

## Un Examen de Conciencia para Jóvenes de Escuela Superior

Este examen de conciencia fue preparado para ayudar a los jóvenes a reflexionar en grupo y prepararse para confesión y absolución individual. Se puede usar durante una celebración comunal del Sacramento (Rito 2), así como en preparación para la reconciliación individual (Rito 1), o durante un servicio de oración penitencial. Es conveniente para usarse en retiros, así como en días de reflexión. El examen de conciencia puede ser leído en voz alta por el director del retiro, un sacerdote u otro lector mientras los participantes reflexionan en silencio.

Aunque éste examen fue escrito para uso en una celebración comunal, se puede proveer una copia a los asistentes para su preparación remota para el sacramento, para la confesión individual, separado del grupo, o bien para oración personal.

Muchos exámenes de conciencia están basados en los Diez Mandamientos, o en las Bienaventuranzas. Este *Examen de Conciencia para Jóvenes de Escuela Superior* nos hace reflexionar en las relaciones con Dios; los demás y con nosotros mismo. Sin embargo se puede observar que la gran parte de este examen está basado en los Diez Mandamientos y las Bienaventuranzas.

Este Examen de Conciencia fue desarrollado para la Arquidiócesis de Milwaukee por el personal de TYME OUT, Centro para el Ministerio Juvenil, y está basado en sus experiencias con jóvenes en retiros, liturgias y el sacramento de reconciliación.

# Un Examen de Conciencia para Jóvenes de Escuela Superior

La preparación para el sacramento de reconciliación frecuentemente es mal-interpretada (no se entiende). A menudo la gente considera la preparación como el hacer una lista de errores que ha hecho y no como una oportunidad de hablar de lo que inquieta o perturba sus corazones, de quiénes son y de lo que quieren cambiar en sus vidas. El sacramento de la Reconciliación nos da la oportunidad de hablar y rezar con alguien que puede ayudarnos en esta tarea.

Lo siguiente, son preguntas para ayudarle a examinar su conciencia. Se honesto. Pregúntate, “¿Qué hago bien?” “¿Qué quiero cambiar en mí?” y “¿Cómo quiero que Dios me transforme?”

## **Mi relación con Dios**

¿Cómo rezo?

- Por miedo
- Por mis necesidades
- Por mis deseos personales de ganar algo
- Por mi relación personal y respeto a Dios
- No rezo

¿Cómo atiendo a Misa?

- Por costumbre
- Con resentimiento porque siento que tengo que hacerlo
- Por miedo
- Abierto a asistir, cuando tengo tiempo
- Regularmente, con respeto a la Eucaristía
- Como parte de la comunidad
- No asisto a Misa

¿Cómo usas el nombre de Dios?

- Para jurar
- Para expresar odio
- Con respeto y amor

¿De qué manera trato a la Creación de Dios?

- Respeto a otras personas sin distinción de su raza, religión o estado económico
- Considero que toda vida es sagrada, incluso la de los que no han nacido todavía
- Mal gasto los recursos naturales del mundo
- Mi relación con Dios esta separada de todo lo demás y no afecta el cómo veo o trato el mundo a mi alrededor

## Mis relaciones con las demás personas

¿Cómo trato a mi familia?

- Les ayudo cuando me necesitan, aún cuando no me conviene
- Me burlo y ofendo a mis hermanos
- Digo a mis papás a dónde voy y con quién voy a estar
- Creo que mi familia es primero que lo demás
- Peleo o ignoro a los miembros de mi familia y no me esfuerzo hacer las paces
- Les perdono cuando me siento maltratado por ellos

¿Cómo trato la sexualidad de los demás?

- Soy grosero y me burlo de ellos
- Uso a otras personas para mis placeres del cuerpo
- Creo que si dos personas creen que se aman mutuamente, ellos pueden tener sexo aunque sea fuera del matrimonio

¿Cómo trato a mis maestros?

- Me porto mal o soy rudo con ellos
- No hago mis tareas
- Interrumpo en la clase
- Hago todas mis tareas y les demuestro respeto
- Me aburro y no pongo atención

¿Cómo trato a los extraños o desconocidos?

- Los engaño o les digo mentiras para conseguir lo que quiero
- Honro y cumplo con todos los compromisos que he hecho
- Soy cariñoso y cortés
- No me importan porque nunca voy a verlos otra vez
- Comparto con ellos lo que tengo

¿Cómo trato a mis amigos?

- Con amor y respeto
- Los utilizo para ganar popularidad o regalos
- Me burlo de ellos a sus espaldas
- Acepto y entiendo sus diferencias
- Los perdono cuando me hacen algo malo
- Los felicito y les doy ánimo

## **Mi relación conmigo mismo**

¿Cómo me veo?

- Creo que soy imagen y semejanza de Dios
- Miro solamente en lo que no me gusta de mí

¿Cómo trato mi persona (cuerpo)?

- Abuso de drogas, tabaco o alcohol
- No respeto mi sexualidad
- Daño físicamente mi cuerpo
- Cuido mi bienestar – físico, emocional y espiritual

¿Con cuánta seriedad tomo mi educación?

- No atiendo a mis estudios
- Cumpló mis tareas
- Participo en las clases y eventos de la escuela

¿Cómo tomo mis decisiones?

- Porque todos lo hacen
- Es el camino más fácil para salir de las situaciones
- Quiero ser popular
- Mi relación con Dios me muestra que es lo correcto

## **Última Reflexión:**

Ya que has reflexionado en tu relación con Dios, los demás y contigo mismo, pregúntate:

- ¿Para qué busco el perdón?
- ¿Cómo quiero que Dios me transforme?
- ¿Qué confesaré a Dios para pedirle el perdón y la gracia para cambiar?