LA CONFESIÓN

La mejor manera para prepararnos a la confesión es considerar lo que Cristo quiso hacer al darnos el Sacramento de la Penitencia.

El día de su resurrección, cuando apareció en el cenáculo, donde estaban los apóstoles escondidos por miedo a los judíos díjoles: «La paz sea con vosotros». Como me envió mi Padre así os envío Yo». Diciendo esto, sopló y les dijo: «Recibid el espíritu Santo; a quienes perdonareis los pecados, les quedan perdonados; y a quienes se los retuviereis, quedan retenidos». (Juan XX, 21, 23). Así les dio el poder de reconciliar a los hombres con Dios.

Esta potestad sigue presente en la Iglesia. Los apóstoles la trasmitieron a sus sucesores; la cadena de sucesores llega hasta nosotros e nuestros Obispos. El día de su consagración episcopal recibieron – para comunicarlo a su vez a los que vengan.-, el mismo poder que Cristo dio a Pedro y a los doce. El Obispo delega su poder en sus sacerdotes, que son quienes le ayudan en la santificación del pueblo de Dios.

El sacerdote que está sentado en el confesionario oyendo las confesiones de otros cristianos y, que va a recibir dentro de un rato la propia mía, es el eslabón que me une con Cristo. El poder de Cristo está presente en él de tal manera que cuando levante la mano para darme la absolución, Cristo mismo me estará perdonando, aplicándome los méritos de su pasión y de su muerte.

Es posible que en ocasiones nos preguntemos por que es necesario confesarse. ¿No seria suficiente, en nuestro interior y desde el fondo de nuestro ser reconocernos culpables delante del Señor, mostrarle nuestro arrepentimiento y pedir de nuevo su Amor?.

La respuesta es clara y sencilla: para acercarnos a Dios, no toca a nosotros marcar el camino; Él es el Señor y no nosotros. De Él es la iniciativa; nosotros lo único que podemos, es escuchar con atención y cumplir con docilidad lo que disponga: Aquí no se trata de motivos humanos, ni de razonamientos. Para abrir nuestro interior a otro hombre en la confesión, necesitamos estar viviendo en la fe, no es la sabiduría o la

santidad del Sacerdote lo que nos hace tomarlo como Juez, es su identificación con Cristo, conocida en la Fe y la aceptación completa, hasta el fondo, de la Voluntad de Cristo expresada en su palabras: «A quienes perdonareis los pecados les quedan perdonados», lo que nos hace decirle mi miseria como se las decimos a Dios.

Acercándonos a la Confesión con esta actitud de Fe, todo lo demás nos parecerá natural. Todo nos será comprensible, porque ya tenemos ojos para verlo. De lo que aquí se trata es, no de atormentarnos y castigarnos por nuestros errores, ni de humillara nuestra dignidad humana, ni siquiera de sentirnos tranquilos después de decir lo que nos atormenta a un confidente que sabes va a ser discreto. No. La Confesión es un mundo distinto de todos este, porqués del mundo de la Fe, del mundo de dios y Dios es diferente de nosotros.

La confesión, el Sacramento de la Penitencia, es el Amor que Dios nos brinda de nuevo, después de haberlo traicionado.

A pesar de que Él es el Santo, y nosotros somos nada, la Fe cristiana es acepción total y agradecida de que el Señor de toda santidad se acercó a nosotros y el día de nuestro Bautismo nos dio su propia Vida. «Cuando Israel era niño Yo le amé…yo enseñé a andar a Efraín, le llevé en mis brazos y le até con ataduras humanas, con ataduras de amor; fui para él como quien alza una creatura hasta tocar sus mejillas, y me bajaba hasta él para darle de comer» (Os. 11, 1-4). Dios nos ha hecho sus hijos, pero nos es muy difícil convencernos de ello. Muchas veces no nos interesa, porque hay otras cosas, cosas que nos llaman la atención, de esas que podemos palpar con nuestras manos y mirar con nuestros ojos, y nos olvidamos de Dios.

Pero Dios es bueno a pesar de que nosotros somos malos. Lo que sigue, todos lo hemos experimentado y basta reflexionar un poco par que nos demos cuenta que es ello una de las mayores pruebas de la bondad de Dios. Cuando volvemos la espalda a Dios, en una forma misteriosa pero muy real, en ocasiones en contra de lo que quisiéramos, sabemos que no se ha acabado todo. En el fondo de nosotros mismos sentimos su llamado; débil

quizás, deformado por culpa nuestra a veces pero ahí está. Sigue en nosotros la Fe de nuestro Bautismo y Confianza en El en medio de nuestra miseria. Nuestra Fe se queda y quiere volver al Señor. Si el arrepentimiento se forma y queremos salir de nuestra rebeldía Cristo nos sale al encuentro con la Confesión.

El arrepentimiento

El arrepentimiento o dolor de los pecados es lo primero.

Cuando nos sentimos culpables de algún pecado o de muchos, podemos tomar distintas actitudes, entre ellas:

- Darnos cuenta que obramos mal, constatar que nuestra conducta fue equivocada.
- Sentir vergüenza o asco de nosotros mismos, porque estuvimos muy por debajo de nuestra propia dignidad o de lo altivamente creíamos poder hacer.
- Sentir un desasosiego interior que nos martirice cada vez que pensamos en aquello.
- Cambiar toda nuestra manera de ver la realidad: sintiéndose impotentes, dejarnos caer en el desaliento, o bien iniciarnos en el camino del cinismo, sintiéndonos inclinados.
- Considerarnos miserables e indignos ante los demás, especialmente ante aquellos que nos miran como personas respetables, que confían en nosotros o que nos tienen cariño.

Esas actitudes u otras parecidas no sirven de nada para el Sacramento de Penitencia. Algunas son de arrepentimiento, pero no de arrepentimiento cristiano. La Confesión es para reanudar nuestra amistad con Dios, amistad que destrozamos al pecar; por lo tanto el único arrepentimiento que nos lleva al Sacramento, es el que nos lleva también a Dios.

La cosa es muy sencilla. Cuando se ha ofendido a alguien y existe el deseo de volver a la amistad, ¿quién no entiende que es necesario reconocer la ofensa, rechazarla, dolerse de ella? Sencillamente eso es el arrepentimiento y la contricción: buscar con sinceridad a Dios, transformar nuestras disposiciones, cambiar de modo de pensar, romper nuestro

pecado. La acción pecaminosa no la podemos destruir, está hecha y hecha queda; pero nos es posible destruir sus consecuencias, el desorden y la incoherencia que ha dejado en nosotros, el fortalecimiento de nuestros malos deseos que ha causado el egoísmo, que después de pecar, nos hace pensar más aún en el centro del universo.

Esto nos hace ver, si reflexionamos, que necesitamos varias cosas para poder volver a Dios.

En primer lugar necesitamos humildad. Para volver al Señor debemos reconocer no solo con el cerebro, sino vivir con el corazón, que nos hemos alejado. Debemos reconocer nuestra miseria, reconocer nuestro pecado. De ahí saldrá el deseo de volver otra vez a la Amistad de Dios, comenzará el movimiento de arrepentimiento.

