

DOCUMENTO 2: EXAMEN DE CONCIENCIA

A continuación las preguntas propuestas por el Papa Francisco para hacer una buena confesión:

• *En relación a Dios*

- ¿Solo me dirijo a Dios en caso de necesidad?
- ¿Participo regularmente en la Misa los domingos y días de fiesta?
- ¿Comienzo y termino mi jornada con la oración?
- ¿Blasfemo en vano el nombre de Dios, de la Virgen, de los santos?
- ¿Me he avergonzado de manifestarme como católico?
- ¿Qué hago para crecer espiritualmente, cómo lo hago, cuándo lo hago?
- ¿Me revelo contra los designios de Dios? ¿Pretendo que Él haga mi voluntad?

• *En relación al prójimo*

- ¿Sé perdonar, tengo comprensión, ayudo a mi prójimo?
- ¿Juzgo sin piedad tanto de pensamiento como con palabras?
- ¿He calumniado, robado, despreciado a los humildes y a los indefensos?
- ¿Soy envidioso, colérico, o parcial?
- ¿Me avergüenzo de la carne de mis hermanos, me preocupo de los pobres y de los enfermos?
- ¿Soy honesto y justo con todos o alimento la cultura del descarte, el rechazo?
- ¿Incito a otros a hacer el mal?
- ¿Observo la moral conyugal y familiar enseñada por el Evangelio?
- ¿Cómo cumplo mi responsabilidad de la educación de mis hijos?
- ¿Honro a mis padres?
- ¿He rechazado la vida recién concebida?
- ¿He colaborado a hacerlo?
- ¿Respeto el medio ambiente?

• *En relación a mí mismo*

- ¿Soy un poco mundano y un poco creyente?
- ¿Cómo, bebo, fumo o me divierto en exceso?
- ¿Me preocupo demasiado de mi salud física, de mis bienes?
- ¿Cómo utilizo mi tiempo?
- ¿Soy perezoso?
- ¿Me gusta ser servido?
- ¿Amo y cultivo la pureza de corazón, de pensamientos, de acciones?
- ¿Nutro venganzas, alimento rencores?
- ¿Soy misericordioso, humilde, y constructor de paz?

- **En relación al cuidado de la Creación: la conversión ecológica.**

Palabras del Papa Francisco en la «Jornada mundial de oración por el cuidado de la creación». 1 de septiembre de 2016. Basadas en la Encíclica “Laudato si”

En este Año Jubilar, aprendamos a buscar la misericordia de Dios examinándonos también de los pecados cometidos contra la Creación, que hasta ahora no hemos sabido reconocer ni confesar; y comprometiéndonos a realizar pasos concretos en el camino de **la conversión ecológica**, que pide una clara toma de conciencia de nuestra responsabilidad con nosotros mismos, con el prójimo, con la creación y con el Creador.

PREGUNTAS SOBRE LA CONVERSIÓN ECOLÓGICA: EL CUIDADO DE LA CREACIÓN

- 1.-Eres indiferente al cuidado de la Creación, a no cuidar la diversidad de las especies con el peligro de que se pierdan para siempre?
- 2.- Has pensado que cultivar la tierra de forma abusiva, miope y egoísta, sin respeto ni equilibrio, es pecado?
- 3.- Piensas que es pecado si destruimos la diversidad biológica de las especies fruto de la creación; si degradamos la integridad de la tierra; si contribuimos al cambio climático; si desnudamos el suelo de sus bosques naturales o destruimos sus zonas húmedas; si contaminamos las aguas, el suelo, el aire. Porque «un crimen contra la naturaleza es un crimen contra nosotros mismos y un pecado contra Dios»
- 4.- Somos responsables en el uso del plástico y del papel? Desperdiciamos el agua, la comida, la energía eléctrica? Diferenciamos los residuos? Tratamos con cuidado a los otros seres vivos? Utilizamos el transporte público y compartimos el mismo vehículo entre varias personas?
- 5.- Tenemos en deseo desordenado de consumir más de lo que se necesita?
- 6.- Nos arrepentimos del mal que estamos haciendo imponiendo las ganancias a cualquier costo sin pensar en la exclusión social o la destrucción de la naturaleza?
- 7.- Los cambios actuales del mundo globalizado, muestra pobreza materiales y espirituales que se han multiplicado. ¿Te preocupas por encontrar nuevos modos de acción para que la vía de la misericordia se haga cada vez mas concreta? Dejamos “espacio a la fantasía de la caridad” ?
- 8.- La vida humana incluye el cuidado de la casa común. Tengo gestos cotidianos en que se rompa la violencia, el aprovechamiento, el egoísmo...y procuro todas las acciones posibles para construir un mundo mejor?

