

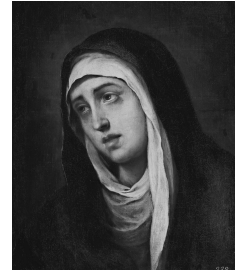
EXAMEN DE CONCIENCIA - SOLEDAD DE LA VIRGEN

(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 amor y agradecimiento tengo por Cristo, mi Creador ofendido por mis pecados, por haberse encarnado y haber muerto en cruz para librarme del infierno, no dejándome caer en él, habiendo condenado a tantos otros menos pecadores que yo?
- ¿Veo en la docilidad de la Virgen María el ejemplo de humildad para mi vida? (cf. EE 108).
- ¿Detesto y aborrezco mis pecados por la pena que han causado a Nuestra Madre?
- ¿Ruego a la Santísima Virgen que me ayude a enmendar o perfeccionar mi vida, a la luz del misterio de la pasión que contemplo? (cf. EE 194).
- ¿Voy a imitar a la Virgen Dolorosa en mis padecimientos, sin quejarme, sino como su Madre y Señora nuestra cuando estaba al pie de la cruz y no dormida, sino padeciendo? ¿Cuándo no pueda más no buscaré consuelos humanos, lo haré con Cristo y María, que como decía Sta. Teresa, siempre nos consuela más quejarnos a los que sabemos sienten nuestros trabajos y nos aman más?
- ¿Quiero acompañar a María en su dolor, consolarla y ser un buen hijo de Aquella que Nuestro Señor Jesucristo me dejó como Madre?
- ¿He pedido alcanzar la virtud de la fortaleza, de la cual es ejemplo María al pie de la Cruz?

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...