Para eso debemos orar. El pecado nos cambia de verdad, de tal manera, que muchas veces después de pecar no le encontramos ya sentido a la vida cristiana; hay una verdadera disminución de la Fe que nos impide entrar en nosotros mismos. A veces ese vacío se siente aún cuando se quiere llegar al arrepentimiento. Entonces es necesario rezar: solamente el Señor nos puede dar lo que por nuestra culpa perdimos al pecar. Cuando estamos lejos del señor debemos clamar desde nuestra miseria a su Bondad, para que se acuerde de nosotros y no nos abandone en su Justicia.

Así podemos ver la urgencia de recurrir a la Fe. No la simple aceptación de que Dios existe, sino una cosa muy diferente. Compenetrarnos del designio de Dios sobre nosotros, vernos a nosotros mismos como Dios nos ve, a la Luz de Dios, -en esto consiste la Fe-, para palpar con todo nuestro ser la condición terrible que estamos viviendo. Nuestro pecado y nuestro apego al pecado contradicen todo lo que Dios espera de nosotros, somos sus verdaderos enemigos. Es un absurdo la vida así: por un lado siendo capaces de ver las cosas a la Luz de Dios, presente en nosotros, y, rechazando por otro a Dios y a todo lo que nos pide. Esta meditación de nuestro pecado a la Luz de la Fe nos puede llegar a hacer sentir verdadero terror de encontrarnos entre las manos del Dios Vivo, sin posibilidad de escapar en la actitud absurda de rebeldía y de enemistad.

Todo esto para llegar al centro del arrepentimiento: *El reconocimiento de nuestra locura, el rechazo de la que hicimos y la petición humilde de perdón.* Si en algún momento necesitamos ser conscientes del mundo, de la Fe, es precisamente aquí. Este es el momento en que debemos creer en el Amor de Dios, adherirnos con todo nuestro ser a eso que nos puede parecer tan irreal por momentos: que Dios está aquí frente a nosotros y que nos ama; para que desde lo más hondo de nosotros mismos salga, provocado por El, exactamente lo mismo, un verdadero Amor, un Amor nuevo, puro y desinteresado como el que nos brinda. No vale la pena decir más, cualquier explicación solo son palabras mientras no se llega a vivirlo en el silencio de la oración, delante del Señor.

LA CONFESIÓN DE LOS PECADOS

Después de examinar nuestra conciencia y de arrepentirnos, vamos delante del sacerdote y le decimos, le «confesamos» nuestras culpas. Debemos entender bien el sentido de esa manifestación de nuestros pecados, para no exagerar su importancia ni desconocerle la que tiene.

Hechos de alma y cuerpo, cuando hay en nuestro interior un sentimiento verdadero y profundo, aflora al exterior y lo comunicamos. Habiendo rechazado nuestro pasado en el arrepentimiento, buscando el perdón y el Amor de Dios, decimos a su representante lo que está en nuestro interior. No es cuestión de confidencias o de descargar lo que nos oprime: es la acusación de nosotros mismos, de nuestro pasado, de nuestros actos malos, delante del ministro de Dios, para que las conozca, las juzgue, y si no encuentra bien dispuestos nos imparta el perdón en nombre del Señor.

Manifestación de arrepentimiento, nuestra confesión debe tener ciertas cualidades:

- Debe ser contrita. No se trata de contar nuestros pecados como quien habla de algo más o menos interesante que nos ha sucedido o como quien cuenta una película. Debe ser una acusación de nosotros mismos. Acusación sencilla y humilde, sin buscar defendernos, diciendo con total abertura nuestras faltas, como las vemos

delante de Dios, apegándonos lo mejor que podamos a la realidad.

- Debe ser íntegra. Diciendo todo lo que en nuestra conducta ha ofendido al Señor. Todos los pecados graves, con las circunstancias más importantes, diciendo cuántas veces hasta donde nos sea posible.
- Debe ser sencilla. Digamos buenamente nuestros pecados sin entrar en prolijidades y detalles insignificantes, pues esto proviene ya sea de un deseo más o menos consciente de disculparnos, ya sea de una exageración en la importancia de decir los pecados.

Muchos cristianos, reducen la confesión a este punto: con tal que no se les haya olvidado ningún pecado y que hayan recibido la absolución, se consideran perdonados. *«Les valió la confesión»*, como dicen. Esto puede ser una equivocación mayúscula. Es importante decir los pecados, pero es más importante arrepentirse; de tal manera que, el decir los pecados, aún si se dicen todos, aún si se explican los detalles, aún si se siente uno muy descansado después de haberlos dicho, si no está provocado, acompañado y guiado por el arrepentimiento, no sirve de nada. Dios nos respeta, pero quiere que lo tomemos en serio. La confesión no es un repartidor automático de perdones que se mueve después de decir algunas cosas, es el encuentro responsable y libre de nosotros con Dios en el que reformamos nuestra vida, le pedimos perdón, reflexionamos sobre lo que hacemos y preparamos un futuro más cristiano.

La confesión tiene otro sentido del que muy pocas veces se habla y que tiene mucha importancia.

Somos todos hermanos y miembros de un mismo Cuerpo. De la misma manera que los buenos ayuda a los que no lo son tanto y con un instinto cristiano muy atinado nos encomendamos a las oraciones de quienes parecen estar más cerca de Dios, del mismo modo los pecados, nuestros pecados, son una rémora y una carga para todos los demás. Como hasta aquí, estamos en el mundo de la fe, esto solo lo captan los que la tienen. El pecado, nuestro pecado, no solo hace mal en la Iglesia por el posible mal ejemplo, sino porque al hacernos enemigos de Dios, nos convertimos en un peso muerto y una carga en

el Reino de Dios. Al ofender a Dios, ofendemos a nuestros hermanos, como al ofender a nuestros hermanos ofendemos también a Dios.

Al volver a Dios, no sólo debemos mostrar nuestro arrepentimiento con Él; nuestra confesión se dirige también a toda la Iglesia, a todos nuestros hermanos, representados por el sacerdote que la recibe.

LA SATISFACCIÓN

El Sacramento de Penitencia no está dirigido hacia el pasado. Su verdadero sentido lo encontramos cuando entendemos que todo él, está enfocado hacia el futuro. Nos arrepentimos y confesamos nuestras culpas con un objetivo muy preciso: para volver a vivir nuestra vida cristiana, por eso se nos pide propósito de enmienda.

Definitivamente, mientras no estamos decididos a abandonar nuestras posiciones de pecado, no nos debemos confesar. Con Dios no se juega. El no es alguien que se pueda contentar con un acto exterior. Mira lo más profundo de nuestro ser y sabe nuestro interior mejor que nosotros mismos.

