

«Ahora, en cambio, ustedes están libres del pecado y sometidos a Dios: el fruto de esto es la santidad y su resultado, la Vida eterna. Porque el salario del pecado es la muerte, mientras que el don gratuito de Dios es la Vida eterna, en Cristo Jesús, nuestro Señor.» (Romanos 6:22-23)

EXAMEN DE CONCIENCIA

Hay muchos buenos exámenes de conciencia disponibles en línea y en otros lugares, pero aquí ofrecemos un examen basado en los «grandes mandamientos»: amor de Dios y amor del vecino.

«Amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma y con todo tu espíritu.» (Mateo 22:37)

- ¿Hay algo en mi vida que he priorizado ante Dios?
- ¿He obviado asistir a Misa deliberadamente cualquier Domingo o Día Festivo, o en otra manera he obviado honrar estos días que son dedicados al Señor?
- ¿He comulgado en estado de pecado mortal?
- ¿He mentido o retenido un pecado mortal en una confesión previa?
- ¿Rezo todos los días? ¿Rezo tanto como debo?
- ¿Me he alejado de la fe católica? ¿He adoptado deliberadamente dudas sobre mi fe en Dios o en su Iglesia?
- ¿He participado en superstición, el ocultismo, o prácticas demoníacas?
- ¿Confío en Dios? He dudado de Dios, o guiado a otras personas a dudar de Dios? ¿He sido cínico sobre Dios o la Iglesia?
- ¿He tomado el nombre de Dios en vano? ¿He gobernado mis palabras apropiadamente?
- ¿He apoyado la misión de la Iglesia con mi tiempo, talento, y tesoro?

«Amarás a tu próximo como a ti mismo.» (Mateo 22:39)

- ¿He sido apropiadamente respetuoso de mis padres y de todos en posición de autoridad?
- ¿He causado daño emocional o físico a cualquier persona por mis palabras o acciones?
- ¿He tenido un aborto, o en cualquier manera animado o apoyado a otra persona a tener un aborto?
- ¿He obviado ayudar y apoyar a mi familia, mi parroquia, los pobres, los enfermos, los aislados, los desanimados, los encarcelados, cuando podía haber hecho algo para ayudar?
- ¿He violado el derecho de otra persona a una buena reputación por el chisme o la detracción?
- ¿He abusado de las drogas o del alcohol?
- ¿Respeto la dignidad de la sexualidad humana? ¿He violado esa dignidad por pensamientos deliberados, por mis palabras, en mi diversión, o por acciones impuros con mí mismo o con otra persona con quien no estoy casado?

- ¿He usado la contracepción?
- ¿Me he esterilizado o usado prácticas inmorales de fertilidad?
- ¿He usado el Internet o cualquier forma de diversión en una manera inapropiada?
- ¿He mentido? ¿He descubierto información que debía haber permanecido confidencial?
- ¿He robado algo de otra persona o de cualquier organización? ¿He sido honesto en mi trabajo? ¿He hecho trampa en mis impuestos? ¿He tomado o retenido lo que pertenecía justamente a otra persona?
- ¿He respetado la dignidad del matrimonio, en mi propio caso y en el de otras personas? ¿Intento hacer la voluntad de Dios en mi vida y ayudarles a los demás a hacer lo mismo?
- ¿He sido orgulloso? ¿He sido celoso del estatus, la riqueza, la popularidad, o las posesiones de los demás? Estoy contento con los regalos que Dios me ha dado?
- ¿He guiado a otra persona a pecar por mis palabras o ejemplo?

Escrito por:

Fr. Charles Fox

Versión Bíblica:

