

EXAMEN DE CONCIENCIA - PECADOS PROPIOS, REPETICIÓN Y RESUMEN

[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 mantenido viva la sed de Dios?

¿Tengo deseo de aprovechar todo lo posible? (cf. EE 20).

¿Me doy cuenta que por el pecado, como dice San Francisco de Sales, *has perdido la gracia de Dios, has perdido el derecho a la gloria, has aceptado las penas del infierno y has renunciado al amor eterno de Dios?*

¿Tengo ánimo para convertirme, y como dice San Francisco de Sales, siento una *saludable confusión por mi vida pasada, que me hace admirar la misericordia de Dios, que nos ha esperado tan largo tiempo con tanta paciencia?*

¿He obtenido (o al menos pedido con fuerza) un mayor conocimiento de la malicia de mis pecados y un crecido e intenso dolor y lágrimas por haberlos cometido? (cf. EE 55)

¿He podido percibir con al menos algo de mayor claridad el desorden de mis operaciones? ¿He pedido aborrecerlo?

¿He llegado al conocimiento y aborrecimiento del mundo en cuanto opuesto a Dios, hasta estar dispuesto a apartar de mí las cosas mundanas y vanas? (cf. EE 63)

¿Tengo un vivo temor de Dios que me ayude a huir del pecado en caso de necesidad? (cf. EE 65).

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...