

# La Confesión

## GUÍA PRÁCTICA

**¿POR QUÉ?  
¿CÓMO?**



P. Antonio Diufaín Mora



# Lavatorio de los pies y confesión de los pecados<sup>1</sup>

*Si no te lavo,  
no tienes parte conmigo*  
(Jn 13,8)

Con un acto simbólico, Jesús se despoja de su esplendor divino, se arrodilla ante nosotros, lava y enjuga nuestros pies sucios para hacernos dignos de participar en el banquete nupcial de Dios.

Después de que el Señor explica a Pedro la necesidad de lavarle los pies, éste replica que, siendo así las cosas, Jesús le debería lavar no sólo los pies, sino también las manos y la cabeza. La respuesta de Jesús, una vez más, resulta enigmática: **«Uno que se ha bañado no necesita lavarse más que los pies, porque todo él está limpio»** (Jn 13,10). ¿Qué significa esto? Las palabras de Jesús suponen obviamente que los discípulos, antes de ir a la cena, habían tomado un baño completo y que ahora, ya a la mesa, sólo hacía falta lavarles los pies.

Pero el lavatorio de los pies adquiere también un significado más concreto que nos remite a la praxis de la vida de la Iglesia primitiva. ¿De qué se trata? El **«baño completo» que se da por supuesto no puede ser otro que el Bautismo**, con el cual el hombre queda inmerso en Cristo de una vez por todas y recibe su nueva identidad del ser en Cristo. Este proceso fundamental, mediante el cual no nos hacemos cristianos por nosotros mismos, sino que nos convertimos en cristianos gracias a la acción del Señor en su Iglesia, es irrepetible. **No obstante, en la vida de los cristianos, para permanecer en una comunión de mesa con el Señor, este proceso necesita siempre un complemento: el lavatorio de los pies.** ¿Qué significa esto? La Primera Carta de Juan nos señala cuál es su significado. En ella se lee: «Si decimos que no hemos pecado, nos engañamos y no somos sinceros. Pero si confesamos nuestros pecados, él, que es fiel y justo, nos perdonará los pecados y nos lavará de nuestros delitos. Si decimos que no hemos pecado, le hacemos mentiroso y no poseemos su pa-

labra» (1Jn 1,8ss). **Puesto que también los bautizados siguen siendo pecadores, tienen necesidad de la confesión de los pecados, que «nos lava de todos nuestros delitos».**

La palabra «purificar» establece la conexión interior con la perícopa del lavatorio de los pies. La práctica misma de la confesión de los pecados, que procede del judaísmo, está atestiguada también en la Carta de Santiago (5,16), así como en la *Didaché*. En ésta leemos: «En la asamblea confesarás tus faltas» (St 4,14); y vuelve a decir más adelante: «En cuanto al domingo del Señor, una vez reunidos, partid el pan y dad gracias después de haber confesado vuestros pecados» (St 14,1).

De lo que se trata en el fondo es de que **la culpa no debe seguir supurando ocultamente en el alma, envenenándola así desde dentro. Necesita la confesión. Por la confesión la sacamos a la luz, la exponemos al amor purificador de Cristo** (cf. Jn 3,20s). **En la confesión el Señor vuelve a lavar siempre nuestros pies sucios y nos prepara para la comunión de mesa con Él.**

En este gesto de humildad, en el cual se hace visible la totalidad del servicio de Jesús en la vida y la muerte, **el Señor está ante nosotros como el siervo de Dios; como Aquel que se ha hecho siervo por nosotros, que carga con nuestro peso, dándonos así la verdadera pureza, la capacidad de acercarnos a Dios.**

Sólo si nos dejamos lavar una y otra vez, si nos dejamos «purificar» por el Señor mismo, podemos aprender a hacer, junto con Él, lo que Él ha hecho. El «mandamiento nuevo» no es simplemente una exigencia nueva y superior. Está unido a la novedad de Jesucristo, al sumergirse progresivamente en Él.

<sup>1</sup> Cf. Jesús de Nazaret: Desde la Entrada en Jerusalén hasta la Resurrección, Joseph Ratzinger (Benedicto XVI).



# MODO PRÁCTICO DE CONFESARSE

## ANTES DE IR A CONFESAR

### — Prepárate orando:

*Señor Jesucristo,  
Dios y hombre verdadero,  
único Salvador de la humanidad,  
ten misericordia de mí, pecador.*

*Te amo sobre todas las cosas,  
y me pesa de todo corazón  
haberte ofendido con mis pecados.*

*Quisiera recibir tu perdón.  
Dame tu luz, para reconocer mis pecados;  
sincero arrepentimiento, para detestarlos;  
humildad y valor, para confesarlos;  
penitencia, para expiarlos;  
y fuerza y amor, para no volver a pecar.*

*Amén.*

— **EXAMEN DE CONCIENCIA:** Pide luz al Espíritu Santo para hacer un buen Examen de Conciencia, recordando el tiempo que hace desde la última confesión y los pecados cometidos desde entonces.

- **No te sorprendas**, ni te asombres, de haber caído: eres pecador, y Dios ya lo sabe.
- **No te asustes**, ni te desconciertes, ni te agobies por tus pecados. No hay pecado, por grave o vergonzoso que te parezca, que Dios no quiera y pueda perdonar.
- **No te desanimes**, ni te desesperes, ni te canses de pedir perdón. Dios perdona todo y perdona siempre. Nunca se cansa de perdonar, aunque sea de lo mismo y, además, te irá fortaleciendo con su gracia para ayudarte a vencer.

Debemos confesar todos los **pecados mortales**, indicando su número y las circunstancias que aumenten o disminuyan su gravedad. La Iglesia recomienda vivamente confesar también los **pecados veniales**, y confesarse frecuentemente, pues así recibimos nuevas fuerzas para nuestra lucha cristiana.

— **DOLOR DE LOS PECADOS:** Pide a Dios verdadero arrepentimiento, rechazo de los pecados cometidos y sincero dolor por haberle ofendido.

### Reza el **acto de contrición**:

*Señor mío Jesucristo, Dios y hombre verdadero,  
Creador, Padre y Redentor mío;  
por ser tú quien eres, bondad infinita;  
y porque te amo sobre todas las cosas;  
me pesa de todo corazón haberte ofendido.  
También me pesa porque puedes castigarme  
con las penas del infierno.  
Ayudado por tu divina gracia,  
propongo firmemente nunca más pecar,  
confesarme y cumplir la penitencia  
que me fuera impuesta. Amén.*

— **PROPÓSITO DE ENMIENDA:** Confía en Dios que pone en ti el deseo de no volver a pecar. Confía en la fuerza de su gracia y pídelo para llevar a cabo ese deseo de cambiar. Pide al Espíritu Santo la astucia y el valor para evitar las ocasiones que te llevarían a caer.



