

ADS / Publicidad



LOS ANGELES VETERINARY CENTER

New Location Now Open!



Budget Friendly Dental Care
Budget Friendly Dental Care
Budget Friendly Dental Care
Budget Friendly Dental Care

323-840-3300
1864 Jefferson Blvd
Los Angeles, CA 90018
info.laveterinarycenter2@gmail.com
www.laveterinarycenter.com
M-F 8:30 AM - 6:00 PM



GEN C
BE WITH ME AND HE WITH YOU cf. John 15:5

YOUNG ADULT GROUP

Scan me to register

Calling everyone ages 18 to 35!
Come hang out with us, there's a seat saved for you! Start your year surrounded by friend, purpose and good conversation. We can't wait to you see you!

Clinica Santa Rita
MEDICINA ASIATICA

Dolor-De-Espalda Dolor-De-Cabeza Dolor-De-Rodillas



(310)354-0001 • (714)638-0003

3.5" x 3"
Per Month: \$90
Per Year: \$1,070

SUNDAY LECTIO
GOD SPEAKS TO HIS PEOPLE THROUGH THE SACRED SCRIPTURE.

Scan me to register

WHEN: Every Thursday
TIME 07.00 to 08.30 pm
WHERE: BungaLow #1

FAMILY INCOME TAX SERVICES

2702 S Vermont Ave Los Angeles, CA 90007
323-402-0668

10% Discount with this ad / 10% Descuento con este anuncio

Located near the corner of Vermont Ave. and 27th St.

TORRANCE ONE-STOP CAREER CENTER

DIRECT HIRE EVENT!
02/19/2026

JOIN US TO MEET EMPLOYERS HIRING FOR GENERAL OFFICE, ADMINISTRATIVE, AND HEALTH CARE POSITIONS!

Torrance One Stop
1220 Engracia Ave
Torrance, CA 90501
9:00 AM - 12:00 PM

Scan the QR code to register or email to RSVP
Gcarter@sbwb.org

JOB & RESOURCE FAIR

Nickerson Gardens: ROSS Program
APRIL 1, 2026
11 AM - 3 PM

Nickerson Gardens Gym
11251 Compton Avenue
Los Angeles, CA 90059

-Easter Egg Hunt @ 10:30 AM
-Free Food
-Raffles

For more information:
tiffany.mansour@hacla.org
(323) 567-2974

2.5" x 1.5"
Per Month: \$60
Per Year: \$690

DSL Flower LLC.

Flores y arreglos para toda clase de eventos

Address: 707 E. 7th St. Unit# 5, Los Angeles, CA 90021
Phone number (213) 224-5200
instagram: dsflowerllc
Facebook: Dsl Flowerllc

all for kids
PARTNERS WITH CHILDREN, FAMILIES, AND COMMUNITIES

Magnolia Place Preschool
Preescolar Magnolia Place

Enroll in Our **Free State Preschool Program Today!**

- For eligible children between ages 2 1/2 to 4 years
- Morning 8:15-11:15 AM or Afternoons 12:30-3:30 PM

¡Inscribase en nuestro Preescolar Estatal Gratuito Hoy!

- Para niños elegibles entre las edades de 2 1/2 a 4 años
- Mañana 8:15-11:15 AM o Tarde 12:30-3:30 PM

Contact Claudia Hernandez at
Comuníquese con Claudia Hernandez
213.342.0109
claudiahernandez@allforkids.org



St. Agnes Catholic Church

Parroquia de Santa Inés

2625 S. Vermont Ave. Los Angeles, CA 90007
Office (323) 731-2464 || Email: info@stagnes-la.org

@stagnes @stagnesla StAgnesCatholicChurchLA

First Sunday of Lent

February 22nd, 2026

I Domingo de Cuaresma

FEB. 23 - FEB 27

MISIÓN Lenten Mission

CUARESMA

Misa (español) 6:30pm Lunes a Jueves

ESPAÑOL 7:30PM

Ricardo Sánchez Rodríguez
Templo

Lunes: El Duelo
Encontrando a Dios en el vacío de la pérdida.

Martes: La Vulnerabilidad
Un don de Dios, no una debilidad.

Miércoles: La Misericordia
El perdón como camino de libertad.

Jueves: La Soledad
Consagrando a Dios la experiencia de la desconexión.

ENGLISH 7:00PM

Fr. Peter Le
Formation Room

Tuesday: Grief
Finding God in our loss.

Wednesday: Vulnerability
A gift, not a weakness.

Thursday: Forgiveness
The road to freedom.

