

STA. ELIZABETH DE LA TRINIDAD

EXAMEN DE CONCIENCIA

Mandamiento 1. Yo soy el Señor tu Dios. No tendrás dioses ajenos delante de mí.

- ¿Le doy tiempo a Dios todos los días en oración?
- ¿Busco amarlo con todo mi corazón?
- ¿He estado involucrado con prácticas supersticiosas o he estado involucrado con el ocultismo?
- ¿Busco entregarme a la palabra de Dios tal como la enseña la Iglesia?
- ¿He comulgado alguna vez en estado de pecado grave?
- ¿Alguna vez he dicho una mentira intencionalmente en la Confesión o he ocultado un pecado grave al sacerdote en la Confesión?
- ¿Hay otros “dioses” en mi vida? ¿Dinero, Seguridad, Poder, Personas, etc.?

Mandamiento 2. No tomarás el nombre del Señor tu Dios en vano.

- ¿He usado el nombre de Dios en vano: a la ligera o sin cuidado?
- ¿He deseado el mal a alguna otra persona?

Mandamiento 3. Acuérdate de santificar el día del Señor.

- ¿He faltado intencionalmente a misa los domingos o días de precepto, o hago otro programa que no incluye misa?
- ¿He tratado de observar el domingo como un día familiar y de descanso?
- ¿Hago trabajo innecesario el domingo?

Mandamiento 4. Honra a tu padre ya tu madre.

- ¿Honro y obedezco a mis padres?
- ¿He descuidado mis deberes para con mi cónyuge e hijos?
- ¿He dado buen ejemplo religioso a mi familia?
- ¿Trato de traer paz a mi vida hogareña?
- ¿Cuido a mis parientes ancianos y enfermos?

Mandamiento 5. No matarás.

- ¿He dañado físicamente a alguien?
- ¿He abusado del alcohol o de las drogas?
- ¿Le di escándalo a alguien, llevándolo así al pecado?
- ¿He albergado odio en mi corazón?
- ¿He cometido, de alguna manera, pecados contra la vida humana como el aborto, la eutanasia o la esterilización?

STA. ELIZABETH DE LA TRINIDAD

EXAMEN DE CONCIENCIA

- ¿He matado la felicidad en otras personas o he faltado de perdonarles?

Mandamiento 6. No cometerás adulterio.

- ¿He sido fiel a mis votos matrimoniales en pensamiento y acción?
- ¿He participado en alguna actividad sexual fuera del matrimonio?
- ¿Estoy abierto a la transmisión de nueva vida en mi matrimonio?
- ¿Busco ser casto en mis pensamientos, palabras, acciones?
- ¿Tengo cuidado de vestirme modestamente?

Mandamiento 7. No robarás.

- ¿He robado lo que no es mío?
- ¿He devuelto o hecho restitución de lo que he robado?
- ¿Pierdo el tiempo en el trabajo, la escuela y el hogar?
- ¿Juego en exceso, negando así a mi familia sus necesidades?
- ¿Pago mis deudas puntualmente?
- ¿Busco compartir lo que tengo con los pobres?
- ¿He robado el tiempo en el trabajo, o en estando fuera de la familia, o en falta de hacer el bien a otros?
- ¿He estafado a alguien de lo que es justamente suyo, como empresas, grandes corporaciones?

Mandamiento 8. No darás falso testimonio contra tu prójimo.

- ¿He mentado? ¿He chismado?
- ¿Soy sincero en mi trato con los demás?
- ¿Mantengo en secreto lo que debe mantenerse confidencial?
- ¿He dañado la reputación de otros con calumnias?

Mandamiento 9. No desearás la mujer de tu prójimo.

- ¿He consentido pensamientos impuros?
- ¿Los he causado por lecturas impuras, imágenes, pornografía, conversación o curiosidad?
- ¿Rezo para quitar pensamientos impuros y tentaciones?
- ¿He pensado en otras personas como meros objetos de lujuria?

STA. ELIZABETH DE LA TRINIDAD EXAMEN DE CONCIENCIA

Mandamiento 10. No desearás los bienes de tu prójimo.

- ¿Soy celoso de lo que tienen los demás?
- ¿Envidio las familias o las posesiones de los demás?
- ¿Soy codicioso o egoísta?
- ¿Las posesiones materiales son el propósito de mi vida? ¿Las acumulo en exceso?
- ¿Hago comida en exceso para luego tirarla?