PREGUNTAS SOBRE LA CUSTODIA DEL CORAZÓN: ENSEÑANZAS DE JESÚS

Bienaventuranzas evangélicas Mt. 5, 3-11

- «Felices los que eligen ser pobres, porque en ellos reina Dios.
- Felices los que sufren, porque ellos van a recibir el consuelo.
- Felices los humildes, porque recibirán en herencia la tierra.
- Felices los que tienen hambre y sed de justicia, porque serán saciados.
- Felices los misericordiosos, porque alcanzarán misericordia.
- Felices los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios.
- Felices los que trabajan por la paz, porque a esos los va a llamar Dios hijos suyos.
- Felices los perseguidos por su fidelidad, porque sobre ellos reina Dios.

»Dichosos vosotros cuando os insulten, os persigan y os calumnien de cualquier modo por mi causa, estad alegres y contentos, porque os espera una gran recompensa en el cielo. Así también persiguieron a los profetas que os precedieron.

- **Sed perfectos** Mt 5,46-48, sed buenos del todo como es bueno del todo mi Padre del cielo.

Si amáis solamente a los que os aman, ¿qué mérito tendréis? ¿No hacen lo mismo los publicanos?

Y si saludas solamente a vuestros hermanos, ¿qué hacéis de extraordinario? ¿No hacen lo mismo los paganos?

Por lo tanto, sed perfectos, sed buenos del todo, como lo es mi Padre que está en el cielo.

- **Perdonad** Mt 6, 14-15 : Si perdonáis las faltas a los demás, el Padre que está en el cielo también os perdonará a vosotros. Pero si no perdonáis a los demás, tampoco el Padre os perdonará a vosotros.
- **Acumulad tesoros en el cielo** Mt 6, 19-21: Acumulad, en cambio, tesoros en el cielo, donde no hay polilla ni herrumbre que los consuma, ni ladrones que perforan y roben. Donde está tu tesoro, allí también estará tu corazón.

- **No juzguéis** Mt 7, 1-2: No juzguéis, y no seréis juzgados. Porque con la medida con que juzguéis se os juzgará, y la medida que uséis la usarán con vosotros.

No condenéis y no seréis condenados. Dad y se os dará.

- **Las reglas de oro** Mt 7, 12: Haced la voluntad del Padre Mt 7,21.

No todo el que me dice: «Señor, Señor», entrará en el Reino de los Cielos, sino el que cumple la voluntad de mi Padre que está en el cielo.

Todos los que deseáis que los demás hagan con vosotros, hacedlo vosotros con ellos: en esto consiste la Ley y los Profetas.

- **Un mandamiento nuevo** Jn 13, 34-35: Os doy un mandamiento nuevo: amaos los unos a los otros, como Yo os he amado. En esto todos reconocerán que sois mis discípulos: en el amor que os tengáis los unos a los otros.

LA FE DE LA IGLESIA

El Credo: Símbolo de los apóstoles

Creo en Dios, Padre Todopoderoso, Creador del cielo y de la tierra.

Creo en Jesucristo su único Hijo Nuestro Señor,
que fue concebido por obra y gracia del Espíritu Santo.

Nació de Santa María Virgen, padeció bajo el poder de Poncio Pilato,
fue crucificado, muerto y sepultado, descendió a los infiernos,
al tercer día resucitó de entre los muertos, subió a los cielos y está
sentado a la derecha de Dios Padre, todopoderoso. Desde allí va a
venir a juzgar a vivos y muertos.

Creo en el Espíritu Santo, la Santa Iglesia católica, la comunión de los
santos, el perdón de los pecados, la resurrección de la carne y la vida
eterna. Amén

En el Credo están contenidos los misterios principales de la fe cristiana.

LA LUZ DEL ESPIRITU DE CRISTO:

“El Espíritu mismo es «el don de Dios» por excelencia (cf. Jn 4, 10), es un regalo de Dios, y, a su vez, comunica diversos dones espirituales”. Papa Francisco, 9 de abril de 2014.

