

EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA

- La Confesión es la oportunidad de **pedir perdón** a Dios y de recibir **su misericordia**.
- **Antes de confesarte**, dedica un rato a recogerte y pensar en aquello que has hecho mal, que ha dañado a otros, y qué puedes hacer para ser mejor cristiano.
- Una confesión **sincera** es la oportunidad de renovar tu alma y abrirte a la gracia de Dios. Las preguntas que siguen te pueden ayudar a pensar en las cosas de las que necesitas ser perdonado.

- ¿He desatendido mi responsabilidad de acercar a los demás a Dios con mi ejemplo y mi palabra?
- ¿He rechazado o abandonado mi fe? ¿Me he preocupado por conocerla mejor? ¿La he defendido, o me he avergonzado de ella? ¿Hay algún aspecto de la fe que no acepto?
- ¿He usado mal el nombre de Dios?
- ¿He hecho espiritismo o he confiado en adivinos u horóscopos?
- ¿He mostrado falta de respeto por las personas, lugares o cosas santas?
- ¿He faltado a Misa voluntariamente los domingos o días de precepto?
- ¿He recibido al Señor en la Sagrada Comunión teniendo algún pecado grave en mi conciencia?
- ¿He sido impaciente, he tenido celos o me he enfadado?
- ¿He albergado rencores o he estado poco dispuesto a perdonar? ¿He sido violento con otras personas verbal o físicamente?
- ¿He cooperado o alentado a alguien a abortar, destruir embriones, a la eutanasia o a otro medio de acabar con la vida humana?
- ¿He tenido odio o he hecho juicios críticos de pensamiento o de obra?
- ¿He menospreciado a otros? ¿He hablado mal de otros?
- ¿He tomado alcohol en exceso?
- ¿He consumido drogas?
- ¿He mirado vídeos o páginas web pornográficas? ¿He cometido actos impuros conmigo mismo o con otras personas?
- ¿Vivo con alguien como si estuviéramos casados sin estarlo?
- Si estoy casado, ¿procuro amar a mi cónyuge por encima de cualquier otra persona? ¿Pongo mi matrimonio en primer lugar? ¿Y mis hijos?
- ¿Permito que mi trabajo ocupe tiempo y energías que corresponden a mi familia o amigos?
- ¿He sido soberbio o egoísta de pensamiento o de obra?
- ¿He desatendido a los pobres o a los necesitados?
- ¿He gastado dinero para mi comodidad o lujo personal olvidando mis responsabilidades hacia otros y hacia la Iglesia?
- ¿He dicho mentiras?
- ¿He sido honesto y responsable en mi trabajo?
- ¿He robado o engañado a alguien?
- ¿Me he dejado llevar por la pereza?
- ¿He preferido mi comodidad personal al servicio a los demás?
- ¿Me he olvidado de Dios abandonando mis oraciones?
- ¿He ayudado poco en casa? ¿He tratado con poco cariño a mis padres?
- ¿He sido impaciente, envidioso? ¿Me he enfadado?
- ¿No he estado dispuesto a perdonar?
- ¿He odiado a alguien o le he juzgado mal?
- ¿He sido perezoso? ¿He hecho daño a alguien con insultos o hablando mal de ellos?
- ¿He revelado algún secreto o he dicho cosas solo para dañar a otros?
- ¿He dicho o he pensado cosas impuras? ¿Las he hecho conmigo mismo o con otros? ¿He mirado imágenes o películas pornográficas?
- ¿He dicho mentiras para justificarme, dañar a otros o por darme más importancia?
- ¿He robado algo? ¿He estropeado algo a propósito?
- ¿He tenido envidia de otros por lo que tienen o por el buen resultado de su trabajo? ¿Pongo mi corazón en tener cosas?
- ¿He ayudado o fomentado que otros hagan el mal?
- ¿He tomado alcohol en exceso? ¿He consumido drogas?
- ¿He sido egoísta de pensamiento o de obra? ¿No he vivido mis responsabilidades?