Aquí otra vez encontramos la necesidad de la oración: hay ocasiones en que no sabemos decidirnos por orgullo, por debilidad, por egoísmo, por ligereza. Más aún, a veces aunque queremos, todo nuestro ser reclama, porque el decidirnos por Dios puede en ocasiones significar un verdadero drama y el aniquilamiento de cosas o situaciones cuidadosamente montadas y conservadas durante años. Es evidente, que nosotros mismos no somos capaces de decidirnos. Debemos orar. Si el Señor nos ha llevado ya hasta aquí, le hemos de hacer confianza, estando ciertos de que afirmará nuestra debilidad y su Amor triunfará de nuestra miseria.

Démonos cuenta que esta exigencia, que parece sumamente dura, se compagina perfectamente con nuestra debilidad. No se nos pide que nunca volvamos a pecar; se nos exige solamente el deseo verdadero de ser fieles y la sinceridad completa en nuestro rechazo del pecado y en nuestro retorno a Dios. Al comenzar esta idea, hablábamos

de *«posiciones de pecado»*, es decir, del no cambiar de actitud. Es posible que volvamos a caer, es posible que volvamos a pegarnos a la misma esclavitud; para evitar eso debemos seguir hacia adelante con cuidado y cogidos de la mano del Señor; pero eso no nos debe preocupar. Lo único que importa es arrancar de cuajo nuestra complicidad con el mal, vaciándonos completamente de ella.

Si nuestro arrepentimiento fue sincero, el deseo de cambiar también lo será. Por eso, al prepararnos a confesar, debemos ver hacia delante. ¿Cómo vamos a actuar?, ¿Qué es lo que Dios nos pide cambiar?, ¿De dónde surgió nuestro pecado?, ¿Cuáles son las circunstancias que hemos buscado o provocado para pecar?, ¿Hasta qué punto podemos apartar tal o cual ocasión? Al recibir el Sacramento, Dios está nuevamente con nosotros. No lo olvidemos. Es delante de Él, con su cooperación divina, pidiéndole su Luz y su Fuerza, como debemos mirar hacia el futuro, meditando delante de Él, qué vamos a hacer y cómo debemos obrar.

Esto va a suponer esfuerzos, sacrificios, y, empleemos la palabra, Penitencia. Es algo que no nos gusta y que no queremos ni siquiera oír mencionar. Con todo, es necesario que abramos los ojos a la realidad. El desorden y el pecado nos dominan en muchas ocasiones, prácticamente nos dejamos llevar en todo, por lo más fácil y la línea de menor resistencia.

En el plan humano, una actitud así, no lleva a nada: para hacer algo en la vida se necesita esfuerzo. En el Reino de Dios, las cosas también suceden así. Si queremos ser cristianos, debemos aceptar el sacrificio y la penitencia como medios necesarios para dominar nuestras potencias de pecado y acercarnos a Dios.

Los mismos pecados que confesamos tienen en nosotros múltiples complicidades, el desorden y la debilidad, el orgullo y el egoísmo no desaparecen del todo con el perdón. Sería infantil suponerlo y todos tenemos suficiente experiencia para saber que las cosas no son así. Aún cuando nuestro arrepentimiento haya sido sincero, seguimos ligados a nuestro pasado y las acciones malas que hemos hecho, nos han dejado verdaderamente marcados. La única manera de conservar el Amor de Dios en el futuro, es liberarnos de

esos lazos que nos atan a nuestros propios pecados, es decir, romper con ello, mortificarnos. Es el único camino para conservar el Amor de Dios. Si no nos interesa conservarlo podemos entonces preguntarnos si nuestro arrepentimiento fue sincero.

El Sacramento de la Penitencia es fuente de alegría. Todos sabemos lo que es la paz de la buena conciencia. No es cosa fácil conservarla, como no es fácil en esta vida, nada de lo que vale la pena. Esa paz y esa alegría es el cumplimento de la palabra del Señor:

«Mi paz os dejo, mi paz os doy» (Juan 14,27). Cuando Él está con nosotros y podemos volver hacia Él nuestro rostro, en la confianza de la amistad y en la seguridad del Amor, nada puede turbarnos, ni siquiera la muerte, porque la muerte se convierte entonces en la puerta y el comienzo de la Verdadera Vida.

CONSEJOS PRÁCTICOS

1.- La confesión es nuestro encuentro con Dios. En él, si tenemos arrepentimiento, por los méritos de Cristo se nos perdonan los pecados. Lo esencial es volver al Amor de Dios. Procura que el motivo fundamental de tu confesión, no sea quitar la angustia interior, ni conocerte mejor, ni recibir consejos.

2.- Prepárate. Al llegar a la Iglesia ponte delante de Dios unos momentos. Haz a un lado tus preocupaciones, tus intereses, tus diversiones, lo que va a hacer después o lo que acabas de realizar. Procura hacer la paz en ti, para poder oír la voz de Dios. Esto no es fácil: pídeselo a Dios para hacer bien tu confesión.

3.- Procura hacer tu examen con cuidado, pero sin pasar demasiado tiempo en él. Recuerda que la confesión externa de los pecados debe ser la expresión del arrepentimiento, el examen es la preparación para llegar a él. El arrepentimiento se ha de formar al ir pasando en revista nuestras infidelidades al Señor.

4.- Trata sobre todo de mirar tu vida delante de Dios, pídele su ayuda para ver lo que significan para Él tus pecados. Pídele perdón de haberlo ofendido.

5.- ¿No estás ligado por la mala costumbre?, ¿No te agrada seguir dejándote llevar por tal o cual actitud equivocada? Procura llegar a la sinceridad en tu deseo de no volver a pecar. Por lo menos dile al Señor que quisieras querer...

6.- ¿No hay nada que corregir en tu manera de actuar?, ¿No eres culpable por tu negligencia, por tu falta de interés, por tu falta de Fe? Puntualiza tu resolución en forma concreta, lo más concreta que te sea posible. Es una de las mejores pruebas que puedas tener de tu buena voluntad.

7.- Puedes escoger al sacerdote que prefieras. En lo posible dirígete siempre al mismo. Escógelo con cuidado, que sea alguien que te entienda y te sea útil en su manera de mirar tu interior y en los consejos que te dé. En caso de pecado grave, no retardes tu confesión por no poderlo ver; lo principal entonces es volver a Dios y, para eso, todos los sacerdotes están investidos del mismo poder: unos y otros se identifican fielmente con Cristo.

8.- Evita con cuidado las confesiones rutinarias en que casi sin preparación se dicen cosas vagas, sin estar decidido a hacer esfuerzos; es la mejor manera para matar en ti el sentido verdadero del Sacramento.

9.- Si «no has hecho nada malo, no has matado ni robado» y no encuentras de qué acusarte, fíjate en las preguntas positivas del examen. Por ejemplo: ¿He hecho felices a aquéllos con quienes vivo?, ¿He tratado de ayudarlos, de comprenderlos? Muchas veces esa posición de no encontrarse pecados, compagina muy bien con una dureza y un egoísmo tanto más graves cuanto que son menos pensados y menos conocidos.