Los siete dones del Espíritu Santo

- **Don de sabiduría:** Nos hace comprender la maravilla insondable de Dios y nos impulsa a buscarle sobre todas las cosas, en medio de nuestro trabajo y de nuestras obligaciones.
- **Don de inteligencia:** Nos descubre con mayor claridad las riquezas de la fe.
- **Don de consejo:** Nos señala los caminos de la santidad, el querer de Dios en nuestra vida diaria, nos anima a seguir la solución que más concuerda con la gloria de Dios y el bien de los demás.
- **Don de fortaleza:** Nos alienta continuamente y nos ayuda a superar las dificultades que sin duda encontramos en nuestro caminar hacia Dios.
- **Don de ciencia:** Nos lleva a juzgar con rectitud las cosas creadas y a mantener nuestro corazón en Dios y en lo creado en la medida en que nos lleve a Él.
- **Don de piedad:** Nos mueve a tratar a Dios con la confianza con la que un hijo trata a su Padre.
- **Don de temor de Dios:** Nos induce a huir de las ocasiones de pecar, a no ceder a la tentación, a evitar todo mal que pueda entristecer al Espíritu Santo, a temer radicalmente separarnos de Aquel a quien amamos y constituye nuestra razón de ser y de vivir.

Los doce frutos del Espíritu Santo (Gál. 5. 22-23)

- **Caridad o Amor:** El acto de amor de Dios y del prójimo.
- **Gozo espiritual o Alegría:** El que nace del amor divino y bien de nuestros prójimos.
- **Paz:** Una tranquilidad de ánimo, que perfecciona este gozo.
- **Paciencia:** Sufrimiento sin inquietud en las cosas adversas.
- **Grandeza de corazón o Longanimidad :** Firmeza del ánimo en sufrir, esperando los bienes eternos.
- **Bondad:** Dulzura y rectitud del ánimo.
- **Benignidad:** Ser suave y liberal, no ser ásperos o poco agradable.
- **Mansedumbre:** Refrenar la ira, y tener dulzura en el trato.
- **Fe:** fidelidad en cumplir lo prometido.
- **Modestia:** La que modera, regula en el hombre sus acciones y palabras.

- **Dominio de sí o Continencia:** La que modera los deleites de los sentidos.
- **Castidad:** Consiste en el dominio de sí, en la capacidad de orientar el instinto sexual al servicio del amor y de integrarlo en el desarrollo de la persona.

MANDAMIENTOS Y PRECEPTOS

Los diez mandamientos

Yo soy el Señor tu Dios:

1. Amarás a Dios sobre todas las cosas. 2. No tomarás el nombre de Dios en vano. 3. Santificarás las fiestas 4. Honrarás a tu padre y a tu madre. 5. No matarás 6. No cometerás actos impuros. 7. No robarás. 8. No darás falso testimonio ni mentirás. 9. No permitirás pensamientos ni deseos impuros. 10. No desearás los bienes ajenos.

Los cinco preceptos de la Iglesia

- 1) Participar en la Misa todos los domingos y fiestas de guardar, y no realizar trabajos y actividades que puedan impedir la santificación de estos días.
- 2) Confesar los propios pecados, mediante el sacramento de la Reconciliación al menos una vez al año.
- 3) Recibir el sacramento de la Eucaristía al menos una vez en Pascua.
- 4) Abstenerse de comer carne y observar el ayuno en los días establecidos por la Iglesia.
- 5) Ayudar a la Iglesia en sus necesidades materiales, cada uno según sus posibilidades.

OBRAS DE MISERICORDIA

Las siete obras de misericordia corporales

1.- Visitar y cuidar a los enfermos. 2.- Dar de comer al hambriento. 3.- Dar de beber al sediento. 4.- Dar posada al peregrino. 5.- Vestir al desnudo. 6.- Redimir al cautivo. 7.- Enterrar a los muertos.

Las siete obras de misericordia espirituales

1.- Enseñar al que no sabe. 2.- Dar buen consejo al que lo necesita. 3.- Corregir al que se equivoca. 4.- Perdonar las injurias. 5.- Consolar al triste. 6.- Sufrir con paciencia los defectos de los demás. 7.- Rogar a Dios por vivos y difuntos.

