

«Recibid el
Espíritu Santo.
A quienes perdonéis
los pecados,
les quedan perdonados;
a quienes los retengáis,
les quedan retenidos»
Juan 20, 23



Guía para Confesarme Bien



Oscar Velásquez Cortés

Guía para Confesarme Bien

Oscar Velásquez Cortés



Escrito por:

Oscar Velásquez C

Predicador Laico

oscar.velasquezc@hotmail.com

Libros del mismo autor:

Oración y Adoración Contemplativa

Llamados a la Predica

Diseño e impresión

Ediciones Pan de Vida - Divelco Ltda

www.divelco.com.co

contacto@divelco.com.co

Tel: (57)(1) 2269104/8052770

Cra 55 A N 128 A 56

Primera Edición

Impreso en Bogotá - Colombia

Año 2010



¿Qué es el pecado?

El pecado es una palabra, un pensamiento, un acto, un deseo o una omisión contrarios al plan de salvación que Dios tiene para el hombre, es toda conducta que esté en contra de los mandamientos de la ley de Dios.

¿Qué es el pecado venial?

Los pecados veniales son pecados leves. No rompen nuestra amistad con Dios pero sí la afectan. La persona puede haber actuado sin reflexionar o bajo la costumbre de un hábito. Pero, por no tener plena intención, su culpa ante Dios se ve reducida.

Ejemplo: Ofender a una persona sin la intención de querer hacerlo.

¿Qué es el pecado mortal?

Se llama mortal porque es la muerte "espiritual" del alma (separación total de Dios). Nos hace perder el estado de gracia y la vida sobrenatural. Si morimos sin arrepentirnos, lo perdemos a Él por la eternidad. Sin embargo, si volvemos

nuestro corazón a Él y recibimos el Sacramento de la Reconciliación, nuestra amistad con Dios queda restaurada.

A los católicos no nos está permitido recibir la Comunión si estamos en pecado mortal.

Para que un pecado sea mortal se requieren tres condiciones: "Es pecado mortal lo que tiene como objeto una materia grave y que, además, es cometido con pleno conocimiento y deliberado consentimiento» (Catecismo 1857). Dicho en otras palabras, estamos en pecado mortal cuando sabemos que lo que estamos haciendo es grave, cuando lo planeamos y cuando lo hacemos.

¿Qué consecuencias tiene el pecado mortal?

El pecado mortal entraña la pérdida de la caridad y la privación de la gracia santificante, es decir, del estado de gracia. Sin el arrepentimiento del hombre y el perdón de Dios, causa la muerte eterna en el infierno.

¿Qué consecuencias tiene la reiteración de pecados?

La reiteración de pecados, incluso aquellos que no son mortales, engendran vicios, entre los cuales se distinguen los pecados capitales.

¿Qué son pecados capitales?

Los pecados o vicios capitales son aquellos a los que la naturaleza humana está principalmente inclinada. Es por esto que se hace importante que todo el que desee avanzar en la santidad detecte estas tendencias en su ser y las combata, cultivando las virtudes para cada caso:

Pecados capitales	Virtudes
Soberbia	Humildad
Avaricia	Generosidad
Lujuria	Castidad
Ira	Paciencia
Gula	Templanza
Envidia	Caridad
Pereza	Diligencia

Es importante el estar atentos para combatir permanente nuestra inclinación al pecado, cultivando la gracia santificante y frecuentando el sacramento de la reconciliación. Por él no sólo ganamos el perdón de nuestros pecados, sino que nos aseguramos de sostener un proceso continuo de sanación. De esta manera, Dios, por medio del sacerdote, es quien nos perdona, nos sana, y nos aumenta la gracia santificante.

¿Hay algún pecado que no tenga perdón?

"El que blasfeme contra el Espíritu Santo no tendrá perdón nunca, antes bien será reo de pecado eterno" (Mc 3,29; Cf. Mt 12:32; Lc 12:10).

