



*Sistema de evangelización parroquial*

# Sacramentos

Bautismo - Reconciliación

**Precomunidad**  
**EXAMINO MI CONCIENCIA**

Arquidiócesis de Medellín



# Sacramentos

*Encuentro personal con Cristo*

## Precomunidad

Proceso 2, Módulo 2, Tema 40

---

Mayores informes comité CEBs:

☺ *Email: [cebsmedellin@gmail.com](mailto:cebsmedellin@gmail.com)*

☺ *En la vicaría de pastoral de la Arquidiócesis de Medellín.*

## 1. Acogida

Siempre buscaré ser humilde y reconoceré mis faltas y pecados... Porque nunca podemos olvidar que existimos como comunidad para llevar a todos los hombres a la plena comunión de vida con el Padre y entre sí, teniendo a Jesucristo como centro, en el don del Espíritu Santo por mediación visible de la Iglesia.

Compartamos ¿Cómo vine? Que cargas llevo?

Aquí todos somos hermanos reconciliados con Cristo y entre nosotros.

## 1. Lectio Divina

## 2. Tema: : EXAMINO MI CONCIENCIA

**PROPÓSITO:**

Aprender a ejercitarme en el examen de conciencia.

**SIGNO:** : Un trapo blanco manchado

Que me hace pensar este signo?

**MOTIVACIÓN**

**ORACIÓN POR LA PAZ 3'**

**Señor, hazme un instrumento de tu paz;  
Donde haya odio, ponga amor;  
Donde hay ofensa, perdón; Donde hay duda, fe;  
Donde hay desesperanza, esperanza;  
Donde hay tinieblas, luz;  
Donde hay tristeza, alegría.  
Oh Divino Maestro,  
Que no busque yo tanto.  
Ser consolado como consolar.  
Ser comprendido como comprender.  
Ser amado como amar.  
Porque dando se recibe.  
Perdonando se es perdonado.  
Y muriendo a si mismo  
Se nace a la vida eterna.  
(San Francisco de Asís)**

## **TRABAJO**

Hacer de forma personal el examen de conciencia y compartir la experiencia vivida

## **PRFUNDICEMOS**

### **BREVE CUESTIONARIO PERSONAL PARA EL EXAMEN DE CONSCIENCIA.**

Con el objetivo de analizar profundamente los actos que hemos hecho desde la última confesión, puede resultar útil ayudarse de un cuestionario que nos lleve a esos rincones íntimos de la conciencia que pueden pasar desapercibidos.

#### **Mi actitud y mis acciones u omisiones hacia Dios:**

Piensa sobre tu actitud y relación de amor con Dios y que tanto tiempo pasas en su presencia diariamente.

### **Mi actitud y mis acciones u omisiones hacia los demás:**

Piensa en la manera de relacionarte con los demás y el grado de amor que puedes experimentar hacia ellos. También tus preferidos, aquellos a quienes desprecias o menosprecias.

### **Mi actitud y mis acciones u omisiones hacia mí mismo:**

Piensa en el grado de amor propio y el cuidado que le das a tu ser integral con deporte, descanso, medicamentos y gustos, sin caer en vicios nocivos y dañinos.

Esta útil guía fue confeccionada siguiendo como pauta los Diez Mandamientos. Sin duda que seguirla es una simple y efectiva forma de prepararse para el perdón que el mismo Jesús nos prodiga, en el momento en que asistimos al Sacramento de la Reconciliación.

Limpiemos nuestra vida de toda impureza haciendo una completa y sincera confesión, para que el mismo Cristo pueda entrar dignamente a nosotros al recibir el Pan Eucarístico.

#### **[1] Yo soy el Señor tu Dios. No tendrás dioses extraños**

- ¿Le doy tiempo al Señor diariamente en oración?
- ¿Busco amarle con todo mi corazón?
- ¿He estado envuelto en prácticas supersticiosas o en algo de ocultismo?
- ¿Busco entregarme a la Palabra de Dios como lo enseña la Iglesia?
- ¿He recibido la Sagrada Comunión en estado de pecado mortal?
- ¿He dicho deliberadamente en la confesión alguna mentira o le he omitido algún pecado mortal al sacerdote?

#### **[2] No jurarás el Santo nombre del Señor en vano**

- ¿He usado el nombre del Señor en vano, ligeramente o descuidadamente?
- ¿He estado enojado con Dios?
- ¿Le he deseado maldad a alguna persona?
- ¿He insultado una persona consagrada o he abusado de algún objeto sagrado?