## ACÉRCATE SIN MIEDO AL CONFESOR

- Tienes derecho a mantener el anonimato. Para eso puedes ponerte por el lado de la rejilla. También el confesor te lo puede indicar.
- Ponte de rodillas (si puedes) y saluda diciendo: ***“Ave María purísima”***.
- El sacerdote contesta: ***“Sin pecado concebida”***.
- Haz la **Señal de la Cruz**, comienzas una celebración litúrgica sacramental.
- El sacerdote te puede decir estas o parecidas palabras: ***“Que el Señor esté en tu corazón y en tus labios para que puedas confesar sincera y humildemente tus pecados. ¿Cuánto tiempo hace que te confesaste por última vez?”***
- Responde diciendo el **tiempo desde la última Confesión** (tantos días, semana, mes, años, al menos aproximadamente).
- El sacerdote te puede preguntar: ***“¿De qué te acusas?”*** o ***“¿de qué le quieres pedir perdón a Dios?”*** o ***“¿cuáles son tus pecados?”***
- **DECIR LOS PECADOS AL CONFESOR:** Confiesa todos tus pecados con sinceridad, claridad y humildad; con palabras sencillas, sin explicaciones innecesarias ni mezclar otros asuntos, y sin nombrar personas ni descubrir pecados ajenos. Comenzando por el que te parezca más grave o te dé más vergüenza. No te vuelvas a dejar engañar: ***“El demonio te quita la vergüenza a la hora de pecar, y te la devuelve aumentada a la hora de confesar”*** (Santo Cura de Ars).
- El confesor te puede hacer alguna pregunta y darte alguna recomendación o consejo.
- Luego te impondrá la **penitencia medicinal** en reparación por tus pecados. Puede ser una oración, un acto de caridad, un sacrificio, una limosna...
- A continuación el sacerdote, extendiendo la mano derecha sobre tu cabeza, te dará la

### ABSOLUCIÓN

***Dios, Padre misericordioso,  
que reconcilió consigo al mundo  
por la muerte y la resurrección de su Hijo  
y derramó el Espíritu Santo  
para la remisión de los pecados,  
te conceda, por el misterio de la Iglesia,  
el perdón y la paz.***

***Y YO TE ABSUELVO DE TUS PECADOS  
EN EL NOMBRE DEL PADRE Y DEL HIJO,  
+ Y DEL ESPÍRITU SANTO.***

- Responde: ***“Amén”***.
- El sacerdote continua diciendo:

***La Pasión de nuestro Señor Jesucristo,  
la intercesión de la Bienaventurada Virgen María  
y de todos los Santos,  
el bien que hagas y el mal que puedas sufrir,  
te sirvan como remedio de tus pecados,  
aumento de gracia y premio de vida eterna.  
Vete en paz.***

- Responde: ***“Amén”***.
- El sacerdote te dirá: ***El Señor ha perdonado tus pecados. Dale gracias y vete en paz.***



## DESPUÉS DE CONFESAR

— Recógete un momento en oración y **dale gracias al Señor por su perdón.**  
Mejor ante el Sagrario, si estás en una iglesia.

— **CUMPLIR LA PENITENCIA:** Cumplir la penitencia es rezar las oraciones o hacer las obras buenas que manda el confesor en reparación de los pecados cometidos. Cúmplela cuanto antes. La absolución perdona la culpa y la pena eterna de los pecados, pero no remedia todos los desórdenes que el pecado causó. La justicia exige hacer lo posible por reparar los daños.

### Salmo 50

#### ORACIÓN DEL PECADOR ARREPENTIDO

*Renovaos en la mente y en el espíritu  
y vestíos de la nueva condición humana.  
(Ef 4,23-24)*

Misericordia, Dios mío, por tu bondad;  
por tu inmensa compasión borra mi culpa;  
lava del todo mi delito,  
limpia mi pecado.

Pues yo reconozco mi culpa,  
tengo siempre presente mi pecado:  
contra ti, contra ti solo pequé,  
cometí la maldad que aborreces.

En la sentencia tendrás razón,  
en el juicio brillará tu rectitud.  
Mira, que en la culpa nací,  
pecador me concibió mi madre.

Te gusta un corazón sincero,  
y en mi interior me inculcas sabiduría.  
Rociame con el hisopo: quedaré limpio;  
lávame: quedaré más blanco que la nieve.

Hazme oír el gozo y la alegría,  
que se alegren los huesos quebrantados.  
Aparta de mi pecado tu vista,  
borra en mí toda culpa.

¡Oh Dios!, crea en mí un corazón puro,  
renuévame por dentro con espíritu firme;  
no me arrojes lejos de tu rostro,  
no me quites tu santo espíritu.

Devuélveme la alegría de tu salvación,  
afiánzame con espíritu generoso:  
enseñaré a los malvados tus caminos,  
los pecadores volverán a ti.

Líbrame de la sangre, ¡oh Dios,  
Dios, Salvador mío!,  
y cantará mi lengua tu justicia.  
Señor, me abrirás los labios,  
y mi boca proclamará tu alabanza.

Los sacrificios no te satisfacen;  
si te ofreciera un holocausto, no lo querías.  
Mi sacrificio es un espíritu quebrantado:  
un corazón quebrantado y humillado  
tú no lo desprecias.

Señor, por tu bondad, favorece a Sión,  
reconstruye las murallas de Jerusalén:  
entonces aceptarás los sacrificios rituales,  
ofrendas y holocaustos,  
sobre tu altar se inmolarán novillos.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.  
Como era en el principio, ahora y siempre,  
por los siglos de los siglos.

Amén.



# AYUDA PARA EL EXAMEN DE CONCIENCIA

- **Ponte en presencia de Dios y pide la luz del Espíritu Santo** para reconocer tus pecados.
- La raíz de todos los pecados está en el corazón del hombre, en su libre voluntad, que se alza contra Dios. **Pecado es todo acto, palabra, deseo, pensamiento u omisión voluntariamente cometido contra la ley de Dios.** Es faltar al amor verdadero para con Dios y para con el prójimo, a causa de un apego perverso a ciertos bienes. Es una ofensa a Dios y un acto contrario a la razón que lesiona la naturaleza del hombre y atenta contra la solidaridad humana. **La Ley de Dios la podemos conocer por la voz de nuestra conciencia y por los Diez Mandamientos.**
- El pecado, según su gravedad, puede ser mortal o venial. El **pecado mortal** destruye el principio vital de la caridad en el corazón del hombre y rompe la comunión con Dios y con la Iglesia. El pecado mortal, si no es borrado por el arrepentimiento y el perdón de Dios, causa la exclusión del Reino de Dios y la muerte eterna del infierno. Se comete un pecado mortal cuando se viola alguno de los mandamientos en materia grave, sabiéndolo y queriendo. Si falta alguna de estas condiciones, es **pecado venial**. No priva de la gracia santificante, de la amistad con Dios. No mata la caridad, pero la hiere y debilita, impidiendo el progreso del alma; y quien lo comete merece penas temporales. El pecado venial deliberado y que permanece sin arrepentimiento, nos dispone a cometer pecado mortal.

