

EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA Y LA RECONCILIACIÓN

¿Qué es la confesión?

La confesión es el sacramento en el cual, por medio de la absolución del sacerdote, recibimos el perdón de nuestros pecados si nos confesamos arrepentidos.

La sagrada Biblia dice que el Señor Jesús, estando con sus Apóstoles: "Sopló sobre ellos y añadió «Recibid al Espíritu Santo. Los pecados serán perdonados a los que vosotros se los perdonéis, y serán retenidos a los que vosotros se los retengáis»." (Juan 20,22-23).



¿Qué gracias o favores se obtienen con la confesión?

Con la confesión se obtienen tres gracias o favores especiales:

- 1) Nos devuelve o nos aumenta la gracia santificante: la amistad con Dios.
- 2) Nos da fuerzas especiales para evitar el pecado y rechazar las tentaciones.
- 3) Nos da asco y antipatía por todo lo que sea ofender a Dios.

¿Cuántas cosas son necesarias para hacer una buena confesión?

Hago mi confesión de esta forma:

- 1.- Oración Preparatoria.
- 2.- Examen de conciencia
- 4.- Arrepentirse de los pecados
- 5.- Propósito de enmienda
- 6.- Voy al confesionario y me arrodillo o siento frente el sacerdote.
- 7.- Hago la señal de la cruz y digo "Ave María Purísima", cuando el sacerdote responda, digo: "Bendígame Padre, por que he pecado. La ultima vez que me confesé fue ..."
- 8.- "Estos son mis pecados." (Dile tus pecados.)
- 9.- "Me arrepiento de estos pecados y todo los pecados de mi vida pasada."
- 10.- Escucho los consejos del sacerdote. (El da la penitencia.)
- 11.- Digo el Acto de Contrición.
- 12.- El sacerdote da la absolución por mis pecados.
- 13.- El sacerdote dice, "Dios te bendiga" o "Ve en paz". Luego yo digo "Gracias Padre".
- 14.- Me retiro del confesionario y digo la penitencia que el Padre me ha dado y le doy gracias a Dios por perdonarme mis pecados.

EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA Y LA RECONCILIACIÓN

¿Qué es el examen de conciencia?

Examen de conciencia es recordar los pecados cometidos después de la última confesión bien hecha.

"Cada uno examine su propia conducta, porque cada cual responderá por sus pecados ante Dios". (Gálatas 6,4)

¿Cómo debemos hacer el examen de conciencia?

- 1) Pedimos al Espíritu Santo que nos ilumine y nos recuerde cuáles son los pecados nuestros que más le están disgustando a Dios.
- 2) Vamos repasando los diez mandamientos para saber qué faltas hemos cometido contra ellos.

Breve examen de conciencia

1. ¿He dudado o negado las verdades de la fe católica?
2. ¿He practicado la superstición o el espiritismo?
3. ¿Me he acercado indignamente a recibir algún sacramento?
4. ¿He blasfemado? ¿He jurado sin necesidad o sin verdad?
5. ¿Creo todo lo que enseña la Iglesia Católica?
6. ¿Hago con desgana las cosas que se refieren a Dios?
7. ¿He faltado a Misa los domingos o días festivos? ¿He cumplido los días de ayuno y abstinencia?
8. ¿He callado en la confesión por vergüenza algún pecado mortal?
9. ¿Manifiesto respeto y cariño a mis padres y familiares?
10. ¿Soy amable con los extraños y me falta esa amabilidad en la vida de familia?
11. ¿He dado mal ejemplo a las personas que me rodean? ¿Les corrijo con cólera o injustamente?
12. ¿Me he preocupado de la formación religiosa y moral de las personas que viven en mi casa o que dependen de mí?
13. ¿He fortalecido la autoridad de mi cónyuge, evitando reprenderle, contradecirle o discutirle delante de los hijos?
14. ¿Me quejo delante de la familia de la carga que suponen las obligaciones domésticas?
15. ¿Tengo enemistad, odio o rencor contra alguien?
16. ¿Evito que las diferencias políticas o profesionales degeneren en indisposición, malquerencia u odio hacia las personas?
17. ¿He hecho daño a otros de palabra o de obra?
18. ¿He practicado, aconsejado o facilitado el grave crimen del aborto?
19. ¿Me he embriagado, bebido con exceso o tomado drogas?
20. ¿He descuidado mi salud? ¿He sido imprudente en la conducción de vehículos?
21. ¿He sido causa de que otros pecasen por mi conversación, mi modo de vestir, mi asistencia a algún espectáculo o con el préstamo de algún libro o revista? ¿He tratado de reparar el escándalo?
22. ¿He sido perezoso en el cumplimiento de mis deberes? ¿Retraso con

EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA Y LA RECONCILIACIÓN

- frecuencia el momento de ponerme a trabajar o a estudiar?
23. ¿He aceptado pensamientos o miradas impuras?
 24. ¿He realizado actos impuros? ¿Solo o con otras personas? ¿Del mismo o distinto sexo? ¿En cuántas ocasiones? ¿Hice algo por impedir las consecuencias de esas relaciones?
 25. ¿Antes de asistir a un espectáculo o de leer un libro, me entero de su calificación moral?
 26. ¿He usado indebidamente el matrimonio? ¿Acepto y vivo conforme a la doctrina de la Iglesia en esta materia?
 27. ¿He tomado dinero o cosas que no son mías? ¿En su caso, he restituido o reparado?
 28. ¿He engañado a otros cobrando más de lo debido?
 29. ¿He malgastado el dinero? ¿Doy limosna según mi posición?
 30. ¿He prestado mi apoyo a programas de acción social o política inmorales o anticristianos?
 31. ¿He dicho mentiras? ¿He reparado el daño que haya podido seguirse?
 32. ¿He descubierto, sin causa justa, defectos graves de otras personas?
 33. ¿He hablado o pensado mal de otros? ¿He calumniado?
 34. ¿Soy ejemplar en mi trabajo? ¿Utilizo cosas de la empresa en provecho propio o faltando a la justicia?
 35. ¿Estoy dispuesto a sufrir una merma en mi reputación profesional antes de cometer o cooperar formalmente en una injusticia?
 36. ¿Me preocupo de influir --con naturalidad y sin respetos humanos-- para hacer más cristiano el ambiente a mí alrededor? ¿Sé defender a Cristo y a la doctrina de la Iglesia?
 37. ¿Hago el propósito de plantearme más en serio mi formación cristiana y mis relaciones con Dios?

¿Qué es arrepentirse de los pecados?

Arrepentirse de los pecados es sentir tristeza o pesar de haber ofendido a Dios que es tan bueno y por haber hecho, pensado o dicho lo que nos hace daño a nosotros mismos o a los demás. Que te duela haber pecado. No porque viste derrumbarse la imagen que tenías de ti mismo y descubriste la miseria en tu corazón, sino porque has entristecido injustamente a Jesús. Que te duela haber defraudado a un Dios que estuvo dispuesto a ser crucificado por amor a ti. Dios quiere que todos alcancemos la felicidad eterna, que nadie se pierda eternamente para el Amor: pero nos creó libres y no puede contradecirse así mismo obligándonos al final a aceptar su amor cuando lo hemos rechazado. "Dios que te creó sin pedirte permiso, no puede salvarte sin tu colaboración" San Agustín.

¿Qué es propósito de enmienda?

Para que el deseo de ser perdonado y el dolor por la ofensa a Dios tengan credibilidad, se necesita un sincero propósito de no volver a pecar.

EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA Y LA RECONCILIACIÓN

El hombre no puede dar certezas de que no volverá a pecar pero sí puede asegurar que pondrá su mejor esfuerzo por ser como Dios lo quiere en adelante. No tiene sentido pedirle perdón a Dios si no estoy dispuesto a luchar por el cambio.

Tras este ejercicio, podemos acercarnos al confesor.

¿Cómo me confieso con el sacerdote?

Jesucristo nos conquistó en la cruz el perdón de los pecados. El quiso dejar en manos de los apóstoles y sus sucesores ese perdón por el que pagó tan alto precio.

Fue el mismo Jesús el que quiso que el perdón nos llegara a través de la Iglesia, y concretamente, sus sacerdotes. Algunos de los prejuicios que más afectan a la confesión:



1. "Mi pecado es demasiado

grave, me da vergüenza lo que el sacerdote pueda pensar".

