

EXAMEN DE CONCIENCIA PARA LA CONFESIÓN.

AÑO de la MISERICORDIA



Reconocer nuestras faltas con humildad nos ayuda, a crecer en virtudes y en amor a Dios. En el examen de conciencia recordamos las ocasiones en que hemos ofendido a Dios y le pedimos perdón por nuestras faltas y pecados. Ahora piensa, sin prisa, aquello de lo que te quieres confesar.

Cuando comiences tu confesión, puedes decir el saludo acostumbrado (por ejemplo: **Ave María purísima**) y el tiempo que ha pasado desde la **última confesión** bien hecha.



¿Me acuerdo de Dios todos los días? Cuando rezo, ¿lo hago por cariño a Dios y porque creo que se lo merece? ¿Me he enfadado y he echado la culpa a Dios de algo malo que me ha sucedido?

¿He callado en la Confesión, **voluntariamente**, algún pecado mortal? ¿Me he acercado indignamente (**en pecado mortal**) a comulgar? ¿He guardado el ayuno una hora antes del momento de comulgar?

¿He hecho espiritismo o he participado en la ouija?

¿He dicho **blasfemias**? (palabras ofensivas contra Dios, la Virgen, los santos, etc..)

¿He pronunciado el nombre de Dios o palabras sagradas sin el respeto y reverencia que el cariño a Dios pide?

Primer mandamiento

Amarás a Dios sobre todas las cosas.

Segundo mandamiento

No tomarás el nombre de Dios en vano.

**Segundo
mandamiento**

*No tomarás el
nombre de
Dios en vano.*

¿He **jurado** por Dios alguna cosa siendo **mentira** lo que juraba, o lo he hecho **sin necesidad** de hacerlo o sin pensar que es algo serio? ¿He dejado de cumplirlo por mi culpa? ¿He jurado hacer algún mal?

¿Es para mí la iglesia un lugar querido y respetado?, ¿lo demuestro guardando silencio, hablando en voz baja y comportándome debidamente?

**Tercer
mandamiento**

*Santificarás
las fiestas.*

¿Cuando pienso en ir a Misa los domingos, lo hago por obligación, o mi corazón me pide que vaya para agradecer y devolver a Dios el Amor, hasta el fin, que me demuestra especialmente en la Misa?

¿He faltado a Misa, sin causa justificada, los domingos y los días de precepto? ¿Me he distraído voluntariamente? ¿He llegado tan tarde que es como si no hubiera ido?

¿Me he confesado los pecados mortales, por lo menos una vez al año? ¿He comulgado en tiempo de Pascua? ¿He guardado la abstinencia durante los viernes de Cuaresma si debía hacerlo?

**Cuarto
mandamiento**

*Honrarás a tu
padre y a tu
madre.*

¿Tengo cariño a mis padres y a mis superiores? ¿Les he desobedecido? ¿Les he insultado o criticado interiormente? ¿trato con delicadeza y respeto a las personas mayores?

¿He ido a lo mío sin preocuparme de agradar a mis padres? ¿Les he entristecido con mi conducta? ¿He sido responsable atendiendo en clase y estudiando con intensidad y orden?

¿Me dejo llevar del mal genio y me enfado con frecuencia y sin motivo justificado? ¿Obedezco con facilidad? ¿Protesto y me quejo, con malos modos, ante las cosas que me piden?

¿He maltratado a otras personas, hiriendo, peleando, insultando, o causándoles algún tipo de daño? ¿He dado mal ejemplo? ¿Me he burlado o he criticado, molestado o ridiculizado a alguien? ¿He incitado a otros a pecar?

Quinto mandamiento
No matarás.

¿Me he causado algún mal? ¿Me he dejado dominar por la gula, es decir, he comido o bebido demasiado? ¿Me falta orden en mi horario, en el trabajo, en mi vida?

¿He respetado la grandeza de la sexualidad y del amor o he tratado el sexo como si fuera una mercancía, una cosa, o algo para divertirme, convirtiéndolo en impureza?

Sexto y noveno mandamiento
No cometerás actos impuros. No consentirás pensamientos ni deseos impuros.

¿He hecho **voluntariamente** acciones impuras? ¿He disfrutado, **voluntariamente**, con pensamientos, recuerdos, deseos impuros, aunque después no los haya hecho? ¿He tenido conversaciones impuras? ¿Las he comenzado yo? ¿He pecado viendo, **voluntariamente** imágenes en revistas, páginas de internet, películas, etc, o leyendo o escuchando obscenidades? ¿las he compartido con otros?

¿He robado alguna cosa o dinero y no lo he devuelto? ¿algo de poco o de mucho valor? ¿He roto cosas, porque me apetecía o por pasarlo bien?

Séptimo y décimo mandamiento
No robarás. No desearás los bienes ajenos.

¿He ayudado de algún modo a las personas que pasan hambre o cualquier tipo de necesidad? ¿Se compartir lo que tengo? ¿He gastado demasiado dinero por capricho? ¿Tengo envidia y me duele que alguien tenga más que yo, o que sea mejor que yo en algo?

**Octavo
mandamiento**

*No dirás falso
testimonio ni
mentirás.*

¿He dicho mentiras? ¿He pensado mal de otras personas? ¿He calumniado: he hablado mal de personas o instituciones siendo mentira lo que he dicho? ¿He hablado mal, sin justa causa, de defectos de otras persona, aunque sean ciertos? ¿He procurado arreglarlo de alguna manera, hablando bien de lo que había hablado mal?

¿He sido desleal con mis amigos y amigas? ¿He revelado sus secretos sin justa causa? ¿He escuchado conversaciones contra la voluntad de los que las mantenían?

Ahora, antes de confesarte, pide perdón al Señor por tus pecados, y ayuda para intentar no volver a cometerlos. Puedes rezar el **Señor mío Jesucristo** u otro acto de dolor que tú quieras.

Señor mío Jesucristo,

Dios y hombre verdadero, Creador, Padre, Redentor mío, por ser vos quien sois, Bondad infinita, y porque os amo sobre todas las cosas me pesa de todo corazón haberos ofendido, y también me pesa porque podéis castigarme con las penas del infierno, ayudado de vuestra divina gracia , me propongo firmemente, nunca más pecar, confesarme y cumplir la penitencia que me fuera impuesta.

Amén.

