



Examen de conciencia

Para hacer una buena confesión debes tener la intención de volver a Dios con la humildad del hijo pródigo de la parábola del Evangelio, reconociendo los pecados que has cometido con una contrición sincera delante del sacerdote, que actúa en la persona de Cristo.

Al comenzar el examen de conciencia antes del Sacramento de la Penitencia, conviene que cada uno, se pregunte sobre lo siguiente:

- ¿Me acerco al Sacramento de la Penitencia con un deseo sincero de purificación, de conversión y de amistad más profunda con Dios... o lo considero como una especie de carga, y eso hace que, de hecho, me confiese las menos veces posibles?
- En mis confesiones anteriores... ¿Me he callado, de forma voluntaria y consciente, algún pecado grave? ¿Cumplí las penitencias que me pusieron en esas confesiones?
- Si he cometido injusticias con los demás... ¿las he reparado de algún modo? ¿Me he esforzado por llevar a la práctica mis propósitos de vivir de forma coherente con el Evangelio?

Pecados contra el primer mandamiento:

Amarás a Dios sobre todas las cosas.

1. ¿Alguna vez has pensado o sentido que Dios no existe?
2. ¿Has leído el horóscopo o has creído en brujerías?
3. ¿Has dudado del perdón de Dios?
4. ¿Has negado que Dios es bueno?
5. ¿Te has confesado sin arrepentimiento o has dejado de hacer la penitencia que te dejó el sacerdote?
6. ¿Callaste algún pecado grave en tu confesión anterior?
7. ¿Has comulgado sabiendo que estás en pecado grave?
8. ¿Has hablado mal de Dios, la Virgen, el Papa o la Iglesia?
9. ¿Te has enojado y desesperado con Dios?

Pecados contra el segundo mandamiento:

No jurarás el nombre de Dios en vano.

1. ¿Has jurado el nombre de Dios en vano?
2. ¿Has usado el nombre de Dios para jugar?
3. ¿Has usado el nombre de Dios para jurar algo que es mentira?
4. ¿Has cumplido con todas tus promesas?
5. ¿Te has expresado de manera irrespetuosa contra Dios o has hablado mal de Él?
6. ¿Te has reído o burlado de Dios, la Virgen María, los santos, la Iglesia, los sacerdotes, a través de chistes o conversaciones irrespetuosas?

Pecados contra el tercer mandamiento:

Santificarás las fiestas.

1. ¿Has dejado de ir a Misa los domingos o días de fiesta de guardar?
2. ¿Has estado distraído en Misa, conversando y jugando?
3. ¿Has llegado tarde a Misa por tu culpa?
4. ¿Has aconsejado a otros para que no vayan a Misa?

Pecados contra el cuarto mandamiento:

Honrarás a tu padre y tu madre.

1. ¿Has desobedecido a tus papás?
2. ¿Has tratado o hablado a tus padres de malas maneras y en tono airado?
3. ¿Los has insultado, o levantado la voz o la mano?
4. ¿Te has burlado de ellos?
5. ¿Les has deseado cosas malas?
6. ¿Has sentido vergüenza de tus padres ante los demás?
7. ¿Con tu comportamiento has dado disgustos graves o penas a tus padres?
8. ¿Has dejado de ayudar a tus padres en las labores de la casa y en el cuidado de tus hermanos cuando te lo piden?
9. ¿Has mentido a tus padres?

Pecados contra el quinto mandamiento:

No matarás.

1. ¿Has puesto en riesgo tu vida o salud, con juegos peligrosos, o tomando o comiendo cosas dañinas para tu salud?
2. ¿Has deseado no haber nacido?
3. ¿Has golpeado o agredido a alguien ocasionándole algún daño?
4. ¿Has maldecido o deseado el mal o la muerte a tu prójimo?
5. ¿Has hablado mal de alguien, te has burlado o ridiculizado a otros, de sus defectos?
6. ¿Te has negado a perdonar a alguien?
7. ¿Estás enojado con alguien?
8. ¿Te has negado a pedir perdón cuando has ofendido a alguien?
9. ¿Has ocasionado peleas o riñas entre tus hermanos, amigos o compañeros?
10. ¿Has sido causante de que alguien más cometa un pecado?
11. ¿Tienes odio o cólera por tus hermanos o compañeros?
12. ¿Has realizado acciones destructivas o de contaminación de la naturaleza y del medio ambiente?

Pecados contra el sexto y noveno mandamientos:

No cometerás actos impuros. No consentirás pensamientos ni deseos impuros.

1. ¿Has cometido acciones contra la pureza?
2. ¿Has consentido pensamientos o imaginaciones impuras?
3. ¿Has tocado tu cuerpo en forma indebida, tu solo o con otra persona?
4. ¿Has cometido acciones impuras, que te avergonzarían si se supieran?
5. ¿Has tenido conversaciones impuras?
6. ¿Te has reído o hecho chistes obscenos?
7. ¿Has hecho dibujos o gestos obscenos con tus manos?
8. ¿Has visto películas, videos o fotografías obscenas?
9. ¿Has buscado imágenes impuras de manera intencional, en la tv, internet, revistas, fotografías?
10. ¿Te has deleitado en ellas?

Pecados contra el séptimo y décimo mandamientos:

No robarás. No codiciarás los bienes ajenos

1. ¿Has cogido dinero que no es tuyo?
2. ¿Has cogido o te has quedado con algo que no es tuyo?
3. ¿Has ayudado a robar?
4. ¿Has hecho voluntariamente daño a las cosas de otras personas?
5. ¿Has intentado robarle o dañar las pertenencias de alguien más, aunque al final no lo hayas conseguido?
6. ¿Te has quedado con el vuelto de las compras?
7. ¿Has sentido envidia por las cosas buenas que le pasan a los demás?
8. ¿Has sentido envidia por las cosas que tienen otros que tú no tienes?

Pecados contra el octavo mandamiento:

No dirás falsos testimonios ni mentirás.

1. ¿Has dicho mentiras?
2. ¿Has acusado falsamente a alguien?
3. ¿Has dicho mentiras de alguien para perjudicarlo?
4. ¿Has hablado mal de alguien?
5. ¿Has preferido quedarte callado antes que decir y/o defender la verdad?
6. ¿Has copiado en tus tareas o exámenes?
7. ¿Has revelado algún secreto que te han confiado?