10.- Recuerda que se deben confesar todos los pecados GRAVES, diciendo con qué frecuencia has caído en ellos. Confiésalos al principio y dirige tu arrepentimiento sobre ellos principalmente. Si alguno te es particularmente penoso de confesar di al confesor tu dificultad en hacerlo, lo más probable es que él te ayude, facilitándote la confesión.

11.- No es posible confesar todos los pecados VENIALES: escoge los más característicos en ti, los que mejor te pinta, en los que más frecuentemente caes: así la Gracia del

Sacramento te ayudará para combatirlos.

12.- Si estás en pecado mortal, el resultado de tu confesión será el perdón y la vuelta a la Amistad con Dios, pero si has tenido la fortuna de que el Señor te haya ayudado para no caer, es bueno confesarte de vez en cuando; porque paulatinamente va decayendo en nosotros la delicadeza para captar lo que no le agrada al Señor. La confesión reaviva en nosotros el justo sentido de nuestra pobreza interior y afina nuestro sentido cristiano de la vida.

13.- Confiesa hechos, no tendencias. Las tendencias son imprecisas, los hechos son los pecados. No digas *«soy perezoso»*, ni siquiera *«fui perezoso»*, sino más bien *«Habitualmente me quedo un rato más en la cama y así he dejado de cumplir tal o cual obligación»*. Además, si puntualizas bien tu pecado, también dirás los motivos que lo causaron: *«Critiqué a una amiga porque tuve envidia de lo atractiva que se veía».*

14.- Indica si se trata de una falta en que caíste por sorpresa, o si es una costumbre. Si estás luchando, o si tu actitud general es de dejadez. En otras palabras, ¿tratas de corregirte o no estás haciendo nada?

15.- Después de confesarte, reza con atención y devoción la penitencia que te impuso el sacerdote. Agradece al Señor el estar otra vez en su compañía. Si tienes tiempo habla un momento con Él. Renueva tu propósito. Pon tu futuro y tu vida cristiana en sus manos.

EXAMEN GENERAL DE CONCIENCIA

Este Examen General de Conciencia, nos permitirá en un rápido golpe de vista, revisar todos los deberes de nuestra vida cristiana: sigue el plan clásico de los Mandamientos de la Ley de Dios y de la Iglesia, los pecados capitales y deberes de estado. Cristo no vino a abolir la Ley, sino a perfeccionarla: es por esto que los preceptos del Evangelio se inscriben a continuación de los artículos del Decálogo y corrigen todo aquello que a menudo tienen de negativo.

MANDAMIENTO DE DIOS

1º. Amarás a Dios sobre todas las cosas

Este Mandamiento contiene los demás, y contiene también el ejercicio de las tres virtudes teologales.

FE:

Deberes: Desarrollar tu Fe, alimentarla, defenderla contra las dudas.

Aceptar de la mano de Dios las pruebas que nos envía.

Tener absoluta confianza en tu Fe y dar pruebas de ello ante los demás.

Pecados: Dudas voluntarias, respeto humano, indiferencia religiosa, supersticiones (cartomancianas, espiritismo, espiritualismo, etc.).

ESPERANZA:

Deberes: Confianza en la Gracia, esperanza en el Cielo.

Pecados: Confiar en tus débiles fuerzas, descorazonamiento, desesperación..

CARIDAD:

Amar a Dios más que a todo lo demás, colocar a Dios en el verdadero centro de tu vida; ofrecer tu trabajo, tomar en su presencia las decisiones importantes.

Orar en la mañana, en la noche, durante las tentaciones.

Desear que progrese tu amor para con Dios.

Ver a Dios en el prójimo, aún en aquél que nos es difícil amar. «Aquel que dice que ama a Dios y no ama a su prójimo, es un mentiroso».

2º Solamente con respeto pronunciarás el nombre de Dios

Deberes: Tener presente a Dios: respetar todo aquello que a El se refiera los Sacramentos, las Iglesias, los Sacerdotes, etc.

Pecados: falsos juramentos, blasfemias, sacrilegios, oraciones dichas mal y deprisa.

3º Santificarás el día del Señor

Descansar el domingo.

Asistir a Misa con devoción.

Esforzarse por sentirse miembro de la comunidad.

Poner todo lo que esté de tu parte para participar ACTIVAMENTE en la vida

litúrgica de tu Parroquia. Escoger tus diversiones con espíritu cristano.

4º. Honrarás a tu padre y madre

Sentirse responsable del ambiente familiar. Unión, ayuda mutua, buen humor.

Deberes de los hijos: obediencia, respeto, obligaciones que cumplir, ayuda en el trabajo.

Deberes de los hermanos y hermanas: comprenderse, tolerarse, ayudarse.

Deberes de los Padres: Sustento, cariño, abnegación, educación humana, moral y religiosa, buen ejemplo.

Deberes con el Estado y la Patria: El Estado somos nosotros, formamos todos una gran familia que es la Patria.

Impuestos, deberes electorales, participación en la vida pública.

5º. No Matarás

Deberes: Hacer felices a los demás, ayudarles en sus penas, darles buen ejemplo.

Pecados: Todo aquello que acuce daño a la vida, a la salud, al alma del prójimo: golpes, heridas, injurias, disputas, rencores, negarse a perdonar. Egoísmo, indiferencia, para los demás escándalo (palabras, consejos o ejemplos que lleven al mal a los demás).

6º. No cometerás impurezas (No fornicarás)

El Sexto Mandamiento prohibe explícitamente los actos impuros, pero implícitamente abarca todo lo que los produce y origina, como son también los pensamientos y las palabras impuras

Sería prácticamente imposible señalar la infinita variedad de actos impuros o deshonestos, pero todos sin excepción están necesariamente ligados al mal uso de la sensualidad y son un desorden en sí mismos:

– La vista: modas, pornografía, espectáculos, etc.

– **El oído:** Pláticas excitantes, consejos perversos, enseñanzas corruptas, canciones eróticas…

– El olfato: Sutilmente asocia y excita el morbo con aromas que la publicidad hace aparecer como afrodisíacos.

– El Gusto: Hay comidas y bebidas que son tomadas como afrodisíacos. Y cuántos, «para darse valor y deshinibirse», abusan, del alcohol.

– El tacto: El más peligroso de los sentidos, La piel toda y en especial las partes erógenas, exacerban la sensibilidad y la vuelven frenética pervirtiendo absolutamente la sexualidad.

Combinando y desatando la fantasía y el ánimo al servicio de la concupiscencia y el placer, se producen toda esa clase de actos impuros, cuyos autores, dice San Pablo, «no poseerán el Reino de Dios». Por contraste, Jesús el Señor ha prometido que *«los limpios de corazón, verán a Dios».*

7º. No Robarás

En la Ley de Dios, el Séptimo Mandamiento, tanto en el Antiguo Testamento como en el nuevo, es tajante, conciso, claro y definitivo: «NO ROBARAS» (Ex.20,15; Dt.5,19;Mt.19,18).

8º. No Mentirás

Habla con sinceridad: «Si es sí, di sí; si es no, di no».

Deberes: Respetar la verdad, respetar la reputación de los demás.

