

Desde la fe

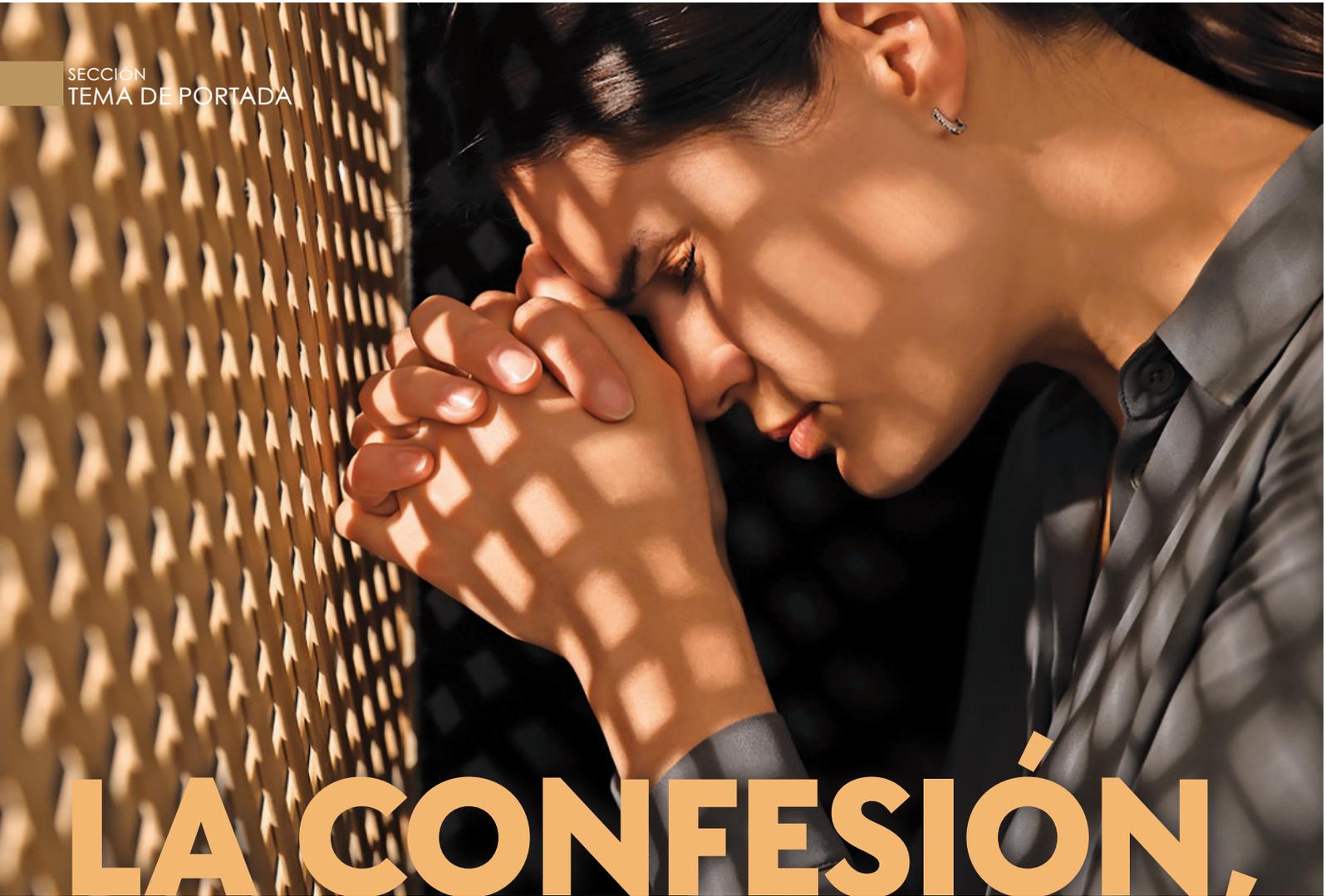
No. 1395/ 14 de abril de 2024

PRECIO SUGERIDO
\$15.00

TEMA DE PORTADA

¿QUÉ HACER ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DE LA CONFESIÓN?

EN EL SACRAMENTO DE LA CONFESIÓN DESCUBRIMOS EL MÁS HERMOSO REGALO QUE JESÚS NOS HA DADO PARA EL PERDÓN DE NUESTRAS FALTAS. ¡ACERQUÉMONOS A ÉL!