## Aspectos a examinar

- **Desde la última Confesión:**  
¿Cuánto tiempo hace? ¿Cumpliste la penitencia? ¿Se te olvidó o callaste por miedo o vergüenza algún pecado grave en confesiones anteriores?
- **Pecados capitales:**  
Son aquellos vicios que son como cabeza y raíz de otros muchos pecados. Son siete: 1º Soberbia, 2º Avaricia, 3º Lujuria, 4º Ira, 5º Gula, 6º Envidia, y 7º Pereza.
- **Obras de misericordia corporales:**
  - Visitar y cuidar a los enfermos.
  - Dar de comer al hambriento.
  - Dar de beber al sediento.
  - Dar posada al peregrino y techo a quien no lo tiene.
  - Vestir al desnudo.
  - Redimir al cautivo y visitar a los presos.
  - Enterrar a los muertos.
- **Obras de misericordia espirituales:**
  - Enseñar al que no sabe.
  - Dar buen consejo al que lo necesita.
  - Corregir al que yerra.
  - Perdonar las injurias.
  - Consolar al triste.
  - Sufrir con paciencia los defectos del prójimo.
  - Rogar a Dios por vivos y difuntos.
- **Mandamientos de la Iglesia:**
  - 1º) Oír Misa entera todos los domingos y fiestas de guardar.
  - 2º) Confesar los pecados mortales al menos una vez al año, en peligro de muerte y si se ha de comulgar.
  - 3º) Comulgar por Pascua de Resurrección.
  - 4º) Ayunar y abstenerse de comer carne cuando lo manda la Iglesia.
  - 5º) Ayudar a la Iglesia en sus necesidades.



# EXAMEN DE CONCIENCIA SEGÚN LOS MANDAMIENTOS DE LA LEY DE DIOS<sup>2</sup>

---

## Primer mandamiento: “amarás a Dios sobre todas las cosas”

— El primer mandamiento comprende los deberes de creer en Dios y dar testimonio de Él, de esperar en Él, de amarle sobre todas las cosas y darle el culto debido. Nos pide que alimentemos y guardemos con prudencia y vigilancia nuestra fe y que rechacemos todo lo que se opone a ella; que deseemos confiadamente que Dios nos dé la capacidad de devolverle el amor y de obrar conforme a los mandamientos de la caridad; y que respondamos a la caridad divina mediante un amor sincero, amando a Dios sobre todas las cosas y a las criaturas por Él y a causa de Él.

— Son deberes para con Dios ofrecerle el culto que le corresponde: la adoración, reconociéndole como Dios, Creador y Salvador, Señor y Dueño de todo lo que existe, y reconociendo la ‘nada de la criatura’, que sólo existe por Dios. La oración de alabanza y de acción de gracias, de intercesión y de súplica, que son expresiones de nuestra

adoración a Dios. Los sacrificios, uniéndonos al único sacrificio perfecto que es el que ofreció Cristo en la cruz en ofrenda total al amor del Padre y por nuestra salvación, podemos hacer de nuestra vida un sacrificio para Dios. Y también, cumplir las promesas y los votos que se le han hecho.

— Prohíbe todos los actos que van contra el honor debido a Dios. Los pecados más graves y comunes contra el primer mandamiento son: creer alguna cosa contra la fe o fomentar dudas sobre ella; desconfiar de la misericordia paternal de Dios; leer, retener o propagar escritos contrarios a la religión; la superstición, creer en fuerzas ocultas y ridículas; la idolatría o adoración de dioses falsos; la adivinación y la magia, el recurso a medios ilícitos que equivocadamente se supone “desvelan” el porvenir; la irreligión, tentar a Dios o cometer sacrilegios; el ateísmo o negación de Dios.

---

## Segundo mandamiento: “no tomarás el nombre de Dios en vano”

— El segundo mandamiento manda respetar y usar con reverencia el nombre de Dios, que es santo.

— Prohíbe: la blasfemia contra Dios, la Virgen y los santos; el uso irreverente o innecesario del nombre de Dios; el juramento en falso, el perjurio y el jurar sin necesidad.

---

## Tercer mandamiento: “santificarás las fiestas”

— El tercer mandamiento nos manda dar culto a Dios el domingo y las fiestas de precepto.

— “Domingo” significa “día del Señor”; en él se celebra la resurrección de Jesucristo, por eso es un día de fiesta especialmente dedicado al culto divino mediante la parti-

cipación en la Eucaristía y el descanso del trabajo.

— La institución del domingo contribuye a que todos disfruten de un reposo y ocio suficientes para cultivar la vida familiar, cultural, social y religiosa. La asistencia a la celebración eucarística los domingos y fies-

---

<sup>2</sup> Cf. Catecismo de la Iglesia Católica, 2052-2557.



tas de precepto es un deber grave que nos obliga bajo pecado mortal, a no ser que estemos excusados por una razón seria (por ejemplo, enfermedad, el cuidado de niños pequeños) o dispensados por nuestro

párroco u obispo. Las necesidades familiares o una gran utilidad social constituyen excusas legítimas respecto al precepto del descanso dominical.

---

## Cuarto mandamiento: “honrarás a tu padre y a tu madre”

— El cuarto mandamiento manda el amor, el respeto y la obediencia en la familia y en la sociedad.

— La familia es una comunidad nacida del amor entre un hombre y una mujer, que se comprometen en alianza matrimonial a amarse fielmente entre sí durante toda la vida y a cooperar con Dios en la generación y educación de los hijos. La Iglesia denomina a la familia “Iglesia doméstica”.

— En el cuarto mandamiento Dios pide a los esposos que se amen entre sí, que reciban responsablemente a los hijos y que los eduquen con amor. Los padres tienen el deber de atender, en la medida de lo posible, las necesidades materiales y espirituales de sus hijos. Son los primeros responsables de la educación de sus hijos en la fe, en la oración y en todas las virtudes. Los padres deben acoger y respetar con alegría y acción de gracias el llamamiento del Señor a uno de sus hijos para que le siga en la virginidad por el Reino, en la vida consagrada o en el ministerio sacerdotal.

— Dios quiere que los hijos honren a sus padres. Que les presten ayuda material y moral en los años de vejez y durante sus enfermedades, y en momentos de soledad

o de abatimiento. Que se dé honor, afecto y reconocimiento a los abuelos y antepasados.

— Los cristianos están obligados a una especial gratitud para con aquellos de quienes recibieron el don de la fe, la gracia del bautismo y la vida en la Iglesia.

— Las obligaciones del cuarto mandamiento se extiende a los deberes de los alumnos respecto a los maestros, de los empleados respecto a los patronos, de los subordinados respecto a sus jefes, de los ciudadanos respecto a su patria, a los que la administran o la gobiernan.

— Los ciudadanos están obligados a cumplir las leyes, a pagar los impuestos y a cooperar con las autoridades civiles en la construcción de la sociedad en espíritu de verdad, justicia, solidaridad y libertad. La autoridad pública está obligada a respetar los derechos de las personas y el justo ejercicio de su libertad.

— El cristiano está obligado en conciencia a no obedecer las leyes injustas contrarias a las exigencias del orden moral, pues como lo enseñaron los Apóstoles: “Hay que obedecer a Dios antes que a los hombres” (Hch 5,29).

---

## Quinto mandamiento: “no matarás”

— El quinto mandamiento nos manda querer bien a todos y perdonar a nuestros enemigos. Nos prohíbe hacer daño a la propia vida o a la de otros con palabras, obras o deseos.

