



## INSIGNE Y NACIONAL BASILICA DE SANTA MARIA DE GUADALUPE

### PARA UNA BUENA CONFESIÓN DEBES:

#### 1.- CUMPLIR CON CADA UNA DE LAS PARTES DE LA CONFESIÓN:

- a) **Examen de Conciencia.** Examinar desde lo más profundo del corazón todo lo que hemos hecho, palabras, obras y omisiones, para ello se requiere la fe en Dios y su sacerdote, para tener la satisfacción de nuestra confesión y reconciliación. *Es decir, calificar si todo lo realizado va en contra o conforme lo dictado por Dios.*
- b) **Dolor de corazón de haber pecado (acto de atricción).** Dolor de haber ofendido a Dios que es tan bueno. Un dolor que debe venir muy íntimamente desde el fondo del alma, un dolor que sólo Dios y el penitente pueden conocer.
- c) **Propósito de enmienda.** Detestar los pecados cometidos y una decisión de no volverlos a cometer; apartarse del pecado para poder obtener el perdón de Dios y la reconciliación. *Es decir, rechazar (el pecado) aquello que te hizo daño y te apartó de Dios.*
- d) **Confesión de palabra.** Confesar los pecados con un verdadero arrepentimiento; pensar que es Cristo mismo el que está presente como un juez que escucha, pero Salvador, no condenador. *Mencionaras uno a uno todos tus pecados, sin disminuir o aumentar la gravedad del pecado. No ocultar ninguno de tus pecados que tengas en la mente, por muy graves y vergonzosos que sean. Deberás mencionarlos con toda sinceridad y verdad, con todo arrepentimiento y propósito de no volverlo a cometer nunca. No tengas miedo, el sacerdote no te juzgará, eso le corresponde a Dios, el sacerdote únicamente te escucha, orienta y absuelve en el nombre de Dios.*

- e) **Satisfacción de obra.** Después de la Confesión se obtiene la satisfacción de la gracia recibida, la penitencia, que el sacerdote impone al penitente o confesado, y que debe cumplir siendo un complemento de la Satisfacción del perdón de Dios. *Es decir que al cumplir la penitencia se confirma la decisión y convencimiento del confesado, de no volver a cometer los pecados confesados y su buena voluntad de remediar en lo posible su falta.*

## **2.- TENER PRESENTE LA FORMA DE CONFESARSE:**

### **a) Rito Inicial:**

**Sacerdote:** Ave María Purísima

**Penitente:** Sin pecado concebida, Bendígame padre porque he pecado. Hace *(menciona el tiempo que tienes sin confesarte)*... que hice mi última confesión. Mis pecados son los siguientes:

### **b) Partes del sacramento**

- el penitente confiesa sus pecados
- escucha después la palabra del sacerdote
- acepta la obra de penitencia que le es propuesta para satisfacción de sus pecados y para enmienda de su vida
- manifiesta su arrepentimiento recitando el **acto de contrición** con la siguiente fórmula:

*Señor Jesús, Cordero de Dios  
que quitas el pecado del mundo,  
reconcíliame con el Padre por  
la gracia del Espíritu Santo;  
purifícame de todos mis pecados  
y haz de mí un hombre nuevo. Amen.*

- finalmente el sacerdote da la absolución al penitente

### **c) Despedida**

**Sacerdote:** el Señor ha perdonado tus pecados. Vete en paz.

## **GUIA para el Examen de Conciencia**

El fin del examen no es angustiarse con las culpas sino reconocerlas con seriedad y confianza en Dios para confesarlas sabiendo que seremos perdonados. Todo el proceso se mueve en la misericordia infinita de Dios manifestada en Jesucristo.

Veamos nuestras faltas en relación con:

- Los Diez Mandamientos.
- Los Siete Pecados Capitales.
- Los defectos de carácter.
- Los dones que Dios nos ha dado para servirle
- Las responsabilidades de nuestra vocación.

### **Ruptura con Dios**

¿Amo en verdad a Dios con todo mi corazón o vivo más pegado a las cosas materiales?

