

FAQ

PREGUNTAS FRECUENTES QUE HACES A TU CONCIENCIA

1 NOSOTROS: DIOS Y YO

- “Recuérdamelo, si lo olvido: quiero hacer la voluntad de Dios”. (Montse Grases)
- “La razón por la que mi vida tiene sentido es porque estás Tú; lo he comprendido”. (Marco Gallo)

PREGUNTAS SOBRE LA PRESENCIA DE DIOS Y LA VOLUNTAD DE DIOS

- ¿Comienzo y termino cada día con la oración?
- ¿Agradezco a Dios por las cosas buenas que me han sucedido cada día?
- ¿Hablo con Dios sobre las cosas que me molestan o me enojan?
- ¿Busco a Dios en los pequeños detalles de la jornada?
- ¿Confío más en mí mismo o en Dios?



youth
OPUS DEI



2

NOSOTROS: LOS OTROS Y YO

- “Basta con recoger un alfiler del suelo con amor para salvar un alma.” (Santa Teresa de Lisieux)
- “Te abrazo, Mercedes, y sepan que, si necesitan un par de válvulas del corazón para resolver algún asunto, aquí están las mías, listas para ir con gran entusiasmo donde dispongan.”
(Beata Guadalupe, carta enviada a una amiga el 22 de junio de 1975)

PREGUNTAS SOBRE EL AMOR Y LA SANTIFICACIÓN PERSONAL EN LA VIDA COTIDIANA, EN FAMILIA, EN EL TRABAJO Y EN LA RELACIÓN CON LOS DEMÁS

- ¿Hago algo concreto para que el lugar donde vivo sea un poco más hermoso?
- Si he cometido alguna falta con quienes viven conmigo, ¿he hecho algo para remediarlo?
- ¿Mis hermanos y hermanas están contentos con la forma en que los trato? ¿Y mis padres?
- ¿Le pido a Jesús que cuide de mis abuelos, de las personas mayores y de todos los ancianos?
- Cuando sé que un amigo o familiar no se encuentra bien, ¿cómo me preocupo por él?
- ¿Hago algo concreto para que en el lugar donde estudio haya un poco más de paz y alegría?
- ¿He hablado o pensado mal de los demás?
- ¿He dedicado algo de mi tiempo a cuidar a los pobres, los enfermos y a quienes sé que están solos?
- ¿He perdido mi paz por las ideas de otra persona?
- ¿He sido indiferente al dolor de los demás?



3

NOSOTROS: YO Y YO

- “Sacrificar lo que eres y vivir sin creer, eso es más terrible que la muerte”.
(Santa Juana de Arco)
- “Todos nacen como originales, pero muchos mueren como copias”. (Carlo Acutis)

PREGUNTAS SOBRE VIRTUDES, SER CREYENTES Y CREÍBLES

- ¿Hago algo concreto para crecer en mi amistad con Jesús?
- ¿Soy una persona que sabe perdonar o me cuesta olvidar la ofensa recibida?
- ¿Ver que otros son más ricos, felices o satisfechos me amarga, o logro alegrarme sinceramente por ellos?
- ¿Ayudar al prójimo es algo importante para mí o algo secundario?
- ¿Cómo uso mi tiempo?
- ¿Consigo descansar bien, sin descuidar a los demás, mis estudios o mi trabajo?
- ¿Cuántas veces ha ganado la pereza y cuántas veces he ganado yo?



4 EL PRESENTE EN MÍ (PLAN DE VIDA Y DISCERNIMIENTO)

- “Toda nuestra vida debe transformarse en vida de oración. Así, nos vemos implicados en una aventura maravillosa y vivimos llenos de alegría: la alegría de los hijos de Dios”.
(Beato Álvaro)
- “¡Si estuviéramos contentos contigo, Señor! No podríamos resistir las ganas de bailar que desbordan al mundo, y podríamos adivinar cuál es el baile que te gusta hacernos bailar, siguiendo los pasos de tu providencia”.
(Venerable Madeleine Delbrél)

PREGUNTAS SOBRE LO QUE VALE LA PENA, APROVECHAR EL TIEMPO, PLAN DE VIDA Y DISCERNIMIENTO

- ¿Qué es lo que realmente cuenta para mí?
- ¿Distingo lo que me hace bien de lo que me hace mal?
- ¿Lleno mi corazón de cosas bellas: relaciones sinceras, ideales positivos, historias emocionantes?
- ¿Respeto mi intimidad y la de los demás?
- ¿Tengo una buena relación con la comida?
- ¿Me preocupo lo suficiente por mi salud física?
- ¿Uso bien las redes sociales o me dejo llevar por el desplazamiento interminable o por contenidos llenos de resentimiento o vulgaridad?