El pecado contra el Espíritu Santo consiste, pues, en la negación por parte de la persona a aceptar la salvación y el perdón dado por Dios. Cuando el corazón de una persona se obstina de tal manera que no logra aceptar que necesita arrepentirse de sus pecados y se resiste a la gracia, comete el pecado contra el Espíritu Santo, que puede llevarlo al infierno. ¿Por qué? No porque la Iglesia

y el Señor no puedan perdonarle, todo lo contrario, sino mas bien porque la persona misma, voluntariamente, ha rechazado este perdón y esta salvación dados por Dios.

¿Es el aborto pecado?

Hay dos tipos de aborto:

1. Directo
2. Indirecto

El aborto directo es pecado porque es un acto provocado por la persona de manera consiente y deliberada, para deshacerse de las consecuencias de sus actos.

El aborto indirecto no es pecado porque se origina cuando existen diferentes problemas que evitan que se desarrolle la gestación y que se da de manera INVOLUNTARIA y NATURAL.

El Derecho Canónico que contiene la legislación de la Iglesia nos dice: "CC 1398. Quien procura el aborto y este se produce, incurre en excomunión latae sententiae: excomunión inmediata."

Quiere decir que todos aquellos que están

involucrados de alguna manera en un aborto están automáticamente excomulgados. Esto incluye, además de la madre, también a la persona que realiza el aborto (médico, enfermera, partera, etc) y toda persona que colabora directamente (por ejemplo, quien da dinero, apoyo etc.)

Sólo el obispo o su sacerdote delegado pueden quitar el castigo de la excomunión, mediante el sacramento de la confesión.

¿Cómo debe ser mi confesión?

- Sincera: Sin querer engañar al sacerdote, pues a Dios es imposible engañarlo.
- Completa: No debemos callarnos ningún pecado por vergonzoso o por grave que sea.
- Humilde: Sin altanería ni arrogancia.
- Prudente: Debemos usar palabras adecuadas, correctas, sin nombrar personas ni descubrir pecados ajenos.
- Breve: Sin explicaciones innecesarias y sin mezclarle otros asuntos.

La confesión sacramental

Lo más importante para hacer una buena confesión es tener la intención de no volver a pecar y un corazón arrepentido por haber ofendido a Dios.

Es necesario que acudamos a la confesión con rectitud y transparencia. Nosotros no estaremos en el camino del verdadero deseo de dejar el pecado hasta que no aceptemos que el pecado deja en nuestra conciencia una brecha que se extiende por todo nuestro ser, separándonos de Dios.

¿Cómo podemos iniciar la confesión?

Se puede empezar con la señal de la Cruz y saludar al sacerdote diciendo: "Bendígame, Padre, porque he pecado. Mi última confesión fue hace...."

Se dicen los pecados que se recuerden, empezando con los más difíciles. Si se ha recibido alguna absolución general, hay que decírselo al sacerdote junto con los pecados mortales que se perdonaron. Si se tienen dudas, se siente

vergüenza O no se sabe cómo confesarse, se le dice claramente al sacerdote; él ayudará siempre a hacer una buena confesión. Basta con que se conteste honestamente a sus preguntas.

Nunca debe callarse un pecado por vergüenza o por temor: hay que confiar siempre en la misericordia de Dios, que es nuestro Padre, y que quiere perdonarnos.

Si no recordamos ningún pecado mortal, es bueno confesar los veniales diciendo al final: "Me arrepiento de todos los pecados de mi vida pasada, especialmente...(mencionar aquí de manera general algún pecado por el que se esté particularmente arrepentido, o que cometamos repetitivamente, por ejemplo, contra la caridad o la castidad)".

El sacerdote nos dará la penitencia y algunos consejos que nos ayudarán a ser mejores cristianos. Se escuchan ahora con atención las palabras de la absolución pronunciadas por el sacerdote contestando al final; "Amén".

