

SACRAMENTO DE LA RECONCILIACIÓN PARA JÓVENES

CÓMO ACERCARSE A LA CONFESIÓN

1. Medita tus pecados mediante el examen de conciencia (ver al otro lado) y reflexiona sobre ellos.

2. Inicia tu confesión diciendo: “En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Bendígame Padre porque he pecado. Hace [menciona el tiempo] desde mi última Confesión. Estos son mis pecados.”

Al confesar tus pecados:

- Nombra tus pecados específicamente, pero evita dar detalles innecesarios o antecedentes.

- Si no estás seguro de que algo sea pecado, pregúntale al sacerdote.

- Siéntete libre de pedirle consejo al sacerdote.

3. El sacerdote te sugerirá que hagas algo, o que reces algo, después de la Confesión (llamada penitencia), como respuesta a la misericordia de Dios.

4. Luego, el sacerdote te pedirá rezar el Acto de Contrición en voz alta (ver texto más abajo) para demostrar que estás arrepentido.

5. El sacerdote extenderá sus manos sobre tu cabeza y rezará la Oración de Absolución. Tú responderás: “Amén.”

6. El sacerdote probablemente dirá, “Dios te ha liberado de tus pecados. Vete en paz.” Tú puedes responder, “Demos gracias a Dios.”

ACTO DE CONTRICCIÓN

Señor mío Jesucristo, Dios y Hombre verdadero, Creador Padre, Redentor mío, me pesa en el alma haberte ofendido, propongo firmemente nunca más pecar, apartarme de las ocasiones de pecado y cumplir la penitencia que me fuera impuesta. Te ofrezco Señor mi vida, obras y trabajos en reparación de todos mis pecados. Amén



Archdiocese
of Toronto

EXAMEN DE CONCIENCIA PARA JÓVENES

Yo soy el Señor tu Dios. No tendrás dioses extraños delante de mí.

¿Me preocupo más por mis amigos y de los juegos que de hablar con Dios? ¿Trato de ser como Jesús y los Santos?

No tomarás el nombre del Señor tu Dios en vano.

¿Utilizo el nombre de Dios con descuido? ¿Uso el Nombre de Jesús cuando tengo ira?

Recuerda santificar el día del Señor.

¿Asisto a Misa el domingo? ¿Rezo todos los días?

Honra a tu padre y a tu madre.

¿Obedezco a mis padres? ¿He hecho mis tareas sin quejarme o sin que tengan que recordármelo? ¿He sido irrespetuoso con mis profesores?

No matarás.

¿Me enfado con demasiada facilidad y reacciono de manera que luego me arrepiento? ¿Guardo rencor y trato de vengarme con los demás? ¿Cuido a los otros, incluyendo a los que son diferentes a mí?

No cometerás adulterio.

¿Muestro respeto por mi cuerpo y el de los demás? ¿Evito cosas dañinas como las drogas, los cigarrillos y el alcohol?

No robarás.

¿He tomado algo que pertenece a otra persona? ¿He utilizado mi dinero de manera responsable?

No levantarás falso testimonio contra tu prójimo.

¿Hago trampa en los juegos o en mi trabajo escolar? ¿He mentido? ¿Cuento chismes o hablo a espaldas de la gente?

No codiciarás la mujer de tu prójimo.

¿Estoy celoso de los amigos de otras personas o de su nivel de vida? ¿Ser popular es más importante para mí que seguir a Dios?

No codiciarás los bienes ajenos.

¿Estoy celoso de las cosas que tienen mis amigos? ¿He fastidiado a mis padres para que me compren cosas que realmente no necesito? ¿Soy generoso con mi tiempo y con mis cosas?

