

Examen de Conciencia

¿He negado o dudado de la existencia de Dios?

¿He rehusado creer en la revelación de Dios?

¿He creído o consultado en horóscopos, en la limpia con el huevo, en los que leen las cartas, el futuro, la tabla de ouija, o en la reencarnación?

¿He negado que soy católico?

¿He abandonado la Fe Católica por algún período de tiempo?

¿He desesperado de o presumido de la misericordia de Dios?

¿He dejado de orar por largo tiempo?

¿He fallado en mis oraciones diarias?

¿He blasfemado, usando el nombre de Dios en vano, o he roto un juramento?

¿He faltado a Misa los domingos o días de precepto sin razón seria?

¿He fallado en guardar reverencia en la presencia del Santísimo Sacramento?

¿He estado inatento en la Misa?

¿He llegado tarde a Misa?

¿Me he ido antes de terminar la Misa?

¿He hecho trabajos innecesarios en los domingos?

¿He desobedecido o faltado el respeto a mis padres o superiores?

¿He descuidado mis obligaciones hacia mi esposo, esposa, hijos o padres?

¿He fallado en poner interés en la educación religiosa de mis hijos?

¿He fallado en educarme con relación a las enseñanzas de la Iglesia?

¿He sido causa de escándalo por lo que dije o hice, especialmente delante de los jóvenes?

¿He sido la causa de que alguna persona haya abandonado su Fe Católica?

¿He sido impaciente, cruel, o perezoso; he tenido coraje, envidia, celos, venganza, o he odiado al prójimo?

¿He dado mal ejemplo? ¿He abusado de drogas o licor; he peleado o discutido?

¿He herido físicamente o he matado a alguien?

¿He tenido o aconsejado a otros a procurar un aborto?

¿He participado en o aprobado el mal grave de eutanasia (“matar por piedad”)?

¿He intentado suicidarme? ¿Me he lastimado deliberadamente?

¿Por voluntad propia me he entretenido en pensamientos o deseos impuros?

¿Me he vestido inmodestamente o provocativamente?

¿He usado palabras malas o insinuantes?

¿He contado o escuchado chistes impuros o historias impuras?

¿He visto deliberadamente películas, revistas, videos o sitios pornográficos en el internet?

¿He cometido actos impuros – solo (masturbación), o con otros (fornicación, adulterio, sodomía)?

¿Contrahe matrimonio o aconsejé a otro a casarse fuera de la Iglesia?

¿He sido infiel a mis votos matrimoniales?

¿He andado con el cónyuge del prójimo?

¿He usado contracepción, o he sido o mi cónyuge ha sido esterilizado permanentemente?

¿He robado, engañado, animado a otros a robar, o me he quedado con bienes robados?

¿He fallado en dar restitución por bienes robados?

¿He fallado en dar el máximo en mi trabajo por el salario recibido?

¿He fallado en pagar un salario justo a mis empleados?

¿He fallado deliberadamente en cumplir con mis contratos o en pagar mis cuentas? ¿He dado o aceptado sobornos?

¿He malgastado en juegos del azar? ¿He privado a mi familia de sus necesidades diarias?

¿He dicho deliberadamente mentiras para engañar o dañar a otros?

¿He dado falso testimonio?

¿He fallado en votar a conciencia bien formada de acuerdo a las enseñanzas de la Iglesia, y en respeto a la santidad de la vida humana?

¿He sido poco caritativo de pensamiento, palabra u obra?

¿He chismorreado o revelado faltas o pecados de otros?

¿He fallado en guardar secretos que se me han confiado?

¿He comido carne los viernes de cuaresma o Miércoles de Ceniza?

¿He fallado en ayunar el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo?

¿He fallado en recibir la Sagrada Comunión en el tiempo Pascual?

¿He recibido la Sagrada Comunión en el estado de pecado mortal?

¿He fallado en confesar por lo menos una vez al año?

¿He recibido la Sagrada Comunión sin haber ayunado una hora antes? (se permite el agua y medicina)

¿He hecho una mala Confesión, escondiendo pecados mortales?

¿He fallado en contribuir debidamente a las necesidades de la Iglesia?

¿He rehusado perdonar a los que me han lastimado o han lastimado a mis seres queridos?

Cómo Confesarse

1. Saludo del sacerdote.
2. El penitente dice: “Perdóneme, Padre, porque he pecado. Hace (PERIODO DE TIEMPO) desde mi última Confesión.”
3. El penitente dice sus pecados y contesta cualquier pregunta pertinente que el sacerdote le haga.
4. El sacerdote aconseja y da una penitencia al penitente.
5. El penitente dice el acto de contrición. (Ver abajo.)
6. El sacerdote da la absolución al penitente.
7. El sacerdote dice: “Da gracias a Dios, porque es bueno.”
8. El penitente contesta: “Porque es eterna su misericordia.” Entonces el sacerdote despide al penitente.

Acto de Contrición

Señor mío, Jesucristo, Dios y Hombre verdadero, Creador, Padre y Redentor mío, por ser quién eres y porque te amo sobre todas las cosas, me pesa de todo corazón haberte ofendido; propongo firmemente nunca más pecar, apartarme de todas las ocasiones de pecado, confesarme y cumplir la penitencia que me fuera impuesta. Amén.

Oración después de la Confesión

Ofrezco, Señor, mi vida, obras y trabajos, en satisfacción de todos mis pecados, y, así como lo suplico, así confío en tu bondad y misericordia infinita, que los perdones, por los méritos de tu preciosísima sangre, pasión y muerte, y me des la gracia para enmendarme, y perseverar en tu santo amor y servicio, hasta el fin de mi vida. Amén.