente sean también para gloria de Dios y bien de mi alma; quiero dormir bajo el amparo de tu Divina Presencia; que mi fe en Ti se mantenga viva en mi alma; y que el fuego de tu amor encienda mi corazón durante toda la noche y sea la luz de mi nuevo despertar. Amén.

Padre nuestro... Tres Ave María... Gloria...