Sólo hay un pecado sin remedio y, por eso realmente abominable: no querer pedir perdón. Pero siempre es mayor la alegría de Dios por perdonarte y verte junto a El que lo trágico del pecado. El sacerdote es consiente de todo ello y participará del "gozo que hay en el cielo por un pecador que se arrepiente".

2. "El sacerdote es muy duro e irascible". Es una actitud infantil que revela un total desconocimiento del sacramento. Hay que saber prescindir de la persona concreta que está sentada en el confesionario: en ese momento es el representante de Cristo y eso es lo principal.

3. "Ha pasado mucho tiempo desde mi última confesión": en lugar de ser un obstáculo debe ser una motivación para acercarse al sacramento. Jesús quiere perdonarte y no lo dejas.

4. Evita "tantear" al confesor: para la validez del sacramento es necesario decir todos los pecados mortales desde la última confesión y se recomienda decir también los veniales aunque no haya obligación estricta. También es necesario hacer, cuando se requiera y de manera sucinta, aquellas especificaciones que pueden cambiar la naturaleza o gravedad del pecado.

EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA Y LA RECONCILIACIÓN

5. Evita las tácticas dilatorias: frecuentemente se deben al deseo de justificarse o de rebajar la propia responsabilidad.

Cumplir la penitencia

La penitencia tiene dos finalidades: por un lado te ayuda como correctivo para no pecar más y, por otro lado, será una forma de recomponer el orden que Dios estableció y que tú has roto con tu pecado. En el sacramento se perdona tu pecado, pero el desorden que con él introdujiste en el mundo persiste y necesitas purificarte de él y de sus consecuencias.

Oraciones

Preparatoria

Jesús, yo creo que estás aquí, que me ves, que me oyes y que me quieres. Yo también te quiero aunque a veces te he ofendido con mis pecados. Te pido perdón. Sé que me vas a perdonar, como el padre perdonó al hijo pródigo que volvió a él arrepentido. Ayúdame a reconocer mis pecados y a manifestarlos confiadamente al confesor, sin ocultar ninguno. Madre Mía, alcánzame la gracia de hacer una buena confesión.

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 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. Amen.

Oración para después de la Confesión

Muchas gracias, Jesús, por el abrazo de perdón que me has dado. Ahora se que me quieres más. Yo también te quiero más, y te prometo que voy a luchar para ser fiel amigo tuyo de verdad. Ayúdame a cumplir los propósitos que he hecho; y cuando no los cumpla, ayúdame a arrepentirme otra vez, y a volver de nuevo a Ti como el hijo pródigo. Amen.



Compendio del Catecismo de la Iglesia

296. ¿Qué nombres recibe este sacramento?

Este sacramento es llamado sacramento de la Penitencia, de la Reconciliación, del Perdón, de la Confesión y de la Conversión.

EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA Y LA RECONCILIACIÓN

297. ¿Por qué hay un sacramento de la Reconciliación después del Bautismo?

Puesto que la vida nueva de la gracia, recibida en el Bautismo, no suprimió la debilidad de la naturaleza humana ni la inclinación al pecado (esto es, la concupiscencia), Cristo instituyó este sacramento para la conversión de los bautizados que se han alejado de Él por el pecado.

298. ¿Cuándo fue instituido este sacramento?

El Señor resucitado instituyó este sacramento cuando la tarde de Pascua se mostró a sus Apóstoles y les dijo: «Recibid el Espíritu Santo. A quienes perdonéis los pecados, les quedan perdonados; a quienes se los retengáis, les quedan retenidos» (Jn 20, 22-23).

299. ¿Tienen necesidad los bautizados de conversión?

La llamada de Cristo a la conversión resuena continuamente en la vida de los bautizados. Esta conversión es una tarea ininterrumpida para toda la Iglesia, que, siendo santa, recibe en su propio seno a los pecadores.

300. ¿Qué es la penitencia interior?

La penitencia interior es el dinamismo del «corazón contrito» (Sal 51, 19), movido por la gracia divina a responder al amor misericordioso de Dios. Implica el dolor y el rechazo de los pecados cometidos, el firme propósito de no pecar más, y la confianza en la ayuda de Dios. Se alimenta de la esperanza en la misericordia divina.

301. ¿De qué modos se expresa la penitencia en la vida cristiana?

La penitencia puede tener expresiones muy variadas, especialmente el ayuno, la oración y la limosna. Estas y otras muchas formas de penitencia pueden ser practicadas en la vida cotidiana del cristiano, en particular en tiempo de Cuaresma y el viernes, día penitencial.