El Libro Del Pueblo De Dios

Para saber más:
stpaulse.com/ibelieve
streetevangelization.com



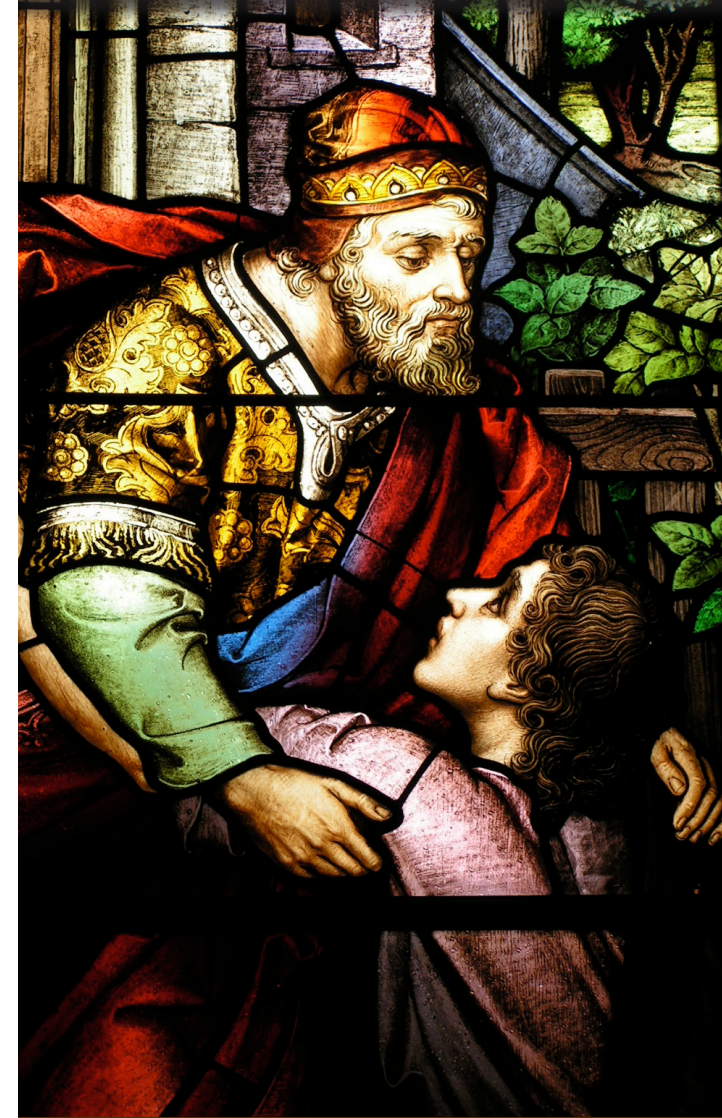
ST. PAUL STREET
EVANGELIZATION

Publicado con aprobación eclesiástica.

Copyright © by St. Paul Street Evangelization

La Confesión

Con Acto de Contrición



SAINT PAUL
STREET EVANGELIZATION

INTRODUCCIÓN

Si en cualquier momento usted ha dicho o pensado, “Soy pecador,” tiene algo en común con el Papa Francisco y con cada una de las personas en la Tierra que reconoce la verdad de la condición humana. Pero Dios quiere transformar nuestra condición humana para que nos hagamos como Él, preparados para vivir con Él para siempre. Por favor, lea más...

¿PUEDE DIOS PERDONARME LOS PECADOS?

¡Dios puede hacer cualquier cosa, y quiere mucho mostrarle a usted su amor y su piedad. San Pablo nos enseña, “Es doctrina cierta y digna de fe que Jesucristo vino al mundo para salvar a los pecadores” (1 Timoteo 1:15). El propósito para el que Dios envió a su Hijo Único a vivir entre nosotros, a sufrir y morir por nosotros y a resucitar de entre los muertos fue para que Él nos pudiera salvar del pecado y de la muerte. Sin importar los pecados que usted haya cometido, y sin importar cuantas veces o por cuantos meses o aun por cuantos años usted los haya cometido, Dios puede perdonarlo, y quiere perdonarlo más que posiblemente puede imaginar.

¿POR QUÉ DEBO ASISTIR AL SACRAMENTO DE CONFESIÓN?

En su caridad, Dios no nos ha dejado sin idea del modo apropiado de pedir que los pecados se nos perdonen. Por la noche del primer Domingo de Pascua, Jesucristo apareció a sus apóstoles y les dijo, «¡La paz esté con ustedes! Como el Padre me envió a mí, yo también los envío a ustedes» Y leemos después en el Evangelio según San Juan: Al decirles esto, sopló sobre ellos y añadió «Reciban al Espíritu Santo. Los pecados serán perdonados a los que ustedes se los perdonen, y serán retenidos a los que ustedes se los retengan» (Juan 20:21-23).

Jesús les encomendó a sus sacerdotes originales, los apóstoles, y en torno a todos los obispos y sacerdotes de la Iglesia que los seguirían el poder de su perdón. En el Sacramento de Penitencia (o Reconciliación), también llamado Confesión, los curas comparten el don del perdón de Dios con los que sientan sus pecados y estén listos para confesar esos pecados y vivir una nueva vida.

Acercarse a un sacerdote para la confesión puede causar ansiedad. Los sacerdotes también se confiesan regularmente, y entienden cómo usted se siente. Pero el Sacramento de Penitencia es envuelto por el amor de Dios, la piedad de Dios, y la libertad que conlleva *saber* que a usted le son perdonados los pecados.

Muchos católicos estarían de acuerdo que las palabras más consoladoras que oyen en toda esta vida son las que

oyen al final de sus confesiones, cuando el sacerdote dice, «Yo te absuelvo de tus pecados en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.»

¿CÓMO SE CONFIESA UNA PERSONA?

