

HOW TO GO TO CONFESSION

BEFORE RECEIVING THE SACRAMENT

- Say a prayer to the **Holy Spirit**.
- Spend some time quietly thinking about what you will confess.
 - You can use an Examination of Conscience to guide you.
- Ask the Holy Spirit to help you make a good Confession.
- Wait quietly until it is your turn to enter the confessional.

STEPS IN THE SACRAMENT OF PENANCE

- 1** Sit with the priest or go into the confessional.
Begin by saying, "**Bless me Father for I have sinned.**"
- 2** Say, "**It has been since my last confession.**"
- 3** Tell your sins to the priest and end by saying "**For these and for all my sins, I am sorry.**"
- 4** The priest gives you a penance – something you do to make up for your sins, and to show that you want to change.
- 5** The priest invites you to tell God how sorry you are by praying the **Act of Contrition**.

ACT OF CONTRITION

My God, I am sorry for my sins with all my heart.
In choosing to do wrong and failing to do good,
I have sinned against you whom I should love above all things.
I firmly intend with your help,
To do penance, to sin no more
And to avoid whatever leads me to sin.
Our Savior Jesus Christ suffered and died for us.
In his name, my God, have mercy.

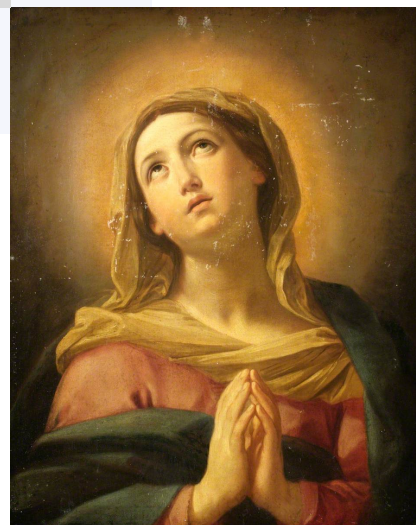
- 6** The priest prays the prayer of absolution. If you are making your Confession face-to-face, the priest will extend his hands over your head while he prays. As the priest blesses you, make the sign of the cross and answer, "Amen."
- 7** The priest says, "Go in peace."

AFTER RECEIVING THE SACRAMENT

- Return to your pew
- Complete your penance
- Offer God a prayer of trust and thanksgiving

PRAYER TO THE HOLY SPIRIT

Come, Holy Spirit, fill the hearts of your faithful,
and kindle in them the fire of your love.
Send forth your Spirit and they shall be created,
and you shall renew the face of the earth.
Let us pray: O God, by the light of the Holy Spirit
you have taught the hearts of your faithful.
In the same Spirit, help us to know what is truly right
and always to rejoice in your consolation.
We ask this through Christ, Our Lord. Amen.



CÓMO IR A LA CONFESIÓN

ANTES DE RECIBIR EL SACRAMENTO

- Di una oración al **Espíritu Santo**.
- Dedica un tiempo a pensar en silencio en lo que confesarás.
 - Puedes utilizar un Examen de Conciencia como guía.
- Pídele al Espíritu Santo que te ayude a hacer una buena Confesión.
- Espera en silencio hasta que sea tu turno de entrar al confesionario.

PASOS EN EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA

- 1** Siéntate con el sacerdote o entra al confesionario. Comience diciendo: **"Bendígame, Padre, porque he pecado"**.
- 2** Diga: **"Ha pasado..... desde mi última confesión"**.
- 3** Cuéntale tus pecados al sacerdote y termina diciendo **"Por estos y por todos mis pecados, lo siento"**.
- 4** El sacerdote te da una penitencia, algo que haces para compensar tus pecados y demostrar que quieres cambiar.
- 5** El sacerdote te invita a decirle a Dios cuánto lo sientes rezando el

ACTO DE CONTRICIÓN

Dios mío, me arrepiento de mis pecados con todo mi corazón.
Al elegir hacer el mal y no hacer el bien,
He pecado contra ti, a quien debo amar sobre todas las cosas.
Tengo la firme intención de contar con tu ayuda,
Para hacer penitencia, para no pecar más.
Y evitar todo aquello que me lleve al pecado.
Nuestro Salvador Jesucristo sufrió y murió por nosotros.
En su nombre, Dios mío, ten piedad.

- 6** El sacerdote reza la oración de absolución. Si te confesas cara a cara, el sacerdote extenderá sus manos sobre tu cabeza mientras ora. Mientras el sacerdote te bendice, haz la señal de la cruz y responde: **"Amén"**.
- 7** El sacerdote dice: **"Vete en paz"**.

DESPUÉS DE RECIBIR EL SACRAMENTO

- Regresa a tu banco
- Completa tu penitencia
- Ofrezca a Dios una oración de confianza y acción de gracias

ORACIÓN AL ESPÍRITU SANTO

Ven, Espíritu Santo, llena los corazones de tus fieles,
y enciende en ellos el fuego de tu amor.
Envía tu Espíritu y serán creados,
y renovarás la faz de la tierra.
Oremos: Oh Dios, por la luz del Espíritu Santo
has enseñado el corazón de tus fieles.
En el mismo Espíritu, ayúdanos a saber lo que es
verdaderamente correcto.
y alegrarnos siempre de tu consuelo.
Te lo pedimos por Cristo, Nuestro Señor. Amén.

