

EXAMEN DE CONCIENCIA - PRINCIPIO Y FUNDAMENTO (3)

[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, para 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).

¿Es realmente Dios como ese “tesoro” encontrado en el campo? ¿Estoy dispuesto a “vender” todo lo demás para conseguirlo?

¿Entiendo que *es un mal sembrar de afectos inútiles y vanos la tierra de nuestro corazón*, y que como propone San Francisco de Sales, *es menester purificarse de esas aficiones*?

¿Cuáles son las “cosas” que me apartan de Dios?

¿Estoy dispuesto a apartarme de las “cosas” que me llevan al pecado con la fuerza que me indica el Señor con el ejemplo de “cortar la mano” o “quitar el ojo”?

¿Quiero de verdad comenzar a hacer todo aquello que me acerque al Señor y del modo que Él quiere que lo haga?

Y de las demás cosas, que son buenas, ¿soy realmente indiferente? ¿O tengo apegos, como el joven rico, que no me permiten estar a disposición de la voluntad de Dios?

¿Han surgido en el día situaciones/sentimientos que me hayan permitido ver estos apegos?

¿Pedí ser indiferente?

¿Le ofrecí a Dios algo que veo que puedo estar apegado?

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...