

## 5. Preparando mi Confesión

Como la vida nueva de la gracia que recibimos en el Bautismo no suprimió la debilidad de nuestra naturaleza y la inclinación al pecado, Jesús instituyó este sacramento para la conversión de los bautizados que se han alejado de Él por el pecado.

Los elementos esenciales del sacramento de la Reconciliación son dos: los actos del penitente, que se convierte bajo la acción del Espíritu Santo, y la absolución del sacerdote, que concede el perdón en nombre de Cristo.

Los actos propios del penitente son los siguientes:

- **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 enmienda;**
- **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.

Se deben confesar todos los pecados graves aún no confesados que se recuerdan, pero además la Iglesia recomienda la confesión de los pecados veniales aunque no sea estrictamente necesaria, ya que ayuda a formar una recta conciencia y a luchar contra las malas inclinaciones y a progresar en la vida del Espíritu.

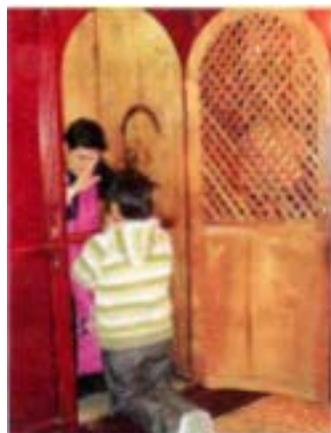
Cristo confió el ministerio de la reconciliación a sus Apóstoles, a los obispos, sucesores de los Apóstoles, y a los presbíteros, colaboradores de los obispos, los cuales se convierten, por tanto, en instrumentos de la misericordia y de la justicia de Dios. Ellos ejercen el poder de perdonar los pecados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

### 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.

### ¿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.



## Examen de conciencia

- ¿Doy a Dios el lugar que se merece en mi vida?
- ¿Rezo todos los días, al menos cuando me levanto y antes de acostarme?
- ¿Estudio el Catecismo para conocer más a Jesús?
- ¿Leo frecuentemente la Palabra de Dios en la Biblia?
- ¿Converso alguna vez de las cosas de Dios y de Jesús con papá y mamá, con mis hermanos y amigos?
- ¿Trato de acercar a los demás a Jesús con mi ejemplo y oración?
- ¿Trato de ir todos los domingos a Misa, sabiendo que es una grave obligación?
- ¿Llevo una vida de verdadera amistad con Dios, con Jesús, con la Virgen?
- ¿Falto el respeto a los lugares sagrados, como la iglesia, la capilla, etc.?
- ¿Trato de estar serio y en actitud piadosa en la Misa y en la oración, aunque me aburra o se hagan largas?
- ¿Soy obediente a mis padres, aunque me corrijan o me manden cosas que no me gustan?
- ¿Como los alimentos que me dan?
- ¿Cuido la ropa, los útiles, los libros, los CD, la computadora, los juguetes que ellos con tanto trabajo me consiguen?
- ¿Soy cuidadoso con mis cosas?
- ¿Ayudo a mamá en los trabajos de la casa?
- ¿He sido enojón, caprichoso, mal educado con mis mayores?
- ¿Exijo cosas a mis padres solamente porque veo que otros las tienen?
- ¿Quiero a mis hermanos, juego con ellos, soy considerado con los mayores, bondadoso con los menores?
- ¿Los ayudo cuando me necesitan?
- ¿Me peleo de tal manera con ellos que hago enojar a papá y mamá?
- ¿Me comporto como se debe en el colegio, en la sala, en los recreos?
- ¿Quiero a mi Patria y rezo por ella?
- ¿Soy flojo en el estudio?
- ¿Hago los deberes y tareas como corresponde?

- ¿Pierdo mucho tiempo con la televisión, con el computador o los juegos de video?
- ¿Veo programas que mis padres no me recomiendan o que son inconvenientes a escondidas de mis padres?
- ¿Tengo rencores, antipatías, envidias? ¿Trato de combatirlos?
- ¿Trato mal, sin motivo, a alguno o algunos de mis compañeros?
- ¿Me aprovecho de los más débiles o menores en edad que yo?
- ¿He causado dolor o tristeza a alguien sin motivo?
- ¿He perdonado a los que me han ofendido como Jesús nos perdonó?
- ¿He mentido en cosas graves, ocultando cosas que deberían saber mis padres?
- ¿He dicho malas palabras?
- ¿He sido poco generoso y amable con los demás?
- ¿He usado sin permiso cosas de los demás?
- ¿He tomado dinero u objetos que no me pertenecen?
- ¿He devuelto siempre lo que me han prestado y en buen estado?
- ¿Respeto mi cuerpo y el de los demás?
- ¿Como demasiadas golosinas que no me alimentan?
- ¿Hago deporte lealmente, sin trampas, sin brusquedades innecesarias?
- ¿Me da vergüenza decir que soy católico y vivir como Dios quiere?

**Me pesa Dios mío haberte ofendido, por ser digno de ser amado.  
Prometo ayudado por tu gracia no ofenderte más. Amén.**