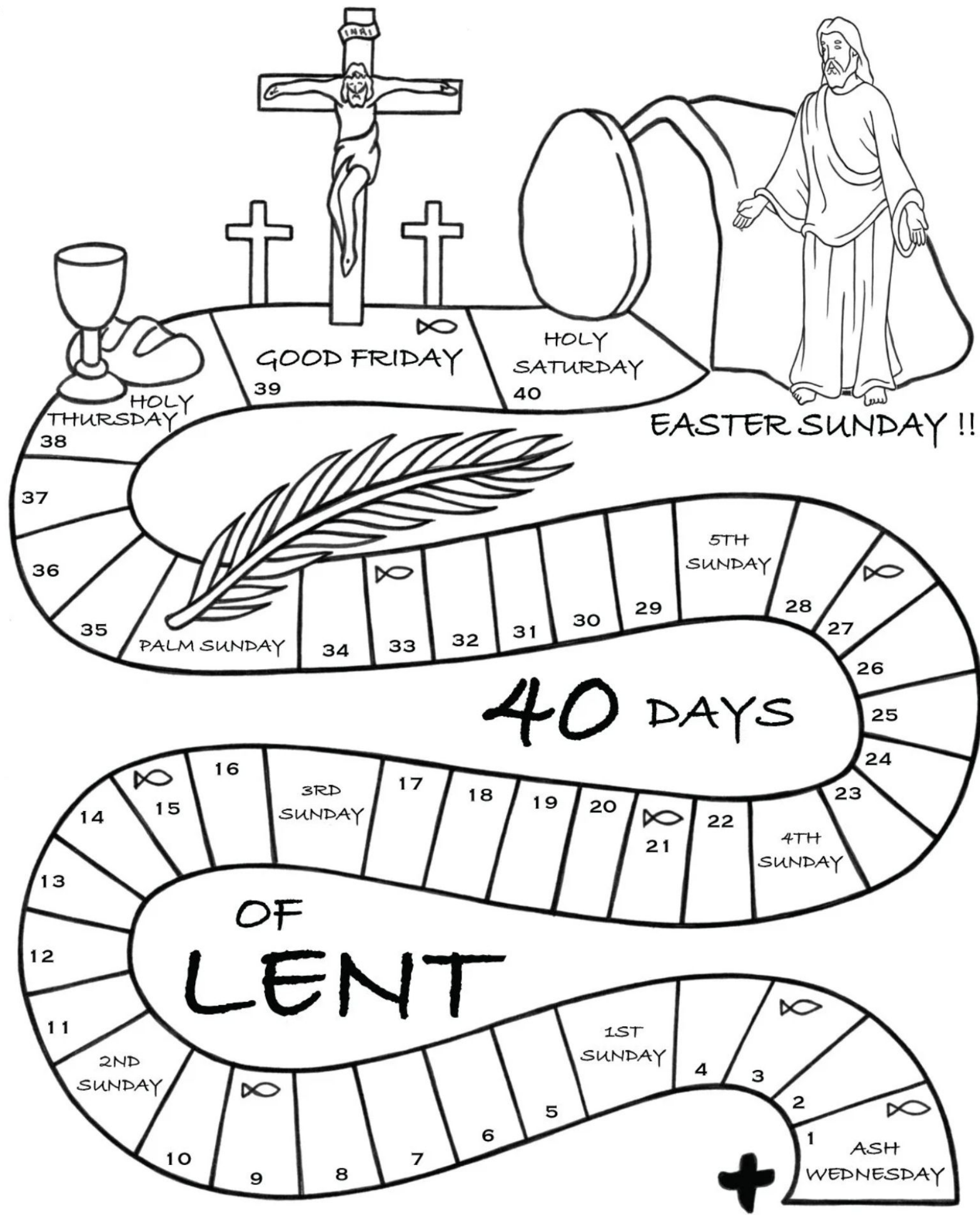
Viernes/Friday Feb 27 6:30pm-9pm

CONFESIONES

Reconciliation Service

Patio de la escuela
School Patio

Tiempo de Silencio Eucarístico (Dentro del Templo) / Eucharistic Quiet Time (Inside the Church)



Calendario de Febrero & Marzo del 2026

SUNDAY DOMINGO	MONDAY LUNES	TUESDAY MARTES	WEDNESDAY MIÉRCOLES	THURSDAY JUEVES	FRIDAY VIERNES	SATURDAY SÁBADO	
22 Retiro: Seminario de vida en el Espíritu (Día 2/2)	23 Office Closed Oficina Cerrada	24 Bro. Andre Center Centro Hmno. Andres 8:45AM - 10AM	25	26 Hora Santa por Vocaciones 9AM - 10AM	27 Adoración Eucarística 9AM - 12PM	28 Confessions Confesiones 9AM - 10AM	
		6:30PM MISA (ESPAÑOL) 7:30PM-8:30PM RICARDO SÁNCHEZ RODRÍGUEZ			Via Crucis (patio) 6pm Stations of the Cross (church) 6PM	Misa Misión Cuaresmal 11:30AM	
	EL DUELO Catequisis Fam.	LA VULNERABILIDAD Sacristanes & MESC	LA MISERICORDIA Monaguillos & JC Krew	LA SOLEDAD Confirmacion		VIRTUS (3 HRS) *Registración REQUERIDA* 9:30AM - 12:30PM	
		LENTEEN MISSION GRIEF Eucharist Minister & Lectors	7PM-8:30PM VULNERABILITY OCIA	FR. PETER LE FORGIVENESS Ushers & Gen C	Servicio de penitencia Penance Service 6:30PM - 9:30PM		
01 Venta de Comida (Gen C)	02 Office Closed Oficina Cerrada	03 Bro. Andre Center Centro Hmno. Andres 8:45AM - 10AM	04 Grupo de Oración 7PM	05 Hora Santa por Vocaciones 9AM - 10AM	06 Confessions Confesiones 8:45AM - 10AM	07 Confessions Confesiones 9AM - 10AM	
English Fellowship 9:30AM			JC Krew (Formation room) 7PM	Sunday Lectio 7PM	Adoración Eucarística 9AM - 12PM		
Reunión de Guadalupe@s 6PM					Via Crucis (patio) 6pm Stations of the Cross (church) 6PM	Adoración Perpetua 9pm-7am	
08 Venta de Comida (Monaguillos)	09 Office Closed Oficina Cerrada	10 Bro. Andre Center Centro Hmno. Andres 8:45AM - 10AM	11 Grupo de Oración 7PM	12 Hora Santa por Vocaciones 9AM - 10AM	13 Unión de los enfermos 8:45AM	14 Confessions Confesiones 9AM - 10AM	
Daylight saving Comienza el horario de verano			JC Krew (Formation room) 7PM	Sunday Lectio 7PM	Adoración Eucarística 9AM - 12PM	Br. André Brunch w/ Confirmation	
					Via Crucis (patio) 6pm Stations of the Cross (church) 6PM		
15 Venta de Comida (Grupo de Oración)	16 Office Closed Oficina Cerrada	17 Bro. Andre Center Centro Hmno. Andres 8:45AM - 10AM	18 Grupo de Oración 7PM	19 San José (Solemnidad) Hora Santa por Vocaciones 9AM - 10AM	20 Adoración Eucarística 9AM - 12PM	21 Confessions Confesiones 9AM - 10AM	
			JC Krew (Formation room) 7PM	Mass (English) 6PM	Retiro de R.I.C.A. (Día 1/3)	Retiro de R.I.C.A. (Día 2/3)	
				Misa (Español) 7:30PM	Via Crucis (patio) 6pm Stations of the Cross (church) 6PM		
				Sunday Lectio 7PM	Adoración Perpetua 9pm-7am		
22 Venta de Comida (Guadalupe@s)	23 Office Closed Oficina Cerrada	24 Bro. Andre Center Centro Hmno. Andres 8:45AM - 10AM	24 Anunciación del Señor (Solemnidad)	25 Mass (English) 6PM	26 Hora Santa por Vocaciones 9AM - 10AM	27 Adoración Eucarística 9AM - 12PM	28 Confessions Confesiones 9AM - 10AM
Retiro de R.I.C.A. (Día 3/3)			Misa (Español) 7:30PM	JC Krew (Formation room) 7PM	Sunday Lectio 7PM	Via Crucis (patio) 6pm Stations of the Cross (church) 6PM	

Parish Events

¡Únete a la Tropa de Scouts 179! Invitamos a niños y niñas de 5 a 15 años a desarrollar liderazgo, aptitudes y disfrutar de campamentos.