5 PUEDO LOGRARLO (VIVIR MOMENTOS DIFÍCILES)

- “Hay batallas que no elegimos. Luego está la vida, y yo nunca dejaré de elegirla”.
(Carlotta Nobile)
- “En la oración, a veces no consigo pensar en nada, siento la cabeza cansada de hablar, y sólo me gusta apoyarme en el Señor y sentirme ahí”. (Beata Guadalupe)
- “Si no nos fortalecemos, con la ayuda divina, mediante el sacrificio, no podremos convertirnos en instrumentos del Señor. Si, en cambio, por amor a Dios, decidimos aprovechar las dificultades con alegría, no nos costará en las situaciones difíciles exclamar, como los apóstoles Santiago y Juan: ¡Podemos! (Mc 10, 38)”. (San Josemaría)

PREGUNTAS SOBRE BATALLAS Y PERÍODOS DIFÍCILES

- ¿Acudo a Dios sólo en los momentos de necesidad?
- ¿Estoy convencido de que, para Dios, soy la persona más importante?
- ¿Entrego a Jesús mis miedos para que Él los venza?
- ¿Tengo el valor de hablar con franqueza al Señor, incluso cuando estoy enojado con Él?
- ¿Aprovecho el momento difícil para reorientar la brújula de mi vida hacia el Señor?



6

LA ESPERANZA EN MÍ

- “No podemos quejarnos constantemente como personas que no tienen esperanza”. (Santa Teresa de Lisieux)
- “«Es tiempo de esperanza –me dices–, y vivo de este tesoro. No es una simple frase, Padre, es una realidad». Entonces..., el mundo entero, todos los valores humanos que te atraen con una fuerza enorme –amistad, arte, ciencia, filosofía, teología, deporte, naturaleza, cultura, almas...–, deposítalos en la esperanza: en la esperanza de Cristo”. (San Josemaría)

PREGUNTAS SOBRE QUEJAS Y ESPERANZA

- ¿Trato de dar esperanza a quienes me rodean?
- ¿Cómo reacciono a los imprevistos y molestias?
¿Vivo la virtud de la paciencia o me dejo llevar por sentimientos negativos como el pánico, la frustración o la rabia?
- ¿Intento comunicarme bien con mi familia y construir relaciones de amor para superar juntos las preocupaciones de hoy?



7 LA ALEGRÍA EN MÍ

- “Lleven siempre la alegría. El bien se debe hacer con alegría: si están tristes, no pueden hablarle a nadie de Dios, porque Dios es feliz”. (Madre Teresa de Calcuta)
- “Señor, haznos vivir nuestra vida no como un juego de ajedrez en el que todo esté calculado, no como una partida en la que todo sea difícil, no como un teorema que haga rascarse la cabeza, sino como una fiesta sin fin donde el encuentro contigo se renueve, como una danza, como una danza entre los brazos de tu gracia, al son del amor universal”. (Venerable Madeleine Delbrél)

PREGUNTAS SOBRE LA ALEGRÍA Y LA FELICIDAD

- ¿Reconozco que el Señor ha hecho grandes cosas por mí? ¿Le agradezco cada día por todo lo que me ha dado?
- ¿Saber que Dios es mi Padre y que nos ha dado a la Virgen como Madre me llena de alegría?
- ¿Vivo con alegría el sacramento de la confesión, que me permite acercarme de nuevo al Señor?
- ¿Trato de vivir con buen humor, sin parecer inconsciente, pero esforzándome por ver siempre “el vaso medio lleno”?
- ¿Cuando un amigo me comparte algo bueno en su vida, me alegro sinceramente por él?



FAQ

PREGUNTAS FRECUENTES QUE HACES A TU CONCIENCIA

youth