

EXAMEN DE CONCIENCIA

1 Juan 1,9

«Si confesamos nuestros pecados, Dios, que es fiel y justo, nos los perdonará y nos limpiará de toda maldad».

San Juan 8,11

«Ve y en adelante no peques más».

Ezequiel 37

«Esto dice el Señor Yahvé a estos huesos: Voy a infundir en ustedes un Espíritu que los hará vivir».



PARROQUIA
SANTA ELENA
ANTIGUO CUSCATLÁN



SACRAMENTO DE LA RECONCILIACIÓN

INTRODUCCIÓN

A. Tres parábolas

1. *Mis manos funcionan de nuevo*

Sobre una mesa, veo mis dos manos cortadas, por un accidente o por una venganza del enemigo en una guerra. Cruzo mi mirada de dolor y lágrimas con la mirada de Dios Padre y médico, rico en misericordia, que toma con sus manos, mis dos manos y, por medio de las manos de un sacerdote, junta de nuevo mis manos a mis brazos.

Con gozo y admiración, veo que funciona bien mi mano derecha, la del amor de Dios, y mi mano izquierda, la del amor al prójimo.

Gracias, Señor, por esta mediación del sacramento de la penitencia, que me ha vuelto a la vida plena de unión con Dios y con la Iglesia, en alegría, amor y servicio a Dios y al prójimo.

2. Se casó a los cinco años de la boda

A Dios le pasa algo parecido con cada uno de los cristianos.

A Luisa le salió un novio, Luis, estudiante de medicina. Ya soñaba con ser la esposa del médico.

Luis, al terminar el primer año de medicina, dejó la carrera y llegó a ser un buen ATS, un buen practicante.

Se casaron y durante los cinco primeros años de matrimonio, Luisa estaba enferma. Los médicos le diagnosticaban lo mismo:

–Está enferma, pero no le pasa nada.

Luisa, un día visitó la parroquia y el párroco le dijo:

–Señora Luisa, usted está casada con el médico que no tiene y se tiene que casar con el practicante que tiene. Ahora, delante de Cristo, le pregunto de nuevo:

–Luisa, ¿quieres a Luis el practicante por esposo? –respondió un sí corto y serio.

El sacerdote repitió la pregunta. Y la respuesta fue un poco larga y desganada. Por tercera vez pregunta el sacerdote:

–Luisa, ¿quieres a Luis el practicante por esposo, por el que se han recogido 2.000 firmas para que no lo cambien de pueblo y al que todos los mayores le estiman?

–y así muchas cosas añadía el sacerdote.

La señora Luisa se fue sin contestar y esperó en su casa la vuelta de su esposo.

Cuando Luis entró en su casa, su esposa Luisa lo abrazó con tanto cariño, que Luis admirado se preguntaba:

–¿Es ésta mi Luisa o me la han cambiado?

Sí, era Luisa que se había casado de veras a los cinco años de la boda.

Dios es nuestro desde nuestro bautismo y nosotros somos suyos de corazón, pero nos alejamos, y poco a poco según su gracia, volvemos, una y otra vez arrepentidos, a su amor y su misericordia, en el sacramento de la penitencia, reconciliación, conversión y confesión.

3. Tu padre siempre es tu padre

Andrés, a los 14 años se escapa de su casa. Su madre suplica a la Santísima Virgen que no muera sin ver de nuevo a su hijo. El padre lo busca inmediatamente. Pregunta al capitán de un barco que está a punto de salir del puerto. El capitán asegura al padre que en el barco no va ningún chico llamado Andrés con pelo acaracolado y jersey color butano. El padre intuye que el niño va escondido en el barco y se va al faro para verlo salir del puerto, mientras de rodillas y con los brazos en cruz grita:

–Andrés, tu padre siempre es tu padre.

El niño desde la carbonera del barco por un pequeño orificio vio y oyó a su padre gritar. Una lágrima impidió seguir viendo a su padre llorar.

En alta mar, los marineros descubrieron a Andrés en la carbonera del barco. Se avisó al padre que, enseguida, empezó a agenciar el viaje para ir a recoger a su hijo, el cual, al llegar al puerto fue entregado a la policía.

El padre preguntó a la policía por su niño. Ellos, apesadumbrados, respondieron que, apenas lo cogieron, en el mismo puerto se les escapó.

Cuando Andrés se escapó de la policía se fue al faro del puerto. Una niña, hija de un ingeniero de montes, ponía comida en un paño sobre la arena y Andrés comía. Por las súplicas de la niña, el chico pasó a vivir sólo en un cortijo, en una colina cercana, para guardar cerdos. La niña le llevaba la comida y se la dejaba a la puerta.

Cuando el padre vio que la policía no tenía al niño, se fue al faro del puerto a rezar y a llorar:

–Andrés, tu padre es siempre tu padre.

La niña del ingeniero se acercó al padre y le dijo:

–Usted busca a un niño con pelo acaracolado y jersey color butano–. A toda prisa la niña le señaló el cortijo donde estaba su hijo.

El padre llamó a la puerta y nadie respondía. El niño se escapó por la tapia del corral y se subió a la copa de un pino que había en un altozano cercano. El padre se fue a lo alto del altozano, justo debajo del pino adonde se había subido su hijo.

El padre de rodillas y brazos en cruz rezaba y lloraba:

–Andrés, tu padre siempre es tu padre.

Hacía un viento fuerte y ruidoso. Andrés se bajó del pino y por la espalda se acercó a su padre y por encima de los hombros echó sus brazos para abrazar a su padre. El padre, sin soltar los brazos de su hijo, lo abrazó cara a cara, dejándolo limpio con tantos besos.

Al llegar a casa, Andrés iba a entrar en su casa por la zapatería, pero el padre le dijo que había tenido que venderla para comprar los billetes de avión. En la casa se hizo una fiesta con los amigos del colegio. Andrés resumió su lección:

–Tu padre siempre es tu padre.

Al poco tiempo, su madre le dijo a su hijo:

–Andrés, vamos a ir a la Eucaristía y vamos a confesar, primero me confieso yo, y luego te confiesas tú, que todos siempre tenemos algo que no está bien ni para Dios ni para nadie.

Demos gracias a Dios por todo.

GUIA DE EXAMEN DE CONCIENCIA



FALTAS PARA EL EXAMEN DE CONCIENCIA

A.- Los Diez Mandamientos.

B.- Los siete pecados capitales.

1.- Consideración honrada y cabal de los dos puntos arriba mencionados, relacionándolos a nuestro pasado y a nuestro presente.

2.- No omitir nada por el hecho de que nos cause vergüenza o miedo. La manera más fácil de empezar es preguntándonos: ¿Qué es lo más grave que he hecho?

3.- Determinar en particular las actitudes, los deseos y los móviles que nos causan malestar.