Cuándo: Viernes a las 7:00 PM.

Dónde: Salones de la escuela Sta Inés.

Contacto: Saul Serpas (*Scouts Master*): (323) 382-8548
Diana Ramírez: (213) 268-5342

Email: scouts@stagnes-la.org



Join Scout Troop 179! Boys and girls ages 5-15 are invited to develop leadership skills, build character, and enjoy the great outdoors.

When: Fridays at 7:00 PM

Where: St. Agnes School classrooms

Contact: Saul Serpas (*Scoutmaster*): (323) 382-8548
Diana Ramírez: (213) 268-5342

Email: scouts@stagnes-la.org

Act of Contrition

O my God,

I am sorry and repent with all my heart
for all the wrong I have done
and for the good I have failed to do,
because by sinning I have offended you,
who are all good and worthy to be loved
above all things.

I firmly resolve, with the help of your grace,

to do penance,

to sin no more,

and to avoid the occasions of sin.

Through the merits of the Passion of our

Savior Jesus Christ,

Lord, have mercy.

Eventos Parroquiales



¿Buscas una forma de profundizar tu fe
y servir a la Iglesia?

Te invitamos a unirte a la **Legión de María**, la organización apostólica de laicos más grande de la Iglesia Católica. Nuestro principal objetivo es dar gloria a Dios, ayudando a nuestros miembros a crecer en su espiritualidad y a desarrollar habilidades para la vida.

Nos reunimos cada sábado de 10am a 12pm en la Parroquia de Santa Inés.

Para más información, no dudes en comunicarte con Miriam Marroquín al (323) 430-2738.

Acto de Contrición

Dios mío,

me arrepiento de todo corazón
de todo lo malo que he hecho
y de lo bueno que he dejado de hacer,
porque pecando te he ofendido a ti,
que eres sumamente bueno y digno de ser
amado sobre todas las cosas.

Propongo firmemente, con la ayuda de tu

gracia, hacer penitencia,

no volver a pecar,

y evitar las ocasiones de pecado.

Por los méritos de la Pasión de nuestro

Salvador Jesucristo, Señor,

ten piedad.

Mass Intentions

Sunday || Domingo, 22

7am

Cumpleaños: Rocio Cruz;

IE: Vanessa Cervantes e hijas;

†: Jose Vasquez; Eva Murillo;

Juana Perla de Arbaiza; Alicia Mercado Perez;

Francisca Eluvia Barrios Lopez; Ofelia Aguilera;

Ana Maria Vaquias (*40 días*)

8:30am

Birthday: Octavio Lopez;

†: Enrique Hernandez; Marlin Portiz; Javier Garcia;

10am

Acción de Gracias: Samantha Cadenas;

David Polanco;

Cumpleaños: Ariel Garcia; Matthew Pacas;

Bryan Alvarez Gonzalez;

IE: Familia Patiño Rosas;

Salud: Petrona Segovia;

Presentación: Guillermo Santiago Leonzo Rodriguez;

†: Renee Rivas; Elba Bosque; Julian Padilla;

Eva Murillo (*11 años*); Antonio Manzo; Rafael Orozco;

Eulogia Ignacio; Miguelina de Nobar Silva;

Roberto Navarro Prado (*5 años*)

Andy Zuñiga Avendaño (*3 años*)

1pm

Cumpleaños: Abby Hernandez;

IE: Rosita Alonzo & Familia;

†: Maria Alicia Gutierrez Amador; Maria Salcero;

3:30pm

Cumpleaños: Jorge Saul Quezada;

Salud: Sra. Aguilar;

†: Benito Gutierrez; Roberto Navarro Prado;

Higinio Franco & Agustina Candelario;

Vicente Campos & Antonia Fuentes;

Daisy Briones; Kadence Ciara Rodriguez;

5pm

Acción de Gracias: Familia Marroquín;

Presentación: Juliana Fernanda Merlo Grau;

Lecturas de la semana:

Domingo: Génesis 2, 7-9; 3, 1-7; Salmo 50, 3-4. 5-6a. 12-13. 14 y 17; Romanos 5, 12-19; Mateo 4, 4; Mateo 4, 1-11;

Lunes: Levítico 19, 1-2. 11-18; Salmo 18, 8. 9. 10. 15; 2 Corintios 6, 2; Mateo 25, 31-46;

Martes: Isaías 55, 10-11; Salmo 33, 4-5. 6-7. 16-17. 18-19; Mateo 4, 4; Mateo 6, 7-15;

Miércoles: Jonás 3, 1-10; Salmo 50, 3-4. 12-13. 18-19; Joel 2, 12-13; Lucas 11, 29-32;

Jueves: Ester 4, 17n. p-r. aa-bb. gg-hh; Salmo 137, 1-2a. 2bc-3. 7c-8; Salmo 50, 12. 14; Mateo 7, 7-12;

Viernes: Ezequiel 18, 21-28; Salmo 129, 1-2. 3-4ab. 4c-6. 7-8; Ezequiel 18, 31; Mateo 5, 20-26;

Sábado: Deuteronomio 26, 16-19; Salmo 118, 1-2. 4-5. 7-8; 2 Corintios 6, 2; Mateo 5, 43-48;

****Please call or visit the parish office to place your intention 2 weeks in advance.****

****Si usted desea una intención favor de llamar a la oficina con 2 semanas de anticipación.****

Intenciones de Misa

Monday || Lunes, 23

8am

Cumpleaños: Gabriela Trujillo; Marta Perez;

Salud: Camilia Ramirez Morga; Sra. Aguilar;

†: Maria Alicia Gutierrez Amador;

Teresa Castellanos;

Tuesday || Martes, 24

8am

†: Kadence Ciara Rodríguez;

Wednesday || Miércoles, 25

8am

IE: P. Luis Espinoza; P. Shiju; Antonio Diaz;

P. Miguel Angel Ruiz; P. Jose Chinchilla;

Thursday || Jueves, 26

8am

†: Maria de Jesus M. de Pérez; Arcadia Paz;

Guillermo Alexander Saravia (*1 año*)

Miguelito Alejandre;

Friday || Viernes, 27

8am

Cumpleaños: Lizbeth Itzel López (*15 años*)

†: Alvaro Garcia;

Saturday || Sábado, 28

8am

†: Miguelito Alejandre;

Did you know? // ¿Sabía Usted?

