

Juventud Femenina
de Acción Católica Española



**EXAMEN
DE CONCIENCIA**

(Con licencia eclesiástica)



1938

III AÑO TRIUNFAL

*Examen
de conciencia*



(Con licencia eclesiástica)

Examen de conciencia

El Consejo Superior recomienda la adopción del siguiente *Examen de Conciencia* para los Retiros y Ejercicios, ya que se hallan recordados en él los deberes de las asociadas de la Juventud Femenina de A. C.

* * *

Pongámonos en la presencia de Dios, en estas horas de misericordia para nuestras almas, y pidámonle las luces necesarias para que conozcamos nuestros pecados, a fin de sentir vivo dolor de haberlos cometido y formular propósitos firmes y fecundos para el nuevo mes, que Dios nos quiera conceder de vida en las filas de la Juventud Femenina.

Cada asociada examinará su vida:

I

En los deberes para con Dios

—¿Recito las oraciones cotidianas por la mañana y por la noche?

—¿Las obras del día, las ofrezco al Sagrado Corazón de Jesús y encomiendo la J. F. de A. C.?

—¿Hago un rato siquiera de meditación? ¿He llegado a hacerla por espacio de un cuarto de hora?

—¿Trabajo para conseguir mi asistencia a la Santa Misa con frecuencia? ¿No podré oírla todos los días?

—¿Paso un día sin visitar a Jesús Sacramentado? ¿Y no llevo a otras personas a estas visitas?

—¿La lectura espiritual es todos los días el alimento para la formación de mi alma, en especial para el apostolado?

—¿Examino mi conciencia cada noche? ¿Veo si cumplo mis deberes como asociada de la J. F.? ¿No practico el examen particular?

—¿Tengo la regla fija de confesarme cada semana con el mismo confesor? ¿Tengo en él confianza y al mismo tiempo el respeto debido como director espiritual y ministro de Dios?

—¿Cada mes hago el retiro de la J. F. seria y devotamente?

—¿Profeso devoción al Sagrado Corazón de Jesús, a la Virgen Santísima, al Patriarca San José, al Ángel de mi guarda, o a la Santa de mi nombre y Patronas de la J. F.?

—¿Encomiendo con frecuencia y posiblemente cada día, a Dios, la J. F.? ¿Ruego por las directivas? ¿Por las asociadas y en particular por mi Centro?

II

En los deberes para consigo misma

—¿Cuál es mi pureza? ¿Y cómo la fomento? ¿Soy delicada en mis pensamientos, en mis palabras, en mi trato?

—En mis lecturas: ¿Tengo en mis manos libros, novelas y revistas ligeras, inconvenientes, mundanas? ¿Procuro leer los libros de la Biblioteca de la Juventud?

—¿Cuido mi pureza con la conciencia de que la pureza más delica-

da es la mejor preparación para el santo estado del matrimonio?

—¿Amo la virtud de la humildad? ¿Soy vanidosa? ¿Trato de aparentar? ¿Quiero que se me tenga en consideración? ¿Busco la alabanza de los superiores?

—¿En mis vestidos y porte, soy modesta y edificante? ¿Dentro de la elegancia modesta, soy ejemplar?

—¿Soy amiga de la comodidad, huyendo toda mortificación? ¿Al levantarme por la mañana, condesciendo con la pereza? ¿En la mesa me dejo llevar de la gula o busco ocasión para hacer alguna mortificación? ¿No hago ningún sacrificio en mi trato con los demás?

III

En los deberes de mi Estado

—¿Tengo obediencia para con mis padres? ¿Cariñoso afecto con mis hermanos y hermanas? ¿Caridad y buenas maneras con los inferiores?

—¿Soy cumplidora estricta de mis deberes como estudiante, como maestra, como empleada o en el puesto que debo desempeñar?

—¿Soy amable, procurando hasta aliviar los deseos o necesidades de las personas de mi casa?

—¿En la calle, en las reuniones, en los negocios, etc., soy ejemplar y correcta, como corresponde a una asociada de J. F.?

IV

*Deberes especiales como asociada a la
J. F. de A. C.*

—¿Estudio mi fe católica? ¿Concurro puntualmente a los Círculos de estudios? ¿Hago los temas doctrinales-evangélicos? ¿Leo los libros que se dirigen a este mismo fin? ¿Procuró leer con cuidado la Prensa de nuestra organización y asimilar sus doctrinas colaborando en la medida de mis fuerzas con la propaganda, con la colaboración también escrita?