4.- El inventario ha de hacerse por escrito. Queremos enfrentarnos a él. Puede ser destruido después si nos parece.

5.- Hacer una relación entre lo que se debe hacer y lo que se hace.

Por ejemplo:

a) Saber distinguir entre el bien y el mal.

b) Tener buen corazón y amar a nuestro prójimo.

c) Tener deseos de obrar bien.

d) Ver con claridad nuestros deseos y nuestros fracasos.

PRIMER MANDAMIENTO: Amarás a Dios sobre todas las cosas

- ¿He admitido en serio alguna duda contra las verdades de la fe? ¿He llegado a negar la fe o algunas de sus verdades, en mi pensamiento o delante de los demás?
- ¿He desesperado de mi salvación o he abusado de la confianza en Dios, presumiendo que no me abandonaría, para pecar con mayor tranquilidad?
- ¿He murmurado interna o externamente contra el Señor cuando me ha acaecido alguna desgracia?
- ¿He abandonado los medios que son por sí mismos absolutamente necesarios para la salvación? ¿He procurado alcanzar la debida formación religiosa?
- ¿He hablado sin reverencia de las cosas santas, de los sacramentos, de la Iglesia, de sus ministros?
- ¿He abandonado el trato con Dios en la oración o en los sacramentos?
- ¿He practicado la superstición o el espiritismo? ¿Pertenezco a alguna sociedad o movimiento ideológico contrario a la religión?
- ¿Me he acercado indignamente a recibir algún sacramento?
- ¿He leído o retenido libros, revistas o periódicos que van contra la fe o la moral? ¿Los di a leer a otros?
- ¿Trato de aumentar mi fe y amor a Dios?
- ¿Pongo los medios para adquirir una cultura religiosa que me capacite para ser testimonio de Cristo con el ejemplo y la palabra?
- ¿He hecho con desgana las cosas que se refieren a Dios?

SEGUNDO MANDAMIENTO: No tomarás el Nombre de Dios en vano

- ¿He blasfemado? ¿Lo he hecho delante de otros?
- ¿He hecho algún voto, juramento o promesa y he dejado de cumplirlo por mi culpa?
- ¿He honrado el santo nombre de Dios? ¿He pronunciado el nombre de Dios sin respeto, con enojo, burla o de alguna manera poco reverente?
- ¿He hecho un acto de desagravio, al menos interno, al oír alguna blasfemia o al ver que se ofende a Dios?
- ¿He jurado sin verdad? ¿Lo he hecho sin necesidad, sin prudencia o por cosa de poca importancia?
- ¿He jurado hacer algún mal? ¿He reparado el daño que haya podido seguirse de mi acción?

TERCER MANDAMIENTO: Santificarás las fiestas

- ¿He faltado los domingos o días festivos a misa?
- ¿Me he distraído voluntariamente en misa? ¿He llegado tarde?
- ¿He impedido a otros ir a misa?
- ¿He trabajado en día de fiesta sin necesidad o hecho que otros trabajen?
- ¿Pertenezco a sociedades prohibidas (masonería, comunismo...)?
- ¿He cumplido con el mandamiento de comulgar, al menos, por Pascua de Resurrección?
- ¿Dedico parte de mi tiempo libre en obras de caridad o apostolado?

CUARTO MANDAMIENTO: Honrarás a tu padre y a tu madre (Hijos)

- ¿He desobedecido a mis padres o superiores en cosas importantes?
- ¿Tengo un desordenado afán de independencia que me lleva a recibir mal las indicaciones de mis padres simplemente porque me lo mandan? ¿Me doy cuenta de que esta reacción está ocasionada por la soberbia?
- ¿Les he entristecido con mi conducta?
- ¿Les he amenazado o maltratado de palabra o de obra, o les he deseado algún mal grave o leve?
- ¿Me he sentido responsable ante mis padres por el esfuerzo que hacen para que yo me forme, estudiando con intensidad?
- ¿He dejado de ayudarles en sus necesidades espirituales o materiales?
- ¿Me dejo llevar del mal genio y me enfado con frecuencia y sin motivo justificado?
- ¿Soy egoísta con las cosas que tengo, y me duele dejarlas a los demás hermanos?
- ¿He reñido con mis hermanos?
- ¿He dejado de hablarme con ellos y no he puesto los medios necesarios para la reconciliación?
- ¿Soy envidioso y me duele que otros destaquen más que yo en algún aspecto?
- ¿He dado mal ejemplo a mis hermanos?

(Padres)

- ¿Desobedezco a mis superiores en cosas importantes?
- ¿Permanezco indiferente ante las necesidades, problemas y sufrimientos de la gente que me rodea, singularmente de los que están cerca de mí por razones de convivencia o trabajo?
- ¿Soy causa de tristeza para mis compañeros de trabajo por negligencia, descortesía o mal carácter?
- ¿He dado mal ejemplo a mis hijos no cumpliendo con mis deberes religiosos, familiares o profesionales? ¿Les he entristecido con mi conducta?

- ¿Les he corregido con firmeza en sus defectos o se los he dejado pasar por comodidad? ¿Corrijo siempre a mis hijos con justicia y por amor a ellos, o me dejo llevar por motivos egoístas o de vanidad personal, porque me molestan, porque me dejan mal ante los demás o porque me interrumpen?
- ¿Les he amenazado o maltratado de palabra o de obra, o les he deseado algún mal grave o leve?
- ¿He descuidado mi obligación de ayudarles a cumplir sus deberes religiosos y de evitar las malas compañías?
- ¿He abusado de mi autoridad y ascendiente forzándoles a recibir los sacramentos, sin pensar que por vergüenza o excusa humana, podrían hacerlo sin las debidas disposiciones?
- ¿He impedido que mis hijos sigan la vocación con que Dios les llama a su servicio? ¿Les he puesto obstáculos o les he aconsejado mal?
- Al orientarles en su formación profesional, ¿me he guiado por razones objetivas de capacidad y medios, o he seguido más bien los dictados de mi vanidad o egoísmo?
- ¿Me preocupo de modo constante por su formación en el aspecto religioso?
- ¿Me he preocupado también de la formación religiosa y moral de las otras personas que viven en mi casa o que dependen de mí?
- ¿Me he opuesto a su matrimonio sin causa razonable?
- ¿Permito que trabajen o estudien en lugares donde corre peligro su alma o su cuerpo? ¿He descuidado la natural vigilancia en las reuniones de chicos y chicas que se tengan en casa evitando dejarles solos? ¿Soy prudente a la hora de orientar sus diversiones?
- ¿He tolerado escándalos o peligros morales o físicos entre las personas que viven en mi casa?
- ¿Sacrifico mis gustos, caprichos y diversiones para cumplir con mi deber de dedicación a la familia?
- ¿Procuro hacerme amigo de mis hijos? ¿He sabido crear un clima de familiaridad evitando la desconfianza y los modos que impiden la legítima libertad de los hijos?
- ¿Doy a conocer a mis hijos el origen de la vida, de un modo gradual, acomodándome a su mentalidad y capacidad de comprender, anticipándome ligeramente a su natural curiosidad?
- ¿Evito los conflictos con los hijos quitando importancia a pequeñeces que se superan con un poco de perspectiva y sentido del humor?
- ¿Hago lo posible por vencer la rutina en el cariño a mi esposo(a)?
- ¿Soy amable con los extraños y me falta esa amabilidad en la vida familiar?
- ¿Me quejo delante de la familia de la carga que suponen las obligaciones domésticas?

