

ESAME DI COSCIENZA

1. Il mio rapporto con **DIO** (primi tre comandamenti)

- Ho recitato **tutti i giorni** (la mattina e la sera) **almeno** le preghiere del mattino e della sera?
- Sono stato a Messa **tutte le Domeniche** e le feste comandate? Anche di estate?
- Durante la Messa, sono stato attento? Oppure ho chiacchierato, riso, mi sono distratto, ho masticato la gomma? Durante la santa Messa, sono stato in ginocchio almeno durante la consacrazione e dopo la comunione?
- Ho fatto la genuflessione a Gesù eucaristia quando sono entrato in Chiesa, quando sono uscito o quando sono passato davanti al Tabernacolo?
- **Ho fatto la santa comunione senza essere in grazia di Dio** (cioè una comunione **sacrilega**), cioè senza essermi prima confessato, qualora, per esempio, avessi mancato alla Messa anche *una sola* Domenica o avessi commesso qualche peccato mortale, specie di impurità?
- Ho ricevuto la santa Comunione con amore e con atteggiamento rispettoso? Ho ringraziato Gesù per essere venuto in me?
- Ho avuto rispetto per il luogo sacro (cioè la Chiesa)? Oppure ho strillato, giocato davanti alla Chiesa, detto parolacce, fumato, disturbato le funzioni, giocato a carte sul sagrato?
- Ho detto **tutti** i miei peccati al confessore? Oppure ho tenuto nascosto qualche peccato per paura che si arrabbiasse, mi rimproverasse, oppure per vergogna (facendo così una **confessione sacrilega**)? Ho fatto la penitenza che mi aveva detto il confessore?
- **Ho bestemmiato Dio, la Madonna, i santi?**
- Nel parlare, ho l'abitudine di nominare Dio o la Madonna, senza che sia necessario (cioè di dire frasi tipo: "Madonna mia! Dio mio!", etc.)?
- Ho raccontato barzellette su Gesù, la Madonna e i santi?
- Ho partecipato **sempre** al catechismo? Sono stato attento durante il catechismo? Oppure ho chiacchierato, disturbato, riso?
- Ho mancato di rispetto verso il mio catechista o verso i sacerdoti? Ho parlato male di loro?

2. Rapporti con il **prossimo** e con **me stesso** (dal IV al X comandamento)

- Ho sempre obbedito ai miei genitori?
- Ho mancato di rispetto ai genitori? **Gli ho rivolto brutte parole, anche solo col pensiero?**
- Ho dato qualche dispiacere ai miei genitori? Ho detto loro sempre la verità?
- Ho studiato sempre, molto e bene? O **studio poco, o molto poco?** Come vado a scuola?
- **Ho mancato di rispetto verso i professori?** Gli ho risposto male? Ne ho parlato male? Li ho presi in giro?
- Ho detto parolacce?
- Ho detto bugie?
- **Ho bevuto alcolici? Fumato sigarette o spinelli?**
- Ho preso in giro i miei amici?
- Ho rubato qualcosa a qualcuno (qualche soldo ai miei genitori, qualche oggetto in un negozio, qualche cosa a scuola)?
- Ho frequentato **cattive amicizie e cattive compagnie?**
- **Ho guardato video o film oppure letto giornali immorali, impuri o osceni?**
- **Ho avuto qualche pensiero impuro?**
- **Ho fatto discorsi impuri?**
- **Ho commesso atti impuri, da solo o con altri?**
- Se sono una signorina, mi sono vestita sempre in maniera decente e decorosa, senza scollature, minigonne, etc.?