

Confession Primer

Base para la Confesión

A good Catholic examination of conscience can be a great help in making a new start in the life of faith. We use an examination of conscience to help call to mind our sins and failings during a period of quiet reflection before approaching the Priest in Confession. It's important for a good Catholic examination of conscience to be thorough. This will help you to consider what sins you are guilty of and make you aware of sins you might not realize as sins. It's also a chance to develop your conscience. This is a critical aid for any Catholic.

To make an examination:

1. Set aside some quiet time for reflection.
2. Start by praying to the Holy Spirit, asking for help in making a good examination to prepare for Confession.
3. Read through the matters of this list and honestly reflect on your behavior for each.
4. You may want to take this list or some brief notes (in secrecy to avoid scandal) to Confession to help you remember things.
5. Remember that a mortal sin is committed when:
 - 1) Full Knowledge that the act (thought, word or omission) was contrary to God's will (sinful) is possessed by the offender;
 - 2) Full Consent (with intentionality; i.e., not forced) is held by the one committing the sin;
 - 3) Grave Matter (anything under the Ten Commandments and the Precepts of the Church) is the circumstances of the sin.

Not to belabor the point, but, there is a difference in grave matter between stealing \$10 from a friend and stealing \$10,000 from an orphanage. If any of these three conditions are not met the sin is to be known as venial. It is a very good idea to confess venial sins as well, since these sins, like all sin, offend God Who deserves all of our love. Confessing venial sins helps us to be more sensitive to God and more faithful in our love to Him. If all three conditions are met the sin is known as mortal. Remember, ALL mortal sins must be confessed according to the kind (what type of sin) and the number of times committed for a valid confession. If one willingly withholds and conceals a sin in confession it is a sacrilege (which is another mortal sin) , and it invalidates the absolution.

Do not worry! Do not be afraid! Jesus wants you to tell him your sins with honesty and courageousness that he may remove the hurt from your heart and soul. Do not further steep yourself in sin by concealing sins in confession. Also, it should be noted, the priest is bound under pain of grievous mortal sin and excommunication, if he ever reveals anything said in the

Confession Primer

Base para la Confesión

confessional. No matter how grievous the sin, do not be afraid. Admit your failings openly and God will grant you His sweet gift of forgiveness

Examination of Conscience

10 Commandments

I. "I am the Lord, thy God, thou shalt not have strange gods before Me."

Have I sinned against Religion by seriously believing in New Age, Scientology, Astrology, Horoscopes, Fortune-telling, Superstition or engaging in the Occult? Did I endanger my Catholic Faith or cause scandal by associating with anti-Catholic groups & associations (e.g., the Freemasons)? Have fame, fortune, money, career, pleasure, etc. replaced God as my highest priority? Have I neglected my daily prayers?

II. "Thou shalt not take the name of the Lord thy God in vain."

Have I committed blasphemy by using the name of God and Jesus Christ to swear rather than to praise? Have I committed sacrilege by showing disrespect to holy objects (crucifix, rosary) or contempt for religious persons (bishop, priests, deacons, women religious) or for sacred places (in Church). Have I committed sacrilege by going to Holy Communion in the state of mortal sin without first going to confession e.g., after missing Mass on Sunday or a Holyday? Did I violate the one-hour fast before Communion? Did I break the laws of fast and abstinence during Lent? Did I neglect my Easter duty to receive Holy Communion at least once? Have I neglected to support the Church and the poor by sharing my time, talent and treasure?

III. Remember to keep holy the Sabbath day.

Did I miss Mass on any Sunday or Holyday of Obligation? (Bad weather and being sick do not count) Have I shown disrespect by leaving Mass early, not paying attention or not joining in the prayers? Did I do unnecessary work on Sunday which could have been done the day before? Have I been stingy in my support for the Church? Do I give of my time & talent?

IV. Honor thy Father and Mother.

Parents: Have I set a bad example for my children by casually missing Mass, neglecting prayer, or ignore my responsibility to provide a Catholic education by either sending my children to parochial school or to C.C.D. (Religious Education Program)? Do I show little or no interest in

Confession Primer

Base para la Confesión

my children's faith and practice of it? Have I showed disrespect for those in authority, government or church? Have I not expressed my moral values to them? Have I obeyed those who exercise legitimate authority over me (Rulers, politicians, law enforcers)?