- ¿He procurado avivar la fe en la Providencia y ganar lo suficiente para poder tener o educar a más hijos?
- ¿Pudiendo hacerlo he dejado de ayudar a mis parientes en sus necesidades espirituales o materiales?

QUINTO MANDAMIENTO: No matarás

- ¿Tengo enemistad, odio o rencor hacia alguien?
- ¿He dejado de hablarme con alguien y me niego a la reconciliación o no hago lo posible por conseguirla?
- ¿Evito que las diferencias políticas o profesionales degeneren en indisposición, malquerencia u odio hacia las personas?
- ¿He deseado un mal grave al prójimo? ¿Me he alegrado de los males que le han ocurrido?
- ¿Me he dejado dominar por la envidia?
- ¿Me he dejado llevar por la ira? ¿He causado con ello disgusto a otras personas?
- ¿He despreciado a mi prójimo? ¿Me he burlado de otros o les he criticado, molestado o ridiculizado?
- ¿He maltratado de palabra o de obra a los demás? ¿Pido las cosas con malos modales, faltando a la caridad?
- ¿He llegado a herir o quitar la vida al prójimo? ¿He sido imprudente en la conducción de vehículos?
- ¿He practicado o colaborado en la realización de algún aborto? ¿He abortado o inducido a alguien a abortar, sabiendo que constituye un pecado gravísimo que lleva consigo la excomunión?
- ¿He contribuido a adelantar la muerte a algún enfermo con pretextos de evitar sufrimientos o sacrificios, sabiendo que la eutanasia es un homicidio?
- Con mi conversación, mi modo de vestir, mi invitación a presenciar algún espectáculo o con el préstamo de algún libro o revista, ¿he sido la causa de que otros pecasen? ¿He tratado de reparar el escándalo?
- ¿He descuidado mi salud? ¿He atentado contra mi vida?
- ¿Me he embriagado, bebido con exceso o tomado drogas?
- ¿Me he dejado dominar por la gula, es decir, por el placer de comer y beber más allá de lo razonable?
- ¿Me he deseado la muerte sin someterme a la Providencia de Dios?
- ¿Me he preocupado del bien del prójimo, avisándole del peligro material o espiritual en que se encuentra o corrigiéndole como pide la caridad cristiana?
- ¿He descuidado mi trabajo, faltando a la justicia en cosas importantes? ¿Estoy dispuesto a reparar el daño que se haya seguido de mi negligencia?
- ¿Procuro acabar bien el trabajo pensando que a Dios no se le deben ofrecer cosas mal hechas? ¿Realizo el trabajo con la debida pericia y preparación?

- ¿He abusado de la confianza de mis superiores? ¿He perjudicado a mis superiores o subordinados o a otras personas haciéndoles un daño grave?
- ¿Facilito el trabajo o estudio de los demás, o lo entorpezco de algún modo, por ejemplo, con rencillas, derrotismos e interrupciones?
- ¿He sido perezoso en el cumplimiento de mis deberes?
- ¿Retraso con frecuencia el momento de ponerme a trabajar o estudiar?
- ¿Tolero abusos o injusticias que tengo obligación de impedir?
- ¿He dejado, por pereza, que se produzcan graves daños en mi trabajo? ¿He descuidado mi rendimiento en cosas importantes con perjuicio de aquellos para quienes trabajo?

**SEXTO Y NOVENO MANDAMIENTO: No cometerás actos impuros y
No consentirás pensamientos ni deseos impuros**

- ¿Me he entretenido con pensamientos o recuerdos deshonestos?
- ¿He traído a mi memoria recuerdos o pensamientos impuros?
- ¿Me he dejado llevar de malos deseos contra la virtud de la pureza, aunque no los haya puesto por obra? ¿Había alguna circunstancia que los agravase: parentesco, matrimonio o consagración a Dios en las personas a quienes se dirigían?
- ¿He tenido conversaciones impuras? ¿Las he comenzado yo?
- ¿He asistido a diversiones que me ponían en ocasión próxima de pecar? (ciertos bailes, cines o espectáculos inmorales, malas lecturas o compañías). ¿Me doy cuenta de que ponerme en esas ocasiones es ya un pecado?
- ¿Guardo los detalles de modestia que son la salvaguardia de la pureza? ¿Considero esos detalles ñoñería?
- Antes de asistir a un espectáculo, o leer un libro, ¿me entero de su calificación moral para no ponerme en ocasión próxima de pecado evitando así las deformaciones de conciencia que pueda producirme?
- ¿Me he entretenido con miradas impuras?
- ¿He hecho acciones impuras? ¿Solo o con otras personas? ¿Cuántas veces? ¿Del mismo o distinto sexo? ¿Había alguna circunstancia de parentesco o afinidad que le diera especial gravedad? ¿Tuvieron consecuencias esas relaciones? ¿Hice algo para impedir las? ¿Después de haberse formado la nueva vida? ¿He cometido algún otro pecado contra la pureza?
- ¿Tengo amistades que son ocasión habitual de pecado? ¿Estoy dispuesto a dejarlas?
- En el noviazgo, ¿es el amor verdadero la razón fundamental de esas relaciones? ¿Vivo el constante y alegre sacrificio de no convertir el cariño en ocasión de pecado? ¿Degrado el amor humano confundiénolo con el egoísmo y con el placer?

- El noviazgo debe ser una ocasión de ahondar en el afecto y en el conocimiento mutuo; ¿mis relaciones están inspiradas no por afán de posesión, sino por el espíritu de entrega, de comprensión, de respeto, de delicadeza?
- ¿Me acerco con más frecuencia al sacramento de la Penitencia durante el noviazgo para tener más gracia de Dios? ¿Me han alejado de Dios esas relaciones?

(Esposos)

- ¿He usado indebidamente el matrimonio? ¿He negado su derecho al otro cónyuge? ¿He faltado a la fidelidad conyugal con deseos o de obra?
- ¿Hago uso del matrimonio solamente en aquellos días en que no puede haber descendencia? ¿Sigo este modo de control de la natalidad sin razones graves?
- ¿He usado preservativos o tomado fármacos para evitar los hijos? ¿He inducido a otras personas a que los tomen? ¿He influido de alguna manera —consejos, bromas o actitudes— en crear un ambiente antinatalista?