—¿Estoy convencida de que en la hora actual Dios quiere que sea apóstol? ¿Uso vanidosamente de este título?

—¿Ejercito en mí este apostolado? ¿Doy buen ejemplo? ¿Lo ejercito en mi casa, entre mis amigas? ¿En mi labor de estudiante, maestra o empleada?

—¿Estoy convencida de que mi apostolado debe tener como base la piedad y así lo practico?

—¿Ejercito el apostolado humildemente, con modestia, o busco ser vista?

—¿Ofrezco a Dios mi vida con espíritu de sacrificio?

—¿Hago con buena voluntad los sacrificios que me impone la J. F., sea en la materialidad de las prescripciones, sea renunciando a alguna diversión o paseo u otro acto para ser puntual a las reuniones o citas de la J. F.?

—¿Bendigo al Sagrado Corazón de Jesús y le ofrezco las dificulta-

des o contratiempos que se me presentan, o me lamento y llevo el desaliento a los demás?

V

Deberes de las Directivas

—¿Cuido la formación de las asociadas, encomendadas a mi solicitud en el Centro?

—¿Pretendo siempre imponer mi parecer? ¿Soy absorbente? ¿No trabajo, y tomo mi puesto como simple honor? ¿Tengo caridad con las asociadas? ¿Busco que haya armonía en el Centro? ¿Procuro las mejores relaciones con las demás Asociaciones de la parroquia en que actúo? ¿Evito decididamente las murmuraciones y las críticas en el Centro?

—¿No estoy orgullosa por la marcha de mi Centro? ¿Hago sacrificios para tomar parte en todas las reuniones y obedecer a todas las órdenes de las autoridades de la J. F. de A. C.?

—¿Soy disciplinada? ¿Soy exigente en demasía? ¿Soy paciente?

VI

Deberes para con el Clero

—¿Mi trato con los sacerdotes está impregnado de respeto y deferencia?

—¿Me permito criticar o murmurar sus actos?

—¿Estoy convencida del amor que debo profesar a mi párroco, a mi obispo y al Papa?

—¿Ruego con frecuencia, y aun

si es posible, cada día, por los sacerdotes, por los consiliarios de la J. F. por mi párroco, por mi obispo, por el Santo Padre?

—¿Ruego y hago algún sacrificio en favor de las misiones y de sus ministros?

VII

Deberes con respecto a nuestra acción sobrenatural

—¿Me convengo de que el éxito de mi acción está más en relación con mis plegarias que con mi sola actuación?

—¿Confío más en los medios humanos que en los sobrenaturales, con respecto a nuestra J. F.?

—¿Estoy segura de que corres-

pondiendo a las gracias del Sagrado oración hallaré todo lo que necesito para la acción de la J. F. en la parte que se me ha encomendado?

—¿Cultivo la vida interior? ¿La unión íntima con Dios en todos y cada uno de los actos del día?

—¿Procuro convencerme de que la vida interior debe ser la que mueva las obras de mi apostolado, y no en cambio, ahogar con éstas aquella vida de mi alma?

Comprendo, Señor, el cúmulo de mis faltas y pecados y ahora, prostrada ante Vos, crucificado por mi amor, os prometo, doliéndome de todo corazón de haberos ofendido, que en adelante procuraré ser fiel a vuestro servicio.

Señor Jesús, como asociada de la J. F. de A. C. he recibido gracias

especiales, he sido llamada por una predilección vuestra, conozco mejor vuestro Corazón dulcísimo y siento más cerca vuestro amor. Me parece escucharos: “Si estos pecados los hubieran cometido otras compañeras tuyas, que no me conocen, tendría paciencia; pero tú, que quizás te acercas cada día a mi Mesa eucarística, que tienes siempre en tus labios la devoción a mi Corazón divino, que habías prometido reparar las ofensas que tantos ingratamente me hacen, que deseabas ser un apóstol de mi reino de amor...”

Comprendo mi ingratitud y, segura de vuestro perdón y de vuestras gracias para perseverar en el buen camino, os digo devotamente: Señor mío Jesucristo...

Propósitos.