opusdei.org

Examen de conciencia para la confesión (adultos)

Ofrecemos una serie de preguntas que pueden ayudar a realizar el examen de conciencia personal previo a la confesión. Esta versión está dirigida a adultos.

14/06/2024

Amarás a Dios sobre todas las cosas...

- ¿Creo todo lo que Dios ha revelado y nos enseña la Iglesia Católica? ¿He

dudado o negado las verdades de la fe católica?

- ¿Hago con desgana las cosas que se refieren a Dios? ¿Me acuerdo del Señor a lo largo del día? ¿Rezo en algún momento de la jornada?

- ¿He recibido al Señor en la Sagrada Comunión teniendo algún pecado grave en mi conciencia? ¿He callado en la confesión por vergüenza algún pecado mortal?

- ¿He blasfemado? ¿He jurado sin necesidad o sin verdad? ¿He practicado la superstición o el espiritismo?

- ¿He faltado a Misa los domingos o días festivos? ¿He cumplido los días de ayuno y abstinencia?

… y al prójimo como a ti mismo.

- ¿Manifiesto respeto y cariño a mis familiares? ¿estoy pendiente y ayudo

en el cuidado de mis padres o familiares si lo necesitan? ¿Soy amable con los extraños y me falta esa amabilidad en la vida de familia? ¿tengo paciencia?

- ¿Permito que mi trabajo ocupe tiempo y energías que corresponden a mi familia o amigos? Si estoy casado, ¿he fortalecido la autoridad de mi cónyuge, evitando reprenderle, contradecirle o discutirle delante de los hijos?

- ¿Respeto la vida humana? ¿He cooperado o alentado a alguien a abortar, destruir embriones, a la eutanasia o cualquier otro medio que atente contra la vida de seres humanos?

- ¿Deseo el bien a los demás, o albergo odios y realizo juicios críticos? ¿He sido violento verbal o físicamente en familia, en el trabajo o en otros ambientes? ¿He dado mal ejemplo a las personas que me

rodean? ¿Les corrijo con cólera o injustamente?

- ¿Procuro cuidar mi salud? ¿He tomado alcohol en exceso? ¿He tomado drogas? ¿He arriesgado mi vida injustificadamente (por el modo de conducir, las diversiones, etc.)?

- ¿He mirado vídeos o páginas web pornográficas? ¿Incito a otros a hacer el mal?

- ¿Vivo la castidad? ¿He cometido actos impuros conmigo mismo o con otras personas? ¿He consentido pensamientos, deseos o sensaciones impuras? ¿Vivo con alguien como si estuviéramos casados sin estarlo?

- Si estoy casado, ¿he cuidado la fidelidad matrimonial? ¿procuro amar a mi cónyuge por encima de cualquier otra persona? ¿Pongo mi matrimonio y mis hijos en primer lugar? ¿Tengo una actitud abierta a nuevas vidas?

- ¿He tomado dinero o cosas que no son mías? ¿En su caso, he restituido o reparado?

- ¿Procuro cumplir con mis deberes profesionales? ¿Soy honesto? ¿He engañado a otros: cobrando más de lo debido, ofreciendo a propósito un servicio defectuoso?

- ¿He gastado dinero para mi comodidad o lujo personal olvidando mis responsabilidades hacia otros y hacia la Iglesia? ¿He desatendido a los pobres o a los necesitados? ¿Cumplo con mis deberes de ciudadano?

- ¿He dicho mentiras? ¿He reparado el daño que haya podido seguirse? ¿He descubierto, sin causa justa, defectos graves de otras personas? ¿He hablado o pensado mal de otros? ¿He calumniado?

- Volver a **La Confesión: una guía paso a paso**
- Examen de conciencia para niños
- Examen de conciencia para jóvenes
- **Los tres exámenes de conciencia para la Confesión**, en un solo archivo.
- **RESET, historias de perdón:** en ocasiones, es nuestra propia vida la que parece bloquearse, torcerse, fruto de una decisión equivocada o de un mal paso… ¿Y quién no desearía contar entonces con la posibilidad de empezar de cero? Esa ocasión nos la ofrece el sacramento de la confesión, donde Dios nos perdona y nos anima a volver a empezar. En RESET, un reportaje multimedia, encontrarás varias historias sobre la bondad del amor

misericordioso de Dios a través de la Confesión.

Te puede interesar • 50 preguntas sobre Jesucristo y la Iglesia • ¿Cuáles son y en qué consisten las bienaventuranzas? • ¿Cuáles son las obras de misericordia? • Libro electrónico gratuito: el Compendio del Catecismo de la Iglesia Católica • Devocionario online • Versión digital gratuita de los Evangelios

Si tienes cualquier duda o quieres ampliar información escríbenos **info.es@opusdei.org**

pdf | Documento generado automáticamente desde https://dev.opusdei.org/es-co/article/examen-

de-conciencia-para-la-confesion-adultos/ (06/08/2025)