JMJ LISBOA 2023

VICARIA DE LA ESPERANZA JOVEN

PEREGRINACIÓN JUVENIL AL SANTUARIO DE 2022

Santa Teresa de Los Andes

EXÁMEN DE CONCIENCIA

#VolvamosaTeresita

EXÁMEN DE CONCIENCIA

PEREGRINACIÓN JUVENIL AL SANTUARIO DE Santa Teresa de Los Andes 2022

EL PASO DE DIOS POR MI VIDA
EXAMEN ESPIRITUAL DE CONCIENCIA

Estoy aquí delante de ti, de tu amor que me llama, me busca, me mira con bondad, con ternura. Así tal cual como soy, me aceptas, me amas, abro mi vida a ti, lo que soy, con lo que me sucede en mi interior y en lo externo, con mis luchas, mis alegrías y mis tristezas. Te escucho y espero encontrar en ti, el abrazo caluroso del amor infinito del Padre.

Mi examen espiritual de conciencia quiere ser un tiempo de oración constante, "apuntando a desarrollar un corazón que discierne, un corazón activo", un corazón que anhela descubrir y buscar tu voluntad, tu libertad, al amanecer, al atardecer o al terminar el día, en cualquier momento de la jornada. Un reposo para mi vida, un detenerse y contemplar, un sentir y discernir.

PETICIÓN DE LUZ

"Se trata de mirar mi vida con una mirada guiada por el Espíritu, para sentir y responder el llamado de Dios en mi corazón."
(Aquí puedes dialogar con el Espíritu Santo, canta una canción, escribe un poema, conversa con él y pídele poder sentir el amor y la profunda misericordia de Jesús que se derrama en tu corazón)

PETICIÓN DE LUZ

Con un corazón sencillo descubre el paso de Dios en tu vida...
(Después de la petición de luz, mi corazón debería quedarse en un acto de reconocimiento verdadero por los dones que el Padre me ha regalado en este día)

PETICIÓN DE LUZ

Revisando los momentos anteriores, ¿Qué ha ocurrido en mi interior? ¿Qué ha hecho Dios en mi vida? ¿Qué me ha mostrado? ¿Qué nos ha pedido?
(La clave está en escuchar a Jesús)

VICARÍA DE LA ESPERANZA JOVEN

JMJ LISBOA 2023

#VolvamosaTeresita

EXÁMEN DE CONCIENCIA

PEREGRINACIÓN JUVENIL AL SANTUARIO DE Santa Teresa de Los Andes 2022

"La actitud fundamental del creyente es la del oyente. Oigo lo que dice el Señor"

¿Qué necesito?
Tranquilidad interior, paz, receptividad, escucha activa de la palabra de Dios

¿Para qué?
Para responder luego con mis actos

UN PROPÓSITO CARGADO DE ESPERANZA

Con esperanza en el corazón miro lo que viene, pongo la mirada en Cristo y junto a él retomo el camino. La clave está en confiar en él.

"...olvidando el camino ya recorrido, me lanzo hacia adelante y corro hacia la meta"

ALGUNAS PREGUNTAS PARA REMIRAR

EN RELACIÓN A DIOS

¿Qué lugar ocupa Dios en mi vida? ¿Logro reconocer su paso en mi historia? ¿Cultivo una amistad con Dios? ¿Dialogo con él? ¿Participo regularmente en la Misa los domingos y días de fiesta? ¿Comienzo y termino mi jornada con la oración? ¿Doy gracias a Dios habitualmente? ¿Utilizo en vano el nombre de Dios, de la Virgen, de los santos? ¿Me he avergonzado de manifestarme como católico con mis amigas y amigos? ¿Qué hago para crecer espiritualmente, cómo lo hago, cuándo lo hago? ¿Busco instancias para reconocer la vocación que Dios me invita a vivir? ¿vivo mi vida en plenitud? ¿Me siento feliz? ¿Me revelo contra los designios de Dios? ¿Comprendo que Dios anhela sus maravillas y su libertad para mí? ¿Le pido comprender su voluntad para mi vida?