302. ¿Cuáles son los elementos esenciales del sacramento de la Reconciliación?

Los elementos esenciales del sacramento de la Reconciliación son dos: los actos que lleva a cabo el hombre, que se convierte bajo la acción del Espíritu Santo, y la absolución del sacerdote, que concede el perdón en nombre de Cristo y establece el modo de la satisfacción.

303. ¿Cuáles son los actos propios del penitente?

Los actos propios del penitente son los siguientes: un diligente examen de conciencia; la contrición (o arrepentimiento), que es perfecta cuando está motivada por el amor a Dios, imperfecta cuando se funda en otros motivos, e incluye el propósito de no volver a pecar; la confesión, que consiste en la acusación de los pecados hecha delante del sacerdote; la satisfacción, es decir, el cumplimiento de ciertos actos de penitencia, que el propio confesor impone al penitente para reparar el daño causado por el pecado.

304. ¿Qué pecados deben confesarse?

Se deben confesar todos los pecados graves aún no confesados que se recuerdan después de un diligente examen de conciencia. La confesión de los pecados graves es el único modo ordinario de obtener el perdón.

305. ¿Cuándo se está obligado a confesar los pecados graves?

Todo fiel, que haya llegado al uso de razón, está obligado a confesar sus pecados graves al menos una vez al año, y de todos modos antes de recibir la sagrada Comunión.

306. ¿Por qué también los pecados veniales pueden ser objeto de la confesión sacramental?

La Iglesia recomienda vivamente la confesión de los pecados veniales aunque no sea

EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA Y LA RECONCILIACIÓN

estrictamente necesaria, ya que ayuda a formar una recta conciencia y a luchar contra las malas inclinaciones, a dejarse curar por Cristo y a progresar en la vida del Espíritu.

307. ¿Quién es el ministro del sacramento de la Reconciliación?

Cristo confió el ministerio de la reconciliación a sus Apóstoles, a los obispos, sucesores de los Apóstoles, y a los presbíteros, colaboradores de los obispos, los cuales se convierten, por tanto, en instrumentos de la misericordia y de la justicia de Dios. Ellos ejercen el poder de perdonar los pecados en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.

308. ¿A quién está reservada la absolución de algunos pecados particularmente graves?

La absolución de algunos pecados particularmente graves (como son los castigados con la excomunión) está reservada a la Sede Apostólica o al obispo del lugar o a los presbíteros autorizados por ellos, aunque todo sacerdote puede absolver de cualquier pecado y excomunión, al que se halla en peligro de muerte.

309. El confesor, ¿está obligado al secreto?

Dada la delicadeza y la grandeza de este ministerio y el respeto debido a las personas, todo confesor está obligado, sin ninguna excepción y bajo penas muy severas, a mantener el sigilo sacramental, esto es, el absoluto secreto sobre los pecados conocidos en confesión.

310. ¿Cuáles son los efectos de este sacramento?

Los efectos del sacramento de la Penitencia son: la reconciliación con Dios y, por tanto, el perdón de los pecados; la reconciliación con la Iglesia; la recuperación del estado de gracia, si se había perdido; la remisión de la pena eterna merecida a causa de los pecados mortales y, al menos en parte, de las penas temporales que son consecuencia del pecado; la paz y la serenidad de conciencia y el consuelo del espíritu; el aumento de la fuerza espiritual para el combate cristiano.

311. ¿Se puede celebrar en algunos casos este sacramento con la confesión general y absolución colectiva?

En caso de grave necesidad (como un inminente peligro de muerte), se puede recurrir a la celebración comunitaria de la Reconciliación, con la confesión general y la absolución colectiva, respetando las normas de la Iglesia y haciendo propósito de confesar individualmente, a su debido tiempo, los pecados graves ya perdonados de esta forma.

312. ¿Qué son las indulgencias?

Las indulgencias son la remisión ante Dios de la pena temporal merecida por los pecados ya perdonados en cuanto a la culpa, que el fiel, cumpliendo determinadas condiciones, obtiene para sí mismo o para los difuntos, mediante el ministerio de la Iglesia, la cual, como dispensadora de la redención, distribuye el tesoro de los méritos de Cristo y de los santos.