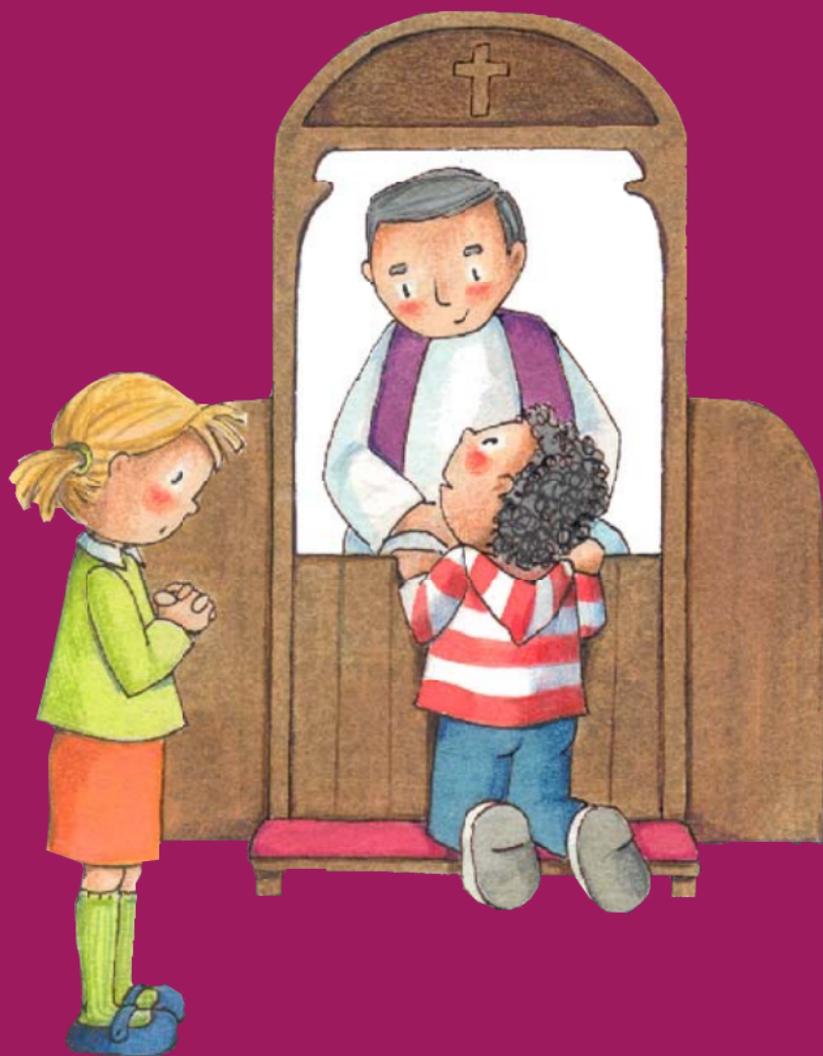
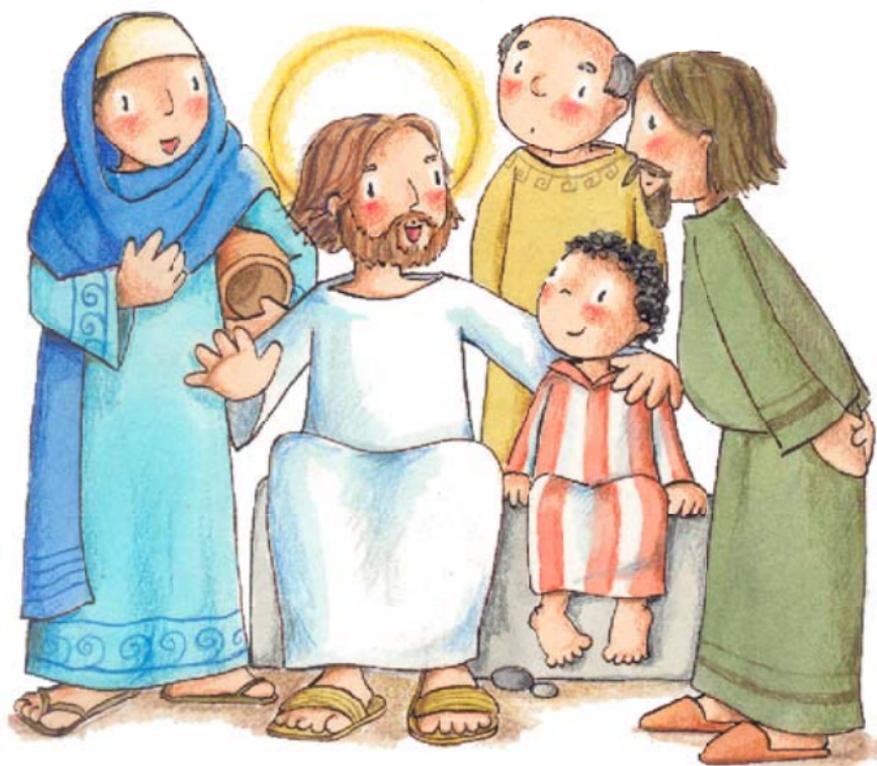