Pecados: Mentira, revelar los secretos ajenos, maledicencia, juicio temerario, calumnia.

9º No tendrás voluntariamente deseos impuros

«Se les ha dicho: no cometerás adulterio; yo digo más: Aquel que mire a una mujer con codicia ha cometido ya adulterio en su corazón».

Deberes: Respetar las intenciones de Dios para la propagación de la vida. Respeto del cuerpo y de sus fuerzas; respeto del amor y del matrimonio; fidelidad y delicadeza en el amor conyugal.

Pecados: Pensamientos o deseos impuros voluntarios. Miradas, conversaciones, actos impuros (solo o con otros), adulterio.

Búsqueda o aceptación de las ocasiones de pecados, lecturas, espectáculos, relaciones.

10º No desearás los bienes ajenos, injustamente

Deberes: Uso cristiano de la propiedad y el dinero. Justicia en los negocios, trabajo, salarios, contratos, Restitución.

Pecados: Robo, engaño, fraude, daño a los bienes ajenos. Codicia de riqueza.

MANDAMIENTOS DE LA IGLESIA

1º.- Santificar las fiestas de obligación. Asistir a Misa los domingos y días de fiesta.

2º- Confesión anual.

3º- Comunión Pascual

4º- Ayunar los días prescritos. Abstinencia de carnes.

5º- Contribuir a los gastos del culto, según tus posibilidades.

PECADOS CAPITALES

1.- Orgullo: *Complacencia de sí mismo, ambición excesiva, vanidad, coquetería, actitudes arrogantes y altaneras.*

2.- Avaricia: *Poner como único objetivo de la vida, el dinero y la riqueza.*

3.- Lujuria: *(Mandamientos 6º y 9º.).*

4.- Envidia: *Celos del bienestar ajeno, alegría por su desgracia.*

5.- Gula: *Excesos en las comidas o bebidas.*

6.- Cólera: *Dejarse dominar por los instintos del temperamento, ser irritable, etc.*

7.- Pereza: *Al levantarse, en el trabajo, en la organización del tiempo.*

DEBERES DE ESTADO

Conciencia profesional, participación en las actividades sociales, profesionales o sindicales.

Los deberes del médico, del juez, del maestro, etc., son tan diferentes que cada quien deberá hacer su propio examen particular de sus deberes de estado.

CUESTIONARIO DETALLADO

Este cuestionario no deberá leerse antes de cada confesión; ayudará ocasionalmente a conocer mejor los deberes y las faltas en tal o cual caso.

DEBERES PARA CON DIOS

¿Mi vida cristiana progresa o retrocede?

FE.- ¿He intentado conocer mejor al Señor?, ¿No he descuidado las ocasiones de alimentar mi Fe?

Lecturas, clases de instrucción religiosa ¿Me interesa conocer mejor a Dios?, ¿He sabido evitar aquello que pudo dañar mi Fe?, ¿He intentado aclarar mis dudas?, ¿He dudado en llamarme cristiano y participar exteriormente en las oraciones y oficios de la Iglesia?, ¿He sabido explicar las razones de mi actitud cristiana?, ¿No he dicho: «No creo», cuando no tuve el valor de hacer la voluntad de Dios?, ¿Acepto de buena voluntad los fracasos, las enfermedades, la pobreza y todas las pruebas que Dios me envía?

ESPERANZA.- ¿Tengo confianza en Dios siempre?, ¿Encuentro un apoyo total en Dios en los momentos de tentaciones, de descorazonamiento?, ¿No confío más en mis propias fuerzas?, ¿No me he dejado llevar por la desesperación?, ¿Asumo, ante la muerte, la actitud de alguien que espera el cielo?

CARIDAD.- ¿Deseo amar a Dios sobre todas las cosas?, ¿Lo prefiero al dinero, al confort, a los placeres, a los deportes?, ¿A cualquier otro cariño?, ¿He sabido encontrar a Dios en los demás, en aquéllos que lo desprecian, en los que me son antipáticos?, ¿He sabido amar

por Dios (desear su verdadero bien) a aquellos hacia los que siento una simpatía natural?, ¿He buscado dar a Dios el primer lugar en mi vida?, ¿Le ofrezco mi trabajo y mi descanso?, ¿Mis alegrías y mis penas?, ¿Tomo en su presencia las decisiones importantes?

ACTOS DE RELIGIÓN.- Oración: ¿Oro a menudo?, ¿Por la mañana... por la noche?... ¿Al orar, me dirijo a Dios como una persona viva?, ¿Progreso en esto?, ¿Oro en los fracasos, en los éxitos?, ¿Intento varias mis oraciones para evitar la rutina?, ¿Oro por los demás, por mis amigos, por mis enemigos, por los herejes, por los infieles...?, ¿Oro para agradecer y alabar a Dios o solamente para pedir?

Sacramentos: ¿Me confieso a menudo?, ¿Me preparo cuidadosamente?, ¿Oculto voluntariamente los pecados graves?, ¿Me esfuerzo lo suficiente para comulgar con frecuencia?, ¿Comulgo con fervor?, ¿Antes de comulgar me preocupo por demostrar a Dios pesar aún por mis faltas más ligeras?

Misa y domingos: ¿Falté voluntariamente a Misa? (¿cuántas veces?), ¿tuve la culpa por llegar tarde?, ¿Oí la Misa atentamente, o estuve distraído?, ¿Reí o platiqué en la Iglesia?, ¿Me esfuerzo por seguir la misa lo mejor posible, por participar en la vida litúrgica de mi Parroquia?, ¿Me siento en la Iglesia miembro de la Comunidad de Fieles?, ¿Hago verdaderamente del domingo el día del Señor?, ¿He contribuido a que haya alegría en mi casa?

SENTIDO DE COMUNIDAD.- ¿Comprendo y acepto el carácter social de la vida cristiana?, ¿Acepto orar en comunidad con los demás cristianos?, ¿Hablo de la Iglesia como de algo de lo que formo parte?, ¿Me siento responsable y solidario de sus defectos?, ¿Me siento hermano de todos los demás cristianos sin importarme nacionalidad o raza? ,¿Me intereso por la vida actual de la Iglesia?, ¿Me interesan sus esfuerzos apostólicos y misioneros?, ¿Le presto ayuda?, ¿Me someto con espíritu de fe a la jerarquía de la Iglesia?, ¿Hablo siempre con respeto de los pastores de la Iglesia?, ¿Les he dado testimonio de lealtad y confianza, por ejemplo: exponiéndoles abiertamente

sugestiones o críticas?

VIDA PERSONAL

¿He sido natural con todos?, ¿No he dejado, por el contrario, crecer mi orgullo?, ¿No he querido tener siempre la razón?, ¿Acepto las críticas justas?, ¿Reconozco mis errores?, ¿He sido hipócrita?, ¿No utilizo la mentira para disimular mis faltas?, ¿Para alabarme?, ¿No he pretendido parecer lo que no soy?, ¿Soy desinteresado por las riquezas?, ¿No me dedico exageradamente a mis negocias?, ¿Me sé contentar con lo que tengo?, ¿Soy suficientemente cuidadoso?, ¿Sé ahorrar?, ¿He sido generoso; he reservado en mis entradas una parte para la Iglesia y para los pobres?

