



La confesión (Breve)

Preparación antes de la confesión (Por favor, lea TODO esto antes de confesarse) Tómese un tiempo para prepararse para su confesión revisando detenidamente el Examen de Conciencia (abajo). Esto debería tomar al menos 15 minutos, pero podría tomar más tiempo. Haga una lista o marque esta hoja para no olvidarla (nos ponemos nerviosos y se nos olvidan las cosas). Pida al Espíritu Santo que le ayude a conocerse a sí mismo y sus acciones con sinceridad y humildad, y a crecer en la confianza en el amor paternal de Dios y su deseo de reconciliación con usted. ¡Él solo quiere que regrese!

En el Confesionario

- El sacerdote y el penitente (TÚ) dicen juntos: “En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo”.
- El penitente (TÚ) dice: “Bendíceme, Padre, porque he pecado. Han pasado xx semanas, meses o años desde mi última confesión”.
- El penitente (TÚ) le cuenta al sacerdote sus pecados con sencillez y franqueza (si es pecado mortal, indica el tipo y el número aproximado).
- El sacerdote puede darte algunos consejos y te dará una penitencia, que se realiza DESPUÉS de la confesión. A continuación, el penitente (TÚ) rezará el Acto de Contrición (ver la oración a continuación).
- El sacerdote le da la absolución al penitente.
- El sacerdote dirá entonces: “Den gracias al Señor, porque es bueno”.
- El penitente responde: “Su misericordia es eterna”.
- El sacerdote los despedirá. El penitente (TÚ) lleva a cabo la penitencia asignada.

Acto de Contrición

(se reza después de confesar sus pecados)

Dios mío, me arrepiento de haber pecado y prometo firmemente, con la ayuda de tu gracia, enmendar mi vida. Amén.

Examen de Conciencia

- ¿He negado o dudado de la existencia de Dios?
- ¿He rehusado creer en la revelación de Dios?
- ¿He creído o consultado en horóscopos, en la limpia con el huevo, en los que leen las cartas, el futuro, la tabla de ouija, o en la reencarnación?
- ¿He venerado la santa muerte?
- ¿He negado que soy católico?
- ¿He abandonado la Fe Católica por algún período de tiempo?
- ¿He desesperado de o presumido de la misericordia de Dios?
- ¿He dejado de orar por largo tiempo?
- ¿He fallado en mis oraciones diarias?
- ¿He blasfemado, usando el nombre de Dios en vano, o he roto un juramento?
- ¿He faltado a Misa los domingos o días de precepto sin razón seria?
- ¿He fallado en guardar reverencia en la presencia del Santísimo Sacramento?
- ¿He estado inatento en la Misa?
- ¿He llegado tarde a Misa?
- ¿Me he ido antes de terminar la Misa?
- ¿He hecho trabajos innecesarios en los domingos?
- ¿He desobedecido o faltado el respeto a mis padres o superiores?
- ¿He descuidado mis obligaciones hacia mi esposo, esposa, hijos o padres?

- ¿He fallado en poner interés en la educación religiosa de mis hijos?
- ¿He fallado en educarme con relación a las enseñanzas de la Iglesia?
- ¿He sido causa de escándalo por lo que dije o hice, especialmente delante de los jóvenes?
- ¿He sido la causa de que alguna persona haya abandonado su Fe Católica?
- ¿He sido impaciente, cruel, o perezoso; he tenido coraje, envidia, celos, venganza, o he odiado al prójimo?
- ¿He dado mal ejemplo?
- ¿He abusado de drogas o licor; he peleado o discutido?
- ¿He herido físicamente o he matado a alguien?
- ¿He tenido o aconsejado o ayudado a otros a procurar un aborto?
- ¿He participado en o aprobado el mal grave de eutanasia (“matar por piedad”)?
- ¿He intentado suicidarme?
- ¿Me he lastimado deliberadamente?
- ¿Por voluntad propia me he entretenido en pensamientos o deseos impuros?
- ¿Me he vestido inmodestamente o provocativamente?
- ¿He usado palabras malas o insinuantes?
- ¿He contado o escuchado chistes impuros o historias impuras?
- ¿He visto deliberadamente películas, revistas, videos o sitios pornográficos en el internet?
- ¿He cometido actos impuros - solo (masturbación), o con otros (fornicación, adulterio, sodomía)?
- ¿Contraje matrimonio o aconsejé a otro a casarse fuera de la Iglesia?
- ¿He asistido a un ceremonia civil (de corte) de matrimonio de un católico?
- ¿He sido infiel a mis votos matrimoniales?
- ¿He andado con el cónyuge del prójimo?
- ¿He usado contracepción, o he sido o mi cónyuge ha sido esterilizado permanentemente?
- ¿He robado, engañado, animado a otros a robar, o me he quedado con bienes robados?
- ¿He fallado en dar restitución por bienes robados?
- ¿He fallado en dar el máximo en mi trabajo por el salario recibido?
- ¿He fallado en pagar un salario justo a mis empleados?
- ¿He fallado deliberadamente en cumplir con mis contratos o en pagar mis cuentas?
- ¿He dado o aceptado sobornos?
- ¿He malgastado en juegos del azar?
- ¿He privado a mi familia de sus necesidades diarias?
- ¿He dicho deliberadamente mentiras para engañar o dañar a otros?
- ¿He dado falso testimonio?
- ¿He fallado en votar a conciencia bien formada de acuerdo a las enseñanzas de la Iglesia, y en respeto a la santidad de la vida humana?
- ¿He sido poco caritativo de pensamiento, palabra u obra?
- ¿He chismorreado o revelado faltas o pecados de otros?
- ¿He fallado en guardar secretos que se me han confiado?
- ¿He comido carne los viernes de cuaresma o Miércoles de Ceniza? (El pollo es carne)
- ¿He fallado en ayunar el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo?
- ¿He fallado en recibir la Sagrada Comunión en el tiempo Pascual?

- ¿He recibido la Sagrada Comunión en el estado de pecado mortal?
- ¿He fallado en confesar por lo menos una vez al año?
- ¿He recibido la Sagrada Comunión sin haber ayunado una hora antes? (se permite el agua y medicina)
- ¿He hecho una mala Confesión, escondiendo pecados mortales?
- ¿He fallado en contribuir debidamente a las necesidades de la Iglesia?
- ¿He rehusado perdonar a los que me han lastimado o han lastimado a mis seres queridos