# LA CONFESIÓN

*...con ojos de niño*



*"Llamando a un niño, lo puso en medio de ellos, y dijo: "Os lo aseguro: si no os convertís y os hacéis como niños, no entraréis en el reino de los cielos" (Mt. XVIII, 2-3)*



Dios ha puesto en nuestro interior una sabia ley que nos dice: Tienes que hacer el bien y evitar el mal. Es tu conciencia.

Dios, además de esta ley interior que llamamos la ley natural, en su Revelación nos da a conocer con claridad cual es su voluntad: si la cumplimos, seremos muy felices, las cosas nos irán bien y llegaremos al cielo. Si no hacemos caso, nuestra vida estará llena de mal y de tristeza. Y perderemos la amistad con Dios que tanto nos ama. Encontramos esta ley de modo claro en los diez mandamientos y en las enseñanzas de Jesús.

El pecado que consiste en desobedecer lo que Dios nos manda, llena de desgracia la vida de muchas personas. Frecuentemente, aunque te esfuerces por hacer el bien, haces el mal que no querrías hacer. Desde que el pecado se introdujo en el mundo con el primer pecado (el pecado original) todos los seres humanos sufrimos cierta influencia del mal y nos inclinamos fácilmente al pecado.

Tú sabes que muchas veces lo más fácil es no decir la verdad, no cumplir nuestros deberes, dejarnos llevar por la pereza... Pero no siempre lo más fácil es lo mejor y la vida nos demuestra que sólo aquellos que luchan y se sacrifican llegan a triunfar verdaderamente.



Jesús, el Hijo de Dios, vino al mundo para salvarnos del mal, del pecado y de la muerte que es consecuencia del pecado. En la iglesia de tu pueblo hay una gran cruz. Ve a verla un día tú solo. Mira a Jesús crucificado, clavado en la cruz, con una corona de punzantes espinas, con el cuerpo enteramente azotado... míralo bien y entenderás lo malo que es el pecado. Él murió por nuestros pecados, por los tuyos y por los míos y con su resurrección nos ha abierto el camino de la vida.

El día de tu bautismo, te convertiste en hijo de Dios. Te pusieron un vestido blanco porque tu alma quedó limpia del pecado y empezaste una vida santa. Pero tú sabes que esta limpieza frecuentemente la manchas con tus pecados y te apartas de Dios que tanto te quiere.

Jesucristo, que nos conoce muy bien, instituyó un sacramento para que después del bautismo pudiésemos obtener el perdón de los pecados y recobrar la amistad con Dios y la alegría. Es el sacramento de la penitencia, de la confesión, o de la reconciliación. Es el sacramento de la alegría porque no hay alegría más grande que recibir el amor y el perdón de Dios. Tú sabes que cuando haces una cosa mal, por ejemplo desobedecer a tu madre, y le pides perdón, le das una gran alegría y tú también quedas muy contento.

Acude al sacramento de la penitencia, confesándote con frecuencia y llegarás a ser mejor amigo de Jesús cada día, serás feliz y tratarás de hacer felices a los demás.



Cinco cosas son necesarias para una buena confesión:

1. Examen de conciencia; 2. Dolor de los pecados;
3. Propósito de enmienda; 4. Decir los pecados al confesor; 5. Cumplir la penitencia.

## EXAMEN DE CONCIENCIA

Normalmente la conciencia, cuando hemos hecho alguna cosa mal, enciende una lucecita roja en nuestro interior. Advertimos lo que hemos hecho mal. Pero sucede, a veces, que estamos distraídos y no prestamos atención.