¿Respeto mi cuerpo y sus poderes de dar la vida?, ¿No me he detenido en pensamiento, recuerdos o deseos impuros?, ¿He leído o visto libros o revistas indecentes; las he prestado a otros?, ¿Asistí a espectáculos ligeros o lugares peligrosos; no he ido, por ejemplo, al cine a ver películas que sabía eran peligrosas?, ¿No he tenido conversaciones malsanas?, ¿Cometí actos impuros, solo, con otros (con qué frecuencia)?, ¿Si se trata de un hábito, lo combato?

Como joven: ¿He respetado a los jóvenes o a las mujeres?, ¿No he mantenido una actitud equívoca con ellas?, ¿No he pretendido turbar su sensibilidad?, ¿Juego con el amor?

Como muchacha: ¿No he sido causante de tentaciones en los muchachos, por mi arreglo?, ¿En el baile, etc.?, ¿No busco siempre estar rodeada de muchachos?, ¿No he alimentado sueños de amor, familiaridades que sabía que no llevaban al matrimonio?, ¿Estoy dispuesta a descartar lo que me sea ocasión de pecado?, ¿Si es imposible, tengo cuidado de purificar mis intenciones: querer lo bueno y no aceptar lo malo?

¿Tengo buen carácter?, ¿Me controlo?, ¿No he sido goloso?, ¿No me he mostrado difícil en el comer, goloso y egoísta en la mesa?, ¿No gasto demasiado dinero en golosinas?, ¿Estoy dominado por la pasión de beber o fumar?

¿Soy enérgico y valeroso?, ¿Sé organizar mi tiempo; lo he perdido haciendo cosas inútiles?, ¿No consagro gran parte del día a las lecturas inútiles, a los deportes, a mi arreglo?

¿Acabo lo que empiezo?, ¿Cuido mi cuerpo, su limpieza, su salud; hago ejercicio?

DEBERES PARA CON LOS DEMÁS

¿Me preocupo por los demás?, ¿Pienso en la responsabilidad que tengo con aquellos que viven conmigo?,¿Trato de ayudarlos, de animarlos en su trabajo, en sus esfuerzos al bien?, ¿Me esfuerzo por comprenderlos, por ponerme en su lugar?, ¿Les doy buen ejemplo?, ¿Les ayudo a su búsqueda de Dios, en sus esfuerzos de apostolado?

¿No tengo en este momento algún odio o alguna antipatía?, ¿No me he dejado llevar a disputas violentas, a injuriar o golpear?, ¿Guardo rencores?, ¿Rehuso reconciliarme (por cuánto tiempo)?, ¿Busco lastimar al prójimo?, ¿Con calumnias, con maledicciencias, con intrigas?

Desprecio a los demás por su inferioridad, sus debilidades o sus defectos?, ¿He gozado con sus desgracias?, ¿Si tengo antipatía por alguien, la he combatido o no?

¿He favorecido todo lo que contribuye a la paz y al buen entendimiento entre los demás? ¿No he formado con mis amigos un grupo cerrado a los demás? ¿No he molestado a otros por mi mal carácter o mis exigencias? ¿No los he excitado con correcciones altaneras? ¿No los he escandalizado con reflexiones cínicas o disolutas, por malos ejemplos o malos consejos? ¿No he sido vanidoso? ¿He deseado tener siempre la razón? ¿No he sido altanero, arisco, hiriente, en la calle, en el camión, en las tiendas?

¿No he expuesto mi vida, la de mi familia, la de los demás, manejando demasiado aprisa, sin precaución, entrado en copas?

¿Han tenido los incrédulos o los no cristianos una buena o mala impresión de los

cristianos por causa mía?

¿Respeto siempre la propiedad ajena?, ¿No he robado algo?, ¿He maltratado algo que pertenece a la colectividad?, ¿No escojo siempre para mí lo más bello y lo mejor?, ¿No he malgastado el dinero que poseía?, ¿He sido generoso?, ¿No he usado sin permiso los objetos de los demás?

HIJOS E HIJAS

¿Amo a mis padres?, ¿Busco la forma de hacerlos felices?, ¿No he hecho penosa la vida en mi casa a causa de mi egoísmo, por estar habitualmente de mal humor?, ¿Tengo confianza en mis padres?, ¿No he ocultado graves dificultades en las que debía buscar consejo?, ¿No he hablado mal de ellos con los demás?

¿Les demuestro respeto?, ¿No les he respondido con dureza?, ¿Con grosería?, ¿Sé aceptar sus debilidades y aun más sus errores y defectos?, ¿Los he soportado?

¿He obedecido a mis padres?, ¿No he desobedecido alguna de sus órdenes?, ¿No he mentido para disculparme o para escapar a su autoridad?, ¿Trato de explicarme respetuosamente con ellos más que criticarlos?, ¿No me he mostrado susceptible a sus reproches?, ¿No he permanecido mohíno (cuanto tiempo)?, ¿No me he levantado contra mis padres?, ¿Me he dejado llevar por actitudes violentas?, ¿Busco la forma de ayudar a mis padres?, ¿Me he demostrado cuidadoso en mis deberes, moderado en mis peticiones de dinero?, ¿He tomado parte voluntariamente en el trabajo de la casa?, ¿No he tomado mi casa como un hotel y a mis padres como sirvientes?, ¿No he abandonado a mis padres ancianos en la pobreza, en la soledad?, ¿Si estoy lejos, les escribo a menudo?

¿Hay algún miembro de la familia con quien no me comprenda?, ¿Intento comprender, ayudar, darles apoyo a mis hermanos o hermanas?, ¿Les doy buen ejemplo?, ¿No me he sentido celoso de alguno de ellos?, ¿Me he mostrado paciente, respetuoso, servicial, con mis abuelos?, ¿He pensado que el domingo era el día de la familia y que hace falta a veces sacrificar por ellos la alegría de cualquier otro placer personal?

ESCOLARES, ESTUDIANTES

¿Siento respeto y lealtad por mis maestros?, ¿He contribuido al buen éxito de su trabajo?, ¿Los he criticado?, ¿No he inculcado entre mis amigos la indisciplina, el mal espíritu, la ligereza?

He cumplido consciente y completamente con mis tareas?, ¿Estudio para ser competente y ser útil o solamente por ganarme un título, por «pasar» los exámenes, por satisfacer mi amor propio?, ¿No he engañado o ayudado a otros a hacer trampa haciendo creer que sé («Acordeones»)?, ¿No he tomado como pretexto el trabajo para no estudiar y aumentar así mi cultura?, ¿No he, por el contrario, descuidado mis tareas para entregarme a mis fantasías y a mis juegos?

¿He sentido responsabilidad por mis amigos y compañeros?, ¿Me intereso por todo aquello que favorezca la unión y comprensión de mis compañeros?, ¿Acepté algún puesto que se me proponía?