SÉPTIMO Y DÉCIMO MANDAMIENTO: No robarás y No codiciarás los bienes ajenos

- ¿He robado algún objeto o alguna cantidad de dinero? ¿He reparado o restituido pudiendo hacerlo? ¿Estoy dispuesto a realizarlo? ¿He cooperado con otros en algún robo o hurto? ¿Había alguna circunstancia que lo agravase, por ejemplo, que se tratase de un objeto sagrado? ¿La cantidad o el valor de lo apropiado era de importancia?
- ¿Retengo lo ajeno contra la voluntad de su dueño?
- ¿He perjudicado a los demás con engaños, trampas o coacciones en los contratos o relaciones comerciales?
- ¿He hecho daño de otro modo a sus bienes? ¿He engañado cobrando más de lo debido? ¿He reparado el daño causado o tengo la intención de hacerlo?
- ¿He gastado más de lo que me permite mi posición?
- ¿He cumplido debidamente con mi trabajo, ganándome el sueldo que me corresponde?
- ¿He dejado de dar lo conveniente para ayudar a la Iglesia?
- ¿Hago limosna según mi posición económica?
- ¿He llevado con sentido cristiano la carencia de cosas superfluas, o incluso necesarias?
- ¿He defraudado a mi consorte en los bienes?
- ¿Retengo o retraso indebidamente el pago de jornales o sueldos?
- ¿Retribuyo con justicia el trabajo de los demás?
- En el desempeño de cargos o funciones públicas, ¿me he dejado llevar del favoritismo, acepción de personas, faltando a la justicia?

- ¿Cumpló con exactitud los deberes sociales, v. gr., pago de seguros sociales, con mis empleados? ¿He abusado de la ley, con perjuicio de tercero, para evitar el pago de los seguros sociales?
- ¿He pagado los impuestos que son de justicia?
- ¿He evitado o procurado evitar, pudiendo hacerlo desde el cargo que ocupó, las injusticias, los escándalos, hurtos, venganzas, fraudes y demás abusos que dañan la convivencia social?
- ¿He prestado mi apoyo a programas inmorales y anticristianos de acción social y política?
-

OCTAVO MANDAMIENTO: No dirás falso testimonio ni mentiras

- ¿He dicho mentiras? ¿He reparado el daño que haya podido seguirse? ¿Miento habitualmente porque es en cosas de poca importancia?
- ¿He descubierto, sin justa causa, defectos graves de otra persona, aunque sean ciertos, pero no conocidos? ¿He reparado de alguna manera, v. gr., hablando de modo positivo de esa persona?
- ¿He calumniado atribuyendo a los demás lo que no era verdadero? ¿He reparado el daño o estoy dispuesto a hacerlo?
- ¿He dejado de defender al prójimo difamado o calumniado?
- ¿He hecho juicios temerarios contra el prójimo? ¿Los he comunicado a otras personas? ¿He rectificado ese juicio inexacto?
- ¿He revelado secretos importantes de otros, descubriéndolos sin justa causa? ¿He reparado el daño seguido?
- ¿He hablado mal de otros por frivolidad, envidia, o por dejarme llevar del mal genio?
- ¿He hablado mal de los demás —personas o instituciones— con el único fundamento de que «me contaron» o de que «se dice por ahí»? Es decir, ¿he cooperado de esta manera a la calumnia y a la murmuración?
- ¿Tengo en cuenta que las discrepancias políticas, profesionales o ideológicas no deben ofuscar hasta el extremo de juzgar o hablar mal del prójimo, y que esas diferencias no me autorizan a descubrir sus defectos morales a menos que lo exija el bien común?
- ¿He revelado secretos sin justa causa? ¿He hecho uso en provecho personal de lo que sabía por silencio de oficio? ¿He reparado el daño que causé con mi actuación?
- ¿He abierto o leído correspondencia u otros escritos que por su modo de estar conservados, se desprende que sus dueños no quieren darlos a conocer?
- ¿He escuchado conversaciones contra la voluntad de los que las mantenían?

PRIMER PECADO CAPITAL: la soberbia

- ¿Asumo actitudes de jactancia o vanagloria?
- ¿Me produce engreimiento que se hable de mí?
- ¿Soy acaso hipócrita?
- ¿Pretendo ser lo que no soy?
- ¿Soy terco?
- ¿Rehúso renunciar a mi voluntad o capricho?
- ¿Nunca doy mi brazo a torcer?
- ¿Soy voluntarioso/a? ¿Me causa resentimiento todo lo que contraría mi voluntad?
- ¿Me peleo cada vez que mis deseos son amenazados?
- ¿Soy desobediente? ¿Soy renuente a someterme a las decisiones de quienes legítimamente son mis superiores?
- ¿Rehúso someterme a la Voluntad de Dios?

SEGUNDO PECADO CAPITAL: la avaricia

- ¿Quiero tener dinero como una finalidad en sí?
- ¿Deseo tenerlo como un medio para lograr una finalidad, como satisfacer necesidades de mi espíritu y de mi organismo?
- ¿Carezco de honradez? ¿Hasta qué grado y en qué forma?
- ¿Correspondo con toda honradez, con mi trabajo al pago que por desempeñarlo se me da?
- ¿Cómo empleo el dinero que gano?
- ¿Soy tacaño con mi familia?
- ¿Siento apego al dinero en sí?
- ¿Hasta qué grado llega mi amor al lujo?
- ¿En qué forma ahorro dinero?
- ¿Me valgo de trampas o no me detiene el hecho de que un negocio no sea limpio con tal de hacer y ganar dinero?
- ¿Trato de engañarme a mí mismo y cierro los ojos en casos como estos?
- ¿Le llamo ahorro a lo que sé que es tacañería?
- Cuando se trata de negocios que pueden dejarme utilidades considerables, pero que obviamente son de mala fe, ¿trato de justificarme diciendo que «son negocios de gran envergadura»?
- ¿Confundo lo que es un atesoramiento irrazonable, con lo que es asegurar el porvenir propio y de mi familia?
- Si en la actualidad no tengo dinero, ni ningún bien económico, ¿qué me propongo hacer para llegar a tenerlo?

