



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.

### IV DOMINGO DE PASCUA

11 de mayo

### DESPUÉS DE LA CONFESIÓN

#### BREVE CATEQUESIS



## Introducción

*“El sacramento de la reconciliación, la confesión, es el punto de encuentro en el que Dios te perdona todos tus pecados y te reconcilia con la comunidad.”*

## ¿Qué hacer después de la Confesión?









Lo primero es dar gracias a Dios por su perdón, por renovar mi dignidad de hijo suyo, por haberme permitido recobrar la gracia que había perdido a causa de mis pecados, esta acción de gracias la puedo terminar rezando el Acto de Contrición. *(En algunos lugares el sacerdote pide que se rece el acto de contrición antes de dar la absolución).* Si la confesión se realiza en el templo, esta acción de gracias la puedo realizar delante del Sagrario, donde está Jesús vivo y presente. Esto es lo primero, no el ir a conversar con la vecina o el amigo o las personas que están en el templo.

Muchos acuden a la confesión buscando paz y de cierta manera todos buscamos y deseamos la paz, pero recordemos las palabras de Papa

Francisco *“nunca podrá haber paz si no aprendemos a perdonarnos unos a otros”* por eso después de la confesión es importante que, así como Dios nos perdona, nosotros perdonemos, esto también puede ser parte del cumplir la penitencia.

## ¿Qué es la penitencia?

La penitencia que impone el sacerdote, es según la gravedad de los pecados y la situación personal de quien se confiesa, por eso es importante decir cuándo fue nuestra última confesión. La penitencia nos ayuda a configurarnos con Jesús y puede consistir en:

-  Oración
-  Ofrendas
-  Obras de misericordia
-  Privaciones voluntarias
-  Sacrificios
-  Pedir perdón y perdonar
-  Aceptar pacientemente la cruz que debemos llevar
-  Hacer lo posible por reparar el daño cometido.

*“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.”* (Desde la fe)

Recordemos lo que hizo Zaqueo, después de recibir a Jesús en su casa, de recibir su perdón, decide reparar el daño cometido devolviendo lo que había robado. Nosotros también después de haber dejado entrar a Jesús en nuestra casa, que sería nuestro corazón y haber sido perdonados de todos nuestros pecados, estamos llamados a reparar el mal que hemos hecho.

## Acciones para la semana

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

- ✓ **REFLEXIÓN:** Medita los primeros 4 versículos del Salmo 23:  
“El Señor es mi pasto, nada me falta.

Por prados de fresca hierba me apacienta.  
Hacia las aguas de reposo me conduce, y conforta mi alma;  
me guía por senderos de justicia, en gracia de su nombre.

Aunque pase por valle tenebroso,  
ningún mal temeré, porque tú vas conmigo;  
tu vara y tu cayado, ellos me sosiegan.”

- ✓ **ORACIÓN:** Rezar el Acto de Contrición.

### **ACTO DE CONTRICIÓN**

Jesús, mi Señor y Redentor, yo me  
arrepiento de todos los pecados  
que he cometido hasta hoy, y me  
pesa de todo corazón, porque  
con ellos he ofendido a un Dios  
tan Bueno.

Propongo firmemente no volver a  
pecar y confío que por tu infinita  
misericordia me has de conceder  
el perdón de mis culpas y me has  
de llevar a la vida eterna.

Amén



- ✓ **ACCIÓN CONCRETA:** Frente a una imagen de Jesús, pedir a  
Jesús Buen Pastor por las vocaciones sacerdotales y religiosas.

## **V DOMINGO DE PASCUA**

18 de mayo

## **FRUTOS DE LA CONFESIÓN**

### **BREVE CATEQUESIS**

#### **Introducción**

Recordemos que la Confesión es uno de los sacramentos de curación,  
por eso después de la confesarnos se nos devuelve la salud al alma y  
además la fortalece para combatir las tentaciones.

*“La confesión no existe sólo para perdonar pecados graves, es un medio  
excelente de santificación: divino. El lugar de encuentro con la*

*Misericordia infinita de Dios. Y nos interesa mucho vernos inundados por ella. Purificados por la gracia. Santificados por su amor.”*

Son muchos los frutos de este sacramento, pero a continuación te mencionaremos 10 de ellos.

1. Aumento de la gracia santificante y junto con ella de las virtudes de la fe, esperanza y caridad, y los dones del Espíritu Santo.
2. Este encuentro con la misericordia infinita de Dios purifica cada vez más nuestra alma. Se obtiene la remisión parcial de la pena temporal, la reconciliación perdona la culpa, pero queda la pena, que de eterna se convierte en temporal, en el caso de los pecados mortales. Recordemos que esta pena se puede expiar con las indulgencias.
3. Ayuda a formar la propia conciencia.
4. Se recuperan las virtudes y méritos adquiridos por las buenas obras y que los perdimos a causa de los pecados graves.
5. Perdona todos los pecados mortales y veniales, nos permite reconocer incluso nuestras faltas pequeñas y pedir perdón por ellas.
6. Nos hace crecer en el autoconocimiento: la confesión frecuente nos ayuda a conocer mejor en qué tengo que mejorar, qué defectos tengo que superar, etc.
7. Ayuda a avanzar en el llamado a ser santos. La confesión nos da la gracia específica para luchar en las cosas en que nos confesamos: Dios no sólo nos perdona, sino que de alguna manera se compromete en ayudarnos a superar esa dificultad. Así la confesión frecuente se convierte en un “arma” indispensable en el camino de la santidad.
8. Recibir la misericordia divina, nos impulsa a ser también nosotros misericordiosos con los demás.
9. Si procuramos confesarnos habitualmente con el mismo confesor, nos conocerá mejor, lo que permitirá que sus consejos sean más personales según las necesidades de nuestra alma.
10. Nos llena de alegría, paz interior, serenidad de la conciencia y se obtiene el consuelo espiritual.

