

## ESAME DI COSCIENZA

**N.B.:** La prima cosa da dire al confessore è quando è stata fatta l'ultima confessione

### 1. Il mio rapporto con **DIO**

- 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 (Natale, Capodanno, Epifania, Pasqua, 1 Novembre, 8 Dicembre e 15 Agosto)? *Sono stato a Messa anche di estate?*
- Durante la Messa, sono stato attento? Oppure ho chiacchierato, riso, mi sono distratto, ho disturbato, ho masticato la gomma?
- Durante la 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 avuto rispetto per il luogo sacro (cioè la Chiesa)? Oppure ho strillato o giocato in modo rumoroso davanti alla Chiesa?
- Ho detto **tutti** i miei peccati al confessore? Oppure ho tenuto nascosto qualche peccato per paura che si arrabbiasse, mi rimproverasse, oppure per vergogna?
- 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?
- Ho anteposto a Dio i miei divertimenti o lo sport (per esempio, anziché andare a Messa sono andato a giocare a pallone, anziché andare a catechismo sono andato a musica, etc.)?

### 2. Rapporti con il **prossimo** e con **me stesso**

- Ho sempre obbedito ai miei genitori?
- Ho mancato di rispetto ai genitori? Gli ho rivolto brutte parole, o risposto male anche solo col pensiero?
- Ho dato qualche dispiacere ai miei genitori? Ho detto loro sempre la verità?
- Ho studiato sempre, molto e bene? Oppure studio poco, il minimo indispensabile? 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 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 compagnie?
- In televisione o al computer, ho visto soltanto spettacoli adatti ai bambini? Oppure ho visto film con scene troppo violente, immagini brutte e sporche, parolacce e volgarità?