TERCER PECADO CAPITAL: la lujuria



- ¿Soy culpable de lujuria en cualquiera de sus formas?
- ¿Trato de justificarme cuando doy rienda suelta a mi apetito sexual, diciéndome que mis desmanes son «necesarios para la salud» o la expresión de mi individualidad?
- ¿Tengo relaciones sexuales extramaritales?
- Si soy casado, ¿me conduzco como un hombre o como una bestia? ¿Realmente creo que la lujuria es amor?
- ¿Sé en el fondo de mí mismo que la lujuria no es amor y que el amor no se reduce al sexo?
- ¿Creo que la cuestión sexual no es más que una parte del amor, una de las formas en que se manifiesta y que moralmente se limita al matrimonio?
- ¿He cometido excesos de lujuria que hayan afectado a mi razón en alguna de las siguientes formas:
 - a.- Pervirtiendo mi modo de ver y de entender, hasta hacer que no pueda discernir la verdad.
 - b.- Menguando mi prudencia y por consiguiente dañando mi sentido de los valores, con el resultado de cometer desatinos.
 - c.- Amando mi egoísmo y como consecuencia, falta de consideración de mi parte.
 - d.- Debilitando mi voluntad hasta llegar a perder la facultad para tomar una decisión y convertirme en un ser voluble.
- ¿Es posible que Dios, tal como lo concibo, le conceda lo que le pida a una persona relajada en sus costumbres sexuales, dentro o fuera del matrimonio?
- ¿Aprobaría Dios mis hábitos sexuales?

CUARTO PECADO CAPITAL: la envidia

- ¿Me molesta que otros sean felices o tengan éxitos tal como si esa felicidad o ese éxito fuese algo que me lo hubiesen quitado a mí?
- ¿Me causan resentimiento aquellos que son más inteligentes que yo, porque envidio que lo sean?
- ¿Censuro lo que hacen otros porque, para mis adentros, quisiera haberlo hecho yo por el honor o el prestigio que eso trae?
- ¿Soy envidioso al grado de tratar de menguar la personalidad de alguien intrigando insidiosamente contra él?
- ¿Propago chismes?
- ¿Creo que son envidiosos aquellos que llaman hipócritas a quienes, aunque sujetos a error como todo ser humano, tratan de cumplir con los preceptos de su religión? ¿Soy culpable en ese sentido?

QUINTO PECADO CAPITAL: la ira

- ¿Me dejo llevar por la ira?
- ¿Tengo arranques de cólera?
- ¿Siento deseos de venganza?
- ¿Juro que: «esto me lo pagarán»?
- ¿Recurro a la violencia?
- ¿Soy susceptible, sensitivo o impaciente con exceso?
- ¿Me molesto por cualquier cosa?
- ¿Murmuro o refunfuño?
- ¿Ignoro que la ira es un obstáculo para el equilibrio de la personalidad y para el desarrollo espiritual?
- ¿Me doy cuenta de que la ira rompe el equilibrio mental y por consiguiente, impide juzgar acertadamente?
- ¿Dejo que me maneje la ira, cuando sé que me ciega a los derechos de los demás?
- ¿Me contagia la ira de otros que por su debilidad se molestan conmigo?
- ¿Puedo esperar que la serenidad de Dios llegue a mi alma, mientras esta está sujeta a mis accesos de ira, motivados a veces por insignificancias?

SEXTO PECADO CAPITAL: la gula

- ¿Me debilito moral o intelectualmente debido a mis excesos con la comida o con la bebida?
- ¿Acostumbro a comer con exceso, esclavizándome así a los placeres de la mesa?
- ¿Creo que el hecho de comer o beber con exceso no afecta a la moral en mi vida?
- ¿He bebido o comido con tal exceso que haya vomitado, para luego seguir bebiendo o comiendo?
- Bebo con tal exceso que esto llega a afectarme en alguna de las siguientes formas:
 - a) Deteriorando mi mente y mi personalidad.
 - b) Afectando directamente mi capacidad para concentrarme, mi memoria y mi manera de juzgar las cosas.
 - c) Perdiendo mi dignidad y mi responsabilidad social.
 - d) Llegando a ser un estado crónico en mi vida la desesperación.
 - e) Debilitando considerablemente mi voluntad.
 - f) Llegando a predominar en mí un concepto materialista de la vida.

SÉPTIMO PECADO CAPITAL: la pereza

- ¿Soy perezoso?
- ¿Soy dado a la holganza o indiferente cuando se trata de cosas de orden material?
- ¿Soy tibio o descuidado en mis oraciones?
- ¿Desprecio la disciplina?
- ¿Prefiero leer una novela que algo que requiera un esfuerzo mental?
- ¿Soy pusilánime para llevar a cabo lo que moral o espiritualmente es difícil?
- ¿Soy descuidado?
- ¿Siento aversión por lo que signifique esfuerzo?
- ¿Me distraen fácilmente las cosas de orden temporal de las que son espirituales?
- ¿Llega mi indolencia al grado de desempeñar descuidadamente mi trabajo?

DOLOR DE LOS PECADOS

Luz de Cristo: “Convertíos y crean en el Evangelio”

24. ¿Qué es dolor de los pecados?

Es tener pena de haber ofendido a Dios por ser Dios muy digno de ser amado por su infinita bondad y porque, en justicia, nuestros pecados graves merecen condenación eterna.

De ti, Señor, viene la bendición de la vida eterna: vengan, benditos de mi Padre. Libranos de la maldición del castigo eterno: alejaos, malditos. La maldición es obra de la persona.

25. ¿Qué es confusión por nuestros pecados?

Confusión es sentir vergüenza por tanta ingratitud a tan gran amor, y porque, siendo merecedor de castigo eterno, no soy castigado. El Buen Pastor espera con paciencia a la puerta de la cueva, adonde he entrado por el pecado, hasta que salga para recibirme con alegría y fiesta.

Tu esencia, Señor, es ser todo para mí. Y mi existencia es vivir sólo para mí. Perdóname, Señor.

26. ¿Qué es la contrición por los pecados?

Contrición es un acto de amor muy grande: “Dios mío, perdóname, he pecado contra el cielo y contra ti, no merezco ser tratado como hijo tuyo”. Quiero amarte sobre todas las cosas. No quiero volver a pecar, pero, si caigo, me levantaré y siempre confiaré en tu divina misericordia.

Jesús, concédeme un encuentro sincero contigo en la confesión, entre tu “yo te absuelvo de tus pecados”, que me dice el sacerdote en tu nombre, y el “yo confieso mis pecados” que yo expreso de corazón.

27. ¿Qué es la conversión de nuestros pecados?

La conversión es una gracia de Dios para reconocer que hemos pecado, nos hemos equivocado de camino y se nos ha concedido pasar de la tiniebla del pecado a la luz; del gusto por la mentira y por el amor falso a la verdad y al amor verdadero; de la desesperanza a caminar con la ayuda de Dios por el camino de la verdadera vida, que es Jesús, pobre y humilde de corazón, hasta la vida eterna.

No quiero caminar en las tinieblas, sino seguirte a ti, Señor Jesús, el camino de la verdadera vida; de pobreza y humildad, amor y servicio, en fidelidad y perseverancia, hasta el fin de nuestros días en este mundo.

28. ¿Dolor de los pecados a la luz de los misterios de la vida de Cristo?

