

ESQUEMA GENERAL PARA EL EXAMEN DE CONCIENCIA **Celebración de la Penitencia presidida por el Papa Francisco**

Roma, 9 de marzo de 2018

1. ¿Me acerco al Sacramento de la Penitencia por un sincero deseo de purificación, de conversión, de renovación de vida y de más íntima amistad con Dios, o lo considero más bien como un peso, al que solo raramente estoy dispuesto a abrazarme?
2. ¿He olvidado o, a propósito, he callado pecados graves en la confesión anterior o en las confesiones pasadas?
3. ¿He cumplido la penitencia que me fue impuesta? ¿He reparado los errores que cometí? ¿He procurado poner en práctica los propósitos hechos para enmendar mi vida según el Evangelio?

A la luz de la palabra de Dios, que cada uno se examine a sí mismo.

I. El Señor dice: «Amarás el Señor tu Dios con todo tu corazón».

1. ¿Mi corazón está realmente orientado a Dios? ¿Puedo decir que lo amo de verdad sobre todas las cosas y con amor de hijo, en el cumplimiento fiel de sus mandamientos? ¿Me dejo absorber demasiado por las cosas temporales? ¿Es siempre recta mi intención en el obrar?
2. ¿Está firme mi fe en Dios, que en su Hijo nos dirigió su palabra? ¿He dado mi plena adhesión a la doctrina de la Iglesia? ¿Me he preocupado por mi formación cristiana, escuchando la palabra de Dios, participando en la catequesis, evitando todo lo que pueda socavar la fe? ¿He profesado siempre con valentía y sin temor mi fe en Dios y en la Iglesia? ¿Procuro demostrarme cristiano en la vida privada y pública?
3. ¿He rezado por la mañana y por la noche? ¿Mi oración es un verdadero diálogo corazón a corazón con Dios, o es solo una vacía práctica exterior? ¿He sabido ofrecer a Dios mis ocupaciones, mis alegrías y mis dolores? ¿Acudo a Él con confianza también en las tentaciones?
4. ¿Tengo reverencia y amor al santo nombre de Dios, o le he ofendido con blasfemias, falsos juramentos, nombrándolo en vano? ¿He sido irreverente con la Virgen y los Santos?
5. ¿Santifico el día del Señor y las fiestas de la Iglesia, formando parte activa, atenta y piadosa en las celebraciones litúrgicas, y especialmente en la Santa Misa? ¿He evitado realizar trabajos no necesarios en los días festivos? ¿He observado el precepto de la confesión al menos anual y de la comunión pascual?
6. ¿Hay para mí «otros dioses», es decir, expresiones o cosas de las cuales me intereso o en las que pongo más confianza que en Dios, por ejemplo: riqueza, supersticiones, espiritismo y otras formas de magia?

II. El Señor dice: «Amaos los unos a los otros como yo os he amado».

1. ¿Amo de verdad a mi prójimo, o abuso de mis hermanos, sirviéndome de ellos para mis intereses y reservándole un trato que no querría para mí? ¿He dado escándalo con mis palabras o mis acciones?

2. En mi familia, ¿he contribuido con paciencia y verdadero amor al bien y a la serenidad de los demás?

Para cada componente de la familia:

– Para los hijos. ¿He sido obediente a mis padres, les he respetado y honrado? ¿Les he prestado ayuda en las necesidades espirituales y materiales? ¿Me he esforzado en el colegio? ¿He respetado a las autoridades? ¿He dado buen ejemplo en toda situación?

– Para los padres. ¿Me he preocupado de la educación cristiana de mis hijos? ¿Les ha dado buen ejemplo? ¿Les he apoyado y dirigido con mi autoridad?

– Para los cónyuges. ¿He sido siempre fiel en los afectos y en las acciones? ¿He tenido comprensión en los momentos de inquietud?

3. ¿Sé dar de lo mío, sin mezquino egoísmo, a quien es más pobre que yo? En lo que de mí depende, ¿defiendo a los oprimidos y ayudo a los menesterosos? ¿O trato con suficiencia o con dureza a mi prójimo, especialmente a los pobres, los débiles, los viejos, los marginados, los inmigrantes?

4. ¿Me doy cuenta de la misión que se me ha dado? ¿He participado en las obras de apostolado y de caridad de la Iglesia, en las iniciativas y en la vida de la parroquia? ¿He rezado y ofrecido mi contribución por las necesidades de la Iglesia y del mundo, por ejemplo, por la unidad de la Iglesia, por la evangelización de los pueblos, por la instauración de la justicia y de la paz?