Lo primero que hemos de hacer es pedir a Dios que nos dé mucha luz para ver bien en nuestro interior. Imagina una habitación cerrada desde hace muchos años donde no ha entrado nadie. Lo más normal es que haya mucho polvo y suciedad. Si nosotros abrimos la puerta y entramos sin ninguna luz, difícilmente podremos ver lo que hay y como está. Si abrimos una luz de poca potencia, distinguiremos las cosas que hay pero todavía no veremos muy bien el estado en que se encuentran. Finalmente, si alcanzamos la ventana y la abrimos de par en par dejando entrar toda la luz del sol, entonces sí que veremos con toda claridad y diremos: ¡Cuánta suciedad hay aquí!. Este ejemplo nos hace ver que si no hacemos un buen examen de conciencia, si lo hacemos aprisa y mal, difícilmente veremos todo lo que hay en nuestro corazón y no recibiremos debidamente el sacramento de la penitencia.



Empieza tu examen de conciencia haciéndote algunas preguntas, como las que encontrarás después de los diez mandamientos, que puedes recordar.

- I. Amarás a Dios sobre todas las cosas.
- II. No tomarás el nombre de Dios en vano.
- III. Santificarás las fiestas.
- IV. Honrarás a tu padre y a tu madre.
- V. No matarás.
- VI. No cometerás actos impuros.
- VII. No robarás.
- VIII. No dirás falso testimonio ni mentirás.
- IX. No consentirás pensamientos ni deseos impuros.
- X. No desearás los bienes ajenos.

1. ¿Amo a Dios sobre todas las cosas? ¿Le doy gracias en mis oraciones? ¿Rezo todos los días por la mañana y por la noche? ¿Lo hago con respeto y atención? ¿Soy consciente de que Dios es mi Padre y procuro agradarle en todo lo que hago?

2. ¿Respeto el Santo Nombre de Dios? ¿Pronuncio siempre con respeto el nombre de Dios? ¿He dicho blasfemias? Cuando oigo que alguien dice una palabra contra Dios, ¿procuro rezar una oración de desagravio enseguida?

3. ¿He ido a Misa cada domingo y fiesta de precepto? ¿Estuve atento? ¿He comulgado siempre con el corazón limpio de pecados confesándome antes si tenía pecados?



4. ¿Amo a mi padre y a mi madre? ¿Los ayudo siempre? ¿Les he desobedecido o tratado sin respeto? ¿Hago caso a mis maestros?

5. ¿Me he peleado? ¿He maltratado a lo demás? ¿Les he deseado mal? ¿Me he burlado? ¿Hice sufrir a otras personas? ¿Respeto la naturaleza y los animales?

6. ¿He respetado siempre mi cuerpo y el de los demás? ¿He tenido miradas o tocamientos sucios? ¿He visto películas o revistas indecentes? ¿Procuro vivir siempre la Santa Pureza? ¿Procuro ser limpio en mis palabras?

7. ¿He quitado dinero o cosas que no son mías? ¿Las he devuelto? ¿Aprovecho las cosas que me dan (comida, ropa, juguetes)? ¿Aprovecho el tiempo o me dejo llevar por la pereza? ¿He estropeado cosas?

8. ¿He dicho siempre la verdad? ¿He acusado a otros injustamente?