1. Misterios gozosos

1. *Encarnación*: has unido, Jesús, el ser Dios, que es amor, con el ser hombre, que es amar. Tengo cierta separación entre tu voluntad y la mía. Concédeme, Señor, vivir en la unidad personal del *hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo*.
2. *Visitación de María a su prima Isabel*: de prisa, con prontitud, tu madre va a atender a unos ancianos durante tres meses. No quiero llamar “carga” a la atención de las personas mayores, ni “desgracia” a cuidar de los enfermos.
3. *Nacimiento de Jesús*: te ponen en un pesebre, donde comen los animales. A los hombres les gusta vivir en un nivel muy humano, comer y beber. Tú quieres, Señor, elevarnos al nivel de hijos de Dios. Por la pobreza y la humildad emprendes el camino de hacer el bien. Quiero abandonar la consigna de “pasarle bien”, acompañada de la ambición y la soberbia, y emprender el camino de “hacer el bien”.
4. *Presentación del niño Jesús en el templo*: Jesús, eres signo de contradicción. Y tu madre sufrirá la espada de dolor, porque su maternidad será desconocida y dolorosa. También yo sufro la es-

pada de dolor de una dignidad infinita de hijo de Dios, entre cruces, gozos, espadas y espinas, con esperanza de gloria eterna. Jesús, no acepto bien el sufrir contradicciones o rechazos.

5. *Jesús perdido y hallado en el templo*: Jesús, tú y yo y cada ser humano tenemos la misma misión cada día y noche de nuestra vida: estar ocupado en las cosas del Padre. Tus intereses son los míos, pero los intereses míos no son, a veces, los tuyos: tu reino, tu nombre y tu voluntad. Perdóname, Señor.

2. Misterios luminosos

6. *Bautismo de Jesús*: Señor, me cuesta mucho ponerme en la fila de los que necesitan ser lavados y limpios del pecado del mundo. Tú haces propios mis pecados y yo no hago propios los míos. Acepto que nuestra vida tiene debilidades físicas, sociales y morales, y que necesito de ti, Señor, de tu perdón y de tu paz.

7. *Bodas de Caná*: veo, Señor, que eres amigo de la vida, del amor, de la familia, de un destino eterno en el banquete de bodas eternas. Virgen de las bodas de Caná de Galilea, virgen del detalle (“no les queda vino”), embriégame con la fe en el amor personal y universal de tu hijo Jesús.

8. *Jesús anuncia el reino de Dios invitando a la conversión:* Jesús, tú eres luz del mundo y nos invitas a amar para dejar las tinieblas del que no ama. Señor, sacas agua de vida eterna de la roca dura de nuestro corazón, cuando nos injertas en tu corazón. Tu voz potente nos hace salir del sepulcro, como a Lázaro, para que, desatados de miedos y egoísmos, caminemos por la gracia y la fraternidad a la resurrección de vida y no a la resurrección de condena. Perdona, Señor, mi gusto por el sepulcro de una vida entre estas cuatro paredes: la ambición, la soberbia, la rebeldía y la comodidad.

9. *Transfiguración del Señor:* Jesús, cada persona es otro Cristo. La esposa, el esposo, el hijo, el abuelo, el vecino y el lejano es una criatura de Dios, una imagen de Dios, una esponja empapada por la presencia y la providencia del amor de Dios. Perdóname, Señor, que no siento afición a verte en los otros, en los necesitados. Es urgente: te necesito, dame ojos de fe para verte en los demás.

10. *Institución de la Eucaristía:* Jesús, tú cumples tu palabra: yo estaré con ustedes todos los días hasta el fin del mundo, como pan de vida y cáliz de salvación. Te pido, Señor, tomar en serio tu presencia, tu comida, tu sacrificio eucarístico. Si quiero ir al cielo, necesito del pan bajado del cielo, para que el Padre nuestro, que está en el cielo del corazón humano por la gracia, haga de cada persona un hermano y de todos, una familia de peregrinos de la vida eterna.

3. Misterios dolorosos

11. *Oración en el huerto:* Nos mandas orar. Orar es ponerse a remojo en Dios, para perder el salitre de la mala sombra y tomar la buena sombra del árbol de la cruz; con ese buen olor de Cristo, que en tres horas de cruz no pidió nada y lo dio todo: sangre, perdón, su madre y su Espíritu al expirar. Ayúdanos, Señor, a no caer en la tentación del materialismo, del racionalismo y de la automarginación. Danos fuerza para en todo amar y servir a Dios y a los demás.

12. *Flagelación del Señor:* ahora, vivo y glorioso, no te alcanzan aquellos azotes físicos. Sí te duelen los daños que hacemos con nuestros pecados a los hermanos de tu cuerpo místico. Madre, haz que cesen los azotes con los que hacemos actual la flagelación con golpes de tibieza y superficialidad.

13. *Coronación de espinas:* diez eran los leprosos curados y sólo uno volvió a darte gracias. Perdona, Señor, las espinas de nuestra ingratitud. ¿Qué tengo que no haya recibido? No reconozco tu amor y rechazo tus dones, tu reino de santidad y gracia, verdad y vida, justicia, amor y paz. Perdóname, Señor, *y venga a nosotros tu reino.*

14. *Cruz auestas camino del Calvario:* me señalas, Jesús, el camino de la lágrima, “lloren por ustedes”. “Dichosos los que lloran, porque serán consolados”. El camino de la risa, de la burla, de la suficiencia, de la insensibilidad ante el hermano necesitado es un camino prohibido: “¡Ay, de los que ríen, porque llorarán!”. No hay mayor alegría que vivir clavado en el amor y servicio a los demás. No quiero ser, Señor Jesús, enemigo de la cruz.

15. *La crucifixión y muerte de Jesús en la cruz:* tu amor, Señor, es total y duradero y, por tanto, es verdadero. Está de moda ser cristiano por horas, o casado por un tiempo. Con nadie me comparo, a nadie juzgo, pero te pido, Señor, amarte cada día con la totalidad de la entrega del último día.

4. Misterios gloriosos

16. *La resurrección del Señor:* creo, Señor, que el cosmos, la historia y la Iglesia van regidas por la nueva creación de tu resurrección, que ha vencido a la muerte y al pecado, y nos ha dado nueva vida de paz y amor en esperanza de una eternidad feliz. En mi bautismo ya estoy resucitado contigo, Señor Jesús. Mi muerte será sólo un paso de una morada terrena a una condición gloriosa. Quiero aceptar tu don de paz y tu mandato: alégrense.

17. *La ascensión de Jesús:* nos dices: les conviene que yo me vaya para que cada uno continúe mi vida, pasión, muerte y resurrección, por obra del Espíritu Santo. Acepto, Señor, ser otro Cristo y deseo pasar por la vida haciendo el bien.