VICARÍA DE LA ESPERANZA JOVEN

JMJ LISBOA 2023

#VolvamosaTeresita

EXÁMEN DE CONCIENCIA

PEREGRINACIÓN JUVENIL AL SANTUARIO DE Santa Teresa de Los Andes 2022

EN RELACIÓN AL PRÓJIMO

¿Tomo conciencia de aquellas heridas abiertas que guardo en mi corazón? ¿Le pido a Jesús me ayude a trabajar el perdón en mi vida? ¿Soy capaz de comprenderme y de comprender a los demás? ¿A veces me juzgo sin piedad? ¿A veces juzgo duramente a los demás? ¿Saludo a las personas, soy cortés, tengo gestos de ternura? ¿ayudo a mi prójimo? ¿He calumniado, robado, despreciado a los demás? ¿Oro por mis amigas, amigos, familia y por quienes no me caen bien? ¿Me avergüenzo de mis hermanas y hermanos, me preocupo de los pobres y de los enfermos? ¿Soy honesto y justo con todos o alimento la cultura del descarte? ¿Incito a otros a hacer el mal? ¿Cuido a los otros? ¿Cómo cumplo mi responsabilidad como hija, hijo, hermana, hermano, en el trabajo, en los estudios, en la pastoral? ¿Respeto a mis padres, a las personas con las cuales vivo? ¿He rechazado la vida recién concebida? ¿He colaborado a hacerlo? ¿Disfruto la vida junto a los demás? ¿Comparto con mi familia, con mis amigas y amigos? ¿Respeto el medio ambiente?

EN RELACIÓN A MÍ MISM@

¿Reconozco mis propias emociones? ¿Me preocupo de conocerme un poco más, de saber cuáles son mis miedos, mis frustraciones, lo que me hace feliz, lo que me pone triste, lo que me gusta hacer? ¿Abro mi vida y mi corazón al amor de un Dios vivo? ¿Cuido mi salud? ¿Cómo utilizo mi tiempo? ¿Soy perezoso? ¿Me gusta ser servido? ¿Amo y cultivo la pureza de corazón, de pensamientos, de acciones? ¿Nutro venganzas, alimento rencores? ¿Soy misericordioso, humilde, y constructor de paz?

VICARÍA DE LA ESPERANZA JOVEN

JMJ LISBOA 2023

#VolvamosaTeresita

EXÁMEN DE CONCIENCIA

PEREGRINACIÓN JUVENIL AL SANTUARIO DE Santa Teresa de Los Andes 2022

"SÓLO POR HOY" (JUAN XXIII)

1.Sólo por hoy trataré de vivir exclusivamente este día, sin querer resolver de una sola vez el problema de mi vida.

2. Sólo por hoy pondré el máximo cuidado de mi aspecto: cortés en mis modales, no criticaré a nadie y no pretenderé mejorar o disciplinar a nadie, salvo a mí mismo.

3. Sólo por hoy me adaptaré a las circunstancias, sin pretender que las circunstancias se adapten todas a mis deseos.

4. Sólo por hoy dedicaré diez minutos de mi tiempo a una buena lectura; recordando que como el alimento es necesario para la vida del cuerpo, así la buena lectura es necesaria para la vida del alma.

5. Sólo por hoy haré una buena acción sin decírselo a nadie.

6. Sólo por hoy haré por lo menos una cosa que no deseo hacer; y si me sintiera ofendido procuraré que nadie lo sepa.

7. Sólo por hoy seré feliz, en la certeza de que he sido creado para la felicidad, no sólo en este mundo, sino también en el otro.

8. Sólo por hoy haré un programa detallado. Quizá no lo cumpliré cabalmente, pero lo redactaré. Y me guardaré de dos calamidades: la prisa y la indecisión.

9. Sólo por hoy creeré firmemente, aunque las circunstancias demuestren lo contrario, que la buena providencia de Dios se ocupa de mí como si nadie existiera en el mundo.

10. Sólo por hoy no tendré temores: De manera particular no tendré miedo de gozar de lo que es bello y de creer en la bondad.

Puedo hacer el bien durante un día. Lo que me desalentaría sería pensar en tener que hacerlo durante toda mi vida.

VICARIA DE LA ESPERANZA JOVEN

JMJ LISBOA 2023

#VolvamosaTeresita