

El Camino de la Oscuridad (Pecado):

Los Siete Pecados Capitales

1. Soberbia: preocupación con mi excelencia o mi miseria; egocentrismo.
2. Avaricia: deseo desordenado a poseer; poner el corazón en las cosas materiales; egoísmo.
3. Lujuria: deseo desordenado o disfrute pecaminoso del placer sexual.
4. Ira: enojo, que lleva al deseo de venganza; guardar resentimiento.
5. Gula: valorar los placeres corporales (alimento, bebida, maquillaje, internet, TV, etc.) más que los bienes espirituales.
6. Envidia: entristecernos ante el bien o el éxito del prójimo.
7. Pereza: flojera o negligencia corporal o espiritual.

Pecados en Contra de las Virtudes Teologales

1. Presumir de la Misericordia de Dios.
2. Desesperarse de la Misericordia de Dios.
3. Resistir o atacar la verdad conocida.
4. Envidiar los dones o el progreso espiritual en el prójimo.
5. Ser obstinado o testarudo en el pecado.
6. Impenitencia final (rehusar arrepentirse).

Pecados que Claman al Cielo

1. Asesinato.
2. Sodomía.
3. Opresión del pobre.
4. Defraudar al obrero en su salario.

Contribuir al Pecado del Prójimo

1. Por el consejo.
2. Por mandar.
3. Por consentimiento.
4. Por provocación.
5. Por halagar o adular.
6. Por encubrir.
7. Por participar.
8. Por silencio.
9. Por defender el acto pecaminoso.

Las Obras de la Carne (Gal. 5:19-21)

Fornicación, impureza, desenfreno, idolatría, hechicería, enemistades, discordia, celos, ira, egoísmo, divisiones, sectarismo, envidias, borracheras, orgías.

El Camino de la Luz (Santidad):

Las Siete Virtudes Capitales

1. Humildad: reconocer la verdad sobre Dios, uno mismo, y el prójimo.
2. Generosidad: obrar por el bien del prójimo; ser servicial.
3. Castidad: integrar la sexualidad dentro de uno mismo según la mente de Dios y el estado de vida de uno.
4. Mansedumbre: dulzura de espíritu que hace posible el auto-dominio y el control de la ira.
5. Templanza: moderación de los apetitos y gustos.
6. Amor Fraternal: desear el bien verdadero para el prójimo, que lleva al comportamiento apropiado hacia él.
7. Diligencia: perseverancia en el obrar bien.

Las Virtudes Teologales

Fe, Esperanza y Caridad

Las Virtudes Cardinales

Prudencia, Justicia, Templanza y Fortaleza

Obras Corporales de Misericordia

Dar de comer al hambriento, dar de beber al sediento, vestir al desnudo, visitar al encarcelado, dar posada al peregrino, visitar al enfermo, y enterrar a los muertos.

Obras Espirituales de Misericordia

Corregir al pecador, enseñar al ignorante, dar buen consejo al dudoso, consolar al triste, sufrir con paciencia las injusticias, perdonar las injurias, y rogar a Dios por los vivos y difuntos.

Los Dones del Espíritu Santo

Sabiduría, Entendimiento, Consejo, Fortaleza, Ciencia, Piedad, y Temor a Dios.

Los Frutos del Espíritu Santo (Gal. 5:22-23)

Amor, Alegría, Paz, Paciencia, Amabilidad, Bondad, Benignidad, Mansedumbre, Fidelidad, Modestia, Dominio de sí mismo, y Castidad.

Las Bienaventuranzas (Mt 5:3-12)

1. Dichosos los pobres de espíritu, porque suyo es el reino de los cielos.
2. Dichosos los mansos, porque heredarán la tierra.
3. Dichosos los que lloran, porque serán consolados.
4. Dichosos los que tienen hambre y sed de justicia, porque quedarán saciados.
5. Dichosos los misericordiosos, porque alcanzarán misericordia.
6. Dichosos los limpios de corazón, porque verán a Dios.
7. Dichosos los pacificadores, porque serán llamados hijos de Dios.
8. Dichosos los que padecen persecución por causa de la justicia, porque suyo es el reino de los cielos.
9. Dichosos ustedes cuando sean insultados y perseguidos y cuando se los calumnie en toda forma a causa de mí. Alégrense y regocíjense, porque su recompensa será grande en el cielo.

