

EXAMEN DE CONCIENCIA - PRINCIPIO Y FUNDAMENTO (2)

[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) ¿Voy haciendo propósitos concretos?
- ¿Puse empeño en la meditación?
- ¿En la presencia de Dios, en la composición de lugar, la petición, los puntos, el coloquio...?
- ¿Empleé el coloquio para hablar con el Señor?
- ¿Conseguí el fruto de la meditación? ¿Tengo mayor claridad sobre quién soy a la luz de Quién es Dios?
- ¿Comprendo un poco mejor el lugar que ocupo en este mundo y que ocupan las cosas que me rodean?
- ¿He entendido que mi dignidad viene principalmente por ser imagen de Dios y estar llamado a unirme a Él?
- ¿Puedo vislumbrar más claramente en mí el fin sobrenatural, trascendente a este mundo, para el que he sido creado? ¿Estoy dispuesto a usar de las criaturas de acuerdo a la ley del tanto cuanto, con rectitud de intención, y ejercitando mi voluntad?
- ¿Tengo deseo de elegir siempre el “magis”, “lo que más” me conduce a Dios, el camino más recto hacia 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...