— Toda **vida humana** es sagrada y debe ser respetada y protegida de manera absoluta desde el momento de su concepción hasta su muerte natural, porque desde su inicio es fruto de la acción creadora de Dios y permanece siempre en una especial rela-

ción con el Creador, su único fin. Sólo Dios es Señor de la vida; nadie, en ninguna circunstancia, puede atribuirse el derecho de matar de modo directo a un ser humano inocente.

— El **aborto** voluntario es un pecado muy grave porque, desde su concepción, el ser humano tiene derecho a la vida. Nadie tiene derecho a quitar la vida a un inocente, y además indefenso. Por ello la iglesia sanciona a quién lo comete, y a quienes coope-



ran formalmente, con la pena de excomunión.

— El **embrión humano** debe tratarse, desde su concepción, con el respeto debido a toda persona humana. No todo lo que es legal, técnica, médica o científicamente posible, es moralmente aceptable. Es inmoral producir embriones humanos destinados a ser explotados como «material biológico» disponible. Los intentos de intervenir en el patrimonio cromosómico y genético son contrarias a la dignidad personal del ser humano. Un diagnóstico prenatal que atestigua la existencia de una malformación o de una enfermedad hereditaria no debe equivaler a una sentencia de muerte

— El hombre no puede disponer de su propia vida porque no es dueño de ella, sino administrador. Cada cual es responsable de su vida ante Dios que se la ha dado. Él es su único dueño soberano. Nosotros estamos obligados a recibirla con gratitud y conservarla para Su honor y para la salvación de nuestras almas. Por eso son pecados muy graves el **suicidio** y la **eutanasia**, cualesquiera que sean los motivos y los medios. Los cuidados ordinarios debidos a una persona enferma no pueden ser legítimamente interrumpidos. La interrupción de tratamientos médicos extraordinarios o desproporcionados puede ser legítima, si con esto no se pretende provocar la muerte.

— La prohibición de matar no suprime el derecho la **legítima defensa** de la propia vida, o de la de aquellos que somos responsables (familia o sociedad), con medios proporcionados, cuando es injustamente

agredida, aunque se siga la muerte del injusto agresor.

— El **escándalo** es el comportamiento o la actitud que induce a otro a hacer el mal. El que escandaliza se convierte en tentador de su prójimo. El escándalo es una falta grave si, por acción u omisión, arrastra deliberadamente a otro a una falta grave. El escándalo es más grave cuando es causado por quienes están obligados a enseñar y educar a otros.

— Tenemos obligación de cuidar la **salud**, porque la vida y la salud son bienes preciosos confiados por Dios. Debemos cuidar de ellos racionalmente teniendo en cuenta las necesidades de los demás y el bien común. El uso de drogas, fuera del caso estrictamente terapéutico, y el consumo excesivo de alcohol ocasionan graves daños a la salud. Además crean en el que los consume una dependencia. Por ello, constituyen una falta grave.

— A los **moribundos** se han de prestar todas las atenciones necesarias para ayudarles a vivir su últimos momentos en la dignidad y la paz. Deben ser ayudados por la oración de sus parientes, los cuales deben cuidar que los enfermos reciban a tiempo los sacramentos que preparan para el encuentro con el Dios vivo.

— Los cuerpos de los **difuntos** deben ser tratados con respeto y caridad, en la fe y la esperanza de la resurrección. Enterrar a los muertos es una obra de misericordia corporal, que honra a los hijos de Dios, templos del Espíritu Santo. La Iglesia permite la incineración cuando con ella no se cuestiona la fe en la resurrección del cuerpo.

---

## Sexto mandamiento: “no cometerás actos impuros”

— El sexto mandamiento enseña el recto sentido de la **sexualidad humana**, que abraza todos los aspectos de la persona humana, en la unidad de su cuerpo y de su alma. Hace referencia particularmente a la afectividad, a la capacidad de amar y de procrear y, de manera mas general, a la aptitud para establecer vínculos de comunión con otro.

— Dios creó al ser humano **hombre y mujer**; con distinta y complementaria identidad sexual y con idéntica dignidad

personal. A cada uno, hombre y mujer, corresponde reconocer y aceptar su propia **identidad sexual**. Las diferencias físicas, morales y espirituales, están orientadas a los bienes del matrimonio y al desarrollo de la vida familiar.

— La sexualidad es verdaderamente humana cuando está integrada en la relación de persona a persona, en el don mutuo total, exclusivo, abierto a la vida y temporalmente ilimitado del hombre y de la mujer en el **matrimonio**. Entre bautizados, el víncu-



los indisoluble del matrimonio está santificado por el sacramento.

— La alianza matrimonial implica un **amor fiel y abierto a la vida** por la fecundidad, y les confiere la obligación de guardar indisoluble su matrimonio. La fecundidad es un don, un bien, un fin del matrimonio, una manera de imitar en la carne la generosidad y la fecundidad del Creador. De esta unión nacen todas las generaciones humanas. Dando la vida a los hijos, los esposos participan de la paternidad de Dios.

— Por razones justificadas, los esposos pueden querer espaciar el nacimiento de sus hijos. Esta decisión pertenece solo a los esposos, y deben cerciorarse, pidiendo luz a Dios, de que su decisión no nace del egoísmo, sino que es conforme a la justa generosidad de una **paternidad responsable**. No cualquier método, aunque sea médica o científicamente posible, es moralmente lícito para regular la natalidad. Se consideran medios lícitos la continencia periódica y los medios naturales fundados en la autoobservación y el recurso a los periodos infecundos naturales de la mujer.

— Es inmoral e ilícita, por ser intrínsecamente mala, toda acción que, o en previsión del acto conyugal, o en su realización, o en el desarrollo de sus consecuencias naturales, se proponga como fin o como medio hacer imposible la procreación; como, por ejemplo, la **esterilización** masculina o femenina y los **anticonceptivos** (preservativo o condón, píldora, parches, etc.)

— Son **ofensas graves a la dignidad del matrimonio** —por ser contrarios a la ley natural— el adulterio, el divorcio, la poligamia, el incesto, la unión libre (concubinato o amancebamiento) y la “unión a prueba”.

— Los esposos no hacen nada malo procurando el **placer sexual** y gozando de él. El Creador estableció que en la función de la generación los esposos experimentasen un placer y una satisfacción del cuerpo y del espíritu. El placer sexual es pecado cuando es buscado por sí mismo, separado de las finalidades de procreación y de unión o fuera del matrimonio.

— La **lujuria** es un deseo o goce desordenado del placer sexual.

— La **castidad** es la integración de la sexualidad en la persona. Es una virtud moral que forma parte de la virtud cardinal de la templanza. Es también un don de Dios, una gracia. Entraña el aprendizaje del dominio personal.

— Todos los cristianos están llamados a vivir la castidad según su estado de vida particular. Las personas casadas son llamadas por Dios a vivir la **castidad conyugal**; las otras practican la castidad en la **continencia**.

— Los **novios** están llamados a vivir la castidad en la continencia. En esta prueba descubren el mutuo respeto, aprenden la fidelidad y esperan recibirse el uno y el otro de Dios. Deben reservar para el tiempo del matrimonio las manifestaciones de ternura específicas del amor conyugal y deben ayudarse a crecer en la castidad.

