

EXAMEN DE CONCIENCIA PARA LAS PERSONAS CASADAS

RESPONSABILIDADES PARA CON DIOS

¿He ido a Misa todos los domingos? ¿He participado en Misa o he soñado despierto o he estado presente con la mente en blanco?

¿He rezado todos los días (15-20 minutos)?

¿He leído la Biblia?

¿He estudiado las verdades de nuestra fe y he permitido que se conviertan en parte más de mi forma de pensar y actuar?

¿He leído algún libro espiritual o literatura religiosa? ¿Le he dicho a Dios que quiero amarlo con todo mi corazón, mente y fuerzas?

¿Tengo algún resentimiento hacia Dios?

¿He reconocido mi necesidad de Jesús y su salvación?

¿Le he pedido al Espíritu Santo que me capacite para vivir la vida cristiana, para ser un esposo/esposa y padre adecuado?

¿He sido financieramente generoso con la Iglesia? ¿He participado en actividades parroquiales o religiosas?

¿He guardado resentimientos hacia la Iglesia o hacia las autoridades eclesíásticas? ¿Los he perdonado?

RESPONSABILIDADES PARA CON MI CÓNYUGE

¿He cuidado a mi cónyuge?

¿He sido generoso con mi tiempo? ¿He ayudado a mantener un hogar ordenado?

¿He socavado el trabajo y la contribución de mi cónyuge?

¿He sido cariñoso y cariñoso? ¿Le he dicho a mi cónyuge que lo amo?

¿Me he preocupado por el bienestar espiritual de mi cónyuge? ¿He hecho tiempo para orar diariamente con mi cónyuge? ¿He orado por mi cónyuge?

¿He escuchado a mi cónyuge? ¿He socavado el consejo de mi cónyuge?

¿He prestado atención a sus inquietudes, preocupaciones y problemas? ¿Los he buscado?

¿He permitido que el resentimiento y la amargura hacia mi cónyuge echen raíces en mi mente? ¿Los he alimentado? ¿He contemplado la idea de divorciarme de mi cónyuge?

¿He perdonado a mi cónyuge por los males que ha cometido contra mí?

¿He permitido que los malentendidos, la falta de comunicación o los accidentes causen ira y desconfianza?

¿He alimentado pensamientos críticos y negativos sobre mi cónyuge?

¿He manipulado a mi cónyuge para salirme con la mía?

¿He guardado secretos u ocultado información importante a mi cónyuge?

¿He tratado de intimidar o dominar a mi cónyuge? ¿Le he hecho daño físico?

¿Le he hablado brusca o sarcásticamente a mi cónyuge? ¿He hablado de una manera

degradante o negativa? ¿He bendecido a mi cónyuge? ¿He dado gracias a Dios por el regalo de mi cónyuge?

¿He lastimado a mi cónyuge a través de burlas y burlas negativas?

¿He insultado a mi cónyuge con nombres duros o he usado un lenguaje que no es respetuoso?

¿He maltratado físicamente a mi cónyuge?

¿He chismeado sobre mi cónyuge?

¿He socavado la autoridad y la dignidad de mi cónyuge a través de la falta de respeto y la rebeldía?

¿He sido malhumorado y hosco (es decir, de mal genio)?

¿He discutido con mi cónyuge por terquedad y egoísmo?

¿He mentido o engañado a mi cónyuge?

¿Me he ocupado del bienestar físico y mental de mi cónyuge?

¿He abusado de la sexualidad?

¿He utilizado las relaciones sexuales únicamente para mi propio placer egoísta?

¿He sido demasiado exigente en mi deseo de satisfacción sexual?

¿He sido amoroso y físicamente afectuoso en mis relaciones sexuales o he usado las relaciones sexuales de una manera que sería degradante o irrespetuosa para mi cónyuge?

¿He rechazado las relaciones sexuales por pereza, venganza o manipulación?

¿Me he negado a concebir hijos por egoísmo o codicia material?

¿He usado métodos anticonceptivos artificiales?

¿He tenido un aborto o he animado a otras a hacerlo?

¿Me he masturbado?

¿He coqueteado o fomentado relaciones inapropiadas con otra persona, ya sea en mi mente o a través de palabras y acciones?

¿He usado pornografía: libros, revistas o películas?

¿He cometido adulterio?

¿He abusado del alcohol o las drogas? ¿He ignorado la petición de mi cónyuge de controlar el consumo de alcohol?

¿He sido financieramente responsable?

RESPONSABILIDADES PARA CON LOS HIJOS

¿Me he ocupado de las necesidades espirituales de mis hijos?

¿He sido pastor y guardián como Dios me ha designado?

¿He tratado de fomentar una familia cristiana donde Jesús es el Señor?

¿He enseñado a mis hijos el Evangelio y los mandamientos de Dios?

¿He rezado con ellos? ¿He guiado a mis hijos a orar antes de una comida?

¿He sido persistente y valiente en mi formación y enseñanza?

¿Los he disciplinado cuando ha sido necesario?

¿He sido perezoso y apático?

¿He hablado con ellos para conocer sus problemas, preocupaciones y temores?

¿He sido cariñoso con ellos?

¿Los he abrazado y les he dicho que los amo?

¿Me he tomado el tiempo para pasar con ellos?

¿He estado impaciente y frustrado con ellos?

¿Los he corregido por amor para enseñarles lo que es correcto y bueno?

¿Los he tratado con respeto?

¿Les he hablado de una manera sarcástica o degradante?

¿He guardado resentimientos contra ellos?

¿Los he perdonado?

¿He sido de un mismo corazón y mente con mi cónyuge en la crianza de los hijos? ¿O he permitido que los desacuerdos y las disensiones interrumpen la formación, la educación y la disciplina de nuestros hijos?

¿He socavado el papel de la autoridad a los ojos de mis hijos al hablar negativamente en contra de Dios, la Iglesia, ¿mi cónyuge u otras personas que tienen autoridad legítima sobre ellos?

¿He sido un buen testimonio cristiano a mis hijos en lo que digo y hago? ¿O exijo una norma para ellos y otra para mí?

¿He sido debidamente generoso con mis hijos en cuanto al dinero y al bienestar físico y material?

¿He sido avaro?

¿He sido extravagante, estropeándolos?

RESPONSABILIDADES CON LA SOCIEDAD

¿He sido un testigo cristiano de aquellos con quienes trabajo o me asocio

¿He hablado con alguien sobre el Evangelio y lo importante que es creer en Jesús?

¿He guardado resentimientos y rabia contra aquellos con quienes trabajo, parientes o amigos?

¿Los he perdonado?

¿He sido poco ético en mis negocios?

¿He robado o mentido?

¿He permitido que el Evangelio influya en mis opiniones políticas y sociales?

¿He tenido una preocupación cristiana apropiada por los pobres y necesitados?

¿He pagado mis impuestos?

¿He fomentado o alimentado el odio hacia mis enemigos "políticos", ya sean locales, nacionales o internacionales?

¿He tenido prejuicios contra otras personas debido a mi raza, color, religión o estatus social?

¿He aconsejado a otros que se divorcien de su cónyuge?

Por el P. Thomas Weinandy