

## EXAMEN DE CONCIENCIA - VIDA OCULTA

(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 sentimientos y deseos han movido mi corazón hoy al contemplar la vida oculta de Jesús?
- ¿Qué actitudes y comportamientos he tenido que reflejen el amor, la humildad, la obediencia y el servicio de Jesús en su vida oculta?
- ¿Tengo deseos de crecimiento en mi vida espiritual, de santidad?
- ¿Voy a procurar siempre estar en su compañía como Sta. Teresa, porque *es excelente manera de aprovechar y muy en breve; para quien trabajare a traer consigo esta preciosa compañía*?
- ¿Qué gracias y consolaciones he recibido al meditar sobre el misterio de la vida oculta de Jesucristo? ¿Las he aprovechado?
- ¿Qué dificultades y tentaciones (desolaciones) he encontrado al seguir el ejemplo de Jesús en su vida oculta? ¿Las he rechazado?
- ¿Hice algún propósito para imitar a Jesús en su vida oculta?
- ¿Trato de vivir la obediencia en lo que respecta a mi estado de vida?

### 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...**