Children: Have I been disobedient and/or disrespectful to my parents or guardians? Did I neglect to help them with household chores? Have I caused them unnecessary worry and anxiety by my attitude, behavior, moods, etc.?

V. Thou shalt not kill.

Did I consent, recommend, advise, approve, support or have an abortion? Did I realize that there is an excommunication for anyone who procures an abortion? Did I actively or passively cooperate with an act of euthanasia whereby ordinary means were stopped or means taken to directly end the life of an elderly or sick person? Have I committed an act of violence or abuse (physical, sexual, emotional or verbal)? Have I endangered the lives of others by reckless driving or by driving under the influence of drugs or alcohol? Do I show contempt for my body by neglecting to take care of my own health? Have I been mean or unjust to anyone? Have I held a grudge or sought revenge against someone who wronged me? Do I point out others' faults and mistakes while ignoring my own? Do I complain more than I compliment? Am I ungrateful for what other people do for me? Do I tear people down rather than encourage them? Am I prejudiced against people because of their color, language or ethnic-religious background?

VI. Thou shalt not commit adultery.

IX. Thou shalt not covet thy neighbor's wife.

Did I have any sex before or outside of marriage? Do I view pornographic material (magazines, videos, internet, hot-lines)? Have I gone to massage parlors or adult book stores? Did I commit the sins of masturbation and/or artificial contraception? Have I not avoided the occasions of sin (persons or places) which would tempt me to be unfaithful to my spouse or to my own chastity? Do I encourage and entertain impure thoughts and desires? Do I tell or listen to dirty jokes? Have I committed fornication or adultery?

VII. Thou shalt not steal.

X. Thou shalt not covet thy neighbor's goods.

Confession Primer

Base para la Confesión

Have I stolen any object, committed any shoplifting or cheated anyone of their money? Did I knowingly deceive someone in business or commit fraud? Have I shown disrespect or even contempt for other people's property? Have I done any acts of vandalism? Am I greedy or envious of another's goods? Do I let financial and material concerns or the desire for comfort override my duty to God, to Church, to my family or my own spiritual well-being?

VIII. Thou shalt not bear false witness against thy neighbor.

Have I told a lie in order to deceive someone? Have I told the truth with the purpose and intention of ruining someone's reputation (sin of detraction)? Have I told a lie or spread rumors which may ruin someone's reputation (sin of calumny or slander)? Did I commit perjury by false swearing an oath on the Bible? Am I a busybody or do I love to spread gossip and secrets about others? Do I love to hear bad news about my enemies?

The Precepts of the Church

I. You shall attend Mass on Sundays and Holy Days of Obligation and rest from servile labor

II. You shall confess your sins (to a Priest) at least once a year.

Have I Made a good Confession of my mortal sins at least once a year? Purposely omitted telling my mortal sins in my last Confession? Neglected to perform the penance I was given? Neglected to make reparation for any harm I have done to others?

III. You shall humbly receive your Creator in Holy Communion at least once during the Easter season.

Have I Neglected to fulfill my Easter duty to receive Holy Communion at least once between the First Sunday of Lent and Trinity Sunday? Received Holy Communion while in the state of mortal sin? Failed to fast for at least one hour before receiving Holy Communion? Received Holy Communion more than twice in one day?

IV. You shall observe the prescribed days of fasting and abstinence established by the Church.

Have I Neglected to do penance every Friday of the year, if not abstaining from meat? Neglected to abstain from meat on Ash Wednesday and the Fridays of Lent (if I am 14 years of age and/or older)? Neglected to fast on Ash Wednesday and Good Friday (if I am between the ages of 18 and 59)? Participated in diversions on days of penance (e.g., attended crawfish boils and fish fries, ballgames, movies, shopping on Ash Wednesday & Good Friday)? Neglected to spend time in prayer, do spiritual and corporal works of mercy, and practice self-denial?

V. You shall contribute to the support of the Church.

Have I Neglected to contribute a just amount of my time, talents and money to support my parish and the work of the Church? Neglected to support the Church by not trying to become a saint or by not striving to make sincere progress each day in sanctity.

Confession Primer

Base para la Confesión

Confession: A “How To” Guide

Here are the “How to’s” for the Sacrament of Penance (i.e., confession).

Penitent: the person confessing his sins. Confessor: the Priest administering the Sacrament.