PADRES

¿Intento conocer mejor a mis hijos?, ¿No hay alguno que se sienta un poco despreciado?, ¿Es cierto?, ¿Están bien alimentados, bien alojados, bien vestidos, según nuestras posibilidades?, ¿Los he educado? ¿He cedido a sus caprichos, he hecho el trabajo que ellos debían hacer?, ¿No les doy demasiado dinero?, ¿He sabido hacerme respetar?, ¿Hacer respetar en mí la autoridad de Dios?

¿Los he amado, reprimido o castigado por su bien o al contrario porque estaba nervioso o por afirmar mi superioridad?, ¿He diferenciado los castigos motivados por sus tonterías de aquellos que merecían sus faltas morales?, ¿He logrado crear en ellos confianza y afecto para conmigo?, ¿Me cuentan todo?, ¿Si no es así, por qué?

¿He puesto cuidado en inculcarles la franqueza y la generosidad?, ¿He afirmado su abnegación para con la familia?

¿He cuidado la educación que reciben fuera de casa?, ¿Su formación moral y religiosa?, ¿No he molestado a sus maestros con mis exigencias?, ¿Con objeto de no aceptar mis errores?

¿Les he dado en todo buen ejemplo: deberes religiosos, vida familiar, conciencia profesional?, ¿He colaborado con mi mujer (mi marido) en la educación de nuestros hijos?, ¿Nos consultamos a menudo?, ¿No le hago agravios delante de mis hijos?, ¿La critico en su ausencia por su manera de hacer?, ¿No apoyo los permisos que ella (o él) les da o cambio sus negativas, etc...?

¿He intentado educar a los adolescentes: dejándolos con demasiada libertad?, ¿Controlándolos cuidadosamente?, ¿Hablándoles seriamente, no como si fueran niños?, ¿Controlando sus lecturas, espectáculos, y amistades?, ¿Los ayudo, respeto su personalidad, guío su vocación?, ¿He sabido explicar lo que tienen derecho de saber, con tacto, con prudencia, según lo necesitan?, ¿No he hecho a un lado esta obligación cobardemente?, ¿No los he maleado con una respuesta equívoca o con mal ejemplo?

CON LOS HIJOS CASADOS

¿He tenido el cuidado de hacerles sentir mi afecto?, ¿He sido lo suficientemente discreto para respetar su autonomía?, ¿He admitido en la familia a los yernos o a las nueras?, ¿He sabido dominar mis celos? Por ejemplo: si algunos de los jóvenes esposos me confía alguna dificultad doméstica?, ¿Busco reconciliarlos o alejarlos?, ¿Trato con igualdad a todos mis hijos?, ¿He tenido cuidado en aumentar la unión entre ellos?, ¿He buscado mantener las tradiciones de Fe de la familia?

ESPOSOS

¿Amo verdaderamente a mi mujer (mi marido)?, ¿Intento hacerla feliz, ponerme en su lugar?, ¿Me preocupo por sus gustos, sus deseos, su salud?, ¿He sabido hacerme comprender, le he hablado con franqueza?, ¿He sabido demostrar mi afecto?,¿He comprendido el suyo aún si no me lo ha demostrado claramente?, ¿No he descuidado a mi

mujer (mi esposo) por mis hijos, mi trabajo, mis actividades externas?, ¿He tenido el valor de dejarla (dejarlo) cuando me lo exigía mi trabajo, las responsabilidades cristianas o sociales?, ¿Me interesé por su profesión, por sus actividades?, ¿He favorecido entre los dos una intimidad espiritual; he impulsado sus esfuerzos por hacer el bien?, ¿Rezamos juntos?, ¿Colabora con ella (él)?, ¿No le oculto asuntos importantes?, ¿Respeto una cierta autonomía, y sus iniciativas?, ¿Le sirvo como puedo y debo?

¿No me muestro egoísta?, ¿No le hago penosa la vida por mi mal humor, por mis caprichos, mis cóleras, mis impaciencias?, ¿No derrocho dinero buscando placeres personales?, ¿Cuido mi arreglo personal para agradar a mi marido?, ¿No he envenenado los motivos de disgusto contándolos a otros?

¿Soy fiel a mi mujer (a mi marido)?, ¿No he cometido adulterio?, ¿No me he detenido en deseos impuros?, ¿No he sido egoísta al buscar alegrías en mi matrimonio?, ¿No me ha faltado delicadeza en esto?, ¿No he intentado impedir la fecundidad del matrimonio?, ¿No he exigido o favorecido el aborto?, ¿Estoy en buenos términos con la familia de mi esposa (marido)?, ¿He buscado participar del afecto de los suyos?, ¿No nos hemos encerrado en un egoísmo mutuo?, ¿Nos hemos preocupado de hacer acogedor nuestro hogar, abierto a los demás, hacerlo un hogar apostólico, resplandeciente de vida cristiana?

CIUDADANOS

¿Busco sinceramente el bienestar de mi país?, ¿Cumplo con todos mis deberes de ciudadano?, ¿Voto?, ¿Pago los impuestos?, ¿Acepto responsabilidades públicas?, ¿Por ambición o por deseo de ser útil?, ¿Intento juzgar como cristiano los asuntos públicos?, ¿He dado su lugar a la política, a la necesidad de la libertad religiosa, la justicia, el progreso social?, ¿He impulsado los esfuerzos de unión, o las actitudes sectaristas?, ¿He buscado privilegios, apoyos políticos para escapar de la ley común?

OBREROS, EMPLEADOS

¿Trabajo conscientemente; en el tiempo convenido, cumplo el trabajo por el que se me paga?, ¿No utilizo mi empleo para obtener injustamente favores para procurarme objetos a los cuales no tengo derecho?

¿Obedezco a mis jefes de buena voluntad?, ¿No me celan sus progresos?

¿Me muestro amable con mis colegas?, ¿Los he ayudado voluntariamente?, ¿No los he envidiado, calumniado con los jefes?, ¿Soy estimado en mi trabajo? Si no es así ¿por qué? ¿No exploto a los demás?, ¿Doy buen ejemplo a los empleados jóvenes?, ¿No he contribuido a pervertirlos?, ¿No he dejado que se haga daño, por no «querer meterme»?

¿Tengo conciencia de la solidaridad obrera?, ¿Tomo parte activamente en el organismo sindical?, ¿Busco aumentar el progreso y la paz social?

PATRONES

¿Pago salarios justos, legales, humanos?, ¿Me intereso por mis trabajadores?, ¿Me esfuerzo por conocerlos individualmente, humanamente, conocer su situación respecto a alojamiento, familia, etc.?, ¿Me doy cuenta de su trabajo?

¿Me estiman y respetan mis inferiores? Si no es así ¿por qué?, ¿No es esto el signo de alguna deficiencia por parte mía?

¿Les doy el descanso necesario?, ¿Cuido de la atmósfera moral del taller, etc...?

