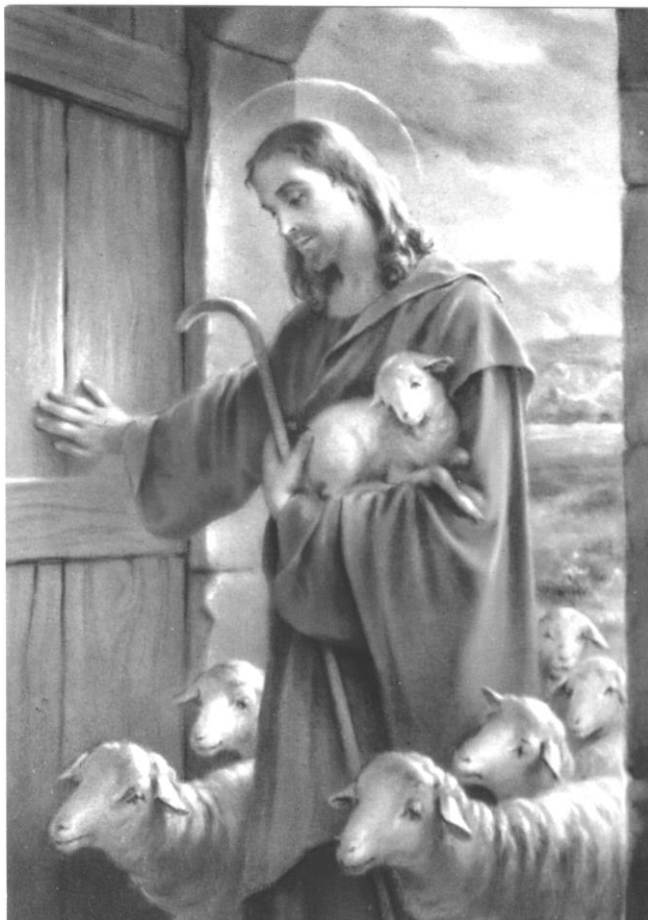


# PARA CONFESARTE



*Ayuda para niños  
que quieren hacer  
una buena confesión*

## Pasos para una buena confesión



Examen de conciencia



Dolor de los pecados



Propósito de la enmienda



Decir los pecados al confesor



Cumplir la penitencia

## Acto de contrición

Señor mío, Jesucristo, Dios y hombre verdadero,  
Creador, Padre, Redentor mío,  
por ser vos quien sois, bondad infinita  
y porque os amo sobre todas las cosas,  
me pesa de todo corazón haberos ofendido,  
también me pesa porque podéis castigarme  
Con las penas del infierno.  
Ayudado por vuestra divina gracia,  
propongo firmemente nunca más pecar,  
Confesarme y cumplir la penitencia  
que me fuera impuesta.  
Amén.

## **Examen de conciencia**

### *1. Amarás a Dios sobre todas las cosas*

- ¿Me he confesado sin arrepentimiento o he dejado de hacer la penitencia que me dejó el sacerdote?
- ¿Me he callado algún pecado grave en la última confesión?
- ¿He comulgado sabiendo que estoy en pecado grave?
- ¿Amo de verdad a Dios más que a todas las cosas?
- ¿Dedico tiempo a hacer oración o a rezar todos los días?

### *2. No tomarás el nombre de Dios en vano*

- ¿He hablado mal o sin respeto de Dios, de Jesús, de la Virgen María, de los santos o de la Iglesia?
- ¿He jurado hacer algo malo?
- ¿He jurado sin necesidad o he nombrado a Dios por una tontería?
- ¿He prometido algo a Dios y no lo he cumplido?
- ¿He dicho palabrotas ofensivas contra las cosas sagradas?

### *3. Santificarás las fiestas*

- ¿He faltado a Misa algún domingo o fiesta de guardar porque no he querido ir o porque he preferido hacer otras cosas?
- Cuando estoy en Misa, ¿he estado muy distraído?

### *4. Honrarás a tu padre y a tu madre*

- ¿He desobedecido a mis padres?
- ¿Les he faltado al respeto o me he burlado de ellos?
- ¿Les he hecho sufrir con mi comportamiento?
- ¿He sido vago en ayudarles en los trabajos cotidianos de casa?
- ¿Me he comportado mal con mis abuelos?
- ¿He obedecido y respetado a otras personas que también tienen autoridad sobre mí: profesores, cuidadores o catequistas?

### *5. No matarás*

- ¿He sido egoísta y no he ayudado a los demás?
- ¿Me he peleado o he discutido?

- ¿Me he negado a perdonar a alguien?
- ¿He hablado mal o me he burlado de alguien?
- ¿He puesto en peligro mi vida y la de otros?
- ¿He deseado el mal a alguien?
- ¿He sido soberbio creyéndome el mejor o desconfiando de Dios?

#### 6. *No cometerás actos impuros*

- ¿He mirado “cosas feas” en la televisión, Internet, revistas, carteles...?
- ¿He sido irrespetuoso con el cuerpo de los demás?
- ¿He cometido acciones con mi propio cuerpo que son deshonestas y que me avergonzaría que se supieran?

#### 7. *No robarás*

- ¿Me he quedado con algo que no es mío?
- ¿He ayudado a que alguien más robe algo?
- ¿He hecho voluntariamente daño a las cosas de otras personas?
- ¿Me he quedado cambios de dinero de mis padres o me los he gastado en otras cosas?

#### 8. *No dirás falso testimonio ni mentirás*

- ¿He dicho mentiras?
- ¿He dicho cosas a medias a mis padres, maestros, catequistas... para que no supieran toda la verdad?
- ¿He hecho trampa en los juegos para ganar?
- ¿He copiado en mis tareas o exámenes?

#### 9. *No consentirás pensamientos ni deseos impuros*

- ¿He pensado voluntariamente o he deseado cosas impuras?
- ¿He hablado o escuchado cosas malas respecto a cosas impuras?

#### 10. *No codiciarás los bienes ajenos*

- ¿He tenido envidia de los demás: lo que les pasa o lo que tienen?
- ¿He intentado robar o dañar las cosas de los demás?

**Parroquia de la Presentación de Nuestra Señora**

C/ Corregidor Diego de Valderrábano, 62 | 28030 Madrid

914390322 | info@lapresentacion.es | lapresentacion.es