

RECONOCIENDO EL PECADO Y CRECIENDO EN SANTIDAD

Como seguidores de Jesús, necesitamos examinar nuestras vidas y reconocer nuestros pensamientos, palabras, acciones y omisiones pecaminosas para que se los podamos llevar a Dios a fin de que nos los perdone. Un examen de conciencia así se debe realizar regularmente, siempre confiados en la misericordia y el amor de Dios y en el poder del Sacramento de la Reconciliación.

Todos pecamos, pero no todos admitimos nuestros pecados. Para reflexionar sobre las veces que denegamos la gracia de Dios y nuestro rechazo a Su ley del amor requiere que seamos sinceros y tengamos a valentía. La sociedad contemporánea con frecuencia es ciega a la realidad del pecado y a veces hasta presenta ciertos comportamientos o estilos de vida pecaminosos como si fueran acciones positivas que se deben buscar y desear. En su encíclica *Reconciliación y Penitencia* (1984), el Papa Juan Pablo II sugiere que el pecado que enmarca los tiempos modernos es la “pérdida del sentido del pecado” y nos recuerda las palabras de San Juan: “Si decimos: ‘No tenemos pecado’, nos engañamos y no hay verdad en nosotros” (1 Jn 1: 8).

El pecado es una violación deliberada de la ley de Dios. Aunque el pecado promete bienes o felicidad ilusoria, tiene como resultado hacerle daño al pecador, quien siempre es la víctima primaria del pecado. La Iglesia enseña que hay dos clases de pecado: mortal y venial. El pecado mortal es una decisión libre y deliberada de algo que se sabe que es seriamente malo y que destruye nuestra amistad con Dios y nos separa de Él (cf. 1 Jn 5: 16-17). Para que un pecado sea mortal, cada una de las siguientes tres condiciones tiene que estar presente: 1) tiene que ser un asunto grave; 2) tiene que cometerse con suficiente conocimiento de su gravedad; y 3) tiene que realizarse con suficiente libre voluntad. El pecado venial es una ofensa menor contra la ley de Dios que lastima nuestra relación con Dios, pero no la destruye.

El Sacramento de la Reconciliación es la forma ordinaria para que se nos perdonen nuestros pecados. Es un encuentro con la misericordia del Dios vivo, quien viene hacia nosotros sin importa nuestra debilidad y nuestros pecados, y que profundiza nuestro crecimiento psicológico y espiritual. Como es fuente de muchas gracias, la Reconciliación se debe celebrar con regularidad y siempre que se sienta la necesidad. La confesión mensual es una forma provechosa y efectiva de crecer más cerca de Dios y de llevar un estilo de vida balanceado y centrado en Cristo.

“Vengan a mí los que van cansados llevando pesadas cargas y yo los aliviare.” Mt.11,28

Horario de confesion

Miercoles:

9:45am –10:45am & 5:00pm –5:45pm

Sabados:

3:00pm – 4:00pm

El Sacramento de la Confesión NO es para dirección espiritual.

Si usted tiene preguntas y desea hablar con un sacerdote, por favor, llame durante la semana a la Oficina Parroquial al (425) 481-0303 para hacer una cita con uno de los sacerdotes. Gracias.

ACTO DE CONTRICIÓN

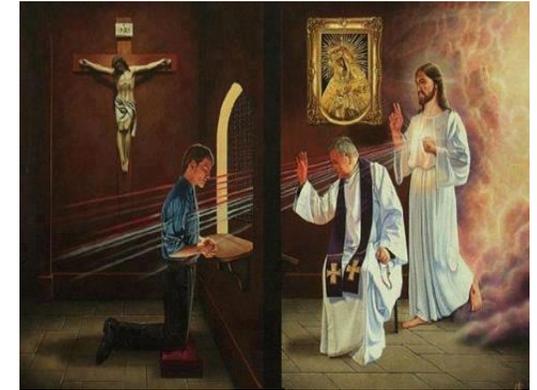
“Oh, Dios mío, me arrepiento de todos mis pecados y los aborrezco, porque al pecar, no sólo merezco las penas establecidas por ti justamente, sino principalmente porque te ofendí a ti, Dios, quien eres todo bondad y merecedor de todo mi amor. Propongo firmemente, con ayuda de tu gracia, no pecar más en adelante y evitar las ocasiones próximas de pecado. Amén”

**St. Elizabeth Ann Seton
2316 180th ST SE Bothell, WA
98012**

La parroquia católica St. Elizabeth Ann Seton es atendida por la Congregación Religiosa de los Misioneros del Espíritu Santo de la Provincia de Cristo Sacerdote bajo la Arquidiócesis Católica de Seattle.