Domestic violence and children

Domestic violence has many forms, including emotional, financial, physical, and sexual abuse. Research on children who live in homes with domestic violence shows that there can be long-standing consequences to a child's health. Twenty-six states have passed laws protecting children who witness domestic violence. Children who grow up seeing violence between parents often struggle in their own relationships later in life. The single greatest predictor of whether children will grow up to be perpetrators of domestic violence is whether they witness it themselves as children. For more information, read the VIRTUS® article "Domestic Violence, Part 1" at lacatholics.org/did-you-know.

February 22nd, 2026

Violencia doméstica y los niños

La violencia doméstica puede ser de muchas formas, como abuso emocional, económico, físico y sexual. Los estudios sobre los niños que viven en hogares con violencia doméstica han demostrado que crecer en este entorno puede tener consecuencias a largo plazo para la salud del niño. Veintiséis estados han aprobado leyes que protegen a los niños que son testigos de violencia doméstica. Los niños que crecen viendo violencia entre sus padres suelen tener dificultades en sus propias relaciones más adelante en la vida. El principal factor que permite predecir si un niño se convertirá en perpetrador de violencia doméstica es si ha sido testigo de la misma violencia durante su infancia. Para mayores informes lea el artículo de VIRTUS® "Domestic Violence, Part 1" (Violencia doméstica, parte 1) en lacatholics.org/did-you-know.

Gospel Reflection

A reading from the Holy Gospel according to Matthew 4:1-11

At that time Jesus was led by the Spirit into the desert to be tempted by the devil. He fasted for forty days and forty nights, and afterwards he was hungry. The tempter approached and said to him, "If you are the Son of God, command that these stones become loaves of bread." He said in reply, "It is written: One does not live on bread alone, but on every word that comes forth from the mouth of God."

Then the devil took him to the holy city, and made him stand on the parapet of the temple, and said to him, "If you are the Son of God, throw yourself down. For it is written: He will command his angels concerning you and with their hands they will support you, lest you dash your foot against a stone." Jesus answered him, "Again it is written, You shall not put the Lord, your God, to the test."

Then the devil took him up to a very high mountain, and showed him all the kingdoms of the world in their magnificence, and he said to him, "All these I shall give to you, if you will prostrate yourself and worship me." At this, Jesus said to him, "Get away, Satan! It is written: The Lord, your God, shall you worship and him alone shall you serve."

Then the devil left him and, behold, angels came and ministered to him. Anything more is from the evil one."

The Gospel of the Lord

Praise to you, Lord Jesus Christ

My dear friends:

As we begin this Lenten season, let me start with a strange question: What is the span of your life? How much longer are you going to live here in this world? I am sure that none of us know our lifespan because, although we are responsible for our own lives, we did not create ourselves. God the Creator has determined a time for us to live in this world because it is His Spirit that gives us life. As the first reading today says: "God blew into his nostrils the breath of life, and so man became a living being." The breath of life that keeps us alive comes from the Creator, and He assigns the lifespan for each one of us. We must live this life rightfully.

Since our life emerges from God, we must understand how He wants us to live rightfully. The Spirit of God helps us understand His plan so that we can grow in His grace. To remain within God's plan, we must obey what His Spirit inspires in us. When we fail to do so, evil spirits take advantage of us. We always have the option to choose the Spirit of God or the spirit of evil. As we were invited last Sunday to meditate upon our own free will, today we are offered the choice between the Spirit of God and the spirit of evil. Whatever we choose, will be given to us. The Spirit of God leads us to life, while the spirit of evil leads to eternal damnation. We are encouraged and motivated to choose the path that leads to God.

Today's Gospel, presenting the temptation scene of Jesus, says: "Jesus was led by the Spirit into the desert to be tempted by the devil." Jesus was led by the Holy Spirit to draw strength and energy to fulfill God's plan, but He was still subjected to temptation. Jesus allowed the devil to test Him, but He was certain not to fall into the trap of the evil one because He focused His life heavenward. When our focus is fixed on Jesus, temptations come and go without affecting us. We must let the Holy Spirit guide us. Through prayer and meditation on the Word of God, we will be nourished to remain faithful to the call of the Lord, choosing what is right.

God gave us the free gift of choice. With our free will, we decide who we want to be. We saw in the first reading today that Adam and Eve had a beautiful life in the Garden of Eden with only one restriction. They were enjoying their freedom when they were tempted by the devil. Satan was most appealing with false promises, and they decided to choose the tempter over the command of God. They wanted to be like God, and as a result, they lost their freedom with God. In our day-to-day lives, we often fail to see the subtle attitude of the devil; the temptation seems appealing, and we fall into the trap, only to realize later that we have sinned against God.

St. James (1:15) states very clearly in his letter: "Each person is tempted when lured and enticed by his desire. Then desire conceives and brings forth sin, and when sin reaches maturity it gives birth to death." Therefore, sin does not come from God, because God is good and nothing evil can come from Him. Evil comes from within us when we are enticed by disordered desires. When we let ourselves be tempted, we offer ourselves generously to be carried away by the devil. It is our own desire that leads us to sin and shame. Our minds deceive us because the temptations of the evil one please us temporarily. When we understand the purpose of our existence along with God's plan, we trust in Him, and our minds become oriented toward Him.

We must train our minds to understand the difference between good and bad so that we do not desire what leads to sin and destruction. When the mind is made pure and clear like that of Jesus Christ, we can distinguish between the two. When Jesus was tempted, He knew how to resist. With the power of the Holy Spirit and the Word of God, Jesus defended His faith and defeated the evil. When we feel attacked by the devil, we must defend our faith with prayer and, especially, with the Word of God. The Bible is not a decoration for our homes; instead, it should be read aloud to spread the Word of God. We must keep the Word of God alive in our daily lives to avoid temptation. Like Jesus, when the presence of God is powerful within us, we may still be tempted, but with the power of the Holy Spirit, we can resist the evil. However, we must be armed so that the devil cannot gain a foothold. St. Paul tells us in his letter to the Ephesians (Chapter 6) how to be prepared for the attack of the evil one:

"Therefore, put on the armor of God, that you may be able to resist on the evil day and, having done everything, to hold your ground. So stand fast with your loins girded in truth, clothed with righteousness as a breastplate, and your feet shod in readiness for the gospel of peace. In all circumstances, hold faith as a shield, to quench all [the] flaming arrows of the evil one. And take the helmet of salvation and the sword of the Spirit, which is the word of God. With all prayer and supplication, pray at every opportunity in the Spirit."

