

EXAMEN DE CONCIENCIA - LA TRANSFIGURACIÓN

[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:

¿He podido crecer en mi fe en la divinidad de Nuestro Señor?

¿Lo he pedido? (cf. Lc 17,5)

¿Pido al Señor entender que el Tabor es un anticipo de la Gloria que ofrece a todos los que no sean sordos a su llamado?

¿Aprovecho las consolaciones para tomar fuerzas y me humillo sabiendo que no son por merecimiento sino por pura gracia?

¿Trato de entender ver la Cruz desde la luz de la consolación?

¿Comparto con San Francisco de Sales la necesidad de *oponerse al mal y reprimir los vicios de los que están bajo nuestro cuidado, con constancia y con tesón, pero dulce y suavemente?*

¿Intento que mi vida sea vida de transfigurado y transfigurar, en Cristo, todo mi entorno?

¿Puedo reconocer en mi vida esos momentos de especial intimidad que el Señor me ha regalado?

¿Los he aprovechado/agradecido?

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...