Tres Obras Buenas Eminentes para Superar Nuestra Pecaminosidad

Oración, Ayuno y Limosna

Los Consejos Evangélicos

Castidad, Pobreza y Obediencia



555 Slocan St Vancouver BC

Examen de Conciencia para Adultos y Jóvenes

Los Diez Mandamientos

- I. Yo soy el Señor tu Dios. No tendrás otros dioses delante de mí.
- II. No tomarás el nombre de Dios en vano.
- III. Guardarás el día del Señor, para santificarlo.
- IV. Honrarás a tu padre y a tu madre.
- V. No matarás.
- VI. No cometerás adulterio.
- VII. No robarás.
- VIII. No darás falso testimonio.
- IX. No codiciarás la mujer de tu prójimo.
- X. No codiciarás los bienes de tu prójimo.

Los Dos Grandes Mandamientos

- I. Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente. II. Amarás a tu prójimo como a ti mismo.

Los Preceptos de la Iglesia

- I. Participarás en Misa los domingos y fiestas de precepto, y no realizarás trabajos y actividades que puedan impedir la santificación de estos días.
- II. Confesarás los pecados por lo menos una vez al año.
- III. Recibirás el sacramento de la Eucaristía, al menos durante el tiempo Pascual.
- IV. Te abstendrás de comer carne y observarás el ayuno en los días establecidos por la Iglesia.
- V. Ayudarás la Iglesia en sus necesidades materiales, [cada uno según sus habilidades].

Oración antes de la Confesión

Ven, Espíritu Santo, ilumina mi mente para que vea claramente mis pecados. Mueve mi corazón a un arrepentimiento sincero por mis pecados, a confesarlos honestamente y a resolver a enmendar mi vida. Espíritu de Sabiduría, concédeme ver la malicia de mi pecado y mi ingratitud hacia Tí, el Dios de Amor. Espíritu de Fortaleza, ayúdame a hacer el sacrificio necesario para evitar el pecado en el futuro. Amén.

Examen de Conciencia

¿**He** negado o dudado de la existencia de Dios?

¿**He** rehusado creer en la revelación de Dios?

¿**He** creído o consultado en horóscopos, en la limpia con el huevo, en los que leen las cartas, el futuro, la tabla de ouija, o en la reencarnación?

¿**He** negado que soy católico?

¿**He** abandonado la Fe Católica por algún período de tiempo?

¿**He** desesperado de o presumido de la misericordia de Dios?

¿**He** dejado de orar por largo tiempo?

¿**He** fallado en mis oraciones diarias?

¿**He** blasfemado, usando el nombre de Dios en vano, o he roto un juramento?

¿**He** faltado a Misa los domingos o días de precepto sin razón seria?

¿**He** fallado en guardar reverencia en la presencia del Santísimo Sacramento?

¿**He** estado inatento en la Misa?

¿**He** llegado tarde a Misa?

¿**Me** he ido antes de terminar la Misa?

¿**He** hecho trabajos innecesarios en los domingos?

¿**He** desobedecido o faltado el respeto a mis padres o superiores?

¿**He** descuidado mis obligaciones hacia mi esposo, esposa, hijos o padres?

¿**He** fallado en poner interés en la educación religiosa de mis hijos?

¿**He** fallado en educarme con relación a las enseñanzas de la Iglesia?

¿**He** sido causa de escándalo por lo que dije o hice, especialmente delante de los jóvenes?

¿**He** sido la causa de que alguna persona haya abandonado su Fe Católica?

¿**He** sido impaciente, cruel, o perezoso; he tenido coraje, envidia, celos, venganza, o he odiado al prójimo?

¿**He** dado mal ejemplo? ¿He abusado de drogas o licor; he peleado o discutido?

¿**He** herido físicamente o he matado a alguien?

¿**He** tenido o aconsejado a otros a procurar un aborto?