LA CONFESIÓN, SIGNO E INSTRUMENTO DEL AMOR DE DIOS

El Sacramento de la Confesión nos obtiene la reconciliación con Dios, pero también otras reconciliaciones que confortan y que es necesario recibir.

Por **Vladimir Alcántara**

[X](#)@desdelafemx

Hay quien puede pensar que tener que confesar sus pecados a un sacerdote es algo penoso y desagradable, pero cuando lo hace descubre que es todo lo contrario, que es liberador, que aligera el alma, que deja a la persona con la sensación de que se ha librado de un peso que venía cargando.

Si profundizamos un poco en esta práctica, si reparamos en que fue instituida por Jesús como signo e instrumento del amor misericordioso de Dios, nos podemos dar cuenta de que es un acto verdaderamente

hermoso, a través del cual nos da la oportunidad de recobrar la gracia perdida después de nuestro Bautismo por causa del pecado.

El pecado, como dice el padre Mike Schmitz, es decirle “no” a Dios. Es decir: “Señor, yo sé lo que Tú quieres, pero voy a hacer lo que yo quiero”. Esto, en principio, no tiene cabida en quien ha decidido seguir a Cristo; sin embargo, como señala el apóstol san Juan, “si decimos que no tenemos pecados, nos engañamos y la verdad no está en nosotros” (1 Juan 1,8).

De manera que todos los seres humanos cometemos pecados, ya sea de pensamiento, palabra, obra u omisión, y

por esa razón es necesario acercarnos al Sacramento de la Confesión, que nos obtiene, de la misericordia de Dios, el perdón por las ofensas cometidas contra Él.

Pero además –como señala san Juan Pablo II en su Exhortación Apostólica

Reconciliatio et Paenitentia–, tal reconciliación con Dios es el principio de otras reconciliaciones, pues el penitente perdonado se reconcilia además consigo mismo; se reconcilia también con sus hermanos agredidos y lesionados; se reconcilia con la Iglesia y se reconcilia con toda la Creación.

Cabe mencionar que en los primeros siglos, la reconciliación de los cristianos que habían cometido pecados estaba vinculada a prácticas muy rigurosas: las personas debían hacer penitencia pública por sus pecados, a veces durante años en caso de faltas muy graves, antes de recibir la reconciliación. Incluso, para aspirar a la reconciliación con la comunidad bajo este orden, en ciertas regiones se admitía a la persona una sola vez en la vida.

Fue en el siglo VII cuando todo cambió: los misioneros irlandeses, inspirados en la tradición monástica de Oriente, llevaron a Europa Continental la práctica de la Penitencia privada, que no exigía la realización pública ni la prolongada de obras de penitencia antes de recibir la reconciliación con la Iglesia.

El Sacramento de la Confesión se realiza desde entonces de manera privada entre el penitente y el sacerdote. Esta práctica introducida en Europa Continental en el siglo VII –y traída posteriormente a lo que hoy es América– preveía la posibilidad de la reiteración del Sacramento y permitía integrar en una sola celebración sacramental el perdón de los pecados graves y de los pecados veniales, como ocurre hasta nuestros días.

Pero, ¿cómo hacer una buena Confesión? ¿Qué hacer antes, durante y después de la misma? Aquí te lo decimos.



Para obtener la reconciliación con Dios y con la Iglesia, es totalmente obligatorio confesar todos los pecados graves.

ANTES DE LA CONFESIÓN

Por **DLF Redacción**

[@desdelafemx](#)

PREVIO AL SACRAMENTO de la Confesión, conviene prepararnos mediante un examen de conciencia hecho a la luz de la Palabra de Dios, desde la última Confesión hasta la actualidad.

En este sentido, es necesario observar nuestros juicios y conductas recorriendo uno por uno los diez mandamientos de la Ley de Dios, los pecados capitales y las obras de misericordia, pidiendo ayuda al Espíritu Santo para recordar los pecados.

Aunque, para efectos prácticos, podemos ir respondiendo estas 15 preguntas que el Papa Francisco sugiere, a fin de analizar cómo ha sido nuestra relación con Dios, con el prójimo y con nosotros mismos. Esto favorece la introspección y sirve de guía para hacer una confesión ordenada. Podemos llevar a la Confesión nuestras anotaciones, ya que aquí ¡sí se vale usar acordeón! Pero escribámoslo en clave para que sólo nosotros lo entendamos, y después rompámoslo y tirémoslo a la basura.

