

EXAMEN DE CONCIENCIA PARA LA CONFESIÓN.

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 pregúntate, sin prisa, lo que has hecho en contra de los mandamientos de la Ley de Dios y de la Iglesia,

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

Primer mandamiento
Amarás a Dios sobre todas las cosas.

¿Me acuerdo de Dios todos los días? ¿Me dejo llevar por alguna superstición dando a otras cosas distintas de Dios los poderes de Dios?

¿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?

¿Me he enfadado y he echado la culpa a Dios de algo malo que me ha sucedido? ¿He pensado o he hablado contra Dios?

Segundo mandamiento
No tomarás el nombre de Dios en vano.

¿He dicho **blasfemias** (palabras ofensivas contra Dios, la Virgen, los santos, etc..)? ¿He pronunciado el nombre de Dios o palabras sagradas sin respeto y reverencia? ¿Lo he hecho para quedar bien delante de algunas personas?

¿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 jurado o prometido algo y he dejado de cumplirlo por mi culpa? ¿He jurado hacer algún mal?

¿Guardo respeto cuando estoy en la Iglesia, o en algún lugar sagrado, lo demuestro guardando silencio, hablando en voz baja y teniendo la compostura debida?

Tercer
mandamiento
*Santificarás
las fiestas.*

¿He faltado a Misa, sin causa justificada, los domingos y los días de fiesta 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? ¿He desobedecido a mis padres o superiores en cosas importantes? ¿Les he insultado o criticado interiormente? ¿Tengo 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?

¿He reñido con mis hermanos o con otras personas? ¿He dado mal ejemplo?

Quinto
mandamiento
No matarás.

¿Me he dejado llevar por la ira y me he peleado? ¿He insultado a otras personas? ¿Tengo enemistad, odio o rencor hacia alguien? ¿He dejado de hablarme con alguien y me he negado a perdonar? ¿He deseado un mal grave al prójimo? ¿Me he alegrado de los males que les han ocurrido a otras personas? ¿Me he burlado o he criticado, molestado o ridiculizado a alguien? ¿He incitado a otros a pecar?

¿Me he dejado dominar por la gula, es decir, he comido o bebido demasiado? ¿Me he puesto voluntariamente en peligro de pecar?

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

¿He respetado la grandeza de la sexualidad o he tratado el sexo como si fuera una mercancía, una cosa, o algo para divertirme?

¿He hecho **voluntariamente** acciones impuras? ¿Me he entretenido, **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? ¿Pongo pegas para abandonar las circunstancias de ambiente, lugares, amistades, etc, que me llevan a pecar?

**Séptimo y
décimo
mandamiento**

*No robarás.
No desearás
los bienes
ajenos.*

¿He robado alguna cosa o dinero y no lo he devuelto? ¿algo de poco o de mucho valor? ¿He dañado cosas de otras personas o públicas, porque me apetecía o por pasarlo bien? ¿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 hecho juicios negativos 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 de modo positivo de esa persona o institución?

¿He sido leal 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** o lo 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.