5. ¿Me preocupa el bien y la prosperidad de la comunidad humana en la que vivo o me ocupo solo de mis intereses personales? ¿Participo, cuando puedo, en las iniciativas que promueven la justicia, la moralidad pública, la concordia, las obras de beneficencia? ¿He cumplido mis deberes civiles? ¿He pagado regularmente los impuestos?

6. ¿Soy justo, comprometido, honesto en el trabajo, dispuesto a prestar mi servicio por el bien común? ¿He dado la justa paga a los obreros y a todos mis empleados? ¿He cumplido los contratos y confiado en las promesas?

7. ¿He prestado a las legítimas autoridades la obediencia y el respeto debidos?

8. Si tengo algún cargo o realizo funciones directivas, ¿presto atención solo a mi propio interés o me comprometo por el bien de los demás, con espíritu de servicio?

9. ¿He practicado la verdad y la fidelidad, o he causado daño al prójimo con mentiras, calumnias, detracciones, juicios temerarios, violación de secretos?

10. ¿He atentado a la vida y a la integridad física del prójimo, he ofendido su honor, he dañado sus bienes? ¿He procurado o aconsejado el aborto? ¿He callado en situaciones donde podía animar al bien? En la vida matrimonial, ¿soy respetuoso con la enseñanza de la Iglesia acerca de la apertura a la vida y al respeto de la misma? ¿He actuado contra mi integridad física (por ejemplo, esterilización)? ¿He sido siempre fiel incluso con la mente? ¿He tenido odio? ¿He sido pendenciero? ¿He pronunciado insultos y palabras ofensivas, fomentando desprecios y rencores? ¿He omitido culpable y egoístamente manifestar la inocencia del prójimo? Conduciendo el coche o utilizando otros medios de transporte, ¿he expuesto al peligro mi vida o la de los demás?

11. ¿He robado? ¿He deseado injustamente las cosas de otros? ¿He dañado al prójimo en sus bienes? ¿He devuelto lo sustraído y he reparado los daños ocasionados?

12. Si he recibido males, ¿me he demostrado dispuesto a la reconciliación y al perdón por amor a Cristo, o guardo en el corazón odio y deseo de venganza?

III. Cristo Señor dice: «Sed perfectos como el Padre».

1. ¿Cuál es la orientación fundamental de mi vida? ¿Me anima la esperanza de la vida eterna? ¿He procurado reavivar mi vida espiritual con la oración, la lectura y la meditación de la palabra de Dios, la participación en los sacramentos? ¿He practicado la mortificación? ¿He estado dispuesto y decidido a arrancar los vicios, a someter las pasiones y las inclinaciones perversas? ¿He reaccionado por envidia, he dominado la gula? ¿He sido presuntuoso y soberbio? ¿He pretendido afirmarme tanto a mí mismo, hasta despreciar a los demás y preferirme a ellos? ¿He impuesto a los demás mi voluntad, pisoteando su libertad y descuidando sus derechos?

2. ¿Qué uso he hecho del tiempo, de las fuerzas, de los dones recibidos de Dios como los «talentos del Evangelio»? ¿Me sirvo de todos esos medios para crecer cada día más en la perfección de la vida espiritual y en el servicio del prójimo? ¿He sido introvertido y perezoso? ¿Cómo utilizo internet y otros medios de comunicación social?

3. ¿He soportado con paciencia, con espíritu de fe, los dolores y las pruebas de la vida? ¿Cómo he intentado practicar la mortificación, para completar lo que falta a la pasión de Cristo? ¿He observado la ley del ayuno y la abstinencia?

4. ¿He conservado puro y casto mi cuerpo, en mi estado de vida, pensando que es templo del Espíritu Santo, destinado a la resurrección y a la gloria? ¿He guardado mis sentidos y he evitado mancharme en el alma y en el cuerpo con malos pensamientos y deseos, con palabras y con acciones indignas? ¿Me he permitido lecturas, discursos, espectáculos, diversiones en contraste con la honestidad humana y cristiana? ¿He sido ocasión de escándalo para los demás con mi comportamiento?

5. ¿He actuado contra mi propia conciencia, por temor o por hipocresía?

6. ¿He intentado comportarme siempre y en todo con la verdadera libertad de los hijos de Dios y según la ley del Espíritu, o me he dejado esclavizar por mis pasiones?

7. ¿He omitido un bien que era para mí posible realizar?