

EXAMEN DE CONCIENCIA - PRINCIPIO Y FUNDAMENTO (1)

[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).
- ¿Conservo el ánimo y la generosidad para entregar mi persona y todo lo que tengo a la libre disposición de mi Creador y Señor? (cf. EE 5)
- ¿Estoy convencido de que *el Señor me ha hecho para Él, para gozar inmensamente de la gloria del Señor*, como nos propone meditar San Francisco de Sales?
- ¿Voy siendo generoso con lo que Dios me muestra y me pide?
- ¿Soy dócil a la gracia de Dios?
- ¿Voy haciendo propósitos concretos?
- ¿Tomo nota de ellos, como también de las inspiraciones?
- ¿He tomado las notas necesarias en la exposición del tema?
- ¿Puse empeño en la meditación?
- ¿Logré reconocer mis errores en cuanto pienso acerca de Dios?
- ¿Me he detenido a meditar en profundidad quién es Dios y quién soy yo?
- ¿Reconozco a Dios como Principio y Fin de mi vida? ¿He descansado en la idea de Dios como Padre?
- ¿Tengo en cuenta la importancia de la salvación de mi alma? ¿Reconozco que Dios es Providente, que todo lo que permite en mi vida es para mi santidad?

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...