Guía para la Confesión

Sacramento de la Reconciliación



PREPARÁNDOSE PARA LA RECONCILIACIÓN

En el Sacramento de la Reconciliación (Confesión) tenemos un encuentro con Jesucristo, quien luego de resucitar de entre los muertos sopló el Espíritu Santo sobre sus apóstoles – los primeros sacerdotes – y les dio el poder de perdonar pecados en su nombre (Jn 20:23).

El corazón de Cristo arde con amor por nosotros y él quiere que sintamos Su inmensa e ilimitada misericordia confesando nuestros pecados y recibiendo Su perdón. Por medio de este sacramento recibimos el consuelo del perdón de Dios y se fortalece nuestra relación con Cristo y su Iglesia.

ORACIÓN A NUESTRA SEÑORA ANTES DE LA CONFESIÓN

María, Madre de Jesús y Madre mía; tu Hijo murió en la cruz por mí. Ayúdame a confesar mis pecados con humildad y confiado en la misericordia de Dios, para que pueda recibir Su perdón y Su paz

CÓMO CONFESARSE

■ Implóre al Espíritu Santo para que permita que usted se conozca a sí mismo y le conceda confianza en la misericordia de Dios. Examine su conciencia, esté verdaderamente arrepentido de sus pecados y resuelva cambiar su vida.

■ Vaya donde el sacerdote y comience haciendo la Señal de la Cruz. Al reconocer su presencia, el sacerdote le dirá: “Que Dios, quien ha iluminado cada corazón, le ayude a reconocer sus pecados y a confiar en su misericordia”, o unas palabras similares tomadas de la Biblia. La respuesta suya debe ser: “Amén”. Luego diga: “Bendígame, Padre, porque he pecado. Hace _____ semanas/ meses/ años desde mi última confesión”.

■ Confiese sus pecados abierta y cándidamente. Dígale al sacerdote todos sus pecados mortales y el número de veces que cometió cada uno, y luego puede confesar algunos de sus pecados veniales. (Aunque no es estrictamente necesario confesar los pecados veniales, la Iglesia recomienda que se hacerlo) Si desconoce si un pecado es mortal o venial, pregúntele al sacerdote. Si no tiene pecados mortales, confiese los pecados veniales que haya cometido desde su última confesión; también puede mencionar algún pecado mortal de su vida pasada por el cual se siente particularmente arrepentido, indicando que ya lo ha confesado.

■ Luego escuche cualquier consejo que el sacerdote encuentre apropiado. Si tiene alguna pregunta sobre la fe, cómo crecer en santidad, o sobre si algo es pecado, siéntase en libertad de preguntarle. Luego el sacerdote le dará una penitencia.

■ Rece el Acto de Contrición cuando el sacerdote se lo indique.

■ Escuche mientras el sacerdote lo absuelve de sus pecados y alégrese del hecho de que Dios lo ha liberado verdaderamente de todos sus pecados. Si se le olvida confesar un pecado mortal, aun se le perdona, pero tiene que mencionarlo la próxima vez que se confiese.

■ Cumpla la penitencia que el sacerdote le haya dado. Si se siente ansioso o inseguro qué hacer, lleve con usted esta guía o dígaselo al sacerdote y él le ayudará a que el proceso sea más sencillo.

UNA AYUDA PARA SU EXAMEN DE CONCIENCIA.

1. Soy el Señor tu Dios. No tendrás otros dioses sino a mí.

■ ¿Busco amar a Dios con todo mi corazón y con toda mi alma y con toda mi fuerza (Dt 6:5)? ¿Pongo a alguien o a algo por encima de Dios? ¿Rezo todos los días?

■ ¿He tenido algún tipo de involucramiento con lo oculto, con la brujería, la santería, la tabla ouija, cartas del tarot, sesiones espiritistas, cristales de la nueva era, adivinos o algo parecido? ¿He puesto mi fe en los horóscopos?

■ ¿He comulgado estando en pecado mortal?