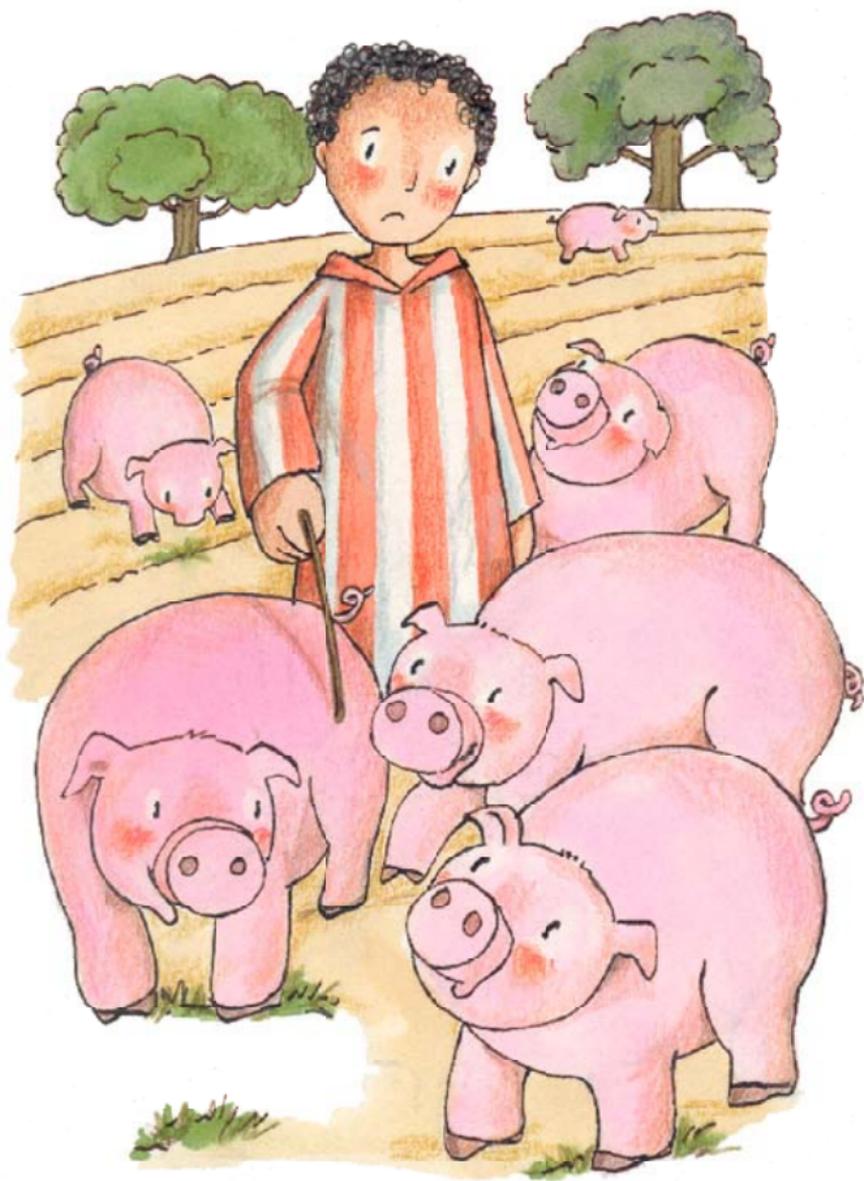
9. ¿Procuro pensar cosas buenas y limpias o me entretengo con pensamientos malos y sucios?

10. ¿He sido envidioso? ¿He sido rencoroso y no he perdonado a los otros?

Respondiendo con sinceridad a estas preguntas podrás saber los pecados que has cometido y acusarte en la confesión. Si tienes alguna duda, pregúntala con franqueza al sacerdote que te acogerá con mucho afecto en nombre de Jesús.

Antes de confesarte, pide a Dios en tu oración que te ayude a ver claro y a descubrir todo el mal que quieres quitar de tu vida. Si puede ser hazlo delante del Sagrario y le puedes decir a Jesús:

*"Jesús, amigo mío, yo sé que me amas  
y quieres perdonar mis pecados.  
Ayúdame a hacer una buena confesión.  
Haz que descubra todos mis pecados y  
que los confiese con mucha sinceridad.  
Yo quiero ser tu amigo, ¡Ayúdame Señor!"  
"¡Jesús, amigo!"*



## EL DOLOR DE LOS PECADOS

Es un sentimiento o pena interior por haber ofendido a nuestro Padre Dios.

Se entiende mejor con la enseñanza de la parábola de "El hijo pródigo", que con cualquier otra explicación.

*Jesús les dijo esta parábola:*

*Un hombre tenía dos hijos: El menor de ellos dijo a su padre:*

*-Padre, dame la parte que me toca de la fortuna.*

*El padre les repartió los bienes.*

*No muchos días después, el hijo menor, juntando todo lo suyo, emigró a un país lejano, y allí derrochó su fortuna viviendo perdidamente.*

*Cuando lo había gastado todo, vino por aquella tierra un hambre terrible, y empezó él a pasar necesidad.*

*Fue entonces y tanto le insistió a un habitante de aquel país, que lo mandó a sus campos a guardar cerdos. Le entraron ganas de llenarse el estómago de las algarrobas que comían los cerdos; y nadie le daba de comer.*

*Recapacitando entonces se dijo:*

*-Cuántos jornaleros de mi padre tienen abundancia de pan, mientras yo aquí muero de hambre. Me pondré en camino adonde está mi padre y le diré:*

*"Padre, he pecado contra el cielo y contra ti; ya no merezco llamarme hijo tuyo: trátame como a uno de tus jornaleros."*

