

ESAME DI COSCIENZA PER I GIOVANI

LE BEATITUDINI (Mt 5,1-10)

1 Beati i poveri in spirito perché di essi è il Regno dei cieli

Beato chi è umile, chi sente il suo nulla ma confida in Dio.

Beato chi sente la sua dipendenza completa da Dio.

Beato chi accetta il progetto di Dio su di lui.

Sono umile?

Cerco in modo disordinato la stima degli altri?

Mi deprimò quando sono trascurato?

Ho l'abitudine di fare la vittima?

Voglio essere al centro dell'attenzione nelle cose che faccio?

Parlo molto di me stesso e delle mie cose?

Metto il mio successo prima delle persone?

Ho complessi di inferiorità che bloccano i miei doveri?

Ho l'abitudine di umiliare gli altri? Emargino qualcuno?

Sono geloso dei successi altrui?

Sfrutto i doni di Dio o tengo sotterrato qualche dono? Sono riconoscente dei doni di Dio: li guardo con frequenza e ne ringrazio?

2 Beati gli afflitti perché saranno consolati

Beato chi sa piangere sui propri errori.

Beato chi sa piangere con chi piange.

Beato chi paga, soffre e lotta contro le ingiustizie e per i mali del mondo.

So chiedere perdono dei miei sbagli?

Ho la forza di chiedere perdono quando faccio soffrire qualcuno?

Ho il coraggio dell'autocritica quando sbaglio o sono debole?

Ho ricevuto qualche volta il sacramento della Riconciliazione senza pentimento? (la confessione senza pentimento è confessione nulla).

Dopo una mancanza ho l'abitudine di commiserarmi invece di pentirmi e ripartire?

So piangere con chi piange?

Ho avuto il cuore duro verso qualche sofferenza?

Ho chiuso gli occhi di fronte a qualche necessità dei fratelli?

Nella mia famiglia trascurò qualche persona?

Prendo parte a tutte le pene della mia famiglia?

Che cosa faccio per le grandi sofferenze del mondo?

Che cosa faccio per il problema della fame?

Che cosa so fare per le ingiustizie contro i poveri?

Mi interessò dei perseguitati? degli ultimi?

Che cosa faccio per le gravi ingiustizie contro il Terzo Mondo?

Che cosa faccio per i gravi problemi del disarmo e della guerra?

3 Beati i miti perché erediteranno la terra

Beato chi sceglie la mitezza, la benevolenza, la pazienza, l'umiltà.

Beato chi ha il cuore grande.

Beato chi rifiuta la violenza.

Beato chi sa perdonare.

Ho un cuore meschino? Calcolatore?

So amare prima di tutto me stesso nel modo giusto, accetto me stesso?

Ho pazienza con me stesso? So vedere in me i doni di Dio?

Sono mite e buono in casa con tutte le persone? So controllare la lingua?

Ho pretese illogiche con i familiari?

Ho l'abitudine di ringraziare in casa per quello che ricevo?

Manco di rispetto ai genitori?

Sono violento nei pensieri? nelle parole? nelle azioni?

Appoggio i movimenti contro la violenza?

Creo divisioni? Spargo malignità?

So perdonare?

Odio qualche persona?

Che uso faccio della macchina o del motorino? Sono prudente alla guida?

Ringrazio Dio per il dono della vita?

Rispetto tutti, specialmente i più emarginati, poveri e indifesi?

Accolgo l'insegnamento della Chiesa riguardo all'aborto? Ho condiviso pratiche abortive? Ho consigliato a qualche persona di ricorrere ad esse? Sono consapevole del fatto che alcuni medicinali proposti come anticoncezionali, sono di fatto pillole abortive?

4 Beati coloro che hanno fame e sete di giustizia perché saranno saziati

Beati coloro che hanno la brama della santità, che aspirano all'autenticità evangelica, che scelgono il Vangelo senza accomodamenti né attenuazioni.

Beato chi desidera ardentemente ciò che Dio desidera.

Mi rendo conto che il massimo problema dell'uomo è la fedeltà alla volontà di Dio?

Cerco la volontà di Dio? Lo faccio almeno nelle grandi decisioni?

Ricorro alla preghiera e al consiglio di persone prudenti quando la volontà di Dio è molto difficile da discernere?

Sono attento ai richiami all'autenticità che colgo intorno a me?

Che cosa manca di profondo alla mia vita per essere cristiana? Per essere come Dio mi vuole?

Lotto contro le abitudini borghesi o poco cristiane?

Reagisco contro la pigrizia e la superficialità?

Ho studiato con impegno, sempre?

Sono stato responsabile nel mio comportamento a scuola o nel lavoro?

Sono attento alla scelta delle mie amicizie?

Tollero che in casa mia entri il male?

Prego per la santità della Chiesa?

Chiedo a Dio il dono di preti santi?