1. The Penitent enters the confessional and kneels down at the screen or sits in a chair.
2. The Penitent, making the sign of the cross, says, **Bless me, Father, for I have sinned. It has been _____ (state amount of time) since my last confession. These are my sins.**
3. The Penitent confesses his sins. The Confessor listens, but he may ask questions if something the Penitent has said is unclear or in order to lead the Penitent to a more thorough examination of conscience. (NB. All mortal sins – each kind and the number of times committed – must be confessed. All venial sins should be confessed.)
4. When the Penitent finishes confessing, he signifies this by saying: **For these and all my sins, I ask forgiveness of God and absolution from you, Father.** The Confessor may offer some advice or counsel, so that the Penitent may take the necessary steps to amend his life.
5. The Confessor then gives a penance (usually a prayer or a good work) and then instructs the Penitent to make an Act of Contrition. There are different formulas. An act of Contrition is usually printed in the confessional.
6. After the Penitent has made an Act of Contrition, the Confessor imparts absolution with the sacramental formula. The Penitent makes the Sign of the Cross at the absolution.
7. The Confessor concludes with these or similar words: Your sins are forgiven. Go in peace. The Penitent responds, saying: **Thanks be to God.**
8. The Penitent leaves the confessional and fulfills the penance as soon as possible.

Confession Primer

Base para la Confesión

The Act of Contrition

O my God, I am heartily sorry for having offended Thee. And I detest all my sins because I dread the loss of heaven and the pains of hell but, most of all, because they offend Thee, my God Who are all good and deserving of all my love. And I firmly resolve with the help of Thy grace to confess my sins, to do penance and to amend my life. Amen.

Or:

O my God, I am heartily sorry for having offended Thee, and I detest all my sins because of Thy just punishments, but most of all because they offend Thee, my God, Who are all good and deserving of all my love. And I firmly resolve, with the help of Thy grace, to sin no more and to avoid the near occasions of sin. Amen.

Or:

My God, I am sorry for my sins with all my heart. In choosing to do wrong and failing to do good, I have sinned against you whom I should love above all things. I firmly intend, with your help, to do penance, to sin no more, and to avoid whatever leads me to sin. Our Savior Jesus Christ suffered and died for us. In his name, my God, have mercy.

POPE FRANCIS ON CONFESSION

“Someone can say, ‘I confess my sins only to God.’ Yes, you can say to God, ‘forgive me,’ and say your sins. But our sins are also against our brothers, against the Church. This is why it is necessary to ask forgiveness of the Church and of our brothers, in the person of the Priest . . . Forgiveness is not something we can give ourselves.”

"[Someone may say:] Father, I am embarrassed! Even embarrassment is good. It's healthy to have a bit of shame... it does us good, because it makes us more humble. Don't be afraid of confession . . . When someone is in line for confession he feels all these things - even shame - but then, when he finishes confessing, he leaves (feeling) free, great, beautiful, forgiven, clean, happy. The sacrament of reconciliation is a sacrament of healing."

"Be courageous, and go to confession."

Confession Primer

Base para la Confesión

Un buen examen de conciencia católico puede ser de gran ayuda para un nuevo comienzo en la vida de fe. Utilizamos un examen de conciencia para ayudarnos a recordar nuestros pecados y defectos durante un período de reflexión tranquila antes de acercarnos al Sacerdote en Confesión. Es importante que un buen examen conciencia católico sea minucioso. Esto te ayudará a considerar de qué pecados eres culpable y así poder ser consciente de los pecados que tal vez no te des cuenta que son pecados. También es una oportunidad para desarrollar tu conciencia. Esta es una ayuda crítica para cualquier católico.

Para hacer un examen:

1. Reserva un poco de tiempo tranquilo para la reflexión.
2. Comience haciendo la oración al Espíritu Santo, pidiendo ayuda para poder hacer un buen examen de conciencia y poder de estamos prepararse para la Confesión.
3. Lea los puntos de contenido de esta lista y reflexione honestamente sobre su comportamiento para cada uno de ellos.
4. Si lo desea, lleve esta lista o algunas notas breves (en secreto para evitar escándalos) a el día de la Confesión para ayudarte a recordar las cosas.
5. Recuerda que se comete un pecado mortal cuando:
 - 1) El pleno conocimiento de que el acto (pensamiento, palabra u omisión) era contrario a la voluntad de Dios (pecaminoso) está cometido por el ofensor;
 - 2) El consentimiento total (con intencionalidad; es decir, no forzado) está en manos de quien comete el pecado;
 - 3) El asunto grave (cualquier cosa bajo los Diez Mandamientos y los Preceptos de la Iglesia) son las circunstancias del pecado.

