

# El Sacramento de la Reconciliación

## ¿Qué es la Reconciliación y Porque la necesitamos?

La Reconciliación (también conocida como Confesión) es un sacramento instituido por Jesucristo en Su amor y misericordia para ofrecer el perdón a los pecadores por las ofensas cometidas a Dios. Al mismo tiempo, los pecadores se reconcilian con la Iglesia porque está herida por sus pecados. Cada vez que pecamos, nos herimos a nosotros mismos, a otras personas y a Dios. En la Reconciliación, reconocemos nuestros pecados ante Dios y Su Iglesia. Expresamos nuestro pesar de una manera especial, recibimos el perdón de Cristo y su Iglesia, reparamos lo que hemos hecho y decidimos comportarnos mejor en el futuro.

## ¿Cómo hacer una buena confesión?

La confesión no es difícil pero requiere preparación. Debemos empezar con una oración, ubicándonos ante la presencia de Dios, nuestro Padre Amado. Buscamos sanación con el perdón, a través del arrepentimiento y una decisión de no pecar más. Entonces revisamos nuestras vidas desde nuestra última confesión, buscando nuestros pensamientos, palabras y acciones que no estuvieron conforme al mandamiento de Dios de amarlo a él y a los demás por medio de la obediencia a sus leyes y las leyes de Su Iglesia. A esto se le llama examen de conciencia. Para hacer un examen de conciencia: Comience con una oración pidiendo la asistencia de Dios. Revise su vida con la ayuda de algunas preguntas, que están basadas en los 10 mandamientos (vea el siguiente panel). Dígale a Dios cuánto siente realmente haber pecado. Haga una firme resolución de no pecar otra vez.

- ¿Oro a Dios todos los días? ¿He agradecido a Dios por los regalos que me ha hecho?
- ¿Puse mi fe en peligro a través de lecturas contrarias a la enseñanza católica o envolviéndome en sectas no-católicas? ¿Participé en prácticas supersticiosas: lectura de mano o adivinación del futuro?
- ¿Juré el nombre de Dios en vano? ¿Maldije o di falso testimonio?
- ¿Falté a misa los domingos o días de guardar o de obligación a propósito? ¿Estoy atento(a) en la misa? ¿Guardo abstinencia en los días prescritos?
- ¿Desobedecí a mis padres y a los superiores de la ley en cosas importantes?
- ¿Odio o tengo disputas o deseos de venganza? ¿Niego el perdón? ¿He sido irrespetuoso?
- ¿Me embriago? ¿Consumo drogas ilícitas?
- ¿He consentido, recomendado, aconsejado o tomado parte activa en un aborto?
- ¿Intencionalmente, he mirado pornografía, entretenido pensamientos impuros, o participado en acciones o conversaciones impuras? ¿He usado cosas artificiales para prevenir la concepción?
- ¿He sido infiel a mi esposo o esposa? ¿He tenido actividad sexual fuera del matrimonio?
- ¿He robado o dañado la propiedad de otra persona? ¿He sido honesto y justo en los negocios?
- ¿He respondido a las necesidades de los pobres y respetado la dignidad de los otros?
- ¿He mentido? ¿He calumniado o difamado? ¿He juzgado a otros durante asuntos serio?
- ¿He envidiado a otra gente?

## Rito de Reconciliación

La Reconciliación puede ser cara a cara o anónima, con una rejilla entre usted y el sacerdote. Escoja la opción que le sea más cómoda.

1. El sacerdote le da una bendición o lo saluda; puede que también comparta un pasaje de las Escrituras.
2. Haga la Señal de la Cruz y diga: "*Bendígame Padre, he pecado. Mi última confesión fue...*" (semanas, meses o años).
3. Confiese todos sus pecados al sacerdote. El sacerdote lo ayudará a hacer una buena confesión. Si usted no está seguro acerca de cómo debe hacer una buena confesión o cree que es difícil hacerlo, sólo pídale al sacerdote que lo (la) ayude. Responda a las preguntas sin esconder algo por temor o vergüenza. Ponga su confianza en Dios el Padre misericordioso que quiere perdonarlo.
4. Luego que haya confesado sus pecados diga: "*Me arrepiento por estos y todos mis pecados*".
5. El sacerdote le asigna una penitencia y le aconseja para ayudarlo a ser un mejor católico
6. Haga el Acto de Contrición, expresando su arrepentimiento por sus pecados.
7. El sacerdote, actuando en la persona de Cristo, lo absuelve de sus pecados.
8. Después que usted salga del confesionario haga la penitencia que le fue impuesta.

Esta es una guía resumida para el Sacramento de la reconciliación y esta basa en la campaña de la Arquidiócesis "la luz está encendida para tí".

Para más información, vaya a [www.the-light-es-on.org](http://www.the-light-es-on.org)