18. *La venida del Espíritu Santo:* Espíritu Santo, tienes mucha delicadeza: si no te hago caso, te vas; si no te llamo, no vienes. Ven, Espíritu Santo, con tus dones y carismas, tus gracias y frutos de paz, amor, amabilidad, servicio al prójimo y dominio de sí. Contigo, Espíritu Santo, caminamos hacia la nueva humanidad. Haz que formemos una sola familia, por el amor y la solidaridad, el perdón, la justicia y la esperanza de recorrer el camino de la cruz hasta la gloria.

19. *La asunción de la Virgen María:* la Virgen María estaba junto a Cristo al pie de la cruz. La Virgen María ahora está junto a su Hijo Jesús en la gloria celeste en cuerpo y alma. Quiero, Señor, beber ahora el vinagre de la pasión antes de tomar la miel de la resurrección y gloria eterna.

20. *Coronación de la Virgen María como reina y madre del universo:* Virgen María, consagrada a tu Hijo, a su obra de salvación, acepto tu palabra: “Hagan lo que les diga mi Hijo Jesús”. Quiero ser de Cristo en su Iglesia, acompañado por la madre del Señor y de la Iglesia, la Virgen María, que permanece siempre al lado de cada uno, para que no caiga y, si cae, que se levante. Sí, me levantaré, volveré junto a mi Padre.

Señor Jesús, no renuncio a la parte de misterio de la vida de cada día, donde se unen el misterio de tu piedad y el misterio de nuestra iniquidad.

Demos gracias a Dios: ***gracias, Señor Jesús, porque tus heridas nos han curado, y tu amor nos ha comunicado el amor a Dios y al prójimo.***

PROPÓSITO DE LA

ENMIENDA

Luz de Cristo: “Nadie te ha condenado. Yo tampoco te condeno. Vete y no peques más”

29. ¿Qué es propósito de la enmienda?

Es una firme decisión de no volver a pecar; y, si por debilidad, se cae de nuevo, volverse a confesar; como el que ha salido de un pozo y, ya curado de heridas y sustos, tiene enorme deseo de no volver a caer en el mismo pozo.

Tu madre Santísima, Señor Jesús, camina a nuestro lado para que nadie caiga, y, si cae, que se levante y acuda a tus sacerdotes en el sacramento de la penitencia.

30. El propósito de la enmienda, ¿incluye un programa de remedios de las causas de los pecados?

Además del firme deseo de no volver a pecar, hay que evitar los peligros próximos del pecado, pedir ayuda al Señor para que nos fortalezca la voluntad de no ofenderlo y poner en práctica algunas líneas de alimentación espiritual.

Te pido ayuda, Señor Jesús, para no caer en pecado, y para no desesperar, si vuelvo a pecar.

Siete prioridades pastorales de Juan Pablo II para el III milenio

31. ¿Qué líneas de espiritualidad pueden crear un ambiente propicio a la conversión permanente?

Juan Pablo II nos ha señalado siete prioridades pastorales para el cristiano del III Milenio:

1. *Santidad:* Señor Jesús, que disminuya la maldad y crezca la caridad en mi corazón; y que tu santísima voluntad sintamos y enteramente cumplamos.
2. *Oración:* como la respiración no tiene descanso, no cese jamás la oración, pues, –como dice san Juan de Ávila–: “el que no anda en oración, con una sola mano nada y pelea; y con un solo pie anda”; y caerá en la prueba de la tentación.

3. *Domingo, día del Señor*: te ruego, Señor, tomar en serio el encuentro con Jesús resucitado en la Eucaristía del domingo, día del Señor, en la mesa de la Palabra y en la mesa del pan de Vida, para tomar energías de paz y bien para la vida de familia, la caridad, la alegría. “No se puede ser feliz sólo y sin amor”, dice Juan Pablo II en su Carta Apostólica *Día del Señor*, del 31 de mayo de 1998.

4. *Reconciliación*: es decir, confesión urgente de los pecados graves y confesión de devoción, a su tiempo, de los pecados veniales. Cristo tiene derecho a encontrarse con el cristiano en la confesión; y el cristiano tiene derecho a encontrarse con Cristo en la confesión, para llenarse de la gracia del Espíritu Santo.

5. *Primacía de la gracia*: sin mí, nada pueden hacer, nos dice Jesús. Para una vida según Cristo, hace falta que el cristiano cuente con Cristo en todos los momentos de su vida.

6. *Escucha de la Palabra:* el que escucha y cumple la Palabra de Jesús, construye su vida sobre roca; cuando venga la prueba, no se caerá. La Palabra es el canal de Dios, tiene la fuerza de resucitar los muertos, trasladar montañas de alejamiento de Dios, puede convertir la piedra de un corazón duro en pan de amor y entrega. La Palabra es “mayor obra que criar cielos y tierra”, dice san Juan de Ávila. Dame, Señor, hambre de conocer tu voluntad, en el estudio, lectura y oración, sobre la Palabra de Dios, en el Antiguo y Nuevo Testamento.

7. *Anuncio de la Palabra:* al papa Juan Pablo II, al final de una audiencia general le grité, con agradecimiento a las 15 veces que habló de las misiones populares: “¡Viva el Papa de la misiones populares!” Y al oír mis palabras se volvió un poco y dijo: “¡Sabes gritar!”. “Vayan al corazón de las masas, –dijo a todos los misioneros populares Juan Pablo II–, no esperen a que vengan. Proclamen el Evangelio”.

La Iglesia crece con el anuncio del nombre de Jesús, de su persona divina, su mensaje, su misterio. Si cada uno lanza este grito: el de sus lágrimas de oración, de su “ofrecimiento diario por la humanidad”, de su testimonio de vida cristiana, de su palabra, predicación, homilía, catequesis, Cristo crecerá en cada uno por obra del Espíritu Santo, que habla por nuestra predicación.

Las consignas de tu vicario en la tierra son tu voz ahora para mí, ¡Ojalá hoy escuchemos tu voz, Señor Jesús!

Demos gracias a Dios: ***gracias, Señor Jesús, que nos guías por el camino de la verdadera vida.***

CASOS ESPECIALES

**Luz de Cristo: “Tus pecados quedan perdonados.
Levántate y anda”**

47. ¿Qué actos de oración y penitencia nos llevan a la Eucaristía?

Cuando uno es consciente de estar en pecado grave no debe comulgar el cuerpo del Señor “sin antes acudir a la confesión sacramentalmente, a no ser que concurra un motivo grave y no hay oportunidad de confesarse; en este caso, recuerde que está obligado a hacer un acto de contrición perfecta, que incluye el propósito de confesarse cuanto antes” (*Redemptionis Sacramentum*, congregación para el culto divino y la disciplina de los sacramentos, n. 81 25- III- 2004).

