

EXAMEN DE CONCIENCIA

1. No tendrás otro Dios fuera de mi.

Creo en Dios, “con todo el corazón, la mente, la fuerza”, o dudo de su existencia y de su amor? Oro cada día? Ofrezco a Él mis acciones diarias? Escucho y acojo las enseñanzas de la Iglesia? Me he construido “ídolos” en el lugar de Dios? Soy demasiado apegado al dinero, al poder, a las satisfacciones de la carne? Tengo un concepto demasiado alto de mi mismo, hasta caer en la soberbia y en la ira? Creo en la magia? Soy supersticioso?

2. No diré el nombre de Dios en vano.

Blasfemo el nombre de Dios, de Jesús, de la Madre, de los Santos? los nombro sin respeto, como un banal intercambio, en discursos vulgares o bromistas? Acepto que sean objeto de burla y de explotación comercial? Maldigo en contra de la vida? Como también en contra de los muertos?.

3. Santificar las fiestas.

Voy a Misa cada Domingo y otras fiestas de precepto? Llego puntual y participo activamente? Hago gastos innecesarios en Domingo, impidiendo así a aquellos trabajadores de poder santificar a su vez las fiestas? Tomo la oportunidad de las fiestas para acercarme al prójimo, especialmente aquellos que se encuentran en necesidad? Voy a ayudar a los ancianos y enfermos? Me acuerdo concretamente de los pobres? Sé dar a mi cuerpo y a mi mente el justo descanso?

4. Honrar padre y madre

Agradezco a Dios Padre por el regalo de mis padres? hago sentir a ellos el consuelo de tenerme como hijo/hija? Sé ayudarlos con amor y discreción, sobretodo si están enfermos o ancianos y así no herir su dignidad?

5. No matar

He cometido cualquier tipo de aborto, lo he aconsejado o aprobado? Qué cosa pienso de la Eutanasia, la practicaría? Apruebo en cualquier medida la violencia? la favorezco, también con la adhesión a espectáculos o juegos violentos? Alimento odio o rencor hacia alguien? Soy vengativo o lento al perdón?

6. No cometer actos impuros

Vivo de manera egoísta y solitaria mi sexualidad? Practico y apruebo las relaciones prematrimoniales? Busco satisfacción en espectáculos e imágenes impuras o engañosas?

7. No robar

Me he apropiado de cosas que pertenecen a los demás? Exploto indebidamente los recursos del lugar donde trabajo? He engañado en los precios o en el pago? Tardo sin motivo en pagar a los otros aquello que les devo?

8. No dar falso testimonio

He dicho cosas falsas sobre los demás? He hablado precipitadamente de los demás, sin conocer toda la verdad? He hablado mal, he juzgado, condenado a alguien aunque sea en lo secreto de mi corazón? He engañado o escondido la verdad?

9. No desearás a la mujer de otro o al hombre de otra.

Deseo un hombre/mujer que pertenece a otra persona? Me entrometo en la vida de una pareja y hago cosas que puedan lesionar la unidad? Me lamento constantemente de mi esposo, en lugar de buscar juntos la ayuda sanadora de Dios? Descuido el diálogo y las demostraciones de afecto que hacen presente a Dios en nuestras vidas?

10. No desearás los bienes ajenos

Se agradecer a Dios por todos los beneficios que libremente quiere verter en mi vida, o por el contrario miro continuamente con deseo los bienes materiales y espirituales recibidos por los demás? Soy envidioso? Celoso? Codicioso? Me dejo tomar por la pereza y así no colaborar activamente con la obra de la creación?

Acto de Contrición

Dios mío, me arrepiento y lamento con todo el corazón de mis pecados, porque pecando he merecido tus castigos y mucho más porque te he ofendido, infinitamente bueno y digno de ser amado sobre todas las cosas. Propongo, con tu santa ayuda, de no ofenderte nunca más y de evitar las ocasiones próximas de pecado. Señor ten misericordia de mí, perdóname.



Via Servilio Isarnico, 16/18 - 00174 Roma - www.gesurisorto.it