

EXAMEN DE CONCIENCIA - FLAGELACIÓN, CORONACIÓN Y ECCE HOMO

[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, 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:

¿Qué lecciones saco para enmendar o perfeccionar mi vida, del misterio de la Pasión que contemplo? (cf. EE 194).

¿He sentido sus penas como mías?

¿Me he convencido con San Francisco de Sales que no debo mirar mi *desventura ni las redes en las cuales estoy prendido; mira a Dios, y déjale hacer, y Él tendrá cuidado de ti. Arroja en el seno del Señor tus ansiedades, y Él te sustentará?*

¿A la vista de la Pasión del Redentor, tengo mayores deseos de pobreza y humillaciones, hasta el sacrificio de la salud y la propia vida por amor de Cristo? (cf. EE 197).

¿Estoy persuadido de que la gloria de Dios más está en padecer que en hacer?

Me pregunto con San Ignacio *mirando a mí mismo lo que he hecho por Christo, lo que hago por Christo, lo que debo hacer por Christo* (cf. EE 53).

¿En qué grado participo íntimamente de las penas de Cristo?

¿Estoy pudiendo compenetrarme un poco más con el sentido de la penitencia en cuanto compartir los dolores del Señor?

¿He penetrado más en el misterio de aquel “me amó y se entregó *por mí*” (Gal 2,20)?

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...