

## **CONFESIÓN SACRAMENTAL**

### **Cinco condiciones para una buena confesión**

1. **EXAMEN DE CONCIENCIA:**  
Recordar todos los pecados cometidos desde la última confesión bien hecha.
2. **DOLOR DE LOS PECADOS:**  
Arrepentirnos de los pecados y ofensas contra Dios y el prójimo
3. **PROPÓSITO DE NO PECAR:** Decisión firme, deseo sincero de no volver a pecar, de poner todos los medios para evitar caer en la tentación y la determinación de huir de las ocasiones de pecar
4. **DECIR LOS PECADOS AL CONFESOR:** Hay que confesar todos los pecados mortales, su número – aproximado al menos-, y es bueno, ¡muy bueno!, decir también los pecados veniales. Conviene además, resolver las dudas que uno tenga. Si uno se calla voluntariamente un pecado mortal comete un SACRILEGIO.
5. **CUMPLIR LA PENITENCIA:** Consiste en rezar las oraciones o realizar los sacrificios que pone el sacerdote. Es bueno hacerlo cuanto antes, así no se olvida.

## **MODO DE CONFESARSE**

Entra el penitente en el confesionario y santiguándose dice:

**En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén**

Penitente: **Ave María Purísima**

**SACERDOTE:** Sin pecado concebida. El Señor esté en tu corazón, para que te puedas arrepentir y confesar humildemente tus pecados.

Penitente: **Señor, Tú conoces todo, Tú sabes que te amo.** Hace ... (tiempo) que me confesé y cumplí la penitencia. Me arrepiento de estos pecados. (Se dicen todos los pecados mortales y su cantidad o frecuencia, también se aconseja confesar los pecados veniales y faltas.

**SACERDOTE:** (Da los consejos más adecuados e impone la penitencia)

Penitente: **Jesús, Hijo de Dios, apiádate de mí que soy un pecador.**

**SACERDOTE:** Dios Padre misericordioso ... **Y YO TE ABSUELVO DE TUS PECADOS EN EL NOMBRE DEL PADRE Y DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO.**

Penitente: **Amén**

*¡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, y 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 sea impuesta. Amén.*

**Padre nuestro, que estás en el cielo, santificado sea tu nombre; venga a nosotros tu reino; hágase tu voluntad, en la tierra como en el cielo.**

**Danos hoy nuestro pan de cada día; perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden; no nos dejes caer en la tentación, y líbranos del mal. Amén.**

*Dios te salve, María; llena eres de gracia; el Señor es contigo; bendita tú eres entre todas las mujeres, y bendito es el fruto de tu vientre, Jesús. Santa María, Madre de Dios, ruega por nosotros, pecadores, ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén*

**Yo quisiera, Señor, recibirlos con aquella pureza, humildad y devoción con que os recibió vuestra santísima Madre; con el espíritu y fervor de los santos.**

## 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?
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 mi 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?
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 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 -- sin respetos humanos-- para hacer más cristiano el ambiente a mi 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?