

EXAMEN DE CONCIENCIA REGRESA A CASA

“A quienes les perdone los pecados les quedarán Perdonados; a los que no se los perdone les quedarán sin perdonar.”(Jn. 20,23)

No hay pecado que no pueda ser perdonado, si nos acercamos a la misericordia de Dios con un corazón sediento de su Perdón. La confesión es un Sacramento consolador altamente personal donde Cristo sale al encuentro de los hombres y mujeres de nuestro tiempo.

Condiciones para una Buena Confesión.

- + Examen de Conciencia
- + Dolor por haber pecado
- + Propósito de no volver a pecar
- + Decir los pecados al confesor
- + Cumplir la Penitencia

¿Cuándo tienes que confesarte?

La iglesia pide que nos confesemos al menos una vez al año; pero hay que tener en cuenta que la Confesión es necesaria para reconciliarte con Dios cuando se le ha ofendido con un pecado grave y aconseja acudir a ella frecuentemente para renovar e incrementar la gracia santificante que nos da su Espíritu Santo.

Para ello debes arrepentirte sinceramente delante de Cristo de todos tus pecados cometidos y tomar la resolución de no volver a pecar.

Antes de hacer tu examen de conciencia debes ponerte en la presencia de Dios y pedirle su Luz, para que al momento de confesar tus pecados lo hagas de manera sincera y arrepentida asumiendo la responsabilidad de tus actos.

“Porque no sólo perdona, sino que también olvida tus pecados.” (Sal. 103, 11 – 13)

¿De qué te tienes que confesar?

De todo pecado grave y/o mortal no acusado hasta este momento, para que un pecado sea mortal debe tener materia grave; es decir que haya atentado contra la gracia de Dios y su Espíritu Santo, Pleno conocimiento de la gravedad del pecado y consentimiento, y voluntad plena en la acción del pecado.

¿Qué pasa cuando te Confiesas?

Te reconcilias con Dios, pues obtienes con seguridad su perdón.
Te vuelves grato a los ojos de Dios, pues te llenas de su Gracia.
Quedas preparado de forma Inmediata para recibir la Comunión Eucarística.
Quedas revestido de la Dignidad de ser Hijo de Dios.
Quedas renovado en la calidad de una Vida Cristiana.
Te vuelves responsable, pues asumes las consecuencias de tus actos.
Te haces más humilde, pues reconoces sinceramente tus pecados.
Te vuelves más fuerte espiritualmente, pues reafirmas la voluntad de no pecar.
Recibes consejos que te ayudarán a superarte en tu vida Cristiana Católica.

“Yo perdonaré sus Maldades y no volveré a acordarme de sus pecados.” (Heb. 8,12)

“Ahora que ya estás listo para confesarte pide al Espíritu Santo que te ilumine para que puedas recordar cuáles son los pecados que han disgustado a Dios y a través de su Espíritu repasa los 10 mandamientos para saber que faltas haz cometido”.

Oración para la confesión.

Dios mío he pecado, y soy culpable ante Ti, dame el valor para confesarte mi falta en lo secreto de mi corazón, ilumina a mi confesor para que me guíe con seguridad en este camino aumenta mi humildad, hazla más auténtica, líbrame de mi pecado y perdona el dolor por haberte ofendido y por haber ofendido a mi prójimo, mi vida pongo en tus manos. Amén

1er Mandamiento – Amar a Dios: ¿Me da miedo o vergüenza llamarme o manifestarme como católico?, ¿estudio mi fe evito lo que pudiera dañarla? (lecturas, programas) ¿he hablado mal de mi Religión? ¿Dudo de Dios? ¿Acepto doctrinas que van fuera de mi fe y lo que enseña la iglesia católica? ¿Rezo todos los días? ¿Ofrezco a Dios mi día? ¿Me acuerdo de Él al menos por la mañana o por la noche? ¿Le doy gracias a Dios por todas sus bendiciones? ¿Cumplí la penitencia dada en mi última confesión? ¿He abusado de la confianza en Dios por presumir que ya me perdonó sin haberme confesado? ¿Pongo por encima de Dios, mis gustos, comodidades, egoísmo, pereza, vanidad, soberbia como si éstos fueran los valores supremos de mi vida? ¿Consulto el horóscopo, las cartas, juegos como la Ouija?

2do Mandamiento: – Respetar a Dios: ¿Pronuncio con respeto el Nombre de Dios, de la Virgen y de los Santos? ¿Hago juramentos falsos o inútiles? ¿He prometido algo a Dios y no lo he cumplido? ¿Cumplo mis promesas? ¿Hago maldiciones? ¿He ocultado por vergüenza en la confesión algún pecado grave y después he comulgado?

3er Mandamiento – Santificar las Fiestas: ¿Oigo la misa con devoción? ¿No respeto los momentos de la celebración de la misa? ¿Escojo distracciones por cualquiera que sea, en vez de la misa? ¿He faltado por pereza, falta de voluntad o por mi propia culpa a misa?