Con o sin dudas, por favor, ¡vaya a la Confesión! El sacerdote-confesor estará alegre de darle cualquier ayuda que usted necesite para hacer una buena confesión y recibir el perdón de Dios. Sin importar la situación en que se encuentre, lo más importante es que usted vaya al sacramento. Aunque no tenga ninguna idea de lo que se hace o se dice en la Confesión, el sacerdote está allí para ayudarlo. Pero tenemos algunos pasos que guiará a usted por una confesión típica.

- **Prepararse:** Es importante prepararse bien para su confesión. Ruegue al Espíritu Santo que lo guíe, aun con una oración tan simple como, «¡Ven, Espíritu Santo!» Pasar tiempo examinando su conciencia, pidiendo que Dios le ayude a reconocer sus pecados para que pueda hacer una confesión completa. Dele atención especial a los pecados más graves (mortales) y tratar de recordar todos esos pecados y con qué frecuencia los cometió (aun si es necesario estimar). Usted puede escoger escribir los pecados, para poder recordarlos mejor, pero eso no es un requisito. Por favor, vea el «examen de conciencia» abajo, para ayuda con este periodo de preparación.
- **Acercarse:** Este paso es el gran paso: realmente acercarse al cura para confesarse. Las parroquias católicas publican sus horas regulares para la Confesión (frecuentemente el sábado por la tarde), y normalmente ofrecen la Confesión por cita. No tenga miedo, tampoco, de acercarse a un cura cara a cara para pedir la Confesión. Muchas veces podrá ayudarlo inmediatamente, o estará alegre de concertar una cita para tan pronto como sea posible. Durante la hora regular de la Confesión, entrará en un confesionario (o sala de confesión) colocado en la iglesia y, en la mayoría de los casos, claramente marcado. Una luz verde o puerta abierta son las señales típicas de que se puede entrar. Usted puede escoger confesarse con anonimidad, desde detrás de un biombo, o puede sentarse cara a cara con su confesor. El cura posiblemente lo saludará, o usted puede empezar por decir, «Bendígame Padre, porque he pecado. Hace (periodo de tiempo) que mi última confesión. Mis pecados son los siguientes...»

- **Confesarse:** Lo clave aquí es *confesarse con honestidad y confesarse completamente*. Es imperativo confesar todos sus pecados graves (“mortales”) al sacerdote, diciéndole con qué frecuencia los ha cometido y cualquier circunstancia que le ayudaría a comprender la gravedad del pecado. Dejar de confesar uno de estos pecados al confesor es prevenir el perdón de cualquier de ellos. Es un poco como esto: dejar de describir una síntoma o esconder una herida del médico prevendría que el médico le mantuviera la salud, ¿verdad?

Si a usted sinceramente *se le olvida* algo, sin embargo, esté seguro de que todos los pecados le son perdonados, pero mencione el pecado olvidado en la próxima confesión. También es una ayuda y un alivio confesar los pecados más pequeños (o veniales), pero no hay que dar el número de estos pecados. No hay que dar gran detalle de los pecados tampoco. Recuerde que el sacerdote siempre puede hacer preguntas para clarificar algo si es necesario.

- **Dialogar:** Después de que usted confiese sus pecados, su confesor posiblemente tendrá algunas preguntas finales o un consejo. Entonces sugerirá una penitencia, la que usted estará llamado a ofrecer a Dios como muestra de reparación por los pecados que haya cometido. Si la penitencia no es clara, por favor pida que el sacerdote se la elucide antes de aceptarla. Entonces el cura lo invitará a recitar un Acto de Contrición, expresándole a Dios su pena por haber pecado y su promesa de empezar otra vez como discípulo de Jesucristo.
- **Acto de Contrición:** ¡Señor mío, Jesucristo! Dios y Hombre verdadero, Creador, Padre y Redentor mío; por ser Vos quien sois, Bondad infinita, y porque os amo sobre todas las cosas, me pesa de todo corazón de haberos ofendido; también me pesa porque podéis castigarme con las penas del infierno. Ayudado de vuestra divina gracia propongo firmemente nunca más pecar, confesarme y cumplir la penitencia que me fuere impuesta. Amén.
- **Absolución y Penitencia:** Después de decir su Acto de Contrición, su confesor se levantará las manos y rezará la Absolución sobre usted, actuando en la Persona de Jesucristo para perdonarle los pecados. Mientras el sacerdote hace la Señal de la Cruz sobre usted, usted debe hacer la Señal de la Cruz sobre sí mismo y concluir por decir, «Amén.» Entonces el sacerdote lo dejará salir para que pueda hacer su penitencia.



SAINT PAUL
STREET EVANGELIZATION