Es muy importante que la penitencia la cumplamos lo antes posible y que nos esforcemos por superar las debilidades que nos hacen caer en pecado; este debe ser un esfuerzo constante en la vida.

¿Qué es el examen de conciencia?

Es hacer, en oración, un análisis de nuestra conciencia a la luz de las enseñanzas de la Iglesia y de nuestra última confesión. Preguntémonos: ¿en qué hemos fallado? ¿por qué? ¿qué nos motivó a pecar?

El fin no es angustiarnos con las culpas sino reconocerlas con seriedad y confianza en Dios para confesarlas, sabiendo que seremos perdonados.

Es importante tener en cuenta el no omitir pecados, ya que esa omisión hace nula la confesión y por tanto la comunión en este caso es sacrilega y una falta mayor.

Una guía para que podamos ver nuestras faltas es verlas con relación a:

1. Los Diez Mandamientos.
2. Los Siete Pecados Capitales.
3. Los dones dados por Dios para servirle.
4. Las responsabilidades que demanda nuestra vocación.

Veamos brevemente cada uno de ellos:

Primer Mandamiento

Amarás a Dios sobre todas las cosas

¿He admitido en serio alguna duda contra las verdades de la fe? ¿He llegado a negar la fe o algunas de sus verdades, en mi pensamiento o delante de los demás?

¿He murmurado interna o externamente contra el Señor cuando me ha acaecido alguna desgracia?

¿He abandonado los medios que son por sí mismos absolutamente necesarios para la salvación? ¿He hablado sin reverencia de las cosas santas, de los sacramentos, de la Iglesia, de sus ministros? ¿He abandonado el trato con Dios en la

oración o en los sacramentos? ¿He practicado la superstición o el espiritismo? ¿Pertenezco a alguna sociedad o movimiento ideológico contrario a la religión? ¿Me he acercado contrario a la religión? ¿Me he acercado indignamente a recibir algún sacramento? ¿He leído o retenido libros, revistas o periódicos que van contra la fe o la moral? ¿Los di a leer a otros? ¿He hecho con desgana las cosas que se refieren a Dios? ¿he deseado cosas mas que a Dios?

Segundo Mandamiento

No jurarás el nombre de Dios en vano

¿He blasfemado? ¿He hecho algún voto, juramento o promesa y he dejado de cumplirlo por mi culpa? ¿He deshonrado el Santo nombre de Dios? ¿He pronunciado el nombre de Dios sin respeto, con enojo, burla o de alguna manera poco reverente? ¿He hecho un acto de desagravio, al menos interno, al oír alguna blasfemia o al ver que se ofende a Dios? ¿He jurado sin verdad? ¿Lo he hecho sin necesidad, sin prudencia o por cosa de poca importancia?

¿He jurado hacer algún mal? ¿He reparado el daño que haya podido seguirse de mi acción?

Tercer Mandamiento

Santificarás las fiestas

¿Creo todo lo que enseña la Iglesia Católica? ¿Discuto sus mandatos olvidando que son mandatos de Cristo? ¿He faltado a Misa los domingos o fiestas de guardar? ¿Ha sido culpa mía? ¿Me he distraído voluntariamente o he llegado tan tarde que no he cumplido con el precepto? ¿He impedido que oigan la Santa Misa los que dependen de mí? ¿He guardado el ayuno una hora antes del momento de comulgar? ¿He trabajado corporalmente o he hecho trabajar sin necesidad urgente un día de precepto, por un tiempo considerable, por ejemplo, más de dos horas? ¿He observado la abstinencia durante los viernes de Cuaresma? ¿He ayunado y guardado abstinencia el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo? ¿Cumplí la penitencia que me impuso el sacerdote en la última confesión? ¿He hecho penitencia por mis pecados? ¿Me he confesado al menos una vez al año? ¿Me he acercado a recibir la Comunión en el tiempo establecido para cumplir con el precepto pascual? ¿Me he confesado para hacerlo en estado de gracia? ¿Excuso o justifico mis pecados? ¿He callado en la confesión, por vergüenza, algún pecado grave? ¿He comulgado después?