■ ¿He abusado del Sacramento de la Penitencia al mentirle al sacerdote o deliberadamente no confesando algún pecado mortal?

■ ¿He negado alguna verdad de la fe por preocuparme por el respeto o la opinión de otros?

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

■ ¿He usado el santo nombre de Dios de forma irreverente?

■ ¿He blasfemado contra Dios, la Iglesia, María, los Santos o cualquier otra cosa sagrada?

3. Recuerda mantener santo el Día del Señor.

■ ¿Trato de mantener el domingo como un día de oración, descanso y reposo, evitando el trabajo innecesario?

■ ¿He deliberadamente llegado tarde o me he ido temprano de la misa sin una buena razón?

4. Honrar padre y madre.

■ ¿Honro y respeto a mis padres?

■ ¿He herido deliberadamente a mis padres?

■ ¿Trato a mis hijos con amor y respeto? ■ ¿Respaldo y cuido del bienestar de todos los miembros de mi familia?

■ ¿He sido negligente o he descuidado los deberes familiares?

■ ¿Honro y obedezco a mis superiores legales?

5. No matarás.

■ ¿He causado deliberadamente daño a alguien?

■ ¿Me he sometido a un aborto o he instado a que se realice un aborto?

■ ¿He intentado suicidarme o lo he considerado seriamente?

■ ¿He abusado de las drogas o del alcohol?

■ ¿He llevado a alguien a cometer pecado por medio del mal ejemplo o por instarlo directamente?

6. No cometerás adulterio.

Para los casados

■ ¿Soy fiel a mi cónyuge en pensamiento y acción?

■ ¿He usado anticonceptivos artificiales □ o he sido esterilizado?

■ ¿Me casé fuera de la Iglesia sin la debida autorización de la Iglesia?

Para los no casados

■ ¿He tenido actividad sexual con alguien de uno u otro sexo?

Para todos

■ ¿He visto deliberadamente revistas, vídeos o sitios de Internet pornográficos?

■ ¿Me he masturbado?

■ ¿He usado lenguaje impuro o dicho chistes impuros?

■ ¿Visto con modestia?

7. No robarás.

■ ¿He robado o he aceptado bienes robados?

■ ¿He destruido deliberadamente lo que le pertenece a otros?

■ ¿Le he estafado a alguien lo que le debo?

■ ¿Gasto en juegos de azar excesivamente?

■ ¿Comparto lo que tengo con los pobres y la Iglesia de acuerdo con mis medios?

■ ¿He pirateado materiales tales como vídeos, música, programas de computadora?

8. No levantarás falsos testimonios contra tu prójimo.

■ ¿He mentido? ¿He jurado en falso?

■ ¿He cometido plagio o he sido académicamente deshonesto?

■ ¿He regado rumores? ¿He revelado secretos o información confidencial sin tener buenas razones?

■ ¿He arruinado el buen nombre de otros al difundir mentiras o maliciosamente revelar sus faltas y pecados?

9. No codiciarás la mujer de tu prójimo.

■ ¿He permitido deliberada y conscientemente pensamientos sexuales sobre alguien más que mi cónyuge?

■ ¿Controlo mi imaginación y mis sentidos?

■ ¿He visto espectáculos, obras, retratos o películas que contienen escenas impuras con la deliberada intención de sentirme excitado por ellos? ¿Soy responsable con lo que leo?

10. No deseearás los bienes de tu prójimo.

■ ¿Envidio las posesiones, habilidades, talentos, belleza o éxitos de otros?

Amarás a tu prójimo como a ti mismo.

■ ¿Amo a mi prójimo? ¿Hay alguien a quien no amo o me niego a amar? ¿Le he deseado daño o desgracias a alguien?

■ ¿Perdono desde mi corazón a quienes me han lastimado? ¿Guardo odios o rencores? ¿Ruego por mis enemigos?

■ ¿He ridiculizado o humillado a otros?

■ ¿Busco ayudar a otros que tienen necesidades?

■ ¿Me amo a mí mismo como Dios me ama? ¿Cuido mi salud física, emocional y espiritual?

■ ¿Me perdono a mí mismo por mis pecados luego de llevarselos a Dios en el Sacramento de la Reconciliación?

Si se siente ansioso o inseguro de qué hacer, lleve con usted esta guía o dígaselo al sacerdote y le ayudará a que el proceso sea más sencillo.