

Un examen de conciencia

CUARESMA 2024

Señor, Dios mío, tú nombre es misericordia.
Ayúdame con tu luz a conocerme
y en cada encrucijada del camino a elegir siempre amar.
Desde este mismo momento reconozco que te necesito
para que mi vida sea un proyecto de plenitud,
donde el mal no tenga cabida
y con el que pueda ser fiel a la vida,
a la esperanza y a la justicia que traes a cada ser humano,
y muy especialmente a los pobres.
En este Cuaresma y en estas circunstancias que vivimos,
en las que parecen triunfar la muerte y el miedo,
quiero renovar mi alianza contigo, Dios, amigo de la vida,
para ofrecerte a ti de nuevo y ponerme,
como pecador perdonado,
a los pies de tu Misterio de amor, al servicio de tu Vida.
Que con esta revisión de mi vida,
que hago a tu luz y en tu presencia,
pueda encontrar la paz,
aliviar el sufrimiento de este mundo
y contagiar de esperanza
a los que se crucen en mi camino.
Señor, Dios mío, dame humildad para reconocer mi pecado
y concédeme, por el "sacramento de la alegría"
a través de tu Iglesia,
el perdón y la reconciliación que ansío.
Tú que eres misericordia. Amén.

Padre nuestro, que estás en el cielo

- ¿He pensado que Dios no me ama, que no es capaz de amarme, que no es Padre?
- ¿He pensado que Dios no actúa en el mundo, que no quiere el bien para el hombre?
- ¿He atentado contra la fraternidad de todos los seres humanos de alguna manera?

Santificado sea tu nombre

- ¿He hablado bien de Dios? ¿He buscado que lo que se diga de Él sea veraz?
- ¿He orado a Dios pensando que está para concederme deseos?
- ¿He creído que Dios goza con mi sufrimiento?
- ¿He dejado aspectos de mi relación con Dios aparte, haciendo una fe a la carta?
- ¿He buscado en Dios paz y bienestar, evitando aquello que me pide compromiso?
- ¿He buscado a Dios en las cosas extraordinarias, sin tenerle presente en el día a día?
- ¿He asociado el nombre de Dios o de la Iglesia a ideologías contrarias a la dignidad del hombre?
- ¿He hecho algo que ha escandalizado a otros o les ha hecho dudar de que el Evangelio sea verdad, sea Buena Noticia?
- ¿He participado en las celebraciones de la fe con el resto de la comunidad cristiana?
- ¿He despreciado a Dios despreciando a los vulnerables de nuestra sociedad?
- ¿He dado mi corazón al dinero, al estatus, al poder, al placer o a otros ídolos?

Venga a nosotros tu Reino

- ¿He cometido alguna injusticia contra el prójimo? ¿He robado? ¿He mentido? ¿He utilizado al otro para mis intereses personales? ¿Me he relacionado con los demás limpiamente, sin ser deshonesto? ¿He deseado el mal del otro?
- ¿He dejado de creer que el bien es superior al mal, que la esperanza es mayor que la desesperanza? ¿He tirado la toalla en causas nobles y justas?
- ¿He desanimado a otros a hacer el bien?
- ¿He desconfiado de que Dios sea providente, que me vaya a conceder un futuro bueno?
- ¿He dejado de creer en la resurrección y en la vida eterna?
- ¿He tenido paciencia conmigo, con los demás, con los tiempos de Dios?
- ¿He buscado algún bien personal o colectivo con medios que no son éticos?

Hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo

¿Me he cerrado a la escucha de lo que Dios desea para mí? ¿He pasado de buscar su voluntad?
¿He tenido miedo a sus planes para mí?
¿He creído que Dios impone sus planes sobre los míos? ¿he impuesto los míos sobre los suyos?
¿He caído en la ira contra Dios o contra los demás cuando no se han cumplido mis proyectos?
¿he caído en la tristeza por este motivo?
¿Me he minusvalorado, auto-despreciado, devaluado? ¿Me he sobrevalorado, apreciado a costa de los demás, enjuiciado a los demás? ¿he confiado mi salvación a mis propias fuerzas, sin abrirme a Dios, cayendo en la soberbia?

Danos hoy nuestro pan de cada día

¿He puesto toda mi seguridad en algo diferente a Dios (personas, instituciones, proyectos)?
¿He dejado de dar importancia a los pobres en mi proyecto de vida?
¿He sido tacaño con mi dinero, egoísta con mi tiempo?
¿He envidiado lo que el otro recibía? ¿He dado importancia a cosas que no la tenían?
¿He descuidado cosas esenciales de mi vida, que me humanizan y me hacen mejor?
¿He descuidado la oración, que también es pan que me alimenta?

Perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden

¿He dejado de creer en el perdón de Dios?
¿He sido resentido, vengativo, cuando me han ofendido?
¿He buscado y aceptado la verdad, la parte de culpa en los conflictos?
¿He negado el perdón? ¿No he pedido perdón por falta de humildad?
¿No he reparado el daño que he cometido?

No nos dejes caer en la tentación y líbranos del mal

¿Me he expuesto deliberadamente a situaciones en las que me era fácil pecar?
¿He cumplido mis promesas?
¿He sido cómplice del mal con mi indiferencia o con mi asentimiento explícito o implícito?