



PASTORAL

DIÓCESIS DE CIEGO DE ÁVILA

Tiempo de Pascua

MAYO



Con la PASCUA resucita  
nuestra Esperanza

SI PECAS



## III DOMINGO DE PASCUA

4 de mayo

### LAS 5 C DE LA CONFESIÓN

#### BREVE CATEQUESIS

#### Introducción

Hace algún tiempo atrás decíamos que para poder confesarnos bien es necesario seguir 5 pasos:

1. **Examen de conciencia:** en silencio recordar los pecados que he cometido desde mi última confesión.
2. **Arrepentimiento:** arrepentirnos del sufrimiento que hemos causado a Dios y a los demás con nuestros pecados. Arrepentirse quiere decir desear no haber hecho aquellas acciones (pecados).
3. **Propósito de enmienda:** Prometer a Dios hacer lo posible para no volver a cometer pecados y pedirle fuerzas para mantenernos firmes frente a las tentaciones.
4. **Confesión:** nos acercamos al sacerdote y le contamos todos nuestros pecados. Él nos perdonará en nombre de Jesús.
5. **Cumplir la penitencia:** Después de perdonar nuestros pecados, el sacerdote nos mandará hacer una penitencia, la cual debe ser cumplida apenas terminemos de confesarnos.

Últimamente hemos hablado sobre los diez mandamientos porque para poder hacer un buen examen de conciencia es necesario conocerlos ya que al examinarme lo que hago es ver si he vivido o no los mandamientos.

Hoy veremos qué hacer, qué decir en el momento que ya nos acercamos a confesarnos; para muchos este es el momento más preocupante porque no se sabe bien qué es lo que se debe hacer y hay un cierto miedo y vergüenza. Pero no hay nada que temer.






#### ¿Qué hacer?

1. Se inicia con un breve saludo del sacerdote y se hace juntos la señal de la cruz.
2. Decir hace cuánto tiempo fue nuestra última confesión: *Padre, hace un año que no me confieso.*

3. Confesar con sinceridad todos los pecados que he cometido desde mi última confesión. Recuerda que todo cuanto confieses queda bajo estricto secreto, el sacerdote no se lo contará nunca a nadie: *Padre, pido perdón por...*
4. El sacerdote te dará algunas palabras de consuelo, consejos de cómo mejorar en tu vida y te mandará a rezar alguna oración o hacer un acto concreto a modo de penitencia.
5. El sacerdote en nombre de Dios te dará la absolución de tus pecados, es decir el perdón. Mientras dice la fórmula de la absolución (*yo te absuelvo en el nombre del Padre...*) hará la señal de la cruz sobre ti y tú también la harás junto con él.
6. Despedida, por lo general suele decir “vete en paz”.

## Las cinco C de la Confesión

De estos puntos, el más temido es el tercero, el decir los pecados; a continuación, te presentamos algunos consejos de cómo se debe decir los pecados, la confesión debe ser clara, concreta, concisa, completa y caritativa. No porque más tiempo te demores en el confesionario, mejor es tu confesión.

-  **Clara:** decir los pecados claramente sin buscar excusas o justificaciones. Por ejemplo: *mentí, fui infiel, robé...*
-  **Concreta:** No usar frases generales que no dicen nada. Por ejemplo: *falté contra las leyes de Dios.*
-  **Concisa:** No des detalles innecesarios, el sacerdote no necesita que ambientes el momento. Por ejemplo: *robé como a las 6 pm, el cielo estaba nublado...*
-  **Completa:** No ocultes nada. Si a más de un pecado mortal cometiste uno venial, igual lo debes decir, no pienses que ya es demasiado, hay que decir **TODOS** los pecados.
-  **Caritativa:** No involucres a otros, pues estás confesando **TUS PROPIOS PECADOS**, lo que tú hiciste, no lo que hicieron otros o lo que te hicieron a ti. Por ejemplo: *también mi amigo fue infiel una vez, hace un mes mi vecina también me robó...*

## Acciones para la semana

Durante esta semana te proponemos realizar las siguientes acciones; si te es posible realiza las 3, sino escoge al menos una de ellas:

- ✓ **REFLEXIÓN:** Vuelve a leer las 5 C de la Confesión y examina cómo son tus confesiones; si de verdad vas a confesar TUS PECADOS o, al contrario, vas a decir chismes al sacerdote y a confesar los pecados de otros.
- ✓ **ORACIÓN:** Repite durante el día la jaculatoria: Jesús, en ti confío.
- ✓ **ACCIÓN CONCRETA:** Rezar al Espíritu Santo, pidiendo por la elección del nuevo Papa.

# ORACIÓN DEL JUBILEO

Padre que estás en el cielo,  
la **fe** que nos has donado en  
tu Hijo Jesucristo, nuestro hermano,  
y la llama de **caridad**  
infundida en nuestros corazones por el Espíritu Santo,  
despierta en nosotros la bienaventurada **esperanza**  
en la venida de tu Reino.

Tu gracia nos transforme  
en dedicados cultivadores de las semillas del Evangelio  
que fermenten la humanidad y el cosmos,  
en espera confiada  
de los cielos nuevos y de la tierra nueva,  
cuando vencidas las fuerzas del mal,  
se manifestará para siempre tu gloria.

La gracia del Jubileo  
reavive en nosotros, **Peregrinos de Esperanza**,  
el anhelo de los bienes celestiales  
y derrame en el mundo entero  
la alegría y la paz  
de nuestro Redentor.  
A ti, Dios bendito eternamente,  
sea la alabanza y la gloria por los siglos.

Amén.

Franciscus

