

RITUAL DE LA PENITENCIA

APENDICE III ESQUEMA PARA EL EXAMEN DE CONCIENCIA

382. Se propone un esquema para el examen de conciencia que se debe completar y adaptar según las costumbres locales y la diversidad de personas.

383. Cuando se hace el examen de conciencia antes del Sacramento de la Penitencia, conviene que cada uno, ante todo, se pregunte sobre lo siguiente:

1. ¿Voy al Sacramento de la Penitencia con sincero deseo de purificación, conversión, renovación de vida y amistad más profunda con Dios, o, por el contrario, lo considero como una carga que se ha de recibir las menos veces posibles?
2. ¿Me olvidé o callé voluntariamente algún pecado grave en las confesiones anteriores?
3. ¿Cumplí la penitencia que me fue impuesta? ¿Reparé las injusticias que acaso cometí? ¿Me esforcé en llevar a la práctica los propósitos de enmendar la vida según el Evangelio?

384. Cada uno debe someter su vida a examen, a la luz de la palabra de Dios.

I. Dice el Señor: «Amarás a tu Dios con todo el corazón»

1. ¿Tiende mi corazón a Dios de manera que en verdad lo ame sobre todas las cosas en el cumplimiento fiel de sus mandamientos, como ama un hijo a su padre, o, por el contrario, vivo obsesionado por las cosas temporales? ¿Obro en mis cosas con recta intención?
2. ¿Es firme mi fe en Dios, que nos habló por medio de su Hijo? ¿Me adhiero firmemente a la doctrina de la Iglesia? ¿Tengo interés en mi instrucción cristiana escuchando la Palabra de Dios, participando en la catequesis, evitando cuanto pudiera dañar mi fe? ¿He profesado siempre, con vigor y sin temores mi fe en Dios? ¿He manifestado mi condición de cristiano en la vida pública y privada?
3. ¿He rezado mañana y noche? ¿Mi oración es una auténtica conversación -de mente y corazón- con Dios o un puro rito exterior? ¿He ofrecido a Dios mis trabajos, dolores y gozos? ¿Recurro a él en mis tentaciones?
4. ¿Tengo reverencia y amor hacia el nombre de Dios o le ofendo con blasfemia, falsos juramentos o usando su nombre en vano? ¿Me he conducido irreverentemente con la Virgen María y los santos?
5. ¿Guardo los domingos y días de fiesta de la Iglesia participando activa, atenta y piadosamente en la celebración litúrgica, y especialmente en la misa? ¿He cumplido el precepto anual de la confesión y de la comunión pascual?
6. ¿Tengo, quizá, otros «dioses», es decir: cosas por las que me preocupo y en las que confío más que en Dios, como son las riquezas, las supersticiones, el espiritismo o cualquier forma de inútil magia?