¿Respeto la autonomía, la personalidad de mis subordinados y empleados?, ¿Acepto colaborar lealmente con los representantes del personal?, ¿Con las organizaciones sindicales?, ¿Ocupo mi lugar en el seno de la organización profesional?, ¿Me he mostrado activo, leal, deseoso del progreso y la paz social? ¿Considero a los obreros como hermanos?, ¿Me dirijo a ellos con respeto?, ¿No me he mostrado altanero, distante; o al contrario con una familiaridad humillante?

¿Con mis sirvientes, he cuidado su salud, de sus distracciones, de su vida religiosa y

moral, sobre todo si son menores?, ¿He buscado ofrecerles una atmósfera de vida familiar?

BREVES ORACIONES PARA LA CONFESIÓN

Para antes del examen

Jesús mío, quiero hacer una buena confesión, ayúdame a hacerla. Ayúdame a recordar los pecados que he cometido desde mi última confesión; ayúdame a dolerme con todo mi corazón de ellos y decirlos bien al Sacerdote. Virgen Santísima, Madre mía, Santo Angel de mi Guarda y todos los Santos del Cielo, rueguen por mí para que haga yo una buena confesión.

Pare pedir el dolor de los pecados

Dame Jesús mío, verdadero dolor de todos estos pecados y de los que no me acuerdo; Virgen María, Madre de Dios y Madre mía y todos los Angeles del Cielo, rueguen por mí para que de veras me duela de mis pecados.

Para ofrecer a Dios el dolor de los pecados

Dios mío, siento mucho haber pecado contra Ti porque Tú eres tan bueno y porque me amas tanto y con tu divina ayuda te prometo procurar nunca más ofenderte.

Para antes de confesarse

EL «YO PECADOR»

Yo pecador me confieso a Dios todopoderoso, a la bienaventurada siempre Virgen María, al bienaventurado San Miguel Arcángel, al bienaventurado San Juan Bautista, a los Santos Apóstoles San Pedro y San Pablo, a todos los Santos y a vos Padre que pequé gravemente con el pensamiento, palabra y obra, por mi culpa, por mi culpa, por mi gravísima culpa. Por tanto ruego a la bienaventurada siempre Virgen María, al

bienaventurado San Miguel Arcángel, al bienventurado San Juan Bautista, a los Santos Apóstoles San Pedro y San Pablo, a todos los Santos y a vos Padre, que roguéis por mí a Dios Nuestro Señor. Amén.

Al final de la Confesión

EL ACTO DE CONTRICIÓN

Señor mío Jesucristo, Dios y Hombre verdadero, Creador, Padre y Redentor mío; por ser Vos quien sois y porque os amo sobre todas las cosas, me pesa de todo corazón haberos ofendido; propongo firmemente enmendarme, confesarme y cumplir la penitencia que me fuere impuesta; ofrezco mi vida, obras y trabajos y cuanto bueno hiciere en satisfacción de mis pecados; confío en vuestra Bondad y Misericordia infinitas que me perdonareis y me daréis gracia para enmendarme y perseverar en vuestro santo servicio hasta el último instante y fin de mi vida. Amén.

Para dar gracias después de la Confesión

Te doy gracias, Jesús mío, con todo mi corazón por haberme perdonado mis pecados; te prometo con tu ayuda no volverlos a cometer; ayúdame a corregirme, especialmente de los pecados que más hago, como...

ORACION PARA PEDIR LA GRACIA DE LA COMUNIÓN DIARIA

¡Qué felicidad tan grande sería para mí, Señor, ser del número de aquellos dichosos cristianos a quienes un verdadero amor hacia Ti y un sincero deseo de verse libres de sus debilidades y defectos, y de emplear toda su vida en tu Santo Servicio los lleva todos los días a tu Sagrada Mesa!

¡Qué ventajoso sería para mí recibirte todos los días en mi corazón y teniéndote en él, rendirte mis obsequios, exponerte mis necesidades y participar de las mercedes que concedes a los que diariamente te reciben!

Yo sé bien Señor, que no soy digno de ello; pero también sé que Tú, en tu Misericordia infinita, no instituiste la Sagrada Eucaristía solamente como premio a los buenos, sino también como un auxilio a los pecadores arrepentidos. Es bajo este último concepto que me atrevo a acercarme a tu Sagrada Mesa, en la que espero encontrar el auxilio que necesito para ser bueno, para ser Santo, como Tú quieres que sea, para lo que te pido me concedas el mayor de todos los bienes que podemos alcanzar sobre la tierra: La gracia de recibirte diariamente.

LA ABSOLUCIÓN GENERAL

La Absolución General puede ser impartida en casos extremos en los que haya una gran multitud de fieles como puede ser un Congreso Eucarístico, o en casos de desastre como guerra, un buque se está hundiendo, etc.

El Sacerdote que imparte la Absolución General, debe aclarar bien a los fieles, la absoluta obligación que tienen de confesarse individual y sacramentalmente en la primera oportunidad que tengan, con los tres propósitos indispensables: enmienda, arrepentimiento y desagravio, mediante el cumplimiento de la penitencia que les sea impuesta.

Dar la absolución general a los fieles que tienen tiempo y oportunidad de confesarse individual y sacramentalmente, es hacerles el mayor mal posible, pues esto los aparta de ese tribunal extraordinario bajado del Cielo, en el que el reo es su propio acusador y en el que el Juez está siempre dispuesto a perdonar.

La Confesión Sacramental nos da oportunidad de practicar las virtudes más excelentes como son:

La Fe creyendo que Dios ha dado a los Sacerdotes el poder de perdonar los pecados.

La Esperanza, esperando mediante Ella su perdón.

La Caridad, detestando el pecado porque ofende a Dios.

La Humildad, reconociendo nuestras faltas.

La Obediencia, cumpliendo la penitencia impuesta.

La Justicia, sujetándonos al juicio del confesor.

La Fortaleza, venciéndose a sí mismo

La Paciencia, esperando el turno para confesarse.

El Buen Ejemplo, etc.

La Confesión Sacramental, nos abre las puertas al mismo Cielo de la Eucaristía: *la razón de ser de un Católico.*

NO DIGAS...

No digas **PADRE**, si cada día no te portas como hijo.

No digas **NUESTRO**, si vives aislado en tu egoísmo.

No digas **QUE ESTÁS EN EL CIELO**, si sólo piensas en cosas terrenas

No digas **SANTIFICADO SEA TU NOMBRE**, si no lo honras.

No digas **VENGA A NOSOTROS TU REINO**, si lo confundes con el éxito material.

No digas **HÁGASE TU VOLUNTAD**, si no la aceptas cuando es dolorosa.

No digas **DANOS HOY NUESTRO PAN**, si no te preocupas por la gente con hambre.

No digas **PERDONA NUESTRAS OFENSAS**, si guardas rencor a tu hermano.

No digas **NO NOS DEJES CAER EN LA TENTACIÓN**, si tienes intención de seguir

pecando.

No digas **LÍBRANOS DEL MAL**, si no tomas partido contra el mal.

No digas **AMÉN**, si no has tomado en serio las palabras del **PADRE NUESTRO.**