No hay que serlo para desmentir el punto, pero hay una diferencia en materia grave entre robar \$10 a un amigo y robar \$10,000 de un orfanato. Si alguna de estas tres condiciones no se cumple, el pecado debe ser conocido como venial. Es una muy buena idea confesar pecados veniales también, ya que estos pecados, como todo pecado, ofenden a Dios que merece todo nuestro amor. Confesar pecados veniales nos ayuda a ser más sensibles a Dios y más fieles en nuestro amor a Él. Si se cumplen las tres condiciones, el pecado se conoce como mortal. Recuerden, TODOS los pecados mortales deben confesarse de acuerdo con el tipo (qué tipo de pecado es) y el número de veces cometidos para una confesión válida. Si uno retiene y oculta voluntariamente un pecado en la confesión es un sacrilegio (que es otro pecado mortal), e invalida la absolución.

¡No te preocupes! ¡No tengas miedo! Jesús quiere que le digas tus pecados con honestidad y valentía para que él pueda eliminar el dolor de tu corazón y alma. No te empapes aún más en el pecado ocultando pecados en la confesión. Además, cabe señalar que el sacerdote está atado bajo el dolor del grave pecado mortal y la excomuniación, si alguna vez revela algo dicho en el

Confession Primer

Base para la Confesión

confesionario. No importa cuán grave sea el pecado, no tengas miedo. Admite tus defectos abiertamente y Dios te concederá Su dulce don del perdón

Examen de conciencia

10 Mandamientos

I. "Yo soy el Señor, tu Dios, no tendrás otros dioses extraños delante de mí."

¿He pecado contra la religión creyendo seriamente en la Nueva Era, la cientología, Astrología, Horóscopo, Adivinación, Superstición o participando en lo Oculto? ¿Puse en peligro mi fe católica o ocasioné escándalo asociándome con grupos y asociaciones anticatólicos (por ejemplo, los masones)? ¿La fama, la fortuna, el dinero, la carrera, el placer, etc., han reemplazado a Dios como mi máxima prioridad? ¿He descuidado mis oraciones diarias?

II. "No tomarás el nombre del Señor tu Dios en vano."

¿He cometido blasfemia usando el nombre de Dios y Jesucristo para jurar en lugar de alabar? ¿He cometido sacrilegio mostrando falta de respeto a los objetos sagrados (crucifijo, rosario) o desprecio por las personas religiosas (obispo, sacerdotes, diáconos, religiosas) o por lugares sagrados (en la Iglesia). ¿He cometido un sacrilegio yendo a la Santa Comunión en el estado del pecado mortal sin ir primero a la confesión, por ejemplo, después de no asistir a la misa el domingo o un día santo? ¿Violé el ayuno de una hora antes de la Comunión? ¿Rompí las leyes del ayuno y abstinencia durante la Cuaresma? ¿Descuidé mi deber pascual de recibir la Santa Comunión al menos una vez? ¿He descuidado apoyar a la Iglesia y a los pobres compartiendo mi tiempo, talento y tesoro?

III. Recuerden santificar el día de reposo.

¿No asistí a misa en domingos o día santos de obligación? (El mal tiempo y estar enfermo no cuentan) ¿He mostrado falta de respeto al salir temprano de misa, no prestar atención o no unirme a las oraciones? ¿Hice un trabajo innecesario el domingo que podría haberse hecho el día anterior? ¿He sido tacaño en mi apoyo a la Iglesia? ¿Doy mi tiempo y talento?

IV. Honra a tu Padre y a tu Madre.

Padres: ¿He puesto un mal ejemplo para mis hijos al faltar casualmente a misa, descuidar la oración o ignorar mi responsabilidad de proporcionar una educación católica enviando a mis hijos a la escuela parroquial o a (Programas de Educación Religiosa)? ¿Muestro poco o ningún interés en la fe y la práctica de mis hijos? ¿He mostrado falta de respeto por los que tienen

Confession Primer

Base para la Confesión

autoridad, gobierno o iglesia? ¿No les he expresado mis valores morales? ¿He obedecido a aquellos que ejercen autoridad legítima sobre mí (gobernantes, políticos, ejecutores de la ley)?

Hijos: ¿He sido desobediente y/o irrespetuoso con mis padres o tutores? ¿Me descuidé de ayudarlos con las tareas del hogar? ¿Les he causado preocupación y ansiedad innecesarias por mi actitud, comportamiento, estados de ánimo, etc.?

