

## Los Pasos en el Rito de la Reconciliación

1. El Sacerdote te saludará y comenzará haciendo la **Señal de la Cruz**.
2. Di: **"Bendíceme Padre, porque he pecado. Hoy es mi primera confesión."**  
O **"han sido \_\_\_\_\_ desde mi última confesión."**
3. Ahora confiesa tus pecados al sacerdote.... Cuando hayas dicho tu ultimo pecado, di: **"Lamento estos y todos mis pecados"**.
4. El sacerdote le asignará una penitencia y le ofrecerá consejos para ayudarlo a ser un mejor católico. Pueden ser oraciones, un acto de humildad para realizar y/o un sacrificio para hacer. Asegurarse de escuchar con atención para recordar cual es su penitencia.
5. El sacerdote te pedirá que reces el Acto de contrición, que expresa tristeza por tus pecados:

**Dios mío, me arrepiento de todo corazón  
de todo lo malo que he hecho  
y de todo lo bueno que he dejado de hacer  
porque pecando te he ofendido a ti, que eres el sumo bien  
y digno de ser amado sobre todas las cosas.  
Propongo firmemente, con tu gracia, cumplir la penitencia,  
no volver a pecar, y evitar las ocasiones de pecado.  
Perdóname, Señor por los méritos de la pasión de nuestro  
salvador Jesucristo. Amen**

6. El sacerdote actúa en la persona de Cristo, lo absolverá de sus pecados al decir la oración de Absolución: **"Te absolveré de tus pecados en el nombre del Padre y del Hijo, y del Espíritu Santo"** Usted hará la señal de la Cruz y responderá **"Amen"**.
7. El sacerdote entonces dirá algo como: **"El Señor te ha liberado de tus pecados. Ve en Paz"** Y usted responderá **"Gracias a Dios"**



## 5 pasos para hacer una buena confesión:

**1) Examen de consciencia**  
Ora y reconoce tus pecados.

**2) Arrepentimiento**  
Sentir tristeza o contrición por haber pecado.

**3) Decide no pecar nuevamente**

**4) Confiesa tus pecados a un padre**

**5) Penitencia**  
Haz la penitencia que el padre te imponga.

# Exámen de Conciencia

Comience con una Oración al Espíritu Santo

Ven, Espíritu Santo, a mi alma. Muéstrame mis pecados  
tanto el mal que hice como el bien que no pude hacer.

Dame la gracia de lamentar mis pecados por amor a Dios,  
para que a través de la confesión mi alma pueda ser sanada

## **1. Yo soy el Señor tu Dios. Amarás a Dios sobre todas las cosas.**

Adoro a Dios.

¿Amo a Dios sobre todas las cosas?

¿Rezo cada día?

¿Presté atención en la misa?

## **2. No tomarás el nombre del Señor tu Dios en vano.**

¿Utilicé el nombre de Dios con reverencia?

¿Traté la cosas santas correctamente?

¿He usado malas palabras?

## **3. Santificarás las fiestas.**

¿Fui a misa el Domingo?

Si llegué tarde a misa, ¿fue mi culpa?

¿Hago del Domingo un día de oración y descanso?

## **4. Honrarás a tu padre y a tu madre.**

Ama a tus padres.

¿Obedezco a mis padres?

¿Inmediatamente?

¿Ayudo en la casa?

¿Les hago saber que los amo?

¿Estoy obedeciendo y honrando a los que tienen autoridad, como maestros, sacerdotes y policías?

## **5. No matarás.**

Se amable.

¿Hice daño a alguien?

¿Dije cosas malas?

¿Perdí los estribos?

¿He sido bueno con mi familia o amigos?

¿Soy amable con todos los que veo?

## **6. No cometerás actos impuros.**

Sé puro.

¿Traté a mi cuerpo y al cuerpo de los demás con respeto?

¿Fueron buenas todas mis palabras y acciones?

¿Tuve cuidado de mirar solo buenos libros, películas, música, aplicaciones o videojuegos?

¿Me vestí modestamente?

## **7. No robarás.**

Se honesto.

¿Tomé lo que no me pertenecía?

¿Devolví lo que pedí prestado?

¿Devolví lo que encontré?

¿Reemplacé lo que rompí?

¿Comparto lo que tengo con los demás?

## **8. No darás falso testimonio ni mentiras.**

Se sincero.

¿Dije alguna mentira?

¿Hablé cruelmente de los demás?

¿Copié o engañé el trabajo de otras personas?

## **9. No consentirás pensamientos ni deseos impuros.**

Sea respetuoso de las relaciones.

¿Permito que mis padres pasen tiempo juntos?

¿Me enoja cuando tengo que compartir mis amigos?

## **10. No codiciarás los bienes ajenos.**

Estar satisfecho con lo que tienes.

¿Quería cosas que no necesito?

¿Moleste a mis padres para que compraran cosas?

¿Estoy celoso de las cosas que tienen mis amigos?



*Jesus, en TI confío*