— Los **pecados** más graves contra la castidad son: la masturbación, la fornicación, las actividades pornográficas, la prostitución, la violación y las prácticas homosexuales.

— La **homosexualidad** o atracción sexual hacia personas del mismo sexo, en sí misma, no es pecado. Pero, la práctica de la homosexualidad no puede recibir aprobación en ningún caso. Los **actos homosexuales** son depravaciones graves, intrínsecamente desordenados y contrarios a la ley natural. No proceden de una verdadera complementariedad afectiva y sexual y cierran el acto sexual al don de la vida.

— Hay hombres y mujeres que presentan **tendencias homosexuales** instintivas, cuyo origen psíquico permanece en gran medida inexplicado. Estas personas —que no han elegido su condición homosexual, sino que ésta constituye para la mayoría de ellos una auténtica prueba— deben ser acogidas con respeto, compasión y delicadeza, evitando todo signo de discriminación injusta; están llamadas a realizar la voluntad de Dios en su vida y a vivir la castidad en continencia, y, si son cristianas, a unir al sacrificio de la cruz del Señor las dificultades que puedan encontrar a causa de su condición. Pueden y deben acercarse gradual y resueltamente a la perfección cristiana mediante el libre dominio de sí mismo, la oración, los sacramentos y la amistad desinteresada.



---

## Séptimo mandamiento: “no robarás”

— El séptimo mandamiento prescribe la justicia y la caridad en la gestión de los **bienes** terrenos y de los frutos del **trabajo** de los hombres. Prohíbe robar, y prohíbe tomar o retener el bien del prójimo injustamente y perjudicar de cualquier manera al prójimo en sus bienes.

— **Robar** es apoderarse del bien ajeno contra la voluntad razonable de su dueño. Toda forma de retener injustamente el bien ajeno, aunque no contradiga las disposiciones de la ley civil, es contraria al séptimo mandamiento: retener deliberadamente bienes prestados u objetos perdidos; defraudar en el ejercicio del comercio; pagar salarios injustos; elevar los precios especulando con la ignorancia o necesidad ajenas; la corrupción mediante la cual se vicia el juicio de los que deben tomar decisiones; la apropiación y el uso privado de los bienes sociales de una empresa; los trabajos mal hechos; el fraude fiscal; la falsificación de cheques y facturas; los gastos excesivos; el despilfarro; causar voluntariamente daños a las propiedades privadas o públicas.

— Los **juegos de azar** (de cartas, lotería, etc.) o las apuestas no son en sí mismos contrarios a la justicia. No obstante, resultan moralmente inaceptables cuando privan a la persona de lo que es necesario para atender a sus necesidades, a las de su familia o las de los demás.

— Todo pecado contra la justicia, bien sea el robo, bien el daño causado injustamente, exige la **restitución** lo robado a su propietario y la **reparación** el mal cometido.

— El séptimo mandamiento prohíbe todo lo que por cualquier razón conduce a **esclavizar** seres humanos, a **menospreciar** su dignidad personal, a comprarlos, a venderlos y a cambiarlos como mercancías. Es un pecado contra la dignidad de las personas y sus derechos fundamentales reducirlos por la violencia a la condición de objetos de consumo o a una fuente de beneficios.

— El séptimo mandamiento exige el respeto de la integridad de la **creación**. El dominio concedido por el Creador al hombre sobre los seres inanimados (recursos minerales) y los seres vivos (vegetales o animales) no es absoluto; está regulado por el cuidado de la calidad de la vida del prójimo incluyendo la de las generaciones venideras.

— Los **animales** están confiados por Dios a la administración del hombre que les debe benevolencia. Pueden servir a la justa satisfacción de las necesidades del hombre (alimento, vestido, ayuda en el trabajo) pero no podemos abusar de ellos ni destinar a ellos los bienes y el afecto debido a los seres humanos.

— El **trabajo** es un deber: “si alguno no quiere trabajar, que tampoco coma” (2Tes 3,10). El trabajo humano prolonga la obra de la creación, dominando la tierra; honra los dones del Creador y los talentos recibidos. Soportando el peso del trabajo, el hombre colabora en cierta manera con el Hijo de Dios en su obra redentora. El trabajo puede ser un medio de santificación y de animación de las realidades terrenas según el espíritu de Cristo.

---

## Octavo mandamiento: “no darás falso testimonio ni mentirás”

— El octavo mandamiento prohíbe falsear la verdad en las relaciones con el prójimo. Prescribe la **veracidad**, sinceridad o franqueza, que es la virtud que consiste en mostrarse veraz en los propios actos y en decir verdad en las palabras, evitando la duplicidad, la simulación y la hipocresía.

— El cristiano está obligado al **testimonio** de su fe. Debe actuar como testigo del

Evangelio y de las obligaciones que de él se derivan. En las situaciones que exigen dar testimonio de la fe, el cristiano debe profesarla sin ambigüedad. El martirio es el supremo testimonio de la verdad de la fe.

— Los **pecados** contra la verdad son: el falso testimonio, el perjurio, el juicio temerario, la maledicencia, la calumnia, la adulación, la vanagloria, la ironía y la mentira.



— La **mentira** consiste en decir una falsedad con intención de engañar. La mentira es la ofensa más directa contra la verdad. Su gravedad se mide según la naturaleza de la verdad que deforma, según las circunstancias, las intenciones del que la comete, y los daños padecidos por los que resultan perjudicados.

— Toda falta cometida contra la justicia y la verdad entraña el deber de **reparación**, aunque su autor haya sido perdonado. Este deber de reparación se refiere también a las faltas cometidas contra la reputación del prójimo.

— Nadie está obligado a **revelar** una verdad a quién no tiene derecho a conocerla. El bien y la seguridad del prójimo, el respe-

to a la vida privada, el bien común, el deber de evitar un escándalo, son razones suficientes para callar lo que no debe ser conocido, o para usar un lenguaje discreto. La caridad y el respeto de la verdad deben dictar la respuesta a toda petición de información o de comunicación.

— El **secreto del sacramento de la Reconciliación** es sagrado y no puede ser revelado por ningún motivo. Los **secretos profesionales** y las **confidencias** hechas bajo secreto deben ser guardados, salvo los casos excepcionales en los que el no revelarlos podría causar al que los ha confiado, al que los ha recibido o a un tercero daños muy graves y evitables únicamente mediante la revelación de la verdad.

---

## Noveno mandamiento:

### “no consentirás pensamientos ni deseos impuros”

— La **concupiscencia** es toda forma vehemente de deseo humano que procede del pecado original y provoca una tensión entre el cuerpo y el espíritu que desordena las facultades morales del hombre y que, sin ser una falta en sí misma, le inclina a cometer pecados.

— El noveno mandamiento pone en guardia contra el desorden o concupiscencia de la carne. La lucha contra la concupiscencia de la carne pasa por la **purificación del corazón**, que es la sede de la personalidad moral, y por la práctica de la templanza.

