

## EXAMEN DE CONCIENCIA - CRUCIFIXIÓN Y MUERTE

(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, tras hacer los 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 las inspiraciones del Espíritu Santo. Las siguientes preguntas te pueden ayudar para hacer el examen de los Ejercicios:

- ¿Qué lecciones saco para enmendar o perfeccionar mi vida, del misterio de la pasión que contemplo? (cf. EE 194). ¿Qué amor y agradecimiento tengo por Cristo, mi Creador ofendido por mis pecados, por haberse encarnado y haber muerto en cruz para librarme del infierno?
- ¿Detesto y aborrezco mis pecados por la pena que han causado a Cristo? (cf. EE 183, 197).
- ¿Estoy persuadido de que la gloria de Dios más está en padecer que en hacer?
- ¿Me convenzo de que hay que llevar cruces para convertirse, porque como nos recuerda Sta. Teresa, *el mismo Señor mostró ese camino de perfección diciendo: «Toma tu cruz y sígueme»?*
- ¿Me duelo con Cristo doloroso, trato de alcanzar, pido tener lágrimas y pena interna por tanta pena que Cristo pasó por mí? (cf. EE 203).
- ¿Busco identificarme con aquello de San Pablo “estoy crucificado con Cristo” para que el Señor viva más y más en mí? ¿Me convenzo de que también es el camino para ir después al cielo, porque como decía Sta. Teresa, *en la cruz está la vida / y el consuelo, / y ella sola es el camino / para el cielo?*
- ¿Acudo a María al pie de la Cruz, confiando en su amor y en los derechos de hijo que el Señor me ha otorgado?

### 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...**