Cuarto Mandamiento

Honrarás a tu padre y a tu madre
(hijos)

¿He desobedecido a mis padres o superiores en cosas importantes? ¿Tengo un desordenado afán de independencia que me lleva a recibir mal las indicaciones de mis padres simplemente porque me lo mandan? ¿Me doy cuenta de que esta reacción está ocasionada por la soberbia? ¿Les he entristecido con mi conducta? ¿Les he amenazado o maltratado de palabra o de obra, o les he deseado algún mal grave o leve? ¿Me he sentido responsable ante mis padres por el esfuerzo que hacen para que yo me forme, estudiando con intensidad? ¿He dejado de ayudarles en sus necesidades espirituales o materiales? ¿He reñido con mis hermanos? ¿He dejado de hablarme con ellos y no he puesto los medios necesarios para la reconciliación? ¿Soy envidioso y me duele que otros se destaquen más que yo en algún aspecto? ¿He dado mal ejemplo a mis hermanos?

(Padres)

¿Desobedezco a mis superiores en cosas importantes? ¿He dado mal ejemplo a mis hijos no cumpliendo con mis deberes religiosos, familiares o profesionales? ¿Les he entristecido con mi conducta? ¿Les he corregido

con firmeza en sus defectos o se los he dejado pasar por comodidad? ¿Corrijo siempre a mis hijos con justicia y por amor a ellos, o me dejo llevar por motivos egoístas o de vanidad personal, porque me molestan, porque me dejan mal ante los demás o porque me interrumpen? ¿Les he amenazado o maltratado de palabra o de obra, o les he deseado algún mal grave o leve? ¿He descuidado mi obligación de ayudarles a cumplir sus deberes religiosos y de evitar las malas compañías? ¿He abusado de mi autoridad y ascendencia forzándoles a recibir los sacramentos, sin pensar que por vergüenza o excusa humana, podrían hacerlo sin las debidas disposiciones? ¿He impedido que mis hijos sigan la vocación con que Dios les llama a su servicio? ¿Les he puesto obstáculos o les he aconsejado mal? ¿Me preocupo de modo constante por su formación en el aspecto religioso? ¿Me he preocupado también de la formación religiosa y moral de las otras personas que viven en mi casa o que dependen de mí? ¿Me he opuesto a su matrimonio sin causa razonable? ¿Permito que trabajen o estudien en lugares donde corre peligro su alma o su cuerpo? ¿He descuidado la natural vigilancia en las reuniones de chicos y chicas que se tengan en casa evitando dejarles solos? ¿Soy prudente a la hora de orientar sus diversiones? ¿He tolerado escándalos o peligros

morales o físicos entre las personas que viven en mi casa? ¿Sacrifico mis gustos, caprichos y diversiones para cumplir con mi deber de dedicación a la familia? ¿Procuro hacerme amigo de mis hijos? ¿He sabido crear un clima de familiaridad evitando la desconfianza y los modos que impiden la legítima libertad de los hijos? ¿Doy a conocer a mis hijos el origen de la vida, de un modo gradual, acomodándome a su mentalidad y capacidad de comprender, anticipándome ligeramente a su natural curiosidad? ¿Evito los conflictos con los hijos quitando importancia a pequeñeces que se superan con un poco de perspectiva y sentido del humor? ¿Hago lo posible por vencer la rutina en el cariño a mi esposo(a)? ¿Soy amable con los extraños y me falta esa amabilidad en la vida familiar? ¿He reñido con mi consorte? ¿Ha habido malos tratos de palabra o de obra? ¿He fortalecido la autoridad de mi cónyuge, evitando reprenderle, contradecirle o discutirle delante de los hijos? ¿Le he desobedecido o injuriado? ¿He dado con ello mal ejemplo? ¿Me quejo delante de la familia de la carga que suponen las obligaciones domésticas? ¿He dejado demasiado tiempo solo a mi consorte? ¿He procurado avivar la fe en la Providencia y ganar lo suficiente para poder tener o educar a más hijos? ¿Pudiendo hacerlo he dejado de ayudar a mis parientes en sus necesidades espirituales o materiales?