¿Sabías que...?

La Iglesia manda que todo fiel en edad de confesarse debe hacerlo al menos una vez al año. El punto de partida es el momento en que el fiel realiza su Primera Comunión.



SOBRE TU RELACIÓN CON DIOS

1. ¿Participo en Misa los domingos y días de fiesta?
2. ¿Comienzo y termino mi jornada con oración?
3. ¿Pronuncio en vano el nombre de Dios?
4. ¿Me rebelo contra los designios de Dios?
5. ¿Pretendo que Él haga mi voluntad?

SOBRE TU RELACIÓN CON EL PRÓJIMO

6. ¿Sé perdonar a quien me ofende y ayudo a mi prójimo?
7. ¿Juzgo y calumnio a las personas?
8. ¿Me preocupo por los pobres y por los enfermos?
9. ¿Observo la moral conyugal y familiar?
10. ¿Honro a mis padres?

SOBRE LA RELACIÓN CON UNO MISMO

11. ¿Como, bebo, fumo o me divierto en exceso?
12. ¿Me preocupo demasiado de mi salud física, de mis bienes?
13. ¿Me gusta ser servido?
14. ¿Amo y cultivo la pureza de corazón, pensamientos y actos?
15. ¿Nutro venganzas, alimento rencores?



DURANTE LA CONFESIÓN

Por **Vladimir Alcántara**

[X](#)@desdelafemx

TRAS APARECÉRSELE A SUS DISCÍPULOS, el Resucitado les dijo: “La paz sea con ustedes”; les mostró las heridas de sus manos y de su costado, sopló sobre ellos, les dio el Espíritu Santo y la facultad de perdonar pecados... pero no de adivinarlos. Así que es totalmente necesaria la Confesión de viva voz. (Lee Jn 20, 19-23)

¿Y SI ALGUIEN MÁS SE ENTERA DE LO QUE HICE?

No hay por qué tener miedo de que lo que el penitente va a revelar pueda ser difundido o usado en su contra, porque todo sacerdote que oye confesiones está obligado a guardar un secreto absoluto sobre los pecados confesados, bajo penas muy severas. Este secreto, que no admite excepción, se llama “sigilo sacramental”.

Además de tener la total certeza de que la confesión de tus pecados quedará sellada por el Sacramento, durante la Confesión es preciso que tengas humildad y disposición del corazón para reconocer que caíste, te equivocaste, pecaste, y también apertura para recibir el consejo del padre y aceptar lo que te mande como penitencia.



**ESCANEA
EL QR**

si quieres saber qué pasa si ocultas un pecado al confesarte:



CONSIDERA

Los padres deben alentar a los fieles a recibir el Sacramento.

AL LLEGAR, EL PADRE TE DIRÁ:

"Ave María purísima".

A LO QUE DEBES RESPONDER:

"Sin pecado concebida".

En algún momento -antes o al final-, te pedirá que hagas un Acto de Contrición; por ejemplo, rezar el "Yo pecador".

*Señor mío Jesucristo,
Dios y Hombre verdadero,
me pesa de todo corazón
haber pecado,
porque he merecido el infierno
y he perdido el cielo,
pero sobre todo porque te ofendí a Ti,
que eres bondad infinita,
a quien amo sobre todas las cosas.*

*Propongo firmemente, con tu gracia,
enmendarme y evitar las ocasiones
de pecado, confesarme
y cumplir la penitencia.
Confío me perdonarás
por tu infinita misericordia.
Amén.*

Enseguida, te pedirá que digas los pecados por los cuales le pides perdón a Dios.

◀ **Pidamos** a María que nos ayude a hacer una buena Confesión.



▲ El sacerdote confiesa en nombre de Jesús.