V. No matarás.

¿Consiento, recomendé, aconsejé, apruebo, apoyo o tuve un aborto? ¿Me di cuenta de que hay una excomunión para cualquiera que procura un aborto? ¿Cooperé activa o pasivamente con un acto de eutanasia mediante el cual se detuvieron los medios ordinarios o se tomaron medios para poner fin directamente a la vida de una persona mayor o enferma? ¿He cometido un acto de violencia o abuso (físico, sexual, emocional o verbal)? ¿He puesto en peligro la vida de otros por un conductor imprudente o por conducir bajo los efectos de las drogas o el alcohol? ¿Muestro desprecio por mi cuerpo al descuidar el cuidado de mi propia salud? ¿He sido malo o injusto con alguien? ¿He guardado rencor o buscado venganza contra alguien que me agravió? ¿Señalo las faltas y errores de los demás mientras ignoro los míos? ¿Me quejo más de lo que felicito? ¿Soy desagradecido por lo que otras personas hacen por mí? ¿Desanimo a la gente en lugar de animarla? ¿Tengo prejuicios contra las personas por su color, idioma, origen étnico-religioso?

VI. No cometerás adulterio.

IX. No codiciarás a la esposa de tu prójimo.

¿Tuve sexo antes o fuera del matrimonio? ¿Veo material pornográfico (revistas, vídeos, internet)? ¿He ido a salas de masajes o tiendas de libros para adultos? ¿Cometí los pecados de masturbación y/o anticoncepción artificial? ¿No he evitado las ocasiones del pecado (personas o lugares) que me tentarían a ser infiel a mi cónyuge o a mi propia castidad? ¿Ánimo y entretengo pensamientos y deseos impuros? ¿Cuento o escucho chistes sucios? ¿He cometido fornicación o adulterio?

VII. No robarás.

X. No codiciarás los bienes de tu prójimo.

¿He robado algún objeto, he cometido algún robo o he estafado a alguien con su dinero? ¿Engañé a sabiendas a alguien en los negocios o cometí fraude? ¿He mostrado falta de

Confession Primer

Base para la Confesión

respeto o incluso desprecio por la propiedad de otras personas? ¿He hecho algún acto de vandalismo? ¿Soy codicioso o envidioso de los bienes de otro? ¿Dejo que las preocupaciones financieras y materiales o el deseo de consuelo invaliden mi deber a Dios, a la Iglesia, a mi familia o a mi propio bienestar espiritual?

VIII. No darás falso testimonio contra tu prójimo.

¿He dicho una mentira para engañar a alguien? ¿He dicho la verdad con el propósito y la intención de arruinar la reputación de alguien (pecado de detracción)? ¿He dicho una mentira o difundido rumores que pueden arruinar la reputación de alguien (pecado de calumnia o calumnia)? ¿Cometí perjurio jurando falsamente sobre la Biblia? ¿Soy un hombre ocupado o me encanta difundir chismes y secretos sobre los demás? ¿Me encanta escuchar malas noticias sobre mis enemigos?

Los preceptos de la Iglesia

I. Asistir a misa los domingos y días santos de obligación y descanso

del trabajo servil

II. Confesar tus pecados (a un sacerdote) al menos una vez al año.

¿He hecho una buena confesión de mis pecados mortales al menos una vez al año? ¿Omitido deliberadamente diciendo mis pecados mortales en mi última Confesión? ¿Descuidado para realizar la penitencia que me dieron? ¿Descuidé reparar cualquier daño que le haya hecho a los demás?

III. Recibirás humildemente a tu Creador en la Santa Comunión al menos una vez durante la Pascua.

¿He olvidado cumplir mi deber pascual de recibir la Santa Comunión al menos una vez entre el Primer Domingo de Cuaresma y el Domingo de Trinidad? ¿Recibió la Santa Comunión mientras estaba en el estado de pecado mortal? ¿No ayunó al menos una hora antes de recibir la Santa Comunión? ¿Recibió la Santa Comunión más de dos veces en un día?