Prayer is what continues to guide us toward the Spirit of the Lord to do what is right and good. During this Lenten season, may our repentance help us to be led by the Holy Spirit to live a life according to the Word of God. Amen.

Amor al Prójimo

- ¿He sido fiel a mi cónyuge en mi corazón y mente, o he permitido que echen raíces "asuntos emocionales" o fantasías inapropiadas?
- ¿He protegido el "santuario" de mi matrimonio evitando la pornografía o cualquier cosa que trate a la persona humana como un objeto para mi propio placer?
- ¿He sido egoísta con mi tiempo y afecto, o he buscado servir a mi cónyuge como Cristo sirve a la Iglesia?
- En mi matrimonio, ¿he estado abierto al don de la vida?
- ¿He hablado mal de mi cónyuge a otros o he dejado de rezar por él/ella?
- ¿He sido fuente de tensión, ira o impaciencia en mi hogar?
- ¿He participado en chismes, mentiras o juzgado a los demás? ¿He dañado la reputación de alguien?
- ¿Guardo algún rencor, o hay alguien a quien me niego a perdonar?
- ¿He robado, engañado en los negocios o dejado de ayudar a los pobres teniendo los medios para hacerlo?
- ¿He tenido envidia del éxito, la belleza o las posesiones de otros?
- ¿He respetado la dignidad de toda vida humana, desde la concepción hasta la muerte natural?

Amor a Mismo

- ¿He dañado mi cuerpo mediante el abuso del alcohol, las drogas, la glotonería u otros comportamientos adictivos?
- ¿He cedido al pecado del orgullo, pensando que soy mejor que los demás?
- ¿He desperdiciado los talentos y el tiempo que Dios me ha dado por pereza (acidia)?

Cómo confesarse: Paso a paso

1. **Entrar:** Empiece con la Señal de la Cruz. " *En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo (en latinoamérica se dice Ave Maria Purísima...) en [EE.UU](#) diga: Su bendición, Padre, porque he pecado. Hace [semanas/meses/años] de mi última confesión*".
2. **Decir sus pecados:** Simplemente diga sus pecados. Como el Hijo Pródigo, sea directo: "*Padre, he pecado contra el cielo y contra ti*". Mencione los pecados, sea lo más claro y concreto posible. "*Le menté a mi esposa*". "*Fui verbalmente abusivo con mi esposo*". "*Decidí no asistir a misa el domingo*". "*No he orado ni hablado con Dios*". Concluya con: "*Me arrepiento de estos y de todos mis pecados*".
3. **Penitencia:** El Padre le dará una penitencia (oración o acción) para ayudarlo a "volver a aprender" cómo caminar en la casa del Padre. Cómo crecer en la confianza del amor de Dios por usted.
4. **El Acto de Contrición:** Señor mío Jesucristo, Dios y Hombre verdadero, Creador, Padre y Redentor mío; por ser Vos quien sois, y porque os amo sobre todas las cosas, me pesa de todo corazón haberte ofendido. Con tu ayuda propongo firmemente nunca más pecar, confesarme y cumplir la penitencia que me fuese impuesta. Amén
 - a. Forma corta: Señor Jesús ten misericordia de mí un pecador.
5. **Absolución:** El sacerdote, que actúa en la persona de Cristo, pronuncia la oración de absolución/perdón. Este es el momento en que sus pecados son extinguidos. Cuando diga: "*...Yo te absuelvo de tus pecados en el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo*", santiguarse y responda: "**Amén**".
6. **Despedida:** Sacerdote: "*Puedes ir en paz*". Usted: "*Gracias a Dios*".

Qué evitar en el confesionario

Para asegurar que tanto usted como los demás que esperan el sacramento tengan un encuentro fructífero con la misericordia de Dios, por favor tenga en cuenta lo siguiente:

- **Evite pedir consejos:** La confesión es un hospital para el alma, no un centro de asesoramiento. El confesionario no es el momento para terapias o consejos largos.
- **Evite la Dirección Espiritual:** Las preguntas sobre su camino espiritual profundo o discernimientos complejos deben reservarse para una reunión programada con un director espiritual.
- **Evite confesar los pecados de los demás:** Usted solo es responsable de su propia alma. Evite explicar lo que hizo su cónyuge, sus hijos o sus compañeros de trabajo para provocarlo.
- **Evite las generalidades:** Sea específico. En lugar de decir "no he sido una buena persona", nombre las formas específicas en que falló en amar.
- **No deje que los nervios lo detengan:** Si cree que se pondrá nervioso, escriba sus pecados en un papel y llévelo consigo. Solo asegúrese de deshacerse de la lista de forma segura después de salir de la iglesia.

El sacerdote está allí **en Persona Christi**. No está para juzgarlo, sino para ayudarlo a escuchar que es perdonado y amado por Dios. Él no recordará sus pecados y nunca compartirá el contenido de una confesión ni siquiera si su vida estuviera en peligro, porque la confesión es entre usted y Dios. Al mantener su confesión simple, honesta y enfocada en sus propios pecados, honra el Sacramento y el tiempo de quienes esperan en la fila.

Catequesis sobre la Confesión

Los sacramentos son "fuerzas que brotan" del Cuerpo de Cristo, siempre vivo y vivificante. Son acciones del Espíritu Santo que actúa en su Cuerpo, que es la Iglesia. Son "las obras maestras de Dios" en la nueva y eterna Alianza (CIC 1116). Entre ellos, el Sacramento de la Reconciliación brilla como un profundo regalo de misericordia, restaurando nuestra relación con el Señor y fortaleciéndonos en nuestro camino a la santidad.

¿Qué es la Confesión?

La Confesión —también conocida como el Sacramento de la Reconciliación, de la Penitencia, de la Conversión o del Perdón— es un **Sacramento de Sanación** (CIC 1423-1424). En la confesión, manifestamos nuestros pecados a un sacerdote. Cuando nos esforzamos por confesar todos los pecados que recordamos, los ponemos todos ante la Divina Misericordia de Dios (CIC 1456).

