

Examen de Conciencia

Hasta qué punto he dedicado mi tiempo a la oración?
He incluido a Dios en mi vida diaria?

He dado más importancia a la gente, los eventos o las cosas que a Dios?

Estoy viviendo mi fe Católica activamente? Estoy transmitiendo a mis hijos la fe?

Me he sentido avergonzado de hablar de mi fe?

Mis palabras han ofendido a Dios, a la Iglesia o a las personas, de forma activa o pasiva?

Voy a Misa cada domingo y en los días de obligación?

Busco la forma de pasar tiempo con mi familia o prestar servicios los domingos?

Uso mis talentos y mis dones para el servicio a Dios?

Guardo respeto a mis semejantes o los utilizo para lograr lo que quiero?

Demuestro respeto tanto a los que son autoridad legítima como a los que están bajo mi autoridad (incluyendo a mis hijos, si los tengo)?

He tornado o mal gastado el tiempo o los recursos que no me pertenecen?

He descuidado mis responsabilidades por pereza?

He causado daño a otros de forma física, verbal o emocional?

Miro con desprecio a aquellos que son diferentes a mí?

He chismado, he mentido, o he elaborado cuentos a expensas de otros?

He respetado la dignidad física y sexual de otros y la mía propia?

He respetado el honor de mi pareja (si estoy casado/a) con todo mi cariño y amor exclusivo?

Soy conforme con mis posibilidades y mis necesidades, o me compare con otros de forma innecesaria?

Busco llenar los vacíos en mi vida con posesiones materiales?

Estoy inclinando hacia la adicción a las drogas, alcohol, juegos o a la pornografía?

Me siento sinceramente arrepentido por las cosas malas que he hecho?

Como Confesarse

Preparación:

Antes de ir a la confesión, debes ponerte en oración y comparar tu vida con los diez mandamientos, las bienaventuranzas, y el ejemplo de Cristo. Al reverso de esta tarjeta encontraras un Examen de Conciencia que puede usar.

La Confesión:

El padre te da la bienvenida y ambos hacen la señal de la cruz. Puedes comenzar a hablar de ti mismo, tu situación o las dificultades que enfrentas en tu vida Cristiana y dile cuando fue tu última confesión.

La Palabra de Dios:

(opcional) Uno de los dos puede leer un pasaje de las escrituras que sea apropiado para el momento.

Confesión de los Pecados y el Acto Penitencial:

Confiesa tus pecados. El sacerdote te ofrecerá el consejo que considere conveniente y te dará una penitencia. Esta puede incluir una oración, negación de sí mismo o actos de misericordia.

Oración del penitente: Reza una oración que exprese arrepentimiento por tus pecados y el deseo de no volver a pecar.

Absolución:

El sacerdote extiende sus manos sobre tu cabeza y pronuncia una fórmula de absolución, haciendo la señal de la cruz en tu cabeza al pronunciar las últimas palabras. Tu respuesta es: "Amen."

Despedida:

El sacerdote te indica que vayas en paz. Continúa expresando tu conversión a través de una vida renovada, de acuerdo al Evangelio y al Amor de Dios.