— La **pureza** del corazón nos alcanzará el ver a Dios. Hay un vínculo entre la pureza del corazón, la del cuerpo y la de la fe. Ya desde ahora esta pureza nos concede ver según Dios, recibir al otro como un prójimo; nos permite considerar el cuerpo humano, el nuestro y el del prójimo, como un

templo del Espíritu Santo, una manifestación de la belleza divina.

— La **victoria sobre la concupiscencia** de la carne se consigue con la gracia de Dios mediante la oración; mediante la virtud y el don de la castidad, que nos permite amar con un corazón recto e indiviso; mediante la pureza de intención y de mirada; mediante la disciplina de los sentidos y de la imaginación; y mediante el rechazo de toda complacencia en los pensamientos impuros.

— La pureza exige el **pudor**, que preserva la intimidad de la persona. El pudor designa el rechazo a mostrar lo que debe permanecer velado. Está ordenado a la castidad y ordena las miradas y los gestos en conformidad con la dignidad de las personas y con la relación que existe entre ellas. El pudor protege el misterio de las personas y de su amor.

---

## Décimo mandamiento:

### “no codiciarás los bienes ajenos”

— El décimo mandamiento se refiere a la “concupiscencia de los ojos” que es la raíz del robo, de la rapiña y del fraude, y que lleva a la violencia y a la injusticia. Se refiere a la **intención del corazón**.

— Los principales pecados contra el décimo mandamiento son la **avaricia** y la **envidia**.

— La **avaricia** es el deseo inmoderado de los bienes terrenos o del poder. No se quebranta este mandamiento deseando obte-



ner cosas que pertenecen al prójimo siempre que sea por medios justos.

— La **envidia** es la tristeza que se experimenta ante el bien del prójimo y el deseo desordenado de apropiárselo. Es un pecado capital.

— El cristiano debe vivir desapegado de los bienes de este mundo, con espíritu de **po-breza evangélica**, abandonado confiadamente en la **providencia** del Padre del cielo que nos libera de la inquietud por el mañana. El desprendimiento de las riquezas es obligatorio para entrar en el Reino de los cielos.





# EXAMEN BREVE PARA ADULTOS

## MIS DEBERES PARA CON DIOS

*Amarás al Señor tu Dios con todo el corazón*

¿Quiero a Dios de manera que en verdad lo ame sobre todas las cosas?

¿Lo demuestro cumpliendo sus mandamientos?

¿Creo firmemente todo lo que enseña la Santa madre Iglesia... ?

¿Espero en Dios, en su bondad y su misericordia a pesar de las dificultades de la vida?

¿Me paso los días sin rezar, sin acordarme de Dios, mi Padre?

Los domingos y festivos, ¿cumpla con el deber cristiano de participar en la Eucaristía?

¿Me preocupo de que mis hijos participen?

¿He evitado trabajar en los días festivos?

¿He observado el precepto de la confesión al menos anual y de la comunión pas-cual?

¿He jurado en falso?

¿He pronunciado palabras injuriosas contra Dios, contra la Virgen? ¿uso el nombre de Dios en vano?

¿Practico o creo en el espiritismo, horóscopos, adivinos, güija, etc... ?

## MIS DEBERES PARA CON EL PRÓJIMO

*Amaos los unos a los otros como yo os he amado*

¿Tengo auténtico amor a mi prójimo o abuso de mis hermanos usándolos para mis fines?

¿Me comporto con los demás como quiero que los demás se comporten conmigo?

¿Soporto con paciencia los defectos del prójimo?

¿Juzgo a los demás?

¿He dado mal ejemplo en casa, en el trabajo, en clase, con las amistades, etc.?

¿He sido motivo de discordia en la familia, entre los amigos?

Esposos: ¿he sido siempre fiel en los afectos y en las acciones?, ¿he sido comprensivo en los momentos de dificultad?

¿En la vida matrimonial soy respetuoso de las enseñanzas de la Iglesia acerca de la apertura y respeto a la vida?

Padres: ¿me preocupo por educar cristianamente a mis hijos, sobre todo con el ejemplo de mi vida?

Hijos: ¿Respeto y amo a mis padres? Si son ancianos ¿Les presto la ayuda que necesitan?

¿Ayudo a los que tienen menos que yo? o ¿me desentiendo de los demás?

¿Colaboro en las actividades de la parroquia? ¿Ayudo económicamente a la Iglesia, según mis posibilidades?

¿Cumpla mis deberes de ciudadano? ¿Me preocupo por las cosas de la comunidad humana en que vivo (pueblo, asociación de vecinos, padres de alumnos,...) o me paso la vida preocupado solo de mí mismo?

¿He pagado regularmente mis impuestos?

Si tengo empleados ¿les pago el salario justo y a su tiempo?

¿Cumpla fielmente con mis responsabilidades y horario de trabajo o estudio?

¿Digo siempre la verdad?

¿He cumplido los contratos y promesas?



¿He perjudicado a alguien con mis palabras falsas, calumniosas, o revelando algún secreto?

¿He omitido de testimoniar la inocencia del prójimo, de forma culpable y egoísta?

¿He atentado en alguna forma contra mi integridad física o la de los demás?

¿He realizado, procurado o inducido al aborto?

Si alguien me ha ofendido ¿he otorgado mi perdón como quiero y pido que me perdonen? ¿Mantengo en mí el rencor, el odio, la envidia, el deseo de venganza?

¿He robado o deseado poseer algo contra la voluntad de su dueño? ¿He causado a otros algún perjuicio en sus bienes?

¿He restituido aquello que sustraje y reparado los daños causados?

¿He jugado con los sentimientos de los demás?

¿Me he aprovechado sexualmente de alguien?

¿Busco la amistad con los demás por conveniencia?

¿Me preocupo de que los demás se acerquen a Dios?

¿He dado siempre testimonio de mi fe cristiana o la oculto o disimulo por vergüenza o conveniencia? ¿Los demás notan que soy cristiano?

## MIS DEBERES PARA CONMIGO MISMO

*Sed perfectos como vuestro Padre es perfecto*

¿Me esfuerzo por superar mis vicios, mis inclinaciones y pasiones malas?

¿Soy egoísta, orgulloso, autosuficiente, impositivo?

¿Busco ser el centro de todo, llamar la atención, hacerme el gracioso?

¿Me acepto tal y como soy, sin complejos, y me esfuerzo por madurar como persona?

¿Trato de aparentar lo que no soy?

¿Es siempre recta mi intención en el obrar?

¿Soy capaz de perdonar? ¿Y de pedir perdón?

¿Me esfuerzo por avanzar en la vida espiritual perseverando en la oración, la lectura y la meditación de la Palabra de Dios, participando en los sacramentos, luchando contra mi egoísmo... ?

¿He soportado con paciencia, en espíritu de fe, los dolores y las pruebas de la vida?, ¿he buscado practicar alguna mortificación o sacrificio, para completar lo que falta a la pasión de Cristo? ¿he observado la ley del ayuno y la abstinencia?

¿Cómo uso el tiempo y los dones que Dios me ha dado? ¿en provecho propio o en bien de los demás?

¿He mantenido mi cuerpo, como templo que es del Espíritu Santo, en pureza y castidad o he profanado mi cuerpo con la fornicación, la impureza, con palabras o pensamientos indignos, con torpes acciones o deseos?

