

¿QUÉ PUEDO HACER PARA CONFESARME?

- Examen de conciencia
- Dolor de los pecados (arrepentimiento)
- Propósito de no volver a pecar
- Decir al confesor todos los pecados cometidos después de la última confesión
- Cumplir la penitencia

ORACIÓN PARA ANTES DE CONFESARME

Padre, Tú te compadece de toda la humanidad, nos acoges y nos concedes tu auxilio cuando lo necesitamos. Abre ahora mis ojos, para que sepa ver el mal que he cometido y el bien que he dejado de hacer y toca mi corazón, para que me convierta sinceramente a ti.

Cura y fortalece mi debilidad, renueva en mí tu amor, así resplandecerá en mis obras la imagen de tu Hijo, seré testigo de tu bondad entre la humanidad y viviré en comunión con mis hermanos en la Iglesia. Concédeme, Padre, tu luz, por Jesucristo, hermano y guía de toda la humanidad.

Padre todopoderoso, lleno de bondad y misericordia, aquí estoy de rodillas ante ti. Quiero confesarte los pecados con que te he ofendido Padre mío.

Padre, posa sobre mí tu mirada misericordiosa. Mirame, como lo hiciste a través de los ojos de tu Hijo Jesucristo, que vio a aquella mujer pecadora que comparecía ante Él y no la condenó.

Concédeme la gracia de la contrición propósitos firmes de enmienda, para que sea capaz de comparecer ante tu presencia, dispuesto a comenzar una nueva vida a la luz de tu Palabra.

Padre bueno, concédeme tu gracia para que pueda desde ahora llenarme de gozo, mientras me preparo a encontrarme contigo en el Sacramento de la Reconciliación.

Haz que desaparezcan en mí todo miedo y vacilación, de tal suerte que sepa cómo debo confesar mis pecados.

Envía tu Espíritu sobre mí, para que los recuerde todos y sienta dolor por ellos. Dame el valor para no mantener en secreto ningún pecado, abriendo mi alma ante ti con toda sencillez y sinceridad. Amén. *Oración tomada del libro Oremos viviendo el amor y la misericordia de Dios, No. 3.*

SUGERENCIAS PARA EL EXAMEN DE CONCIENCIA

¿Hace cuánto tiempo que no me confieso? ¿Mis confesiones anteriores fueron bien hechas?
¿Me preparo para comulgar?

En cuanto a Dios: ¿He dudado de Dios? ¿Lo busco por conveniencia? ¿Lo amo? ¿He faltado a Misa los domingos o días de precepto?

En cuanto al prójimo: ¿Manifiesto respeto y cariño por mis semejantes? ¿He dado mal ejemplo a los que me rodean? ¿Cómo me comporto con las personas de mi familia? ¿Cómo trato a mi esposo(a)?

En cuanto a la soberbia y egoísmo: ¿Corrijo con enojo o injustamente a mis hijos u otras personas? ¿Cómo me comporto con mis amigos? ¿Con mis empleados? ¿Siento odio o rencor contra alguien? ¿He hecho daño a alguien con palabras o de obra?

En cuanto a la generosidad: ¿Soy egoísta? ¿Me cuesta trabajo servir?

En cuanto a vicios, debilidades o escapes falsos: ¿Me he embriagado o he consumido drogas? ¿Como o fumo demasiado?

En cuanto a la lujuria: ¿He aceptado pensamientos, deseos o miradas impuras? ¿He visto fotografías, revistas o películas inmorales? ¿He realizado actos impuros? ¿He fornicado? ¿Cometí adulterio?

En cuanto al sentido de la vida: ¿He participado de algún modo para quitar la vida a algún inocente? ¿He abortado o aconsejado a alguien que lo haga?

En cuanto a tomar cosas ajenas o administrar sin responsabilidad: He tomado dinero o cosas que no son mías? ¿He devuelto las cosas prestadas a su tiempo? ¿He malgastado el dinero? ¿He engañado a alguien? ¿Doy limosna según mis posibilidades? ¿He dicho mentiras que perjudican a otros? ¿He hablado o pensado mal de los demás?

En cuanto a la envidia y la avaricia: ¿He tenido envidia? ¿He sido orgulloso o he despreciado a otros? ¿Me he dejado llevar por la avaricia?

En cuanto a la gratitud por Dios, la vida, los demás: ¿Realizo bien y puntualmente mi trabajo? ¿Lo ofrezco a Dios cada día? ¿Me acuerdo de Dios? ¿Soy agradecido? Al concluir el día ¿lo busco? ¿Le pido perdón? ¿Le doy gracias?

Confesar los pecados...

ORACIÓN DE GRACIAS DESPUÉS DE LA CONFESIÓN DE MIS PECADOS

Qué grande es tu misericordia, Señor. Tú me has aceptado como tu hijo(a) y me has llenado de tu amor. Te agradezco, Señor, y deseo con la ayuda de tu gracia, amarte cada vez más y no ofenderte jamás a ti.

Jesús bondadoso, concédeme que me mantenga fiel hasta el final. Haz que yo siempre desee y busque lo que a ti te agrada. Que yo cumpla siempre lo que más agrada a tu Santísima Voluntad y jamás vaya en contra de lo que quieres.

Virgen María Santísima, ayúdame, tú eres la Madre de la Perseverancia, tú eres la razón de mi esperanza. Intercede por mí, consérvame en la gracia de Dios, feliz y sin pecado, como lo estoy en estos momentos. Ayúdame a cuidar mis sentidos y mi mente, y que mi corazón sea fiel a Dios hasta mi muerte. Amén.

Finalmente, cumplir la penitencia.