*Se puso en camino adonde estaba su padre: cuando*

*todavía estaba lejos, su padre le vio y se conmovió; y echando a correr, se le echó al cuello y se puso a besarlo.*

*Su hijo le dijo:*

*-Padre, he pecado contra el cielo y contra ti; ya no merezco llamarme hijo tuyo.*

*Pero el padre dijo a sus criados:*

*-Sacad en seguida el mejor traje, y vestido; ponedle un anillo en la mano y sandalias en los pies; traed el ternero cebado y matadlo; celebraremos un banquete; porque este hijo mío estaba muerto y ha revivido; estaba perdido y lo hemos encontrado.*



Quando Jesús nos explica la actitud de aquel muchacho que pidió a su padre lo que le correspondía de la herencia y se marchó de su casa, nos hace ver que ha perdido el amor a su padre, y ha puesto su afecto en cosas que pronto se le acabaron llevando una vida desordenada y disoluta.

En la adversidad el hijo medita sobre **quien es él y quien es su padre y el disparate que ha cometido...**

Esta pena interior, este dolor hace que también nosotros recuperemos la memoria de que somos **hijos de Dios, hermanos de Jesucristo y herederos del cielo.**

Este dolor que comenzó por sentir hambre es un dolor imperfecto **lo llamamos dolor de atrición.** En el caso de este muchacho viene dado por el sufrimiento que le produce el hambre y la indignidad en la que vive, y el temor de quedar apartado de su padre.

El **dolor de amor** surgirá cuando sabe que su padre salía a esperarle cada día y que al verle se le abraza al cuello, lo llena de besos, y le hace traer un vestido nuevo, un anillo, unas sandalias y organiza una gran fiesta.

Entonces se da cuenta de cómo le ama su padre y cómo ha herido su corazón con su mala conducta. Entonces el muchacho siente también un gran dolor de amor en su corazón y llora en brazos de su padre. Es el dolor perfecto o de contrición que hemos de tener cuando hemos cometido un pecado grave.

Contemplando a Jesús clavado en la cruz, meditando el gran amor con que ofreció su vida por nosotros nos damos cuenta de la malicia del pecado.



## PROPÓSITO DE ENMIENDA

El propósito de la enmienda es una firme resolución de evitar todo lo que sea ocasión de cometer pecados. No quiere decir que no volveremos nunca más a pecar, cosa que no estamos en disposición de prometer sino que nos esforzaremos tanto como nos sea posible por no recaer en el pecado. Con la ayuda de Dios diremos: Propongo nunca más pecar...

Conociendo el Padrenuestro, el Credo, los diez mandamientos de la Ley de Dios, y los siete sacramentos sabemos si nos hemos apartado poco o mucho de lo que quiere nuestro Padre Dios para cada uno de nosotros. Él nos recibe con los brazos abiertos siempre que nos arrepentimos del mal

hayamos hecho, y nos propongamos como el hijo pródigo, darle en el futuro la alegría de portarnos como un buen hijo suyo.

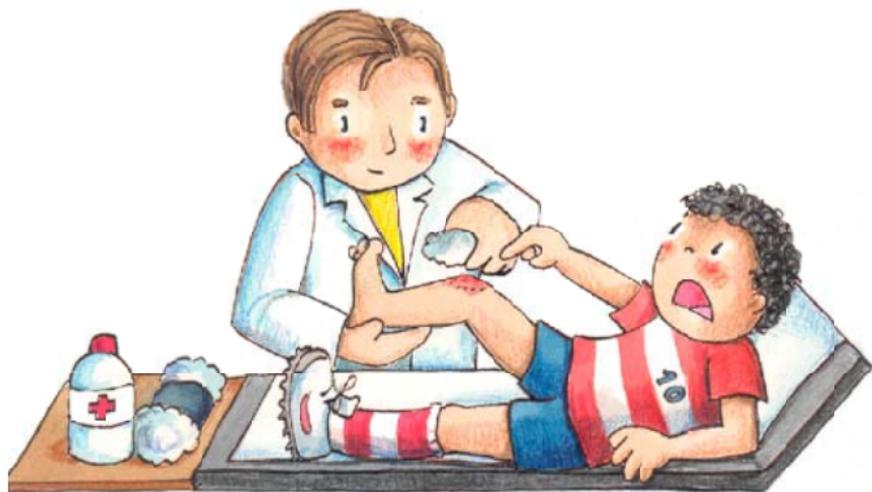
## CONFESIÓN. DECIR LOS PECADOS AL CONFESOR