¿He guardado mis sentidos y evitado las ocasiones de ensuciarme en el espíritu y en el cuerpo con pensamientos y malos deseos, con palabras y acciones indignas?

¿He obrado contra mi integridad física (por ejemplo con la esterilización)?

¿He incitado a otros al pecado por mi falta de decencia en el vestir o hablar?

¿He abusado del alcohol? ¿Con mis palabras o con mi ejemplo ¿He inducido a otros a beber?

¿Consumo algún tipo de droga? ¿Hago que otros la consuman?

¿Atento de alguna manera contra mi propia integridad física, moral o espiritual?

¿He actuado alguna vez contra mi conciencia por temor o hipocresía?



# EXAMEN DE CONCIENCIA PARA JÓVENES

## *¿Tengo motivos para pedir perdón a Dios?*

*Amarás al Señor tu Dios  
con todo el corazón*

### **Por mi poca amistad con Dios:**

- \* Me he acordado poco o nada de Él.
- \* Digo su nombre sin necesidad, o como palabrota.
- \* No me importan mucho sus mandamientos.
- \* Falto a misa los domingos.
- \* Me distraigo o distraigo a los demás en la Misa.
- \* Retraso mucho la Confesión.
- \* Practico espiritismo, güija, tarot...
- \* Creo en los horóscopo.
- \* No me acuerdo casi de rezar.
- \* Soy perezoso para las cosas de Dios.
- \* Dedico más tiempo a internet, redes, tv... que a Dios y sus cosas.
- \* En algunas ocasiones siento vergüenza de manifestarme como cristiano.
- \* No hago nada por que los demás se acerquen más a Dios.
- \* No apporto ni colaboro en las actividades de la Iglesia.

*Sed perfectos  
como vuestro Padre es perfecto*

### **Por no quererme a mi mismo, como Dios me quiere:**

- \* Soy egoísta, orgulloso, autosuficiente.
- \* Me creo superior a los que me rodean.
- \* Busco ser siempre el centro de atención.
- \* Tengo envidia de alguien.
- \* No me acepto como Dios me ha hecho.
- \* Busco lo fácil, cómodo, lo que no cuesta.
- \* No reconozco los dones que Dios me ha dado.
- \* No los pongo al servicio de los demás.
- \* No doy de mí todo lo que podría dar.
- \* Actúo según mis sentimientos o estados de ánimo, no según mis convicciones.
- \* He abusado del alcohol, he tomado drogas.
- \* He visto o difundido pornografía.
- \* He alimentado pensamientos o deseos impuros.



- \* Soy inconstante en mis decisiones.
- \* A veces me comporto como un animal.
- \* Soy susceptible y me ofendo con facilidad.
- \* No cumplo con mis obligaciones de estudiante o trabajador.
- \* Me molesta que me corrijan.
- \* Soy susceptible.
- \* Soy mentiroso.
- \* A veces, actúo contra mi conciencia.
- \* Nadie nota que soy cristiano.

*Amaos los unos a los otros  
como yo os he amado*

**Por no amar a los otros como Dios les ama.**

- \* Sólo trato con quien me cae bien.
- \* He insultado, maltratado a alguien.
- \* Acoso o abuso de los más débiles que yo.
- \* Me burlo de los que tienen defectos.
- \* Critico a los demás.
- \* Difundo lo malo de los demás.
- \* Propago mentiras sobre los demás.
- \* No ayudo a quién me necesita.
- \* No me sacrifico por los demás.
- \* He jugado con los sentimientos de alguien.
- \* Me he aprovechado sexualmente de alguien.
- \* He cometido actos impuros conmigo mismo o con otra persona.
- \* Miro con ojos sucios a otras personas.
- \* He sido indecente en el vestir o hablar.
- \* Quiero llevar siempre la razón.
- \* No he querido perdonar.
- \* No he querido pedir perdón.
- \* Guardo rencor.
- \* He dado mal ejemplo.
- \* No respeto a mis padres.
- \* No respeto a los mayores.
- \* No ayudo en casa.
- \* Maltrato a mis hermanos.
- \* No cumplo mis obligaciones.
- \* He cogido lo que no es mío.



## TEXTOS PARA LA REFLEXIÓN

— “Y el séptimo día Dios descanso, teniendo alguien a quien perdonar sus pecados” (San Ambrosio). La misericordia es la clave que explica toda la trama de la creación y de la salvación. Hemos sido creados para ser perdonados.

— “Una invocación objetivamente falsa de la misericordia divina corre el peligro de banalizar la imagen de Dios, según la cual Dios no podría más que perdonar. Al misterio de Dios pertenece el hecho de que junto a la misericordia están también la santidad y la justicia. Si se esconden estos atributos de Dios y no se toma en serio la realidad del pecado, tampoco se puede hacer plausible a los hombres su misericordia. Jesús recibió a la mujer adúltera con gran compasión, pero también le dijo: “anda, y en adelante no peques más” (Jn 8,11). La misericordia de Dios no es una dispensa de los mandamientos de Dios y de las disposiciones de la Iglesia. Mejor dicho, ella concede la fuerza de la gracia para su cumplimiento, para levantarse después de una caída y para llevar una vida de perfección de acuerdo a la imagen del Padre celestial” (Card. Gerhard L. Müller).

— El Evangelio es la revelación, en Jesucristo, de la misericordia de Dios con los pecadores (cf Lc 15). El ángel anuncia a José: “Tú le pondrás por nombre Jesús, porque él salvará a su pueblo de sus pecados” (Mt 1, 21). Y en la institución de la Eucaristía, sacramento de la redención, Jesús dice: “Esta es mi sangre de la alianza, que va a ser derramada por muchos para remisión de los pecados” (Mt 26, 28) (Catecismo 1846).

— “Cristo ha construido en el Calvario una piscina de purificación y de salvación que llenó con su sangre, por Él vertida; pero, si los hombres no se bañan en sus aguas y no lavan en ellas las manchas de su iniquidad, no serán ciertamente purificados y salvados. Para que todos los pecadores se purifiquen en la sangre del Cordero, es necesaria su propia colaboración. Aunque Cristo, hablando en términos generales, haya reconciliado a todo el género humano con el Padre por medio de su muerte cruenta, quiso, sin embargo, que todos se acercasen y fuesen llevados a la Cruz por medio de los Sacramentos y por medio del Sacrificio de la Eucaristía, para poder obtener los frutos de salvación en la misma Cruz por Él ganados” (Pio XII, *Mediator Dei*).

— “Dios, nos reconcilió consigo por medio de Cristo y nos encargó el ministerio de la reconciliación. Porque Dios mismo estaba en Cristo reconciliando al mundo consigo, sin pedirles cuenta de sus pecados, y ha puesto en nosotros el mensaje de la reconciliación. Por eso, nosotros actuamos como enviados de Cristo, y es como si Dios mismo exhortara por medio de nosotros. En nombre de Cristo os pedimos que os reconciliéis con Dios” (2Cor 5,18ss).