IV. Observaréis los días prescritos de ayuno y abstinencia establecidos por la Iglesia.

¿Me he olvidado de hacer penitencia todos los viernes del año, y si no me abstendré de la carne? ¿Me he desatendido de abstenerme de la carne el Miércoles de Ceniza y los Viernes de Cuaresma (si tengo 14 años y/o más)? ¿Descuidado ayunar el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo (si tengo entre 18 y 59 años)? ¿Participó en desvíos en días de penitencia (por ejemplo, asistió a hervores de cangrejo de río y papas fritas de pescado, juegos de pelota, películas, compras en el Miércoles de Ceniza y Viernes Santo)? ¿Descuidado pasar tiempo en oración, hacer obras espirituales y corporales de misericordia y practicar la abnegación?

V. Contribuiréis al apoyo de la Iglesia.

¿Me he olvidado de aportar una cantidad justa de mi tiempo, talentos y dinero para apoyar mi parroquia y la obra de la Iglesia? Desatendido de apoyar a la Iglesia al no tratar de convertirse en santo o al no esforzarse por progresar sinceramente cada día en santidad.

Confession Primer

Base para la Confesión

Confesión: Una guía de "Cómo"

Estos son los "Cómo hacerlo" para el sacramento de la penitencia (es decir, la confesión).

Penitente: la persona confesando sus pecados. Confesor: el Sacerdote administrando la Santa Cena.

1. El Penitente entra en el confesionario y se arrodilla o se sienta en una silla.
2. El Penitente, haciendo el signo de la cruz, dice: **Bendígame, Padre, porque he pecado. Ha sido _____ (cuanto de tiempo ha pasado) desde mi última confesión. Estos son mis pecados.**
3. El Penitente confiesa sus pecados. El Confesor escucha, pero puede hacer preguntas si algo que el Penitente ha dicho no está claro o con el fin de llevar al Penitente a un examen más exhaustivo de la conciencia. (EN. Todos los pecados mortales – cada tipo y el número de veces cometidos – deben ser confesados. Todos los pecados veniales deben ser confesados.)
4. Cuando el Penitente termina de confesarse, Dice esto: **Por estos y todos mis pecados, pido perdón a Dios y la absolución de usted, Padre.** El Confesor puede ofrecer algunos consejos o consejos, para que el Penitente pueda tomar las medidas necesarias para enmendar su vida.
5. El Confesor entonces da una penitencia (generalmente una oración o una buena obra) y luego instruye al Penitente a hacer un Acto de Contrición. Hay diferentes fórmulas. Un acto de contrición generalmente se encuentra en el confesionario.
6. Después de que el Penitente haya hecho un Acto de Contrición, el Confesor imparte la absolución con la fórmula sacramental. El Penitente hace el Signo de la Cruz en la absolución.
7. El Confesor concluye con estas o palabras similares: Tus pecados son perdonados. Ve en paz. El Penitente responde, diciendo: **Gracias a Dios.**
8. El Penitente abandona el confesionario y cumple la penitencia lo antes posible.

Acto de Contrición

Dios mío,

Confession Primer

Base para la Confesión

me arrepiento de todo corazón de todo lo malo que he hecho
y de todo 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.

Amén.

O:

¡Señor mío, Jesucristo! Dios y Hombre verdadero,
Creador, Padre y Redentor mío; por ser Vos quien sois, Bondad infinita,
y porque os amo sobre todas las cosas,
me pesa de todo corazón de haberos ofendido;
también me pesa porque podéis castigarme con las penas del infierno.

Ayudado de vuestra divina gracia

propongo firmemente nunca más pecar, confesarme y cumplir la penitencia que me fuere
impuesta.

Amén.

EL PAPA FRANCISCO SOBRE LA CONFESIÓN

"Alguien puede decir: 'Confieso mis pecados sólo a Dios'. Sí, puedes decirle a Dios, 'perdóname',
y decir tus pecados. Pero nuestros pecados también están en contra de nuestros hermanos,
contra la Iglesia. Por eso es necesario pedir perdón a la Iglesia y a nuestros hermanos, en la
persona del Sacerdote... El perdón no es algo que podamos darnos a nosotros mismos".

"[Alguien puede decir:] Padre, ¡me avergüenzo! Incluso la vergüenza es buena. Es saludable
tener un poco de vergüenza... nos hace bien, porque nos hace más humildes. No tengas miedo de
la confesión... Cuando alguien está en la fila para la confesión siente todas estas cosas - incluso
la vergüenza - pero luego, cuando termina de confesar, deja (sentirse) libre, grande, hermoso,
perdonado, limpio, feliz. El sacramento de la reconciliación es un sacramento de sanación."

"Sé valiente, y ve a confesarte."