Las 5 "C" de la Confesión

CLARA

Di la falta sin buscar excusas o justificaciones como la siguiente: **"Fui infiel porque estaba enojado con mi esposa".**

CONCRETA

No uses frases generales que no dicen nada, como por ejemplo: **"Fallé a la fidelidad" o "Atenté contra las leyes de Dios".**

CONCISA

No des detalles innecesarios, no se requiere ambientación del tipo: **"Cometí el robo como a eso de las 6, había nubes rojizas en el cielo..."**

COMPLETA

No ocultes nada. **Si además del adulterio robaste, no pienses que ya es mucho y que te vas a 'quemar' con el padre.**

CARITATIVA

No involucres a otros, pues te estás confesando tú, no ellos. Está mal decir: **"También mi compadre fue infiel esa vez".**

Para finalizar, cuando concluyas tu Confesión es importante que prestes mucha atención a lo que te dice el sacerdote, y aceptes con humildad su recomen-

Es Jesús con quien te confiesas; el sacerdote sólo está ahí en Su nombre, como instrumento del amor de Dios, ejerciendo los siguientes ministerios:



De Buen Pastor, que busca a la oveja perdida



De Buen Samaritano, que cura heridas



De Padre, que espera al hijo pródigo y lo acoge.



De Juez justo y misericordioso.

SALUD DEL ALMA

EL SACRAMENTO DE LA RECONCILIACIÓN sana, cura nuestra alma, alivia el corazón y buscar redimir nuestras acciones hacia Dios.

No importa cuántos pecados cometiste o qué tan malos sean, confíalos todos. Si omites confesar uno, toda tu Confesión es inválida.

Si lo omitiste por olvido, no hay problema, pero debes confesarlo en la siguiente ocasión. No tengas pena; los confesores han oído de todo.

dación. Recuerda la penitencia que te manda; si acaso lo necesitas, anótala para que no la olvides, porque es indispensable que la cumplas cabalmente.



DESPUÉS DE LA CONFESIÓN

Por Vladimir Alcántara

[@desdelafemx](#)

AL TÉRMINO DE LA CONFESIÓN, lo primero que hay que hacer es dar gracias a Dios por habernos permitido recobrar la gracia perdida a causa de nuestros pecados. Pero aún queda una parte muy importante por cumplir: la penitencia.

¿QUÉ ES LA PENITENCIA?

Conscientes somos de que nuestros pecados causan daño al prójimo, de manera que es preciso hacer lo posible por repararlo, ya sea restituyendo las cosas robadas, restableciendo la reputación de quien hemos calumniado o desagraviando las heridas que hemos causado. La simple justicia exige eso para con la parte afectada. Pero además, el pecado hiere y debilita al pecador mismo, así como sus relaciones con Dios y con el prójimo.

5 NOMBRES DEL SACRAMENTO

1. SACRAMENTO DE CONVERSIÓN

Se le denomina Sacramento de Conversión porque realiza sacramentalmente la llamada de Jesús a la conversión, la vuelta al Padre, del que el hombre se había alejado por el pecado.

2. SACRAMENTO DE LA PENITENCIA

Se denomina Sacramento de la Penitencia porque consagra un proceso personal y eclesial de arrepentimiento

y de reparación de las faltas por parte del cristiano pecador.

3. SACRAMENTO DEL PERDÓN

Se le denomina Sacramento del Perdón porque, por la absolución sacramental del sacerdote, Dios concede al penitente el perdón y la paz.

4. SACRAMENTO DE LA RECONCILIACIÓN

Se le denomina Sacramento de Reconciliación porque

otorga al pecador el amor de Dios que reconcilia: "Dejas reconciliar con Dios" (2 Co 5,20). "Ve primero a reconciliarte con tu hermano" (Mt 5,24).

5. SACRAMENTO DE LA CONFESIÓN

Se le denomina Sacramento de la Confesión porque el reconocimiento de los pecados ante el sacerdote es un elemento esencial de este Sacramento y una alabanza a Su misericordia.

CONSIDERA

La Confesión nos fortalece para resistir al pecado.

CONSIDERA

Jesús nos pide convertirnos rompiendo con el pecado

La absolución quita el pecado, pero no remedia todos los desórdenes que nuestra conducta causó. Así pues, liberado del pecado, el pecador debe todavía recobrar la plena salud espiritual; por lo tanto, debe hacer algo más para reparar, satisfacer o expiar sus pecados. Esto es a lo que se le llama penitencia.

¿QUÉ SE NOS PUEDE MANDAR A HACER?

La penitencia que el confesor impone debe tener en cuenta la situación personal del penitente y buscar siempre su bien espiritual; en la medida de lo posible, debe corresponder a la gravedad y a la naturaleza de los pecados cometidos. La penitencia puede consistir en:

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Oración • Ofrendas • Obras de misericordia • Servicios al prójimo | <ul style="list-style-type: none"> • Privaciones voluntarias • Sacrificios • Aceptación paciente de la cruz que debemos llevar. |
|--|--|

Tales penitencias nos ayudan a configurarnos con Jesús, el Único que expió nuestros pecados una vez y para siempre, y nos permiten llegar a ser Sus coherederos, en tanto que sufrimos con Él (Cfr. Concilio de Trento: DS 1690).