Quinto Mandamiento

No matarás

¿Tengo enemistad, odio o rencor hacia alguien? ¿He dejado de hablarme con alguien y me niego a la reconciliación o no hago lo posible por conseguirla? ¿Evito que las diferencias políticas o profesionales degeneren en indisposición, malquerencia u odio hacia las personas? ¿He deseado un mal grave al prójimo? ¿Me he alegrado de los males que le han ocurrido? ¿Me he dejado dominar por la envidia? ¿Me he dejado llevar por la ira? ¿He despreciado a mi prójimo? ¿Me he burlado de otros o les he criticado, molestado o ridiculizado? ¿He maltratado de palabra o de obra a los demás? ¿Pido las cosas con malos modales, faltando a la caridad? ¿He llegado a herir o quitar la vida al prójimo? ¿He sido imprudente en la conducción de vehículos? ¿He practicado o colaborado en la realización de algún aborto? ¿He abortado o inducido a alguien a abortar, sabiendo que constituye un pecado gravísimo que lleva consigo la excomunión? ¿He contribuido a adelantar la muerte a algún enfermo con pretextos de evitar sufrimientos o sacrificios, sabiendo que la eutanasia es un homicidio?

Con mi conversación, mi modo de vestir, mi invitación a presenciar algún espectáculo o con el préstamo de algún libro o revista, ¿he sido la causa de que otros pecasen?

¿He tratado de reparar el escándalo? ¿He descuidado mi salud? ¿He atentado contra mi vida? ¿Me he embriagado, bebido con exceso o tomado drogas? ¿Me he dejado dominar por la gula, es decir, por el placer de comer y beber más allá de lo razonable? ¿Me he deseado la muerte sin someterme a la Providencia de Dios? ¿Me he preocupado del bien del prójimo, avisándole del peligro material o espiritual en que se encuentra o corrigiéndole como pide la caridad cristiana?

¿He descuidado mi trabajo, faltando a la justicia en cosas importantes? ¿Estoy dispuesto a reparar el daño que se haya seguido de mi negligencia? ¿He perjudicado a mis superiores o subordinados o a otras personas haciéndoles un daño grave?

¿Tolero abusos o injusticias que tengo obligación de impedir? ¿He destruido la moral de una persona?

Sexto y Noveno Mandamiento

No cometerás actos impuros

No consentirás pensamientos ni deseos impuros

¿Me he entretenido con pensamientos o recuerdos deshonestos? ¿He traído a mi memoria recuerdos o pensamientos impuros? ¿Me he dejado llevar de malos

deseos contra la virtud de la pureza, aunque no los haya puesto por obra? ¿Había alguna circunstancia que los agravase: parentesco, matrimonio o consagración a Dios en las personas a quienes se dirigían? ¿He tenido conversaciones impuras? ¿Las he comenzado yo? ¿He asistido a diversiones que me ponían en ocasión próxima de pecar? (ciertos bailes, cines o espectáculos inmorales, malas lecturas o compañías). ¿Me doy cuenta de que ponerme en esas ocasiones es ya un pecado?

