

Quinto día – DÍA DE GOZO

PRIMER EXAMEN

«REFLECTIR SOBRE UNO MISMO Y EXAMINAR LA CONCIENCIA» dice San Ignacio. El examen es una de las piezas maestras de los ejercicios y jamás debe omitirse. El examen es como una meditación abreviada, que consta de los siguientes puntos.

1. Acción de gracias.

Puesto en la presencia de Dios, dale gracias por todos los beneficios recibidos.

Beneficios generales, como el sol que nos ilumina, el aire que respiramos, los alimentos que nos comemos, la lluvia que fertiliza nuestros campos, el cielo y la tierra y cuanto en ellos se contiene.

Beneficios sobrenaturales, como la Encarnación, la Redención, la gracia, el evangelio, el perdón de los pecados, la Virgen María, la Eucaristía, la Iglesia, el sacerdocio, la misa, los sacramentos, la santa Virginitad en el mundo, el divino Corazón, el cielo.

Beneficios particulares, otorgados a ti y no a otros, como un cuerpo bien conformado con sus cinco sentidos y potencias, robustez, salud, grados de inteligencia, etc.

Dale gracias, para que sobre el fondo de la generosidad divina resalten mejor las negras manchas de nuestra ingratitud e iniquidad.

2. Petición de luz.

Cometemos el pecado con nuestras propias fuerzas, porque es un acto natural. Pero el conocimiento del pecado es un acto sobrenatural y, por consiguiente, no puede verificarse sin la ayuda de Dios, ayuda o gracia, que no podemos conseguir más que orando.

Así como los rayos del sol permiten ver el polvo suspendido en el aire y el que se deposita en los muebles, de la misma manera con la luz de Dios se ven todos los pecados y manchas del alma.

El conocimiento de los pecados es proporcional a la luz. Los santos, que tenían mucha luz, conocían hasta las menores imperfecciones. Los mundanos, que tienen poca luz, no perciben ni los crímenes más grandes.

Pidamos esta luz variando la fórmula. O pidamos a Jesús que nos anticipa un poco de aquella luz, que nos dará abundantemente en el momento del juicio supremo para conocer todas nuestras injusticias y justificar su condena.

Interpongamos la intercesión de San Pablo, que nos ha dado a conocer el juicio «como el día de la manifestación de los corazones». Pidámosle que, desde ahora, podamos ya manifestarnos y revelarnos a nosotros mismos.

Quinto día – DÍA DE GOZO

3. Exploración del corazón...

EXAMEN SOBRE LAS DEVOCIONES DEL CRISTIANO

1. ¿Tienes devoción al sagrado Corazón de Jesús? ¿Crees que desde el primer momento aquel Corazón creado, animado y unido a la persona del Hijo de Dios comenzó a amarte y no ha cesado nunca? ¿Sabes que Jesús ha llevado este amor por ti hasta los últimos excesos? ¿Sabes que ha muerto por ti, por ti instituyó la santa Eucaristía, donde muere cada día para darte una nueva prueba de amor? ¿Sabes que lo que más le duele es la frialdad, apatía e indiferencia, el desamor de los hombres? ¿Sabes que por ellos nos pide amor de desagravio, de reparación, de correspondencia? ¿Tienes en tu casa alguna imagen del sagrado Corazón de Jesús? ¿Comulgas frecuentemente con amor de reparación, al menos los primeros viernes de cada mes? ¿Haces apostolado? ¿Sabes que esta devoción es «síntesis de vida cristiana y resumen de santidad»?
2. ¿Tienes devoción a la Virgen María? ¿Conoces a María, la gran Madre de Dios? ¿Conoces sus privilegios, sus dogmas, sus bellezas, sus grandezas? ¿Piensas que Jesucristo, muriendo en la cruz, te la dio por madre? ¿La has aceptado y la consideras como verdadera madre? ¿Tienes para ella algún afecto, algún cariño, algún amor filial? ¿Confías en ella? ¿Te abandonas a ella? ¿Qué haces para mostrarle y atestiguarle tu devoción? ¿Rezas todos los días el Rosario, el Ángelus? ¿Fijas tu atención y tus ojos en alguna imagen y la saludas con alguna jaculatoria? ¿Te preparas devotamente para sus festividades escalonadas durante el año litúrgico? ¿Te honras de pertenecer a alguna asociación mariana? ¿La imitas en sus virtudes?
3. ¿Tienes devoción a la santa Madre iglesia católica, apostólica, romana, la gran familia de los Hijos de Dios verdadera iglesia fundada por Jesucristo en Pedro y los apóstoles? ¿Sé que esta iglesia es divina y es humana? ¿Qué no se compone de arcángeles sino de hombres y mujeres, sujetos a mil miserias y calamidades? ¿Sé que esta iglesia es peregrina de este mundo y camina hacia su meta, el Padre, ansiando su purificación? ¿Obedezco, como dice San Ignacio en sus reglas para sentir con la iglesia, a la santa Madre Iglesia? ¿Trabajo, me fatigo y sufro por la iglesia? ¿Sufro con paciencia en las mismas pruebas, que me pueden venir de la iglesia, que no deja de ser humana? ¿Mi mayor honra es ser fiel a Cristo en su Iglesia y morir, como decía Santa Teresa, en el seno de la Iglesia?
4. ¿Tienes devoción al Ángel de tu Guarda? ¿Piensas en el gran beneficio, que te ha concedido Dios, poniéndole a tu lado para que cuide de ti y te proteja? ¿Le honras

Quinto día – DÍA DE GOZO

y veneras? ¿Cuando tienes tentaciones y deseos de hacer algo malo, te detiene el pensamiento de la presencia de tu Ángel de la Guarda? ¿Le invocas, le pides su ayuda en los momentos de tentación y de peligro? ¿Recurres a su consejo en las dudas? ¿Tienes familiaridad con él? ¿Eres dócil a sus inspiraciones y a su guía? ¿Piensas en los Ángeles de la Guarda de tus prójimos, de tus padres, de tus hijos, de tus hermanos, de tus amigos? ¿Los invocas? ¿Les confías las almas de las personas, que te están encomendadas?

4. Dolor de contricción.

Consiste este punto en dolerme de mis faltas y pecados al hacer estos exámenes.

Los motivos de contricción pueden ser el cielo perdido, el infierno o purgatorio merecidos, la fealdad del pecado en sí mismo, o la ingratitud del pecador, que en este caso soy yo, o la agonía de Jesús en el huerto, o la agonía de Jesús en la cruz.

5. Propósito.

Es la firme resolución de no volver a pecar.

Puedo valerme de algunos pasajes de la Escritura. Por ejemplo, de David: «Juré y ratifiqué observar tus justísimos decretos»; o de San Pedro: «Aunque tenga que morir contigo, nunca te negaré»; o de hijo pródigo: «Ya no soy digno de llamarme hijo tuyo». Quería decir: «Cueste lo que cueste, ya no volveré a marcharme de casa jamás»; o como en las antiguas fórmulas de contricción se protestaba: «Morir antes que pecar».

Terminar con un Padre nuestro.