

EXAMEN DE CONCIENCIA - LA EUCARISTÍA

[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:

- ¿Voy siendo generoso con lo que Dios me muestra y me pide?
- ¿Soy dócil a la gracia de Dios?
- ¿Entiendo que no hay bajo el cielo otro nombre dado a los hombres por el que nosotros podamos salvarnos que el de Cristo?
- ¿Medito sobre la fuente de gracia de Dios que es la Eucaristía?
- ¿Entiendo que la celebración de la Santa Misa tiene tanto valor como la muerte de Jesús en la Cruz?
- ¿Tomé alguna resolución concreta para mejorar mi participación en el Santo Sacrificio de la Misa?
- ¿Pienso como San Francisco de Sales que *sol de las prácticas espirituales, que es el santísimo, sagrado y muy excelso sacrificio y sacramento de la Misa, centro de la religión cristiana, corazón de la devoción, alma de la piedad, misterio inefable, que comprende el abismo de la caridad divina, y por el cual Dios, uniéndose realmente a nosotros, nos comunica magníficamente sus gracias y favores.*?
- Esta tercera semana de Ejercicios ¿va confirmando mis propósitos?
- ¿Aprendí del Señor a conformar mi voluntad con la del Padre celestial, por más amargo que sea el cáliz que haya que beber?

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...