

## SCHEMA PER L'ESAME DI COSCIENZA

1. Mi rivolgo al Signore invocando lo Spirito Santo per cogliermi alla sua presenza. Ci si può aiutare con uno sguardo su un'immagine sacra, con un segno di croce...

2. Mi raccolgo nel cuore, in un atteggiamento di fede, per poter vedere tutta la mia integralità davanti al Signore.

3. Chiedo la grazia di vedermi come Dio, mio Salvatore, mi vede, cogliendo il grande senso della mia vita. Posso ripetere qualche frase per me particolarmente significativa della Parola di Dio.

4. Ripercorro la giornata, dialogando con il Signore su tutto ciò che è accaduto—il lavoro, gli incontri, i pensieri e i sentimenti più significativi—, raccontandogli soprattutto ciò che il cuore sente che non corrisponde a come Lui mi vede nel suo amore e che è stato vissuto nella chiusura verso di Lui e verso gli altri. Chiedo la misericordia e rendo grazie.

5. *Esame particolare*: parlo con il Signore riguardo alla realtà che accompagno in questo periodo con maggior attenzione spirituale. Anche qui concludo chiedendo la misericordia e con il rendimento di grazie.

6. Chiedo allo Spirito Santo di mantenermi nell'unione con il Signore, perché io continui a guardare me e gli altri con l'intelligenza del cuore.