Tanto quieres, Señor Jesús, la vida de los cristianos, que permites que una persona que tenía dificultades graves para comulgar, pueda hacerlo, en casos especiales, con tal que se confiese cuanto antes pueda.

48. ¿Necesitan confesarse antes de comulgar los que participan en la celebración de la santa Eucaristía, si tienen las debidas condiciones?

Si una persona tiene las debidas condiciones de estar en gracia, no tener pecados graves y tiene deseo de recibir dignamente el cuerpo del Señor, puede hacerlo. Aunque son muchos los que tienen esas condiciones para poder comulgar, conviene que “no se acerquen en grupo”, sino de un modo aislado y personal, para que la comunión no se haga por un mero instinto de grupo (*Ídem* nº. 83).

Te pido, Señor, que nos concedas la decisión personal de ir a comulgar, cuando se tienen las debidas condiciones.

49. ¿Hay casos imposibles de arrepentimiento y confesión para la Santísima Virgen María?

La Virgen María, “nos ve a todos en Dios y ve bien nuestras necesidades”, espirituales y materiales. Nuestra madre de misericordia, refugio de los pecadores, no se cansa de esperar la vuelta de los hijos alejados de Dios, y no cesa de orar por los hermanos de su Hijo Jesús. Sabe bien nuestra madre que “todo es posible para Dios”: uno de los crucificados con su Hijo en el Calvario oyó de Jesús: “Hoy estarás conmigo en el paraíso”; no sabemos cómo Dios atendió la súplica brusca del otro crucificado: “Sálvanos a nosotros y a ti, si eres Hijo de Dios”. Ciertamente la Virgen María, de pie junto a los tres, no dejaría de implorar la salvación de los dos que estaban crucificados con su Hijo Jesús.

Creo, Señor, que cada confesión buena hace más fácil la próxima confesión.

50. ¿Se acabará alguna vez la misericordia del Señor con el pecador arrepentido?

Dice san Juan de Ávila: “Vaya a Dios con esperanza de su misericordia, que antes faltará agua en el mar

y luz en el sol, que misericordia en Él para el corazón quebrantado y humillado” (*Carta 78*). Y nos enseña el mismo santo que la confesión es limpiarle al Señor la casa del propio corazón y bañarse en la sangre de Cristo y que la peor bofetada al Señor es no tener confianza en su divina misericordia.

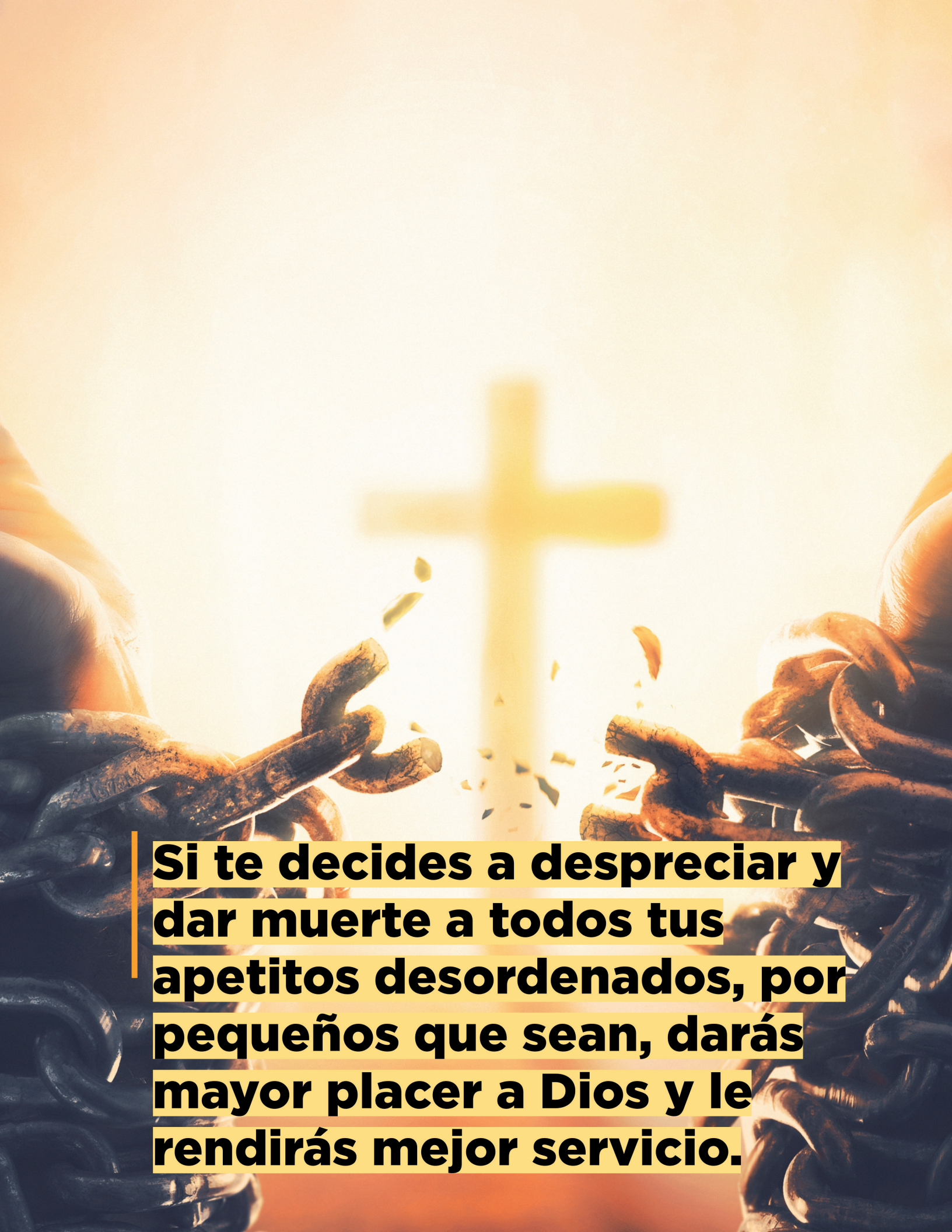
No permitas, Señor, que rechace tu abrazo de amor en la confesión. Jesús, en ti confío.

Demos gracias a Dios: ***gracias, Señor Jesús, que pones a tu madre a nuestro lado para que nadie caiga en pecado ni se hunda en la prueba de la tentación; pero, si caemos, tu madre de misericordia nos conduce a tu corazón misericordioso para que, llenos de tu Espíritu Santo, pasemos por la vida haciendo el bien.***



Cuanto más
perfecta sea
nuestra
crucifixión activa
o pasiva, tanto
más íntima será
la unión con el
Crucificado y
tanto más rica la
participación en
su vida.

EDITH STEIN



Si te decides a despreciar y dar muerte a todos tus apetitos desordenados, por pequeños que sean, darás mayor placer a Dios y le rendirás mejor servicio.