Jesús resucitado se aparece a los discípulos, que están con las puertas cerradas por el miedo a los que han crucificado a su Maestro. Se puso en medio y les dijo. "La paz sea con vosotros". Después les enseñó las manos y el costado. Los discípulos se alegraron al ver al Señor. Él les volvió a decir "La paz sea con vosotros". Como el Padre me envió a mí, también yo os envío a vosotros. Entonces sopló sobre ellos y les dijo: Recibid el Espíritu Santo. **A todos aquellos a quienes perdonareis los pecados, les serán perdonados, pero mientras no les perdonareis, quedarán sin perdón.** (cfr. Io 20, 23).

Les ha devuelto la alegría de estar con ellos. Les ha dado la paz y el encargo de actuar en su nombre y en su persona para absolver o para retener los pecados al que confiesa sus culpas.

Es siempre Jesús quien perdona, pero ha establecido que el sacerdote lo represente en este momento del sacramento del perdón. Tanto es así que para absolver dice: **"YO TE ABSUELVO DE TUS PECADOS..."**

Hemos de tener una gran confianza y sinceridad con el sacerdote porque representa al mismo Jesucristo.



Si nosotros nos hemos apartado poco o mucho del buen camino lo hemos de reconocer y decirlo con total sinceridad al confesor. Por eso hemos de superar la vergüenza. Como decía una madre santa a su hijo cuando era pequeño y no quería saludar las personas que visitaban la casa: "¡Vergüenza para pecar!". Dicen que el demonio nos quita la vergüenza a la hora de pecar y nos la devuelve cuando nos queremos confesar.

No tengas nunca vergüenza en decir al confesor tus pecados, por grandes y sucios que te parezcan. Si no dices la verdad es como si fueses al médico y no le dijese qué te duele. ¡No te podría curar!

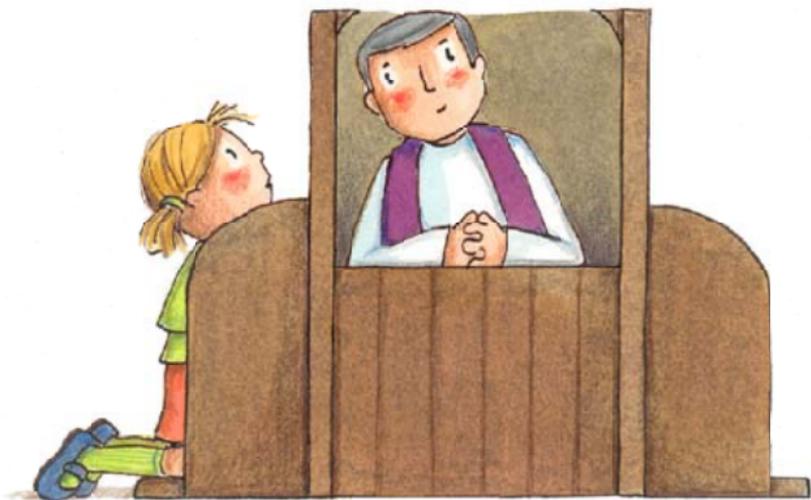
Nos podemos preguntar ¿qué pecados hemos de confesar?

Hemos de confesar todos los pecados mortales no confesados anteriormente, con su número y circunstancias. Por ejemplo, un niño que ha robado dinero (pecado), tres veces (número), a la su madre (circunstancias). Conviene decir también los pecados veniales.

El que calla por vergüenza un sólo pecado mortal comete un grave pecado llamado sacrilegio, y no se le perdonan los otros pecados confesados. No ha jugado limpio, no ha confiado en Dios y por lo tanto no ha querido recibir el perdón.

En cambio si se olvida un pecado mortal, la confesión es buena, pero el pecado olvidado cuando se recuerda ha de manifestarse en la próxima confesión que se haga.

Recuerda que se comete un pecado mortal cuando se desobedece la ley de Dios en una materia grave y uno se da cuenta y consiente en lo que hace. Por ejemplo, Dios nos manda respetar la vida y la dignidad de las personas (materia grave) y alguien, sabiéndolo (es consciente que Dios nos lo manda) maltrata a una persona muy enferma (dándose cuenta de lo que hace y queriéndolo hacer). No todos los pecados son mortales, pero conviene que confieses los pecados que cometes aunque te parezcan poco importantes. Quien se acostumbra a los pecados veniales termina cayendo en pecados mortales. Recuerda siempre tu dignidad de hijo de Dios, que te ama y te quiere santo, es incompatible con el mal y el pecado.