Antes de asistir a un espectáculo, o leer un libro, ¿me entero de su calificación moral para no ponerme en ocasión próxima de pecado evitando así las deformaciones de conciencia que pueda producirme? ¿Me he entretenido con miradas impuras? ¿He rechazado las sensaciones impuras? ¿He hecho acciones impuras? ¿Solo o con otras personas? ¿Cuántas veces? ¿Del mismo o distinto sexo? ¿Había alguna circunstancia de parentesco o afinidad que le diera especial gravedad? ¿Tuvieron consecuencias esas relaciones? ¿Hice algo para impedir las? ¿Después de haberse formado la nueva vida? ¿He cometido algún otro pecado contra la pureza? ¿Tengo amistades que son ocasión habitual de pecado? ¿Estoy dispuesto a dejarlas? En el noviazgo, ¿es el amor verdadero la razón fundamental de esas relaciones? ¿Vivo el constante y

alegre sacrificio de no convertir el cariño en ocasión de pecado? ¿Degrado el amor humano confundiéndolo con el egoísmo y con el placer? ¿Me acerco con más frecuencia al sacramento de la Penitencia durante el noviazgo para tener más gracia de Dios? ¿Me han alejado de Dios esas relaciones?

(Esposos)

¿He usado indebidamente el matrimonio? ¿He negado su derecho al otro cónyuge? ¿He faltado a la fidelidad conyugal con deseos o de obra? ¿Hago uso del matrimonio solamente en aquellos días en que no puede haber descendencia? ¿Sigo este modo de control de la natalidad sin razones graves? ¿He usado preservativos o tomado fármacos para evitar los hijos? ¿He inducido a otras personas a que los tomen? ¿He influido de alguna manera (consejos, bromas o actitudes) en crear un ambiente antinatalista?

Séptimo y Décimo Mandamiento

No hurtarás, No desearás los bienes ajenos.

¿He robado algún objeto o alguna cantidad de dinero? ¿He reparado o restituido pudiendo hacerlo? ¿Estoy

dispuesto a realizarlo? ¿He cooperado con otros en algún robo o hurto? ¿Había alguna circunstancia que lo agravase, por ejemplo, que se tratase de un objeto sagrado? ¿La cantidad o el valor de lo apropiado era de importancia? ¿Retengo lo ajeno contra la voluntad de su dueño? ¿He perjudicado a los demás con engaños, trampas o coacciones en los contratos o relaciones comerciales? ¿He hecho daño de otro modo a sus bienes? ¿He engañado cobrando más de lo debido? ¿He reparado el daño causado o tengo la intención de hacerlo? ¿He gastado más de lo que me permite mi posición? ¿He cumplido debidamente con mi trabajo, ganándome el sueldo que me corresponde? ¿He dejado de dar lo conveniente para ayudar a la Iglesia? ¿Hago limosna según mi posición económica? ¿He llevado con sentido cristiano la carencia de cosas superfluas, o incluso necesarias? ¿He defraudado a mi consorte en los bienes? ¿Retengo o retraso indebidamente el pago de sueldos? ¿Retribuyo con justicia el trabajo de los demás? ¿Cumplo con exactitud los deberes sociales? ¿He abusado de la ley, con perjuicio de tercero, para evitar el pago de los seguros sociales? ¿He pagado los impuestos que son de justicia? ¿He evitado o procurado evitar, pudiendo hacerlo desde el cargo que ocupó, las injusticias, los escándalos, hurtos, venganzas, fraudes y demás abusos que dañan la convivencia social? ¿He

prestado mi apoyo a programas inmorales y anticristianos de acción social y política?

Octavo Mandamiento

No levantarás falso testimonio ni mentirás

¿He dicho mentiras? ¿He reparado el daño que haya podido seguirse? ¿Miento habitualmente porque es en cosas de poca importancia? ¿He descubierto, sin justa causa, defectos graves de otra persona, aunque sean ciertos, pero no conocidos? ¿He calumniado atribuyendo a los demás lo que no era verdadero? ¿He reparado el daño o estoy dispuesto a hacerlo? ¿He dejado de defender al prójimo difamado o calumniado? ¿He hecho juicios temerarios contra el prójimo? ¿Los he comunicado a otras personas? ¿He rectificado ese juicio inexacto?