¿**He** participado en o aprobado el mal grave de eutanasia (“matar por piedad”)?

¿**He** intentado suicidarme? ¿Me he lastimado deliberadamente?

¿**Por** voluntad propia me he entretenido en pensamientos o deseos impuros?

¿**Me** he vestido inmodestamente o provocativamente?

¿**He** usado palabras malas o insinuantes?

¿**He** contado o escuchado chistes impuros o historias impuras?

¿**He** visto deliberadamente películas, revistas, videos o sitios pornográficos en el internet?

¿**He** cometido actos impuros – solo (masturbación), o con otros (fornicación, adulterio, sodomía)?

¿**Contra**je matrimonio o aconsejé a otro a casarse fuera de la Iglesia?

¿**He** sido infiel a mis votos matrimoniales?

¿**He** andado con el cónyuge del prójimo?

¿**He** usado contracepción, o he sido o mi cónyuge ha sido esterilizado permanentemente?

¿**He** robado, engañado, animado a otros a robar, o me he quedado con bienes robados?

¿**He** fallado en dar restitución por bienes robados?

¿**He** fallado en dar el máximo en mi trabajo por el salario recibido?

¿**He** fallado en pagar un salario justo a mis empleados?

¿**He** fallado deliberadamente en cumplir con mis contratos o en pagar mis cuentas? ¿He dado o aceptado sobornos?

¿**He** malgastado en juegos del azar? ¿He privado a mi familia de sus necesidades diarias?

¿**He** dicho deliberadamente mentiras para engañar o dañar a otros?

¿**He** dado falso testimonio?

¿**He** fallado en votar a conciencia bien formada de acuerdo a las enseñanzas de la Iglesia, y en respeto a la santidad de la vida humana?

¿**He** sido poco caritativo de pensamiento, palabra u obra?

¿**He** chismorreado o revelado faltas o pecados de otros?

¿**He** fallado en guardar secretos que se me han confiado?

¿**He** comido carne los viernes de cuaresma o Miércoles de Ceniza?

¿**He** fallado en ayunar el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo?

¿**He** fallado en recibir la Sagrada Comunión en el tiempo Pascual?

¿**He** recibido la Sagrada Comunión en el estado de pecado mortal?

¿**He** fallado en confesar por lo menos una vez al año?

¿**He** recibido la Sagrada Comunión sin haber ayunado una hora antes? (se permite el agua y medicina)

¿**He** hecho una mala Confesión, escondiendo pecados mortales?

¿**He** fallado en contribuir debidamente a las necesidades de la Iglesia?

¿**He** rehusado perdonar a los que me han lastimado o han lastimado a mis seres queridos?

Cómo Confesarse

1. Saludo del sacerdote.
2. El penitente dice: “Perdóneme, Padre, porque he pecado. Hace (PERIODO DE TIEMPO) desde mi última Confesión.”
3. El penitente dice sus pecados y contesta cualquier pregunta pertinente que el sacerdote le haga.
4. El sacerdote aconseja y da una penitencia al penitente.
5. El penitente dice el acto de contrición. (Ver abajo.)
6. El sacerdote da la absolución al penitente.
7. El sacerdote dice: “Da gracias a Dios, porque es bueno.”
8. El penitente contesta: “Porque es eterna su misericordia.” Entonces el sacerdote despidе al penitente.

Acto de Contrición

Señor mío, Jesucristo, Dios y Hombre verdadero, Creador, Padre y Redentor mío, por ser quién eres y porque te amo sobre todas las cosas, me pesa de todo corazón haberte ofendido; propongo firmemente nunca más pecar, apartarme de todas las ocasiones de pecado, confesarme y cumplir la penitencia que me fuera impuesta. Amén.

Oración después de la Confesión

Ofrezco, Señor, mi vida, obras y trabajos, en satisfacción de todos mis pecados, y, así como lo suplico, así confío en tu bondad y misericordia infinita, que los perdones, por los méritos de tu preciosísima sangre, pasión y muerte, y me des la gracia para enmendarme, y perseverar en tu santo amor y servicio, hasta el fin de mi vida. Amén.