Conforme pasa el tiempo y volvemos a caer en pecado, estos frutos se van perdiendo, por eso es importante confesarnos con frecuencia, para volverlos a recuperar.

## Acciones para la semana

Durante esta semana te invitamos a realizar las siguientes acciones:

- ✓ **REFLEXIÓN Y ORACIÓN:** Reflexiona la siguiente frase: “Jesús, manso y humilde de corazón, haz mi corazón semejante al tuyo” y durante la semana repítela como una jaculatoria.
- ✓ **ACCIÓN CONCRETA:** Visitar a Jesús Eucaristía y ahí, frente al Santísimo ver qué frutos de la confesión aún siguen presentes en mí y cuáles ya los he perdido.

### VI DOMINGO DE PASCUA

25 de mayo

## MARÍA, MADRE DE LA ESPERANZA

### BREVE CATEQUESIS



### Introducción

Antes de terminar este mes de mayo, que es el mes dedicado a la Virgen María, quiero compartir con ustedes una catequesis de Papa Francisco sobre la Virgen María, Madre de la esperanza, que la dio durante una de sus audiencias en mayo del 2017.

### Catequesis de Papa Francisco

Hoy miramos a María, Madre de la esperanza. María ha atravesado más de una noche en su camino de madre. Desde la primera aparición en la historia de los Evangelios, su figura emerge como si fuera el personaje de un drama.

No era simplemente responder con un "sí" a la invitación del ángel: sin embargo, ella, mujer todavía en la flor de la juventud, responde con valentía, no obstante, no sabía nada del destino que le esperaba. María en aquel instante se presenta como una de las tantas madres de nuestro mundo, valerosa hasta el extremo cuando se trata de acoger en su propio vientre la historia de un nuevo hombre que nace.



Aquel "sí" es el primer paso de una larga lista de obediencias que acompañaran su itinerario de madre. Así María aparece en los Evangelios como una mujer silenciosa, que muchas veces no comprende todo aquello que sucede a su alrededor, pero que medita cada palabra y cada suceso en su corazón.

En esta disposición hay fragmento bellissimo de la psicología de María: no es una mujer que se deprime ante las incertidumbres de la vida, especialmente cuando nada parece ir por el camino correcto. No es mucho menos una mujer que protesta con violencia, que injuria contra el destino de la vida que nos revela muchas veces un rostro hostil.

Es en cambio una mujer que escucha: no se olviden que hay siempre una gran relación entre la esperanza y la escucha, y María es una mujer que escucha, que acoge la existencia, así como esa se presenta a nosotros, con sus días felices, pero también con sus tragedias que jamás quisiéramos haber encontrado. Hasta la noche suprema de María, cuando su Hijo es clavado en el madero de la cruz.

Hasta ese día, María había casi desaparecido de la trama de los Evangelios: los escritores sagrados dejan entrever este lento eclipsarse de su presencia, la suya permanece muda ante el misterio de un Hijo que obedece al Padre. Pero María reaparece justamente en el momento crucial: cuando buena parte de los amigos han desaparecido por motivo del miedo.

Las madres no traicionan, y en aquel instante, a los pies de la cruz, ninguno de nosotros puede decir cual haya sido la pasión más cruel: si aquella de un hombre inocente que muere en el patíbulo de la cruz, o la agonía de una madre que acompaña los últimos instantes de la vida de su hijo. Los Evangelios son lacónicos, y extremadamente discretos. Registran con un simple verbo la presencia de la Madre: ella "estaba" (Jn, 19,25)

Ella estaba. No dicen nada de su reacción: si lloraba, si no lloraba... nada; ni mucho menos una pincelada para describir su dolor: sobre estos detalles se habrían luego lanzado la imaginación de los poetas y de los pintores regalándonos imágenes que han entrado en la historia del arte y de la literatura. Pero los Evangelios solo dicen: ella "estaba".

Estaba allí, en el momento más feo, en momento cruel, y sufría con su hijo. "Estaba".

María "estaba", simplemente estaba ahí. Estaba ahí nuevamente la joven mujer de Nazaret, ya con los cabellos canosos por el pasar de los años, todavía luchando con un Dios que debe ser sólo abrazado, y con una vida que ha llegado al umbral de la oscuridad más densa. María "estaba" en la oscuridad más densa, pero "estaba".