El pecado no es solo un error; es una ofensa a Dios que rompe nuestra comunión con Él (CIC 1440). Según el **CIC 1850**:

"El pecado se levanta contra el amor de Dios hacia nosotros y aleja de Él nuestros corazones. Como el primer pecado, es una desobediencia, una rebelión contra Dios por el deseo de hacerse 'como dioses'."

Piense en la Confesión como el "**Regreso a la Casa del Padre**". Es el cumplimento práctico de la resolución del Hijo Pródigo: *"Me levantaré e iré a mi padre, y le diré: 'Padre, he pecado contra el cielo y contra tí'"* (Lucas 15,18). Este sacramento hace presente la realidad del amor de Dios, nos libera de nuestra atadura al pecado y la vergüenza, y nos restaura a relaciones vivificantes con Dios y los demás. Como enseñó **San Juan Vianney**: *"El buen Dios es todo amor. Él olvida nuestros pecados una vez que nos ve arrepentidos"*.

El pecado también es fruto de nuestro deseo con inclinación al mal, como enseña Santiago en su carta (1,14-15): “Más bien, cuando alguno es tentado, es su propia concupiscencia la que lo arrastra y lo seduce. La concupiscencia concibe y da a luz al pecado; y el pecado, cuando madura, engendra la muerte”.

¿Con qué frecuencia debo ir?

Los católicos están obligados a confesar los pecados graves al menos una vez al año, después de haber alcanzado el uso de razón o discreción (la edad en que podemos distinguir el bien del mal, que se entiende es a los 7 años). Sin embargo, si uno es consciente de haber cometido un pecado mayor, debe confesarse lo antes posible antes de recibir la Sagrada Comunión (CIC 1457).

¿Cómo me preparo?

La motivación importa. Debo acercarme a la Confesión con un **firme propósito de enmienda**: la resolución de cambiar mi vida y vivir de acuerdo con lo que mi relación con Jesús me pide. Debo tener contrición. La contrición es el *"dolor del alma y el detestar el pecado cometido, junto con la resolución de no volver a pecar"*. La contrición surge de mi amor a Dios, a quien amo sobre todas las cosas.

El primer paso es el **examen de conciencia**. En lugar de pensar demasiado en los requisitos "mínimos" o perderse en una contabilidad espiritual, mida su vida frente al **Gran Mandamiento del Amor**: *"Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón... y a tu prójimo como a ti mismo"* (Mateo 22, 37-39).

Pida al Espíritu Santo: ¿Dónde se ha enfriado mi amor?

- Amor a Dios:** ¿He intentado ser mi propio "dios", o he hecho de Él mi prioridad?
- Amor al prójimo:** ¿He sido fuente de paz, o he herido a otros mediante el chisme, la ira o el egoísmo?
- Amor a Mismo:** ¿He respetado mi dignidad como Templo del Espíritu Santo?

Tradicionalmente pensamos en los pecados como mortales o veniales:

- Pecados Mortales:** Ofensas graves (materia grave, pleno conocimiento, deliberado consentimiento) que destruyen la caridad en el alma. Estos **deben** ser confesados. Use los diez mandamientos como guía para estos.
- Pecados Veniales:** Ofensas menores que debilitan la caridad. Los confesamos porque queremos estar plenamente sanos en nuestra relación con Dios, no solo "apenas vivos". Piense en vivir las Bienaventuranzas y en qué y a quién todavía le resulta difícil amar.

Examen de Conciencia

Amor a Dios

- ¿He intentado ser mi propio “dios”, decidiendo por mí mismo lo que está bien y lo que está mal en lugar de seguir la ley de Dios?
- ¿He permitido que el dinero, la carrera, la tecnología o la opinión de los demás sean más importantes que mi relación con Dios?
- ¿He faltado a Misa los domingos o días de precepto por culpa mía?
- ¿He descuidado la oración diaria o solo he acudido a Dios cuando necesitaba algo?
- ¿He usado el nombre de Dios en vano o me he avergonzado de dar testimonio de mi fe en público?
- ¿He participado en prácticas supersticiosas (astrología, lectura de cartas, etc.)?

Reflexión del Evangelio

Queridos amigos y amigas:

Al comenzar este tiempo de Cuaresma, permítanme empezar con una pregunta extraña: ¿Cuánto tiempo más van a vivir en este mundo? Estoy seguro de que ninguno de nosotros sabemos porque, aunque somos responsables de nuestras vidas, no nos creamos a nosotros mismos. Dios el Creador ha determinado un tiempo para que vivamos en este mundo porque es Su Espíritu el que nos da la vida. Como dice la primera lectura de hoy: “Le sopló en la nariz un aliento de vida, y el hombre comenzó a vivir.” El aliento de vida que nos mantiene vivos proviene del Creador, y El asigna el tiempo de vida para cada uno de nosotros. Debemos vivir esta vida rectamente.

Puesto que nuestra vida surge de Dios, debemos comprender que Dios quiere vivamos rectamente. El Espíritu de Dios nos ayuda a entender Su plan para que podamos crecer en Su gracia. Para permanecer dentro del plan de Dios, debemos obedecer lo que Su Espíritu nos inspira. Cuando no lo hacemos, los espíritus malignos se aprovechan de nosotros. Siempre tenemos la opción de elegir el Espíritu de Dios o el espíritu del mal. Así como el domingo pasado se nos invitó a meditar sobre nuestra propia libertad, hoy se nos ofrece la elección entre el Espíritu de Dios y el espíritu del mal. Lo que sea que elijamos, se nos concederá. El Espíritu de Dios nos conduce a la vida, mientras que el espíritu del mal nos lleva a la condenación eterna. El Señor nos alienta y motiva a elegir el camino que conduce a Dios.

El Evangelio de hoy, al presentar la escena de la tentación de Jesús, dice: „ Jesús fue conducido por el Espíritu al desierto, para ser tentado por el demonio. Jesús fue guiado por el Espíritu Santo para obtener fuerza y energía para cumplir el plan de Dios, pero aun así fue sometido a la tentación. Jesús permitió que el diablo lo pusiera a prueba, pero estaba seguro de no caer en la trampa del maligno porque enfocó su vida hacia el cielo. Cuando nuestro enfoque está fijo en Jesús, las tentaciones van y vienen sin afectarnos. Debemos dejar que el Espíritu Santo nos guíe. A través de la oración y la meditación de la Palabra de Dios, seremos nutridos para permanecer fieles al llamado del Señor, eligiendo lo que es correcto.