¿He revelado secretos importantes de otros, descubriéndolos sin justa causa? ¿He reparado el daño seguido? ¿He hablado mal de otros por frivolidad, envidia, o por dejarme llevar del mal genio? ¿He hablado mal de los demás - personas o instituciones - con el único fundamento de que "me contaron" o de que "se dice por ahí"? ¿he cooperado de esta manera a la calumnia y a la murmuración? ¿Tengo en cuenta que las discrepancias

políticas, profesionales o ideológicas no deben ofuscar me hasta el extremo de juzgar o hablar mal del prójimo, y que esas diferencias no me autorizan a descubrir sus defectos morales a menos que lo exija el bien común? ¿He revelado secretos sin justa causa? ¿He hecho uso en provecho personal de lo que sabía por silencio de oficio? ¿He reparado el daño que causé con mi actuación? ¿He abierto o leído correspondencia u otros escritos que por su modo de estar conservados, se desprende que sus dueños no quieren darlos a conocer? ¿He escuchado conversaciones contra la voluntad de los que las mantenían?

Primer pecado capital

Soberbia

¿He sido humilde con mis amigos y familiares? ¿por soberbia no he atendido razones o he dejado de escuchar a las personas, aun sabiendo que pueden tener razón? ¿He buscado el reconocimiento de los demás por mis acciones? ¿He orado o evangelizado buscando mi propia figuración? ¿Me cuesta perdonar? ¿Puedo pedir perdón fácilmente?

Segundo pecado capital

Avaricia

¿He puesto el dinero como lo más importante? ¿Soy capaz de compartir lo que tengo con quien lo necesite? ¿Busco siempre atesorar riqueza? ¿Doy de lo que tengo? ¿Gusto de hacer obras de caridad? ¿Soy generoso?

Tercer pecado capital

Lujuria

¿Tengo continuamente pensamientos impuros? ¿soy casto en el noviazgo? ¿He deseado o mirado con malos ojos a personas distintas a mi esposa(o) novio(a)? ¿He cometido actos impuros? ¿Sólo pienso en sexo? ¿Me gusta ver revistas y/o películas pornográficas? ¿No puedo o no he podido ser casto(a)?

Cuarto pecado capital

Ira

¿Exploto con facilidad cuando me dicen algo? ¿Soy impaciente hasta el punto de irritarme

fácilmente? ¿me molesto muy continuamente?
¿No puedo ser tolerante? ¿Siento frecuen-
temente ganas de golpear a las personas? ¿Tengo
problemas para ser paciente?

Quinto pecado capital

Gula

¿Me gustan los excesos? ¿Como sin hambre?
¿Compró cosas que me sobran o que no me
hacen falta? ¿Puedo dominar racionalmente mis
apetitos? ¿Me siento dominado constantemente
por placeres y bienes materiales? ¿Me cuesta
trabajo ser moderado?

Sexto pecado capital

Envidia

¿Sufro de codicia? ¿Me molesta o incomoda que
los demás estén mejor que yo? ¿Envidio los
bienes o casas de los demás? ¿Me cuesta
compartir? ¿puedo desear el bien de otros? ¿Me
molestan los triunfos de los demás?
¿Continuamente me comparo con los que me

rodean? ¿Me molesta o incomoda que otros
brillen? ¿Me incomodan los triunfos de otros?
¿puedo practicar la caridad? ¿Me gusta?

Séptimo pecado capital

Pereza

¿Me cuesta madrugar? ¿No me gusta hacer
favores? ¿Me gusta estar ocioso? ¿Demoro
mucho un trabajo o proyecto? ¿Evado trabajar?
¿Me cuesta hacer mis deberes como estudio,
oficio, etc? ¿Soy diligente en lo que hago?

Los dones dados por Dios para servirle

Continuamente ponemos mucho énfasis en ser
muy buenos en nuestros trabajos o estudios,
explotando al máximo nuestras cualidades, ¿pero
somos consientes de esas cualidades o dones y
los ponemos al servicio de Dios? ¿qué hago por
Dios? lectura para meditar: (Mateo 25:14-30)

Las responsabilidades que demanda nuestra vocación

Otra falta en la que debemos meditar, para hacer una buena preparación para la confesión, es sobre nuestra responsabilidad de cara a la vocación individual. Veamos:

El laico llamado al matrimonio debe ser responsable, fiel, buen padre, madre y esposo(a); que el llamado a la vida religiosa asuma con valentía y verdad los votos y compromisos a los que se consagra.