## MANERA PRÁCTICA DE CONFESARSE

Después de examinar la conciencia vamos al confesionario donde está el sacerdote que oirá tu confesión, nos arrodillamos y le decimos, por ejemplo:

**-Ave Maria Purísima.**

-Nos responderá: **-Sin pecado concebida**

Después le decimos el tiempo aproximado que hace que no te has confesado y los pecados que recuerdes. Ten siempre presente que el sacerdote nunca puede hablar con nadie de todo lo que tú le dices en confesión. Es un secreto sagrado que el no violará nunca aunque lo torturasen y lo matasen... Si lo crees conveniente le puede decir al

sacerdote que te pregunte para ayudarte a hacer una buena confesión.

Después de decir tus pecados, el confesor te da unos consejos y te invita a manifestar tu arrepentimiento. Puedes hacerlo diciendo: **Jesús, Hijo de Dios ten misericordia de mí que soy un pecador.** Entonces, te dirá la penitencia que has de cumplir y te dará la absolución diciendo:

**Dios, Padre misericordioso, que por la muerte y resurrección de su Hijo ha reconciliado el mundo con el mismo y ha comunicado el Espíritu Santo para perdonar el pecado, te conceda el perdón y la paz por ministerio de la Iglesia.**

**Y YO TE ABSUELVO DE TUS PECADOS, EN EL NOMBRE DEL PADRE Y DEL HIJO + Y DEL ESPIRITU SANTO.**

**R.** Amén.

Al terminar te dirá: **¡Vete en paz!** Y tú le responderás lleno de alegría por saberte perdonado: **¡Demos gracias a Dios!**

## CUMPLIR LA PENITENCIA

Consiste en rezar las oraciones y llevar a término las buenas obras que nos manda el confesor. Con la penitencia manifestamos a Dios nuestra gratitud por su perdón y reparamos en la medida de lo posible el mal que hemos hecho.

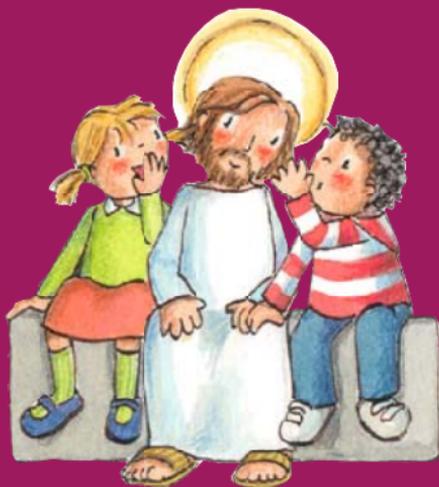
Se aconseja cumplirla lo más pronto posible.



## UNOS CONSEJOS PRÁCTICOS PARA TERMINAR

Los cristianos estamos llamados a la santidad por eso hay que vivir en gracia de Dios; pero podemos perder la gracia bautismal por el pecado mortal que mata la vida sobrenatural del alma y rompe la amistad y la comunión con Dios. También hiere la comunión con la Iglesia.

Confiéstate frecuentemente, cada semana si puedes, y serás cada día mejor y mejor amigo de Jesús. Procura hacerlo habitualmente con el mismo sacerdote, así te podrá ayudar más y ser como tu entrenador espiritual. Fíjate que los santos, los mayores amigos de Jesús y ejemplos para nosotros, han amado siempre la confesión. Acostúmbrate cada día, antes de ir a dormir, a hacer un examen de conciencia, dando gracias a Dios por todo el bien que has hecho y pidiendo perdón por los pecados cometidos, y proponiéndote un detalle para llevar a término el día siguiente. Esto te ayudará a hacer tu confesión y a enmendarte de muchas faltas.



©NOTICIAS CRISTIANAS

Ctra. de Vallvidrera al Tibidabo 106  
08035 - Barcelona Tel.: 93 434 26 00  
[www.noticias cristianas.es](http://www.noticias cristianas.es)

©edición: Noticias Cristianas

©textos: Juan Antonio Mateo  
Joaquín Monrós

©dibujos: María Oller Tusell

Con licencia eclesiástica