¿Me he preocupado por renovar mi fe cristiana a través de la oración, la participación activa y atenta en la misa dominical, la lectura de la Palabra de Dios, etc.? ¿Guardo los domingos y días de fiesta de la Iglesia? ¿He cumplido con el precepto anual de la confesión y la comunión pascual?

¿Tengo una relación de confianza y amistad con Dios, o cumplo solamente con ritos externos?

¿He profesado siempre, con vigor y sin temores mi fe en Dios? ¿He manifestado mi condición de cristiano en la vida pública y privada?

¿Ofrezco al Señor mis trabajos y alegrías? Recorro a Él constantemente, o ¿sólo lo busco cuando lo necesito?

¿Tengo reverencia y amor hacia el nombre de Dios o le ofendo con blasfemias, falsos juramentos o usando su nombre en vano?

¿Con Blasfemias me he burlado o insultado a Dios, a sus sacerdotes, a la Iglesia de Cristo o al culto que se le rinde?

### **Ruptura conmigo mismo**

¿Soy soberbio y vanidoso? ¿Me considero superior a los demás?

¿Busco aparentar algo que no soy para ser valorado por otros? ¿Me acepto a mi mismo, o vivo en la mentira y el engaño? ¿Soy esclavo de mis complejos?

¿Qué uso he hecho del tiempo y de los talentos que Dios me dio? ¿Me esfuerzo por superar los vicios e inclinaciones malas como la pereza, la avaricia, la gula, la bebida, la droga?

¿He caído en la lujuria con palabra y pensamientos impuros, con deseos o acciones impuras?

¿He realizado lecturas o asistido a espectáculos que reducen la sexualidad a un mero objeto de placer?

¿He caído en la masturbación o la fornicación? ¿He cometido adulterio?

¿He recurrido a métodos artificiales para el control de la natalidad?

¿He atentado contra mi vida alguna vez o por lo menos lo he pensado?

¿Me lastimo el cuerpo: cortadas, tatuajes, quemadas, perforaciones?

## Ruptura con los Hermanos y con la Creación

¿Amo de corazón a mi prójimo como a mi mismo y como el Señor Jesús me pide que lo ame?

¿En mi familia colaboro en crear un clima de reconciliación con paciencia y espíritu de servicio? ¿Han sido los hijos obedientes a sus padres, prestándoles respeto y ayuda en todo momento? ¿Se preocupan los padres de educar cristianamente a sus hijos y de alentarlos en su compromiso de vida con el Señor Jesús?

¿He abusado de mis hermanos más débiles, usándolos para mis fines?

¿He insultado a mi prójimo? ¿Lo he escandalizado gravemente con palabras o con acciones?

Si me han ofendido, ¿sé perdonar, o guardo rencor y deseo de venganza?

¿Comparto mis bienes y mi tiempo con los más pobres, o soy egoísta e indiferente al dolor de los demás? ¿Participo de las obras de evangelización y promoción humana de la Iglesia?

¿Me preocupado por el bien y la prosperidad de la comunidad humana en la que vivo o me paso la vida preocupado tan sólo de mi mismo? ¿He cumplido con mis deberes cívicos? ¿He pagado mis tributos?

¿Soy envidioso? ¿Soy chismoso y charlatán? ¿He difamado o calumniado a alguien? ¿He violado secretos? ¿He hecho juicios temerarios sobre otros? ¿Soy mentiroso?

¿He hecho algún daño físico o moral a otros? ¿Me he enemistado con odios, ofensas o peleas con mi prójimo? ¿He sido violento?

¿He procurado, aconsejado, financiado o inducido al aborto?

¿He sido honesto en mi trabajo? ¿He usado rectamente de la creación o he abusado de ella con fines egoístas? ¿He robado? ¿He sido justo en la relación con mis subordinados tratándolos como yo quisiera ser tratado por ellos? ¿He participado en el negocio o consumo de drogas?

¿He caído en la estafa o el fraude? ¿He recibido dinero ilícito?

¿He escandalizado (inducir al pecado)\* a mi prójimo con palabras o con acciones?

¿He evitado ayudar a mi prójimo teniendo manera y forma de ayudarlo?