

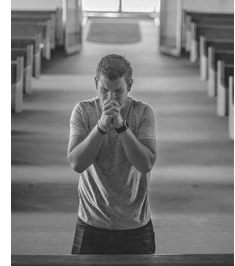
EXAMEN DE CONCIENCIA - DOS BANDERAS

(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 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:

- ¿He podido convencerme de que me encuentro en una gran batalla?
- ¿Estoy resuelto a seguir la bandera de Cristo cueste lo que cueste? ¿Pido esta gracia?
- ¿Mis decisiones se fundan en algún caso en la bandera de Satanás (apegos, algún punto de hora, orgullo)?
- ¿Voy a poner lo que esté de mi parte. como Sta. Teresa, para amar a Dios. sobre todo, sabiendo que este gran Dios no nos ha dejado de amar a nosotras aunque le hemos mucho ramel ofendido?
- ¿Qué cosas me impiden seguir a Cristo con mayor libertad y generosidad? ¿He podido ver algún engaño del maligno en mi vida? ¿He decidido algo al respecto?
- ¿He podido entender al menos un poco más la belleza y la importancia del desapego y pobreza, del desear las humillaciones y de la humildad?
- ¿Qué medios utilizo para resistir al maligno y fortalecer mi fidelidad a Cristo?
- ¿He pensado en alguna humillación que ya vivo en lo cotidiano que podría aprovechar para vivir según el plan de Cristo? ¿Tengo deseo de ser de aquellos que “a todos quieren ayudar”?

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...