4to Mandamiento – Honrar a tu Madre y a tu Padre: ¿He sido cariñoso con mis padres, abuelos o alguna figura de autoridad? ¿Los he desobedecido? ¿Les ayudo de buena gana y con gusto? ¿Corrijo injustamente a mis padres? ¿Les he deseado algún mal? ¿Los he tratado con desprecio? ¿Los he sobornado? ¿He sido irrespetuoso con ellos?

5to Mandamiento – No Matarás: ¿Tengo enemistad, odio, rencor o resentimientos contra alguien? ¿He despreciado a los demás? ¿Me considero superior? ¿Me burlo de ellos, los critico, molesto o ridiculizo ante los demás? ¿He maltratado de palabra u obra a alguien? ¿Soy imprudente al conducir? ¿He aconsejado, practicado o fomentado cualquier modo de aborto? ¿Me he embriagado o drogado en exceso? ¿Me he deseado la muerte o a alguien más? ¿Omito acciones que pudieran impedir Homicidios, problemas como discusiones insultos o riñas? ¿Me aprovecho de los demás, por su entrega al servicio? ¿Soy Servicial o niego mi ayuda cuando me la piden? ¿Soy un buen ejemplo? ¿Fomento y/o ayudo a otros a cometer algún pecado?

6to y 9no Mandamiento – Respetar nuestro Cuerpo: ¿Soy puro de mis pensamientos, deseos, miradas, escritos, lecturas, tipos de diversión conversaciones? ¿Evito los malos pensamientos, imágenes, recuerdos, programas, procurando pensar en otra cosa que sea positiva? ¿He realizado actos impuros ya sea solo, con otras personas, del mismo o distinto sexo, con algún pariente? ¿Recurro a la pornografía en sus diferentes presentaciones? ¿Se las he mostrado o entregado a otros? ¿Mantengo varias relaciones? ¿Estoy en adulterio? ¿Le soy fiel a mi pareja? ¿Evito las situaciones de pecado y pido ayuda Dios ante las tentaciones?

7mo y 10mo Mandamiento – No Robar ni Codiciar: ¿He robado algún objeto o dinero? ¿He cooperado con otros en situaciones de robo o hurto? ¿Devuelvo lo que he prestado? Si he robado algo, ¿Tengo la intención de restituirlo? ¿Soy envidioso? ¿Pretendo tener por ambición? ¿He dañado lo que no es mío por el hecho de no tenerlo? ¿Comparto con los demás mis bienes? ¿He sabido utilizar bien el tiempo que me sobra? ¿Guardo el ayuno y la abstinencia? ¿Agradezco a Dios por los bienes recibidos? ¿Me impongo a los demás para alcanzar lo que quiero y la vez los desprecio?

8vo Mandamiento – Respetar la Verdad: ¿He Dicho Mentiras? ¿He calumniado? ¿Revelo los secretos que se me han confiado? ¿Divulgo los errores, faltas o pecados de otros? ¿He criticado y hablado mal de otros sembrando así discordia, odio y división? ¿Permito que castiguen a otros por mis faltas y culpas? ¿Levanto juicios infundados del prójimo? ¿Hago trampas en las situaciones que se me presentan en la vida como exámenes, parciales, compras, trabajos? ¿Soy Honesto con los demás? ¿Omito mi capacidad de ayuda según mis posibilidades?

“Mi Espíritu quebrantado ofreceré a Dios, pues un corazón Humilde y Contrito Tú no lo desprecias.” (Sal. 51, 19)

Pecados Capitales:

Soberbia. Pereza
Envidia Avaricia
Gula Lujuria
Ira

¿Soy Responsable con lo que me corresponde hacer?

¿Aprovecho mi tiempo en cosas buenas? ¿Aprovecho mis talentos, ofreciéndolos a los demás?

¿Soy Justo?

¿Soy Prepotente? ¿Me dejo llevar fácilmente por los gustos y caprichos del momento?

Oración para después de la Confesión

Qué grande es tu misericordia, Señor. Tú me has aceptado como hijo tuyo y me has colmado de amor. Te agradezco, Señor, y te prometo por la ayuda de tu gracia amarte cada vez más y no separarme de ti.

Jesús bondadoso, concédeme que me mantenga fiel hasta el final. Haz que yo siempre desee y busque lo que a Ti te agrada. Que tu voluntad sea la mía, y la mía sea siempre la tuya y que siempre esté de acuerdo completamente.

Virgen Santísima, ayúdame, Tú eres la madre de la perseverancia, Tú eres la razón de mi esperanza, intercede por mí, guárdame en la gracia de Dios, limpio y feliz, como lo estoy en este momento. Cuida mis sentidos y mi mente para que mi corazón sea fiel a Dios hasta mi muerte. Amén.