Todos, sin excepción y dependiendo, de la etapa de vida en la que estemos, adquirimos responsabilidades que debemos cumplir de la mejor manera. El hacer y el desarrollar nuestras actividades como estudio, trabajo, oficios, vida consagrada, religiosa, matrimonial, etc. con amor nos trae también la santificación.

Por tal motivo, faltar a nuestras responsabilidades es algo que bien vale pena revisar para mejorar.

Oración de Preparación a la Confesión

Omnipotente y Sempiterno Dios, dignate mirar al Corazón de Tu amantísimo Hijo y por su amor perdónanos a los que nos arrepentimos, sé bondadoso para los que te suplicamos, y dignate enviarnos Tu gracia, que sea remedio saludable a los que humildemente invocamos tu Nombre Santo. Nos acusamos de nuestros delitos, lloramos nuestros pecados, postrados ante tu Divina Clemencia, y pedimos instante y humildemente tu piedad; concédenos por la invocación de tu Santísimo Nombre que todos los que nos acercamos al Sacramento de la Penitencia para remisión de nuestros pecados, obtengamos salud del alma y protección del cuerpo, por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.

Santo Tomas de Aquino

Oración para antes del examen de conciencia

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 Ángel de mi Guarda y todos los Santos del Cielo, rueguen por mí para que haga una buena confesión.

Acto de contrición

Jesús, mi Señor y Redentor, yo me arrepiento de todos los pecados que he cometido hasta hoy, y me pesa de todo corazón porque con ellos he ofendido a un Dios tan bueno. Propongo firmemente no volver a pecar y confío en que por tu infinita misericordia, me has de conceder el perdón de mis culpas, y me has de llevar a la vida eterna. Amen.

Yo pecador

Yo, pecador, confieso a Dios todopoderoso, a la bienaventurada siempre Virgen María, al bienaventurado San Miguel Arcángel, al bienaventurado San Juan Bautista, a los Santos

Apóstoles Pedro y Pablo, a todos los Santos, a vosotros hermanos, que pequé gravemente con el pensamiento, palabra y obra, por mi culpa, por mi culpa, por mi grandísima culpa; por tanto, ruego a la bienaventurada siempre Virgen María, al bienaventurado San Miguel Arcángel, al bienaventurado San Juan Bautista, a los Santos Apóstoles Pedro y Pablo, a todos los Santos, y a vosotros hermanos que intercedáis por mí ante Dios Nuestro Señor. Amén.

Oración después de la confesión

Tus brazos abiertos me han acogido en un fuerte y cálido abrazo de perdón, Señor. No me has cuestionado, sino que has salido a recibirme dispuesto a perdonarme y a restituirme la vida de hijo que por soberbia humana había perdido. Gracias, Señor; te prometo cumplir la penitencia en reparación del mal causado y tratar vivir la vida según tus preceptos Amén. (Claudio Lizana Gangas)

Oración para después de la Comunión

Alma de Cristo

Alma de Cristo, santifícame. Cuerpo de Cristo, sálvame. Sangre de Cristo, embriágame. Agua del Costado de Cristo, lávame. Pasión de Cristo, confórtame Oh buen Jesús, óyeme. Dentro de tus llagas, escóndeme. No permitas que me aparte de Tí. Del enemigo malo, defiéndeme. En la hora de mi muerte, llámame. Y mándame ir a Tí. Para que con tus Santos te alabe. Por los siglos de los siglos. Amén.

"Mi pasado, Señor, lo confío a tu
misericordia, mi presente a tu amor, mi
futuro a tu providencia"

Santo Padre Pio