

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 durante este día).	2º. Pide la gracia, para 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 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)?
- ¿Entiendo como San Francisco de Sales, que *es inmenso el beneficio que Dios nos hace al llamarnos a su servicio?*
- ¿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...