

Examen de conciencia

I. Mi relacionamiento con Dios y con el mundo sobrenatural

¿He usado todos los medios que están a mi alcance – Sacramentos, oraciones, buenas compañías, etc. – para llegar a amar a Dios de todo corazón y sobre todas las cosas?

¿Guardo algún apego a personas, objetos y defectos que disminuyen mi amor a Dios?

¿Busco mostrar mi gratitud y confianza en Dios por la frecuencia en los sacramentos – especialmente la Comunión y la Confesión – y por las oraciones bien hechas?

¿Me distraigo en la Santa Misa, hago mi Confesión sin arrepentimiento, y mis oraciones con disipación?

¿Falté por culpa propia a Misa los domingos y días de precepto?

¿En la Iglesia, o en otros lugares santos, cometí irreverencias con risas, bromas, conversaciones o palabras inútiles?

¿Asistí a Misa sin atención? ¿Me distraje voluntariamente durante el Santo Sacrificio?

¿Escondí algún pecado grave en la Confesión?

¿Fui a dormir sin haber hecho todas mis oraciones diarias?

¿He sido infiel a la Religión, dudando de la Fe, leyendo escritos o asistiendo programas de televisión contrarios a la Iglesia Católica?

¿Tengo vergüenza de ser Católico, Hijo de Dios y (si hizo la consagración) esclavo de Nuestra Señora?

¿Defendí la honra de la Iglesia cuando se presentó la ocasión? ¿O me tomé de respeto humano?

¿Hice uso, sin respeto, del nombre de Dios y de los Santos?

¿Pensé o hablé con desprecio de Dios, de los Santos, de las cosas sagradas (blasfemias)?

¿Juré en falso, o sin necesidad?

¿Utilicé frases de la Sagrada Escritura para hacer bromas?

¿Llegué a frecuentar el culto de otras religiones?

¿Me he acercado por cualquier motivo – bromas, juegos, etc. – con prácticas supersticiosas (hechizos, magias, adivinaciones, simpatías, etc.)?

¿Asistí reuniones espiritistas?

¿Reclamé contra la voluntad de Dios cuando me sucedió alguna dificultad?

¿Quise, por vanidad y por orgullo, llamar la atención de los otros, desviándolos de Dios?

¿Acepté con placer orgulloso los elogios que me hicieron, juzgándome superior a los otros?

¿Perdí mucho tiempo delante del espejo, por vanidad, o hablé mucho de mí mismo, a fin de engrandecerme?

II. Del trato con mis hermanos en la Fe

- ¿Respeté y obedecí a mis superiores? ¿Les falté el respeto por palabras, gestos o murmuraciones?
- ¿Causé peleas o desuniones entre mis prójimos, especialmente entre mis hermanos en la Fe y en la Vocación?
- ¿Guardé rencor y resentimiento en relación a quien me ofendió o me hizo algún mal?
- ¿Deseé el mal a alguien por motivos egoístas? ¿Llegué a desear la muerte a alguien?
- ¿Maté o agredí gravemente a alguien?
- ¿Tuve envidia del prójimo al ver sus cualidades o sus bienes? ¿Hablé mal de alguien por envidia o algún otro motivo?
- ¿Injurié o insulté al prójimo? ¿Familiares? ¿Superiores? ¿Sacerdotes?
- Al ver defectos o faltas de mis prójimos, ¿busqué ayudarlos con mis oraciones, palabras, o comunicando a mis superiores?
- ¿Divulgué, sin necesidad, los defectos o las faltas de mi prójimo? ¿Exageré sus pecados o defectos?
- ¿Me alegré con la desgracia de mi prójimo?
- ¿Me apropié de algo perteneciente a otro? ¿O deseé hacerlo?
- ¿Guardé injustamente objetos prestados o encontrados? ¿Restituí lo que robé o dañifiqué a otro?
- ¿Mentí o deformé la verdad alguna vez? ¿En materia grave?
- ¿Abrí cartas, e-mails o anotaciones de otro, sin autorización? ¿Fue de algún superior?
- ¿Di escándalos, o hice alguna cosa que pudiese llevar a alguien a ofender a Dios?
- ¿Mostré imágenes o videos inmorales a otros?
- ¿Llevé a alguien a ver algo contrario a la pureza por televisión o en internet?
- ¿Miré a alguien con intenciones impuras?
- ¿Hice gestos indecentes?
- ¿Llevé a alguien al pecado de impureza por convite, malos ejemplos o gestos?

III. Mi respeto con el “Templo de Dios” que soy

- ¿Tomé alguna actitud contraria a mi altísima condición de Hijo de Dios? Como, por ejemplo, comer o beber demás, perjudicando mi salud.
- ¿Deseé la muerte? ¿Busqué, de alguna forma, perjudicar mi salud, o hasta suicidarme?
- ¿Mantuve deseos o pensamientos impuros, voluntariamente?
- ¿Tuve malas conversaciones, vi revistas, programas, imágenes o videos inmorales?
- ¿Oí músicas contrarias a la virtud de la pureza?
- ¿Hablé con otras personas acerca de temas impuros? ¿Con personas del mismo o de otro género?
- ¿Miré con mala intención cosas contrarias a la castidad?
- ¿Pequé por toques, o acciones impuras? ¿Sólo, o con otras personas? ¿Del mismo o de otro género?
- ¿Fui lento en alejar los pensamientos y deseos impuros?
- ¿He huído de las malas ocasiones?
- ¿Escondí alguno de esos pecados en la confesión, por miedo, o por vergüenza?
- Cuando estuve solo, ¿tomé actitudes vulgares, indecentes o impuras?