— Dios, “que te ha creado sin ti, no te salvará sin ti” (San Agustín). La acogida de su misericordia exige de nosotros la confesión de nuestras faltas. “Si decimos que no tenemos pecado, nos engañamos y la verdad no está en nosotros. Si reconocemos nuestros pecados, fiel y justo es Dios para perdonarnos los pecados y purificarnos de toda injusticia” (1 Jn 1,8s) (Catecismo 1847).

— “Si decimos que no hemos pecado, lo hacemos mentiroso y su palabra no está en nosotros” (1Jn 1,9).

— “El hombre, mientras permanece en la carne, no puede evitar todo pecado, al menos los pecados leves. Pero estos pecados, que llamamos leves, no los consideres poca cosa: si los tienes por tales cuando los pesas, tiembla cuando los cuentas. Muchos objetos pequeños hacen una gran masa; muchas gotas de agua llenan un río. Muchos granos hacen un montón. ¿Cuál es entonces nuestra esperanza? Ante todo, la confesión” (San Agustín) (Catecismo 1863).

— “Donde abundó el pecado, sobreabundó la gracia” (cf. Rm 5, 20). Pero para hacer su obra, la gracia debe descubrir el pecado para convertir nuestro corazón y conferirnos “la justicia para la vida eterna por Jesucristo nuestro Señor” (Rm 5,20-21). Como un médico que descubre la herida antes de curarla, Dios, mediante su Palabra y su Espíritu, proyecta una luz viva sobre el pecado (Catecismo 1848).

— “Feliz culpa que nos mereció tal redentor” (Pregón pascual).

— “El pecado imperdonable, en este mundo y en el otro, es aquel que despreciando mi misericordia no quiere ser perdonado.

Por esto lo tengo por el más grave, porque la desesperación de Judas me entristeció más a mí mismo y fue más doloroso para mi Hijo que su misma traición. Los hombres serán condenados por este falso juicio, que les



hace creer que su pecado es más grande que mi misericordia” (Santa Catalina de Siena, Diálogo 37).

— “La vergüenza que nos impide confesar el primer error, nos hace cometer muchos otros” (La Fontaine).

— “Aquel que reconoce sus propios pecados es más grande que aquel que, por su oración, resucita a los muertos. Aquel que gime durante una hora por su alma es más grande que el que abraza al mundo por su contemplación. Aquel a quien se le ha dado ver la verdad sobre sí mismo es más grande que aquel a quien le ha sido dado ver a los ángeles” (San Isaac el Sirio).

— El Sacramento de la Penitencia, también llamado LA CONFESIÓN, es el sacramento instituido por Cristo, para perdonar los pecados cometidos después del bautismo. Se llama también “Sacramento de la Reconciliación”, “Sacramento del Perdón”, “Sacramento de la Conversión” y “Sacramento de la Confesión”.

— Sólo Dios tiene poder para perdonar los pecados. Pero Dios quiere perdonar los pecados por medio de los obispos y sacerdotes de su Iglesia, a quienes ha dado el poder sagrado de absolver en su nombre.

— Jesucristo instituyó el Sacramento de la Penitencia el día de su Resurrección, cuando se apareció a los apóstoles y les dijo: “Recibid el Espíritu Santo. A quienes perdonéis los pecados, les quedan perdonados; y a quienes se los retengáis, les quedan retenidos” (Jn 20, 23).

— El Sacramento de la Penitencia produce una verdadera “resurrección espiritual”: nos reconcilia con Dios, nos reconcilia con la Iglesia, nos perdona la pena eterna contraída por los pecados mortales, nos perdona parte de la pena temporal merecida por nuestros pecados, nos devuelve la paz de la conciencia y nos aumenta las fuerzas espirituales para nuestra lucha cristiana contra el mal.

— Hay que confesarse al menos una vez al año, o cuando se está en peligro de muerte, y antes de comulgar cuando se es consciente de estar en pecado mortal. Pero, el cristiano

que quiere ser fiel a Jesucristo y desea crecer en la vida de gracia y ser santo, acostumbra a confesarse frecuentemente, aunque no tenga pecados graves.

— Al confesar nuestros pecados lo que en realidad confesamos es la misericordia y el poder de un Dios que es Perdón. Nuestro Dios es el Dios de los dones y de los perdones: ¡Dios siempre perdona, perdona todo y perdona para siempre!

— “La tragedia de Judas, después de la traición, es que ya no logra creer en el perdón. Su arrepentimiento se convierte en desesperación. Ya no ve más que a sí mismo y sus tinieblas, ya no ve la luz de Jesús, esa luz que puede iluminar y superar incluso las tinieblas. De este modo, nos hace ver el modo equivocado del arrepentimiento: un arrepentimiento que ya no es capaz de esperar, sino que ve únicamente la propia oscuridad, es destructivo y no es un verdadero arrepentimiento. La certeza de la esperanza forma parte del verdadero arrepentimiento, una certeza que nace de la fe en que la Luz tiene mayor poder y se ha hecho carne en Jesús” (Benedicto XVI, Jesús de Nazaret II).

— Lo importante no es solo confesarse, sino convertirse. Lo que Dios quiere no es la lista de nuestros pecados, sino la conversión de nuestro corazón. ¿Para que quiere Dios el relato de nuestros pecados? ¡Si Él ya los conoce! Somos nosotros los que tenemos necesidad de caer en la cuenta de “en qué cosas” nos tenemos que convertir y recibir el perdón.

— “Cuando celebra el sacramento de la Penitencia, el sacerdote ejerce el ministerio del Buen Pastor que busca la oveja perdida, el del Buen Samaritano que cura las heridas, del Padre que espera al hijo pródigo y lo acoge a su vuelta, del justo Juez que no hace acepción de personas y cuyo juicio es a la vez justo y misericordioso. En una palabra, el sacerdote es el signo y el instrumento del amor misericordioso de Dios con el pecador” (Catecismo 1465).

— “El Sacramento de la Confesión garantiza que los que son tocados por la gracia de la conversión puedan encontrar la certeza del perdón” (Papa Francisco).

### Textos bíblicos sobre el perdón:

Gn 3, 1-19	Ez 11, 19-20	Mt 6, 14-15	Lc 6, 31-38	Rm 5, 8-9	Col 1, 12-14
Is 1, 10-18	Bar 1, 15-22	Mt 22, 34-40	Lc 15, 1-7	Ef 4, 23-32	Col 3, 8-17
Is 53, 4-6	Mt 5, 1-12	Mc 1, 15-15	Jn 20, 19-23	Ef 5, 1-14	1Jn 1, 6-9





<https://t.me/ParroquiaSanSeveriano>



**“Canal  
San Severiano Difusión”**

para recibir informaciones  
de la Parroquia

<https://t.me/canalSanSeveriano>

**“San Severiano  
Comunidad”**

Para interactuar con la  
Comunidad de la Parroquia

[https://t.me/joinchat/  
SVXZJhi7C4hDY2WVK4XCTg](https://t.me/joinchat/SVXZJhi7C4hDY2WVK4XCTg)



El coste de este cuadernillo es de **2.- Euros**

**Se lo puede llevar, GRATIS.**



**Pero, si deja un donativo en el cepillo**

**nos ayuda 🥰**

**y así podemos seguir ofreciéndolo**

**😊 GRATIS.**

**Donativo por Bizum: 00014**