5 Beati i misericordiosi perché troveranno misericordia

**Beati quelli che si sforzano di essere un riflesso della bontà di Dio.
Beati quelli dal cuore grande e misericordioso verso i loro fratelli.**

**Ho l'abitudine di giudicare gli altri?
Ho l'abitudine di esprimere i miei giudizi anche quando sono infondati?
Sono sospettoso? malizioso nell'interpretare il bene degli altri?
Riparo ai giudizi cattivi?
Ci sono persone che io giudico sempre male?
Mi rendo conto che anche se posso giudicare un'azione degli altri non mi è mai possibile pesare le loro responsabilità e le loro intenzioni?
Ho l'abitudine di etichettare le persone?
Riparo in qualche modo alle etichette ingiuste che appioppo agli altri?
So comandare alla mia lingua? Di una calunnia non basta pentirmi e confessarmi, devo ripararla.
Ho l'abitudine di tagliar panni alla gente?
Ho rovinato qualcuno con la mia lingua?
Ho dei nemici?
So perdonare ai nemici? Ho dei rancori che non ho vinto?
Prego per i nemici? Mi sono vendicato?
Ho già provato a cambiare il male con il bene?**

6 Beati i puri di cuore perché vedranno Dio

**Beati quelli che hanno il cuore sincero perché possono accostarsi a Dio.
Beato chi è autentico nei pensieri e nei fatti perché è accolto da Dio.**

**L'ipocrisia è un male orribile, che fa rivoltare Cristo: mi sento ipocrita davanti a lui?
Gesù non rigetta il peccatore, ma non sopporta l'ipocrita: accetto di essere peccatore?
Qual è la più grande ipocrisia della mia vita?
Ci sono delle falsità nel mio comportamento religioso?
Ho mascherato qualcosa di grave nelle confessioni passate? Ogni colpa grave taciuta volontariamente o mascherata dev'essere confessata bene: lo so questo?
Ci sono ipocrisie nel mio modo di accostare l'Eucaristia? Ho fatto dei sacrilegi? Cioè: ho mancato di rispetto verso le cose sante o direttamente verso Dio?
Ho ricevuto l'Eucaristia in colpa grave?
Sono legato a superstizioni?
Posso dire di essere immune dall'idolatria del denaro, del lavoro, del successo, della carriera?
Posso dire di mai aver fatto guadagni disonesti? Ho riparato?
C'è in me l'idolatria del sesso?
Ho fatto uso di droghe?
Mi sono ubriacato?**

Nell'ambito della beatitudine dei puri di cuore possiamo esaminarci anche sulla virtù della castità

**Ho l'abitudine a indugiare sui pensieri sensuali?
Inizio o accompagno discorsi osceni e ambigui?
Ho dato degli scandali, guastando l'innocenza di altre persone ?**

Mi faccio prendere dalla pornografia ?

Ho il vizio della masturbazione?

Sono cosciente che questo vizio, con una lotta metodica e una guida spirituale ferma, si può vincere?

Sono schiavo della gola? dell'alcool o di altre cose che degradano la volontà?

Se sei implicato in altri disordini sessuali (ad es. omosessualità o altro) non è sufficiente confessarti. Devi aprire i tuoi orizzonti: leggi qualcosa che ti sblocchi, e consulta un sacerdote aprendoti con molta schiettezza.

Per i fidanzati

Ci prepariamo al matrimonio con serietà?

Abbiamo un sacerdote che sia per noi una guida esigente verso il matrimonio?

Abbiamo l'amicizia di qualche coppia profondamente cristiana che ci aiuti?

Che cosa facciamo per allenarci all'amore profondo, capace di perdonare e di sacrificarsi per l'altro ?

Che cosa facciamo per correggere il nostro carattere?

Abbiamo programmato una vita coniugale aperta alla carità e al servizio?

Abbiamo fatto il proposito di arrivare casti al matrimonio ?

Ci aiutiamo a vicenda in questo proposito ?

Per i giovani sposi

Abbiamo la persuasione che l'atto sessuale coniugale è un atto sacro?

Abbiamo l'abitudine a compiere l'atto coniugale, purificandoci prima da ogni egoismo?

Abbiamo l'abitudine di abolire nei rapporti sessuali ogni volgarità e mancanza di rispetto verso l'altro ?

Conosciamo il pensiero della Chiesa sulla paternità responsabile?

Conosciamo bene i metodi naturali che rispettano i cicli della fecondità ?

Abbiamo una guida spirituale a cui fare riferimento nei periodi difficili?

Abbiamo l'amicizia di una coppia cristiana vera?

Ci rendiamo conto che il matrimonio esige preghiera e va rinnovato ogni giorno?

Siamo totalmente fedeli a vicenda ?

7 Beati gli operatori di pace perché saranno chiamati figli di Dio

Beati i costruttori di pace e di concordia perché hanno in loro qualcosa della bontà di Dio.

Beati i portatori di pace perché somigliano a Dio.

Ho l'abitudine di seminar discordie, portar divisioni, riferire il male degli altri?

Sono violento in casa? Umilio le persone? Sono geloso? Riporto pettegolezzi, sospetti?

Ho l'abitudine di rendere pesante il clima della mia famiglia col pessimismo?

Carico sugli altri i miei problemi? Le mie tensioni? Il mio pessimismo?

Cerco di crear gioie intorno a me? Di dar luce e speranza?

Coltivo l'ottimismo che viene dalla fede?

Sono costruttore di unità in famiglia, in parrocchia, nel mio gruppo?

Se ho creato divisioni sono pronto a pagare? A riparare?

8 Beati i perseguitati per causa della giustizia perché di essi è il regno dei cieli

Beati quelli che san pagare per la loro fede.

Beato chi è fedele alla volontà di Dio ed è pronto anche a soffrire per essere fedele alla volontà di Dio.

Cerco in ogni cosa la volontà di Dio?

Quando ho scoperto la volontà di Dio so portarla avanti con fermezza a costo di qualunque sacrificio?

Sono capace di soffrire qualcosa per Cristo, per fedeltà a lui?

Sono capace a pagare anche con le umiliazioni per le cause del bene? per le cause della fede?

Sono capace a sopportare anche una derisione per amore a Cristo?

Che cosa faccio per annunciare la fede? Ho il problema? Annuncio Cristo con la mia fede e le mie opere, nel mio ambiente?

Mi sono vergognato qualche volta di Cristo? Sono stato vile?