LOS EFECTOS DEL SACRAMENTO

La fuerza de la Penitencia consiste en que nos restituye a la gracia de Dios y nos une con Él en profunda amistad; de manera que el fin y efecto de este Sacramento es, pues, la reconciliación con Dios.

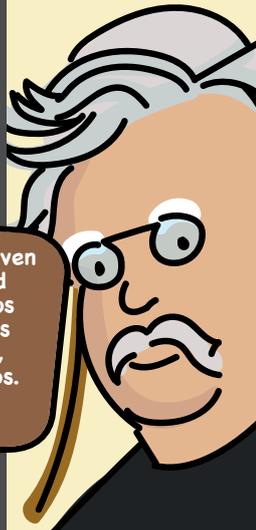
Reconciliarnos con Él nos ofrece además estos beneficios:

1. Tranquilidad de conciencia
2. Restitución de la dignidad de hijos de Dios
3. Reconciliación con la Iglesia
4. Restauración de la comunión fraterna
5. Efecto vivificante para toda la Iglesia
6. Fortaleza para resistir la tentación.



Decía Chesterton que cuando sales de confesarte...

No importa si eres joven o viejo, en realidad sólo llevas 5 minutos de vida, porque has renacido de nuevo, por la gracia de Dios. ¡Eres una criatura nueva!



Agradece a Dios por la oportunidad que te dio de poder sentirte feliz y liberado del peso que venías cargando en la conciencia.

Foto: Jacqueline Sánchez

¿TE GUSTÓ EL TEMA DE LA REVISTA?



Recuerda que Desde la fe se sostiene gracias a tu apoyo; te invitamos a suscribirte a la revista. En la edición completa podrás leer además los siguientes contenidos:

revista.desdelafe.mx/suscripcion

UN PRIVILEGIO QUE POCOS TIENEN

La comunidad de la Parroquia San Vicente Ferrer en la Ciudad de México es privilegiada al contar con la presencia, la experiencia y el consejo de los sacerdotes jubilados, a quienes el padre Francisco Crisanto considera un regalo de Dios.

CENTRO MADRE ANTONIA

Día tras día, las hermanas Oblatas del Santísimo Redentor ayudan a mujeres que se instalan en la zona de la Merced para ejercer la prostitución, actividad que implica para éstas sufrimientos y situaciones de dolor inimaginables.

ROSARIO POR LA VIDA

Convencidos de que, cuando se acabe la práctica del aborto en nuestro país, los mexicanos veremos por fin horizontes de cambio, a través de una infografía de colección te compartimos una guía para rezar el Santo Rosario por la Vida.

LOS LOGROS DE LOS HIJOS

El reconocimiento de los logros de los hijos es fundamental para su desarrollo emocional, social y cognitivo, ya que esto impacta positivamente en varios aspectos de su formación. ¡Encuentra aquí 5 de los beneficios más importantes!

EL LUGAR DE CONEXIÓN CRISTIANA

Hakuna es un movimiento internacional católico nacido en 2013 durante la JMJ de Río de Janeiro, Brasil, en el que sus integrantes comparten un estilo de vida de servicio al prójimo y adoración a Jesús Eucaristía.

EL ROSARIO POR LA VIDA

Por Nayeli Torres

Te compartimos esta guía para rezar el Santo Rosario por la Vida, convencidos de que, cuando se acabe la práctica del aborto, el mundo cambiará.

MISTERIOS POR DÍA para rezar el Santo Rosario por la Vida:

GOZOSOS
LUNES
SÁBADO

LUMINOSOS
JUEVES

DOLOROSOS
MARTES
VIERNES

GLORIOSOS
MIÉRCOLES
DOMINGO

AL INICIAR EL ROSARIO
1. Persignarse.
2. Yo pecador.
3. Gloria.

EN CADA MISTERIO SE REZA:
• 1 Padrenuestro
• 10 Avemarías
• GLORIA

JACULATORIA:
Santa María de Guadalupe, Madre del verdadero Dios por quien se vive, ruega por los concebidos no nacidos.