No se había ido. María está ahí, fielmente presente, cada vez que hay que tener una candela encendida en un lugar de neblina y tinieblas. Ni siquiera ella conoce el destino de resurrección que su Hijo estaba en aquel instante abriendo para todos nosotros los hombres: está ahí por fidelidad al plan de Dios del cual se ha proclamada sierva desde el primer día de su vocación, pero también a causa de su instinto de madre que simplemente sufre, cada vez que hay un hijo que atraviesa una pasión.

Los sufrimientos de las madres... todos nosotros hemos conocido mujeres fuertes, que han llevado adelante tantos sufrimientos de sus hijos...

La reencontraremos el primer día de la Iglesia, ella, Madre de esperanza, en medio a aquella comunidad de discípulos así tan frágiles: uno había negado, muchos habían huido, todos habían tenido miedo (Cfr. Hech 1,14) Pero ella, simplemente estaba allí, en el más normal de los modos, como si fuera del todo natural: en la primera Iglesia envuelta por la luz de la Resurrección, pero también por las vacilaciones de los primeros pasos que debía cumplir en el mundo.

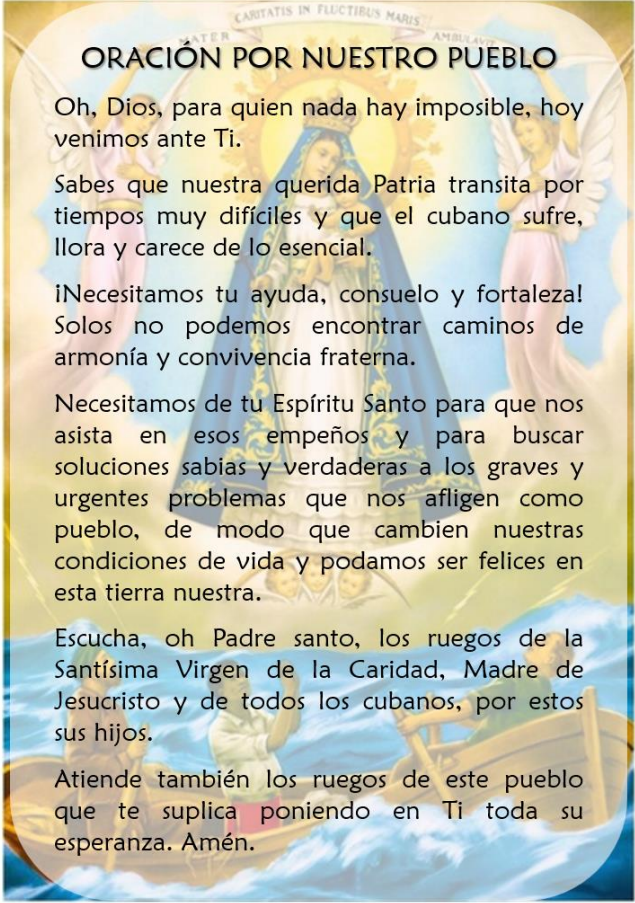
Por esto todos nosotros la amamos como Madre. No somos huérfanos: tenemos una Madre en el cielo: es la Santa Madre de Dios. Porque nos enseña la virtud de la esperanza, incluso cuando parece que nada tiene sentido: ella siempre confiando en el misterio de Dios, incluso cuando Él parece eclipsarse por culpa del mal del mundo.

En los momentos de dificultad, María, la Madre que Jesús ha regalado a todos nosotros, pueda siempre sostener nuestros pasos, pueda siempre decirnos al corazón: "Levántate. Mira adelante. Mira el horizonte", porque Ella es Madre de esperanza.

## Acciones para la semana

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

- ✓ **REFLEXIÓN:** Repasar brevemente mi vida y recordar los momentos en que he sentido fuertemente la presencia de la Virgen María en mi vida.
- ✓ **ORACIÓN:** Durante el día repetir la siguiente jaculatoria: María, Madre de la Esperanza, ruega por nosotros.
- ✓ **ACCIÓN CONCRETA:** Rezar en mi familia la oración por nuestro pueblo y compartirla con mis vecinos.



**ORACIÓN POR NUESTRO PUEBLO**

Oh, Dios, para quien nada hay imposible, hoy venimos ante Ti.

Sabes que nuestra querida Patria transita por tiempos muy difíciles y que el cubano sufre, llora y carece de lo esencial.

¡Necesitamos tu ayuda, consuelo y fortaleza! Solos no podemos encontrar caminos de armonía y convivencia fraterna.

Necesitamos de tu Espíritu Santo para que nos asista en esos empeños y para buscar soluciones sabias y verdaderas a los graves y urgentes problemas que nos afligen como pueblo, de modo que cambien nuestras condiciones de vida y podamos ser felices en esta tierra nuestra.

Escucha, oh Padre santo, los ruegos de la Santísima Virgen de la Caridad, Madre de Jesucristo y de todos los cubanos, por estos sus hijos.

Atiende también los ruegos de este pueblo que te suplica poniendo en Ti toda su esperanza. Amén.

## 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