Dios nos dio el regalo gratuito de la elección. Con nuestra libertad, decidimos quiénes queremos ser. Vimos en la primera lectura de hoy que Adán y Eva tenían una vida hermosa en el Jardín del Edén con una sola restricción. Disfrutaban de su libertad cuando fueron tentados por el diablo. Satanás fue muy atractivo con promesas falsas, y ellos decidieron elegir al tentador por encima del mandato de Dios. Quisieron ser como Dios y, como resultado, perdieron su libertad con Dios. En nuestra vida cotidiana, a menudo no logramos ver la actitud sutil del diablo; la tentación parece atractiva y caemos en la trampa, solo para darnos cuenta más tarde de que hemos pecado contra Dios.

Santiago (1:15) afirma muy claramente en su carta: “Más bien, cuando alguno es tentado, es su propia concupiscencia la que lo arrastra y lo seduce. La concupiscencia concibe y da a luz al pecado; y el pecado, cuando madura, engendra la muerte.” Por lo tanto, el pecado no proviene de Dios, porque Dios es bueno y nada malo puede venir de El. El mal proviene de nuestro interior cuando somos seducidos por deseos desordenados. Cuando nos dejamos tentar, nos entregamos generosamente a ser arrastrados por el diablo. Es nuestro propio deseo el que nos lleva al pecado y a la vergüenza. Nuestras mentes nos engañan porque las tentaciones del maligno nos complacen temporalmente. Cuando comprendemos el propósito de nuestra existencia junto con el plan de Dios, confiamos en El y nuestra mente se orientan hacia El.

Debemos entrenar nuestras mentes para entender la diferencia entre lo bueno y lo malo, de modo que no deseemos lo que conduce al pecado y a la destrucción. Cuando la mente se vuelve pura y clara como la de Jesucristo, podemos distinguir entre ambos. Cuando Jesús fue tentado, supo cómo resistir. Con el poder del Espíritu Santo y la Palabra de Dios, Jesús defendió su fe y derrotó al mal.

Cuando nos sentimos atacados por el diablo, debemos defender nuestra fe con la oración y, especialmente, con la Palabra de Dios. La Biblia no es un adorno para nuestros hogares; en cambio, debe ser leída en voz alta para difundir la Palabra de Dios. Debemos mantener viva la Palabra de Dios en nuestra vida diaria para evitar la tentación. Al igual que Jesús, cuando la presencia de Dios es poderosa en nosotros, aún podemos ser tentados, pero con el poder del Espíritu Santo podemos resistir al mal. Sin embargo, debemos estar armados para que el diablo no gane espacio. San Pablo nos dice en su carta a los Efesios (6:1-18) cómo estar preparados para el ataque del maligno:

“Por tanto, tomen las armas de Dios para poder resistir el día funesto y permanecer firmes a pesar de todo. Cíñanse con el cinturón de la verdad, vistan la coraza de la justicia, calcen las sandalias del celo para propagar la Buena Noticia de la paz. Tengan siempre en la mano el escudo de la fe, en el que se apagaran los dardos incendiarios del maligno. Pónganse el caso de la salvación y empuñen la espada del Espíritu, que es la Palabra de Dios. Vivan orando y suplicando, oren en toda ocasión animados por el Espíritu.”

La oración es lo que continúa guiándonos hacia el Espíritu del Señor para hacer lo que es correcto y recto. Durante este tiempo de Cuaresma, que nuestro arrepentimiento nos ayude a ser guiados por el Espíritu Santo para vivir una vida de acuerdo con la Palabra de Dios. Amén.

Lectura del santo evangelio según Mateo 4, 1-11

Gloria a ti, Señor

En aquel tiempo, Jesús fue conducido por el Espíritu al desierto, para ser tentado por el demonio. Pasó cuarenta días y cuarenta noches sin comer y, al final, tuvo hambre. Entonces se le acercó el tentador y le dijo: “Si tú eres el Hijo de Dios, manda que estas piedras se conviertan en panes”. Jesús le respondió: “Está escrito: No sólo de pan vive el hombre, sino también de toda palabra que sale de la boca de Dios”.

Entonces el diablo lo llevó a la ciudad santa, lo puso en la parte más alta del templo y le dijo: “Si eres el Hijo de Dios, échate para abajo, porque está escrito: Mandará a sus ángeles que te cuiden y ellos te tomarán en sus manos, para que no tropiece tu pie en piedra alguna”. Jesús le contestó: “También está escrito: No tentarás al Señor, tu Dios”.

Luego lo llevó el diablo a un monte muy alto y desde ahí le hizo ver la grandeza de todos los reinos del mundo y le dijo: “Te daré todo esto, si te postras y me adoras”. Pero Jesús le replicó: “Retírate, Satanás, porque está escrito: Adorarás al Señor, tu Dios, y a él sólo servirás”.

Entonces lo dejó el diablo y se acercaron los ángeles para servirle.

Palabra del Señor

Gloria a ti, Señor Jesús

Catechesis on Confession

Sacraments are "powers that come forth" from the Body of Christ, which is ever-living and life-giving. They are actions of the Holy Spirit at work in his Body, the Church. They are "the masterworks of God" in the new and everlasting covenant. (CCC1116) Among them, the Sacrament of Reconciliation shines as a profound gift of mercy, restoring our relationship with the Lord and strengthening us on our path to holiness.

What Is Confession?

Confession, also known as the Sacrament of Reconciliation, of Penance, of Conversion, or of Forgiveness—is a Sacrament of Healing (CCC 1423-1424). In confession, we disclose our sins to a priest. When we strive to confess all the sins we can remember, we place them all before God's Divine Mercy.(CCC 1456)

Sin is not just a mistake; it is an offense against God that breaks our communion with Him (CCC 1440). According to **CCC 1850**:

"Sin sets itself against God's love for us and turns our hearts away from it. Like the first sin, it is disobedience, a revolt against God through the will to become 'like gods'."

Think of Confession as the "Return to the Father's House." It is the practical fulfillment of the Prodigal Son's resolution: *"I will arise and go to my father, and I will say to him, 'Father, I have sinned against heaven and before you'"* (Luke 15:18). This sacrament makes the reality of God's love present to us, frees us from our bond to sin and shame, and restores us to lifegiving relationships with God and others. As St. John Vianney taught: *"The good God is all love. He forgets our sins once He sees us repenting."*

Sin is also the fruit of our desire with inclination to evil as St. James teaches in his letter(1:14-15): *"Rather, each person is tempted when lured and enticed by his desire. Then desire conceives and brings forth sin, and when sin reaches maturity it gives birth to death."*

How Often Should I Go?

