



## Primera Confesión Después De La Cuarentena

### Descripción

Al comienzo de la cuarentena ante la dificultad de asistir a las iglesias el Papa Francisco nos animaba: *si no encuentras un sacerdote para confesarte, habla con Dios, que es tu Padre, y dile la verdad: “Señor, he hecho esto, esto, esto... Perdóname”, y pídele perdón con todo tu corazón, con el Acto de Dolor, y prométele: “Me confesaré más tarde, pero perdóname ahora”. Y de inmediato, volverás a la gracia de Dios. Tú mismo puedes acercarte, como nos enseña el Catecismo, al perdón de Dios sin tener un sacerdote a mano. Pues ¡es la hora! Ya ha llegado el momento adecuado para cumplir con la promesa de ir al sacerdote, ya ha llegado el momento oportuno.*

Para lograr una buena confesión, es necesario seguir los cinco pasos que aprendimos en el catecismo y que siguen siendo actuales. Comenzar por el **examen de conciencia**, seguimos con **el arrepentimiento y el propósito de la enmienda**, la confesión secreta y auricular de los pecados al sacerdote, y finalmente la satisfacción o cumplimiento de la penitencia impuesta. Esto nos llevará a la alabanza a Dios por medio de una vida renovada.

Después de que ha pasado mucho tiempo sin poder ir al sacerdote, ahora que ya se puede preparar la confesión puede costar más. Por eso, te doy algunas ideas para preparar bien este sacramento.

### ¿Cómo hacerla bien?

La confesión de las culpas nace del verdadero conocimiento de uno mismo ante Dios, fruto del examen de conciencia, y de la contrición de los propios pecados. Es mucho más que un desahogo humano: Como decía san Josemaría: *La confesión sacramental no es un diálogo humano, sino un coloquio divino.*

Dice el Catecismo de la Iglesia que en la confesión, los penitentes deben enumerar todos los pecados mortales de que tienen conciencia tras haberse examinado seriamente, incluso si estos pecados son muy secretos y si han sido cometidos solamente contra los dos últimos mandamientos del Decálogo (cfr. *Ex 20,17; Mt 5,28*), pues, a veces, estos pecados hieren más gravemente el alma y son más peligrosos que los que han sido cometidos a la vista de todos”» (*Catecismo*, 1456)

---

A continuación propongo algunas de las preguntas que sugirió el Papa Francisco, con algunos cambios para adaptarlas a nuestras circunstancias:

### **Examen de conciencia**

*Dios mío: dame luz para recordar los pecados que he cometido, y gracia para arrepentirme bien de ellos y corregirme. Virgen Santísima, San José, Ángel de mi guarda, ayúdenme.*

#### **En relación a Dios**

1. ¿Solo me dirijo a Dios en caso de necesidad?
2. ¿Le reclamo a Dios porque no me ayuda o parece que no hace caso a mis oraciones o no me concede lo que creo es necesario?
3. ¿Rezo porque se acabe esta Pandemia?
4. ¿Culpo a Dios por las cosas que me suceden?
5. ¿Me he avergonzado de manifestarme como católico?
6. ¿Qué hago para crecer espiritualmente, cómo lo hago, cuándo lo hago?
7. ¿Me revelo contra los designios de Dios?
8. ¿Pretendo que Él haga mi voluntad?
9. ¿Tengo la tendencia a confiar más en mi mismo que en la gracia?
10. ¿He criticado a la Iglesia o al Papa?
11. ¿En este tiempo de pandemia, he recordado pecados que no he confesado?

#### **En relación al prójimo**

1. ¿He hablado mal de mi próximo?
2. ¿He sido servicial en mi casa durante el encerramiento?
3. ¿Sé perdonar, tengo comprensión, ayudo a mi prójimo?
4. ¿He juzgado sin piedad tanto de pensamiento como con palabras?
5. ¿He pensado mal de los demás?
6. ¿He dejado que me venza la ira, he actuado con cólera?
7. ¿Me avergüenzo de mis hermanos, me preocupo de los pobres y de los enfermos?
8. ¿He hecho sentir mal a otras personas, a los que habitan conmigo?
9. ¿Incito a otros a hacer el mal?
10. ¿Observo la moral conyugal y familiar enseñada por el Evangelio?
11. ¿Cómo cumplo mi responsabilidad en la educación de mis hijos?
12. ¿Honro a mis padres, guardo las medidas de prudencia para que no se contagien?
13. ¿He criticado a mis padres?
14. ¿Respeto el medio ambiente?
15. ¿No me he preocupado del sufrimiento del prójimo?
16. ¿He sido amable, con los de mi familia: con mi esposo, con mis hijos durante el encierro? ¿Les he gritado?
17. ¿He sido intolerante a las ideas de los otros?

- 
18. ¿He rezado por los enfermos y difuntos por la Pandemia?
  19. ¿Me he preocupado que mis parientes y amigos se encuentren bien de salud?
  20. ¿He perdido la paciencia por el encerramiento?

***En relación con nosotros mismos.***

1. ¿He desperdiciado el tiempo con el teléfono, la TV, el internet, las redes sociales?
2. ¿He comido, bebido, fumado en exceso?
3. ¿Me preocupo demasiado de mi salud física, de mis bienes?
4. ¿Cómo utilizo mi tiempo?
5. ¿He sido perezoso?
6. ¿Me gusta ser servido?
7. ¿Amo y cultivo la pureza de corazón, de pensamientos, de acciones?

Anímate a acercarte a este sacramento. Recuerda tomar las debidas precauciones como el uso de la mascarilla y llevar tu gel antibacterial.

Imagen de [fernando zhiminaicela](#) en [Pixabay](#)