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

1. ¿Tengo auténtico amor a mi prójimo o abuso de mis hermanos utilizándolos para mis fines o comportándome con ellos como no quisiera que se comportasen conmigo? ¿Los he escandalizado gravemente con palabras o con acciones?
2. ¿He contribuido, en el seno de mi familia, al bien y a la alegría de los demás con mi paciencia y verdadero amor? ¿Han sido los hijos obedientes a sus padres, prestándoles respeto y ayuda en sus necesidades espirituales y temporales? ¿Se preocupan los padres de educar cristianamente a sus hijos, ayudándoles con el ejemplo y con la paterna autoridad? ¿Son los cónyuges fieles entre sí en el corazón y en la vida?
3. ¿Comparto mis bienes con quienes son más pobres que yo? ¿Defiendo en lo que puedo a los oprimidos, ayudo a los que viven en la miseria, estoy junto a los débiles o, por el contrario, he despreciado a mis prójimos, sobre todo a los pobres, débiles, ancianos, extranjeros y hombres de otras razas?
4. ¿Realizo en mi vida la misión que acepté en mi Confirmación? ¿Participo en las obras de apostolado y caridad de la Iglesia y en la vida de mi parroquia? ¿He tratado de remediar las necesidades de la Iglesia y del mundo? ¿He orado por ellas, especialmente por la unidad de la Iglesia, la evangelización de los pueblos, la realización de la paz y la justicia?
5. ¿Me preocupo por el bien y la prosperidad de la comunidad humana en la que vivo o me paso la vida preocupado tan sólo de mí mismo? ¿Participo, según mis posibilidades, en la promoción de la justicia, la honestidad de las costumbres, la concordia y la caridad en este mundo? ¿He cumplido con mis deberes cívicos? ¿He pagado mis tributos?
6. ¿En mi trabajo o empleo soy justo, laborioso, honesto, prestando con amor mi servicio a la sociedad? ¿He dado a mis obreros o sirvientes el salario justo? ¿He cumplido mis promesas y contrato?
7. ¿He prestado a las legítimas autoridades la obediencia y respeto debidos?
8. Si tengo algún cargo o ejerzo alguna autoridad ¿los uso para mi utilidad personal o para el bien de los demás, en espíritu de servicio?
9. ¿He mantenido la verdad y la fidelidad o he perjudicado a alguien con palabras falsas, con calumnias, mentiras o violación de algún secreto?
10. ¿He producido algún daño a la vida, la integridad física, la fama, el honor o los bienes de otros? ¿He procurado o inducido al aborto? ¿He odiado a alguien? ¿Me siento separado de alguien por riñas, injurias, ofensas o enemistades? ¿He rehusado por egoísmo, presentarme como testigo de la inocencia de alguien?
11. ¿He robado o deseado injusta o desordenadamente cosas de otros o les he causado algún daño? ¿He restituido lo robado y he reparado el daño?
12. Si alguien me ha injuriado ;¿me he mostrado dispuesto a la paz y a conceder, por el amor de Cristo, el perdón, o mantengo deseos de odio y venganza?

III. Cristo, el Señor, dice: «Sed perfectos como vuestro Padre es perfecto»

1. ¿Cuál es la dirección fundamental de mi vida? ¿Me anima la esperanza de la vida eterna? ¿Me esfuerzo en avanzar en la vida espiritual por medio de la oración, la lectura y la meditación de la Palabra de Dios, la participación en los sacramentos y la mortificación? ¿Estoy esforzándome en superar mis vicios, mis inclinaciones y pasiones malas, como la envidia o la gula en comidas y bebidas? ¿Me he levantado contra Dios, por soberbia o jactancia, o he despreciado a los demás sobreestimándome a mí mismo? ¿He impuesto mi voluntad a los demás en contra de su libertad y sus derechos?
2. ¿Qué uso he hecho de mi tiempo, de mis fuerzas, de los dones que Dios me dio? ¿Los he usado en superarme y perfeccionarme a mí mismo? ¿He vivido ocioso y he sido perezoso?
3. ¿He soportado con serenidad y paciencia los dolores y contrariedades de la vida? ¿He mortificado mi cuerpo para ayudar a completar «lo que falta a la Pasión de Cristo»? ¿He observado la ley del ayuno y la abstinencia?
4. ¿He mantenido mis sentidos y todo mi cuerpo en la pureza y la castidad como templo que es del Espíritu Santo, llamado a resucitar en la gloria y como signo del amor que el Dios fiel profesa a los hombres, signo que adquiere toda su luz en el matrimonio? ¿He manchado mi carne con la fornicación, con la impureza, con palabras o pensamientos indignos, con torpes acciones o deseos? ¿He condescendido a mis placeres? ¿He mantenido conversaciones, realizado lecturas o asistido a espectáculos y diversiones contrarias a la honestidad humana y cristiana? ¿He incitado al pecado a otros con mi falta de decencia? ¿He observado la ley moral en el uso del matrimonio?
5. ¿He actuado alguna vez contra mi conciencia, por temor o por hipocresía?
6. ¿He tratado siempre de actuar dentro de la verdadera libertad de los hijos de Dios, según la ley del Espíritu, o soy siervo de mis pasiones?