Catholics are required to confess serious sins at least once a year after having reached the age of reason or discretion. (The age when we can tell good from evil, understood to be 7 years of age) However, if one is conscious of having committed a major sin, they must go to confession as soon as possible before receiving Holy Communion. (CCC 1457).

How do I prepare?

The motivation matters. I must approach Confession with a firm purpose of amendment—the resolution to change my life and live in accordance with my relationship with Jesus. I must have contrition. Contrition is "sorrow of the soul and distaste for the sin committed, together with the resolution not to sin again.-Contrition arises from my love of God who is loved above all else. The first step is **examining your conscience**.

Rather than overthinking the "minimal" requirements or getting lost in spiritual bookkeeping, measure your life against the Greatest Commandment of Love: *"You shall love the Lord your God with all your heart... and your neighbor as yourself"* (Matthew 22:37-39).

Ask the Holy Spirit: Where has my love grown cold?

- **Love for God:** Have I tried to be my own "god," or have I made Him my priority?
- **Love for Neighbor:** Have I been a source of peace, or have I wounded others through gossip, anger, or selfishness?
- **Love for Self:** Have I respected my dignity as a Temple of the Holy Spirit?

Traditionally we think of sins as mortal or venial

- **Mortal Sins:** Serious offenses (grave matter, full knowledge, deliberate consent) that destroy charity in the soul. These must be confessed. Use the ten commandments and seven capital sins as a guide for these.
- **Venial Sins:** Lesser offenses that weaken charity. We confess these because we want to be fully healthy in our relationship with God, not just "barely alive." Think of living the beatitude and who or what is still hard for you to love.

Examen of Conscience

Love for God

- Have I tried to be my own "god," deciding for myself what is right and wrong rather than following God's law?
- Have I allowed money, career, technology, or the opinion of others to become more important than my relationship with God?
- Have I missed Mass on Sundays or Holy Days of Obligation through my own fault?
- Have I neglected daily prayer or only turned to God when I needed something?
- Have I used God's name in vain or been ashamed to witness to my faith in public?
- Have I engaged in superstitious practices (astrology, palm reading, etc.)?

Examen of Conscience cont.

Love for Neighbor

- Have I been faithful to my spouse in my heart and mind, or have I allowed inappropriate "emotional affairs" or fantasies to take root?
- Have I protected the "sanctuary" of my marriage by avoiding pornography or anything that treats the human person as an object for my own pleasure?
- Have I been selfish with my time and affection, or have I sought to serve my spouse as Christ serves the Church?
- In my marriage, have I been open to the gift of life?
- Have I spoken poorly of my spouse to others or failed to pray for them?
- Have I been a source of tension, anger, or impatience in my home?
- Have I engaged in gossip, lies, or judging others? Have I wounded someone's reputation?
- Am I holding a grudge, or is there someone I refuse to forgive?
- Have I stolen, cheated in business, or failed to help the poor when I had the means?
- Have I been envious of the success, beauty, or possessions of others?
- Have I respected the dignity of every human life, from conception to natural death?

Love for Self

- Have I harmed my body through the abuse of alcohol, drugs, or gluttony or other addictive behaviours?
- Have I given in to the sin of pride, thinking I am better than others?
- Have I wasted the talents and time God has given me through laziness (sloth)?

How to Make Your Confession: Step by Step

1. **Enter:** Start with the Sign of the Cross.
 - *"Bless me, Father, for I have sinned. It has been [weeks/months/years] since my last Confession."*
2. **State Your Sins:** Simply state your sins. Like the Prodigal Son, be straightforward: *"Father, I have sinned against heaven and before you."* Mention the sins, be as clear and concrete as possible. "I lied to my wife." "I was verbally abusive to my husband." "I decided to not attend mass on Sunday." "I have not prayed or talked to God." Conclude with: *"I am sorry for these and all my sins."*
3. **Penance:** Father will give you a penance (prayer or action) to help you "re-learn" how to walk in the Father's house. How to grow in trust of God's love for you.
4. **The Act of Contrition**
 - *O my God, I am heartily sorry for having offended You, and I detest all my sins because of Your just punishments, but most of all because they offend You, my God, who are all good and deserving of all my love. I firmly resolve, with the help of Your grace, to sin no more and to avoid the near occasion of sin. Amen.*
 - i. *Short form: Lord Jesus have mercy on me, a sinner.*
5. **Absolution:** The priest who is standing in the person of Christ speaks the prayer of absolution/forgiveness. This is the moment your sins are extinguished. When he says, *"...I absolve you from your sins in the Name of the Father and of the Son and of the Holy Spirit."* sign yourself with the cross and respond: **"Amen."**
6. **Dismissal:** * **Priest:** *"Go in Peace"*
 - **You:** *"Thanks be to God."*

What to Avoid in the Confessional

To ensure that you and others who wait for the sacrament have a fruitful encounter with God's mercy, please keep the following in mind:

- **Avoid Asking for Advice:** Confession is a hospital for the soul, not a counseling center. While the priest may offer brief encouragement, the confessional is not the time for life coaching or lengthy advice.
- **Avoid Spiritual Direction:** Questions about your deep spiritual journey or complex discernment should be reserved for a scheduled meeting with a spiritual director. In the confessional, Father is there to ensure you are ready for conversion so you can hear the forgiving words of Christ.
- **Avoid Confessing the Sins of Others:** You are only responsible for your own soul. Avoid explaining what your spouse, children, or coworkers did to provoke you. Focus solely on your own thoughts, words, and actions.
- **Avoid Generalities:** Be specific. Instead of saying "I haven't been a good person," name the specific ways you failed to love.
- **Don't Let Nerves Stop You:** If you think you will be nervous or your mind will go blank, write your sins down on a piece of paper and bring it in with you. Just be sure to dispose of the list securely after you leave the church.

The priest is there in Persona Christi. He is not there to judge you, but to help you hear that you are forgiven and loved by God. He will not remember your sins, he will never share the content of a confession even if his life is on the line because confession is between you and God. By keeping your confession simple, honest and focused on your own sins, you honor the Sacrament and the time of those waiting in line behind you.