

Como Confesarse...

La pasión de nuestro Señor Jesucristo, la intercesión de la santísima Virgen María y de todos los santos, tus buenas obras y tus sufrimientos, te sirvan para remedio de tus pecados, aumento de gracia y recompensa de vida eterna. Vete en paz.

—Rito de la Penitencia

1 PREPARACIÓN: Antes de irte a confesar, dedica algún tiempo a prepararte. Comienza con una oración y luego reflexiona sobre tu vida desde la última confesión. ¿De qué forma —en tus pensamientos, palabras y obras— has dejado de vivir los mandamientos de Cristo de “amar al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente,” y “amar a tu prójimo como a ti mismo?” (Mt 22:37, 39). Como una ayuda a este “examen de conciencia” podrías revisar los Diez Mandamientos o las Bienaventuranzas (Ex 20:2-17; Dt 5:6-21; Mt 5:3-10; o Lc 6:20-26).

2 SALUDO: El sacerdote te dará la bienvenida. Puede ser que rece una pequeña bendición o lea un pasaje de la Escrituras.

3 LA SEÑAL DE LA CRUZ: Juntos, tú y el sacerdote, harán la Señal de la Cruz. Entonces podrás comenzar tu confesión con estas u otras palabras similares: “Bendígame, Padre, porque he pecado. Hace ya [se da el número de días, meses o años] desde mi última confesión.”

4 CONFESIÓN: Confiesa todos tus pecados al sacerdote. Si no estás seguro de que decir, pídele al sacerdote que te ayude. Cuando hayas terminado, concluye con estas u otras palabras similares: “Me arrepiento de estos y de todos mis pecados.”

5 PENITENCIA: El sacerdote te sugerirá una penitencia. La penitencia puede ser una oración, un acto de misericordia o una obra de caridad. También podrá aconsejarte sobre cómo puedes vivir una vida cristiana mejor.

6 ACTO DE CONTRICIÓN: Luego que el sacerdote te haya conferido la penitencia, reza un Acto de Contrición, expresando pena por tus pecados, y tomando la decisión de no volver a pecar. El Acto de Contrición puede ser este:

Dios mío,
me arrepiento de todo corazón
de todo lo malo que he hecho
y de lo bueno que he dejado de hacer.
Porque pecando te he ofendido a ti,
Que eres el sumo bien
y digno de ser amado sobre todas las cosas.
Propongo firmemente, con tu gracia,
Cumplir la penitencia,
No volver a pecar y evitar las ocasiones de pecado.
Perdóname, Señor,
por los méritos de la pasión
de nuestro salvador Jesucristo.

(Rito de la Penitencia)

7 ABSOLUCIÓN: El sacerdote extenderá sus manos sobre tu cabeza y pronunciará las palabras de absolución. Tu responderás “Amén.”

8 ALABANZA: El sacerdote acostumbra a dar gracias por la misericordia de Dios y te invitará a que tú hagas lo mismo. Por ejemplo, el sacerdote podría decir: “Dad gracias al Señor porque es bueno.” Y tu respuesta puede ser, “Porque es eterna su misericordia” (Rito de la Penitencia).

9 DESPEDIDA: Muchas veces el sacerdote concluye el sacramento diciendo: “Vete en paz.”

Si ha pasado mucho tiempo desde tu última confesión, recuerda, “No tengan miedo” (Is 41:10). El sacerdote te ayudará y guiará. Y ¡no dejes de llevarte esta guía! (Para más información, visite www.usccb.org/confession.)

Copyright © 2013, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Se reservan todos los derechos. Se autoriza la reproducción de esta obra, sin adaptaciones, para uso no comercial. Los textos de la Sagrada Escritura utilizados en esta obra han sido tomados de los *Leccionarios I, II y III*, propiedad de la Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia Episcopal Mexicana, copyright © 1987, quinta edición de septiembre de 2004. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados. Las citas del *Ritual de la Penitencia* © 2002 Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia del Episcopado Mexicano. Imagen: Design Pics Inc.

Para ordenar recursos en español, llame al 800-235-8722 y presione 4 para hablar con un representante del servicio al cliente en español.



Publicación No. 7-865
Washington, DC
ISBN 978-1-60137-865-1

ISBN 978-1-60137-865-1