#### **[3] Asistir a Misa todos los Domingos y fiestas de guardar**

- ¿He faltado deliberadamente a la misa los Domingos o días santos de guardar?
- El domingo es día de la familia, de descanso y día del Señor ¿Estoy cumpliendo con estos deberes?
- ¿Hago trabajos innecesarios el día Domingo?

#### **[4] Honrar a Padre y Madre**

- ¿Honro y obedezco a mis padres?
- ¿He abandonado mis padres ancianos y necesitados?

- ¿Le he dado a mi familia buen ejemplo espiritual?
- ¿Trato de traer la paz a mi vida familiar?
- ¿Me preocupo por mis parientes de edad avanzada o enfermos?

#### **[5] No matarás**

- ¿He tenido algún aborto o le he dado ánimos a alguien para que lo tenga?
- ¿He herido físicamente a alguien?
- ¿He abusado del alcohol o de las drogas?
- ¿Le di algún escándalo a alguien, y de esa manera le llevé al pecado?
- ¿He estado enojado o resentido?
- ¿He llevado odio en mi corazón?

#### **[6] No cometer adulterio**

- ¿Soy responsable de fornicación?
- ¿He sido fiel a los votos de mi matrimonio en pensamiento y en acción?
- ¿He tenido alguna actividad sexual fuera de mi matrimonio?
- ¿Ha estado cada acto sexual de mi matrimonio abierto a la procreación, unión y placer de mi pareja?
- ¿He sido culpable de abusos con la intimidad de mi cuerpo?
- ¿He buscado controlar mis pensamientos?
- ¿He respetado todos los miembros del sexo opuesto, o he pensado de ellos como si fueran objetos?
- ¿Me siento culpable de tener actividades sexuales fuera de lo normal?
- ¿Busco ser casto en mis pensamientos, palabras y acciones?
- ¿Me cuido de vestir modestamente?

#### **[7] No hurtar**

- ¿He robado lo que no es mío?
- ¿He regresado o he hecho restitución por lo que he robado?
- ¿Desperdicio el tiempo en el trabajo, en la academia o en la casa?
- ¿Hago apuestas excesivamente, negándole a mi familia sus necesidades?
- ¿Pago mis deudas prontamente?
- ¿Busco compartir lo que tengo con los pobres?
- ¿Pago cumplidamente mi diezmo o compromiso económico con la obra del Señor en mi Parroquia?

#### **[8] No levantar falsos testimonios ni mentir**

- ¿He mentido?
- ¿He chismoseado?

- ¿He hablado a las espaldas de alguien?
- ¿He sido sincero en mis negocios con otros?
- ¿Soy crítico, negativo o falto de caridad en mis pensamientos de los demás?
- ¿He faltado a la confianza de quienes me confían secretos?

### **[9] No desear la mujer del prójimo**

- ¿He consentido pensamientos impuros?
- ¿Los he causado por leyendas impuras, películas, pornografía, conversaciones o curiosidad?
- ¿Busco controlar mi imaginación?
- ¿Oro inmediatamente para desvanecer pensamientos impuros o tentaciones?

### **[10] No desear los bienes ajenos**

- ¿Soy envidioso de las pertenencias de los demás?
- ¿Siento envidia de otras familias o de las posesiones de otros?
- ¿Soy ambicioso o egoísta?
- ¿Son las posesiones materiales el propósito de mi vida?
- ¿Confío en que Dios cuidará de todas mis necesidades materiales y espirituales?

### **PARA CONCLUIR**

¿Que aprendimos hoy?

¿Para qué nos sirve lo aprendido?

¿Cómo puedo poner en práctica lo aprendido?

## **5. AVISOS Y NOTICIAS**

---

Se dan los avisos correspondientes y se entrega la cartilla –tema a tratar en la próxima reunión. Se invita a estudiarla y profundizarla.

## **6. DESPEDIDA – CELEBREMOS**

---

En un ambiente de oración y agradeciéndole a Dios que nos ha permitido encontrarnos y crecer en su amor, sentimos y experimentamos que Él siempre va a nuestro lado fortaleciéndonos, siendo nuestro guía y compañero, Él nunca nos abandona y al mirarlo a Él, descubriremos el verdadero camino de la felicidad.



# Notas