



Los 10 mandamientos

Guía catequética para amar a Dios y al prójimo

Objetivo de esta guía

Los mandamientos no son una lista fría de prohibiciones: son camino de libertad, alianza y amor. En ellos Dios educa el corazón para reconocerlo como Señor y para tratar al prójimo con justicia, verdad y misericordia.

Base bíblica para leer en familia o catequesis: Ex 20,1-17; Dt 5,6-21; Mt 22,37-40; Jn 14,15.

Cómo usarla

Lee primero los textos bíblicos señalados. Después responde las preguntas con calma. No se trata de llenar una hoja, sino de formar la conciencia, reconocer la voz de Dios y dar un paso concreto de conversión.

Aspecto	Para vivirlo	Texto bíblico
Centro	Dios primero, no los ídolos del éxito o del miedo.	Ex 20,3
Culto	Domingo, oración y gratitud.	Hch 20,7
Prójimo	Vida, verdad, justicia y familia.	Mt 22,39
Corazón	Deseos ordenados por la gracia.	Mt 5,8



10 preguntas para reflexionar

Cada pregunta incluye una pista breve y una referencia bíblica para meditar sin inventar contenidos.

- 1** ¿Amo a Dios sobre todas las cosas?
Revisa si Dios ocupa el centro real de tus decisiones, tiempo y afectos.
Cita: Dt 6,4-5; Mt 22,37

- 2** ¿He usado el nombre de Dios con respeto?
El nombre santo se pronuncia para bendecir, orar y dar testimonio, no para banalizarlo.
Cita: Ex 20,7; Mt 6,9

- 3** ¿Santifico el domingo y las fiestas?
La Eucaristía ordena la semana y recuerda que la vida no se reduce al trabajo.
Cita: Ex 20,8-11; Hch 20,7

- 4** ¿Honro a mis padres y autoridades justas?
Honrar no es idolatrar; es reconocer gratitud, cuidado y responsabilidad.
Cita: Ex 20,12; Ef 6,1-4

- 5** ¿Respeto la vida y la dignidad del otro?
La vida humana pertenece a Dios y debe ser protegida desde el amor y la justicia.
Cita: Ex 20,13; Mt 5,21-24

- 6** ¿Cuido la pureza del corazón?
La castidad integra el amor, el cuerpo y la verdad de la persona.
Cita: Ex 20,14; Mt 5,27-28

- 7** ¿Soy justo con los bienes ajenos?
No robar incluye ser honesto en lo pequeño, el trabajo y el uso del dinero.
Cita: Ex 20,15; Ef 4,28

- 8** ¿Digo la verdad con caridad?
La verdad no debe destruir; debe servir al bien y a la comunión.
Cita: Ex 20,16; Ef 4,25

- 9** ¿Ordeno mis deseos?
La envidia y la codicia revelan heridas que necesitan gratitud y confianza.
Cita: Ex 20,17; Lc 12,15

- 10** ¿Vivo los mandamientos como respuesta de amor?
Jesús resume la Ley en amar a Dios y al prójimo.
Cita: Mt 22,37-40; Jn 14,15



Para llevarlo a la vida

1. Leer

Elige una cita bíblica de la guía y léela despacio. Pregunta: ¿qué me revela Dios aquí?

2. Examinar

Escoge dos preguntas que toquen tu vida real. Escríbelas y responde con sinceridad.

3. Decidir

Formula un propósito pequeño, concreto y verificable para esta semana.

4. Orar

Señor, graba tu ley en mi corazón. Enséñame a vivir tus mandamientos como camino de libertad, amor y fidelidad.

Notas para catequistas y familias

Esta guía puede trabajarse en conversación, oración familiar, reunión juvenil o preparación sacramental. Si surge una situación grave de conciencia, violencia, abuso, salud mental o peligro personal, busca acompañamiento de un adulto responsable, un sacerdote, un profesional competente o la autoridad correspondiente.

Frase de cierre

La fe católica forma la inteligencia, sana el corazón y orienta la libertad hacia el amor verdadero.

CatólicosGPT | La IA Católica #1 en Español