

# AÑO DEL JUBILEO EXTRAORDINARIO DE LA MISERICORDIA CÓMO CELEBRAR EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA

¿Por qué no aprovechar una gran oportunidad, especialmente si no has acudido a la Confesión en 5 ó 10 ó 20 años (o aún más)? Te prometemos un cálida acogida! Te prometemos una experiencia gozosa! Te prometemos que tendrás un encuentro con Jesús que te dejará un sentimiento de gozo que no has sentido desde hace mucho tiempo!

En caso que te sientas un tanto fuera de práctica en lo tocante al Sacramento de la Penitencia, abajo presentamos los pasos básicos a seguir. Pero no te preocupes mucho acerca de “cómo se hace”, el sacerdote estará muy dispuesto a ayudarte si le explicas que te sientes nervioso o que no conoces bien el rito.

**1. Prepárate de antemano.** Asegúrate de pasar un tiempo examinando tu conciencia, orando y recordando tus recados y preparando lo que quieres decirle al sacerdote. Piensa en actos específicos, patrones de comportamiento y actitudes generales. Pide al Espíritu Santo que te guíe.

**2. Acude al Sacerdote.** Puedes presentarte anónimamente detrás de una rejilla o una cortina, o puedes hacerlo cara a cara. Si te ayuda, puedes hacer la señal de la cruz y decir, “Bendíceme Padre, porque he pecado.” Luego le dirás al sacerdote el tiempo que ha transcurrido desde tu última confesión.

**3. Escucha la Sagrada Escritura.** Puede ser que el sacerdote lea un corto pasaje de la Biblia, para recordarte la misericordia de Dios, o puede que te pida que leas algo que él mismo te facilitará. Esto nos recuerda que lo principal que hacemos en el Sacramento es proclamar la misericordia y el perdón de Dios.

**4. Confiesa tus pecados.** Escucha cuidadosamente la dirección espiritual que él pueda ofrecerte. Dile al sacerdote tus pecados. Habla tan directa y brevemente como sea posible, pero dale suficiente información para que pueda ofrecerte algunas palabras de dirección espiritual y aliento. Toma muy serio la manera en que el sacerdote está tratando de ayudarte.

**5. Recibe tu penitencia.** El sacerdote te recomendará que hagas algo, una penitencia, que

indique tu arrepentimiento y tu conversión. Puede ser una oración, puede ser un acto de sacrificio, o puede indicarte que hagas un acto de caridad o servicio a otra persona. Si te resulta demasiado difícil hacerlo o si tienes alguna pregunta, no vaciles en hablarlo con el sacerdote.

**6. Reza un Acto de Contrición.** El sacerdote te pedirá que hagas una oración de contrición (de dolor) en voz alta. Puedes expresar tu dolor y tu intención de evitar el pecado en el futuro con tus propias palabras, o puedes emplear las palabras del Acto de Contrición formal, sea éste uno que el sacerdote te dé para que lo leas, o algún otro que tú mismo has traído o que lo sepas de memoria. Aquí sugerimos una forma: *“Dios mío, me pesa de corazón haber pecado. Al optar por el mal y fallar en hacer el bien, he pecado contra Tí a quien debo amar sobre todas las cosas. Prometo firmemente, con tu ayuda, hacer penitencia, no pecar ya más, y evitar toda ocasión que pueda conducirme a pecar. Nuestro Salvador Jesucristo sufrió y murió por nosotros. En su nombre, Dios mío, ten misericordia.”* (Ritual de la Penitencia).

**7. Recibe la absolución. Esta es la mejor parte!** El sacerdote dice la oración de absolución, proclamando que Dios ha perdonado tus pecados. Reflexiona sobre estas bellas y poderosas palabras pronunciadas por el sacerdote: *“Dios, Padre de misericordia, por la muerte y resurrección de tu Hijo has reconciliado al mundo contigo y nos has enviado al Espíritu Santo para el perdón de los pecados; por el ministerio de la Iglesia, que Dios te conceda perdón y paz, y yo te absuelvo de tus pecados en el nombre del padre, y del Hijo y del Espíritu Santo.”* (Ritual de la Penitencia)

**8. Concluye alabando a Dios.** El sacerdote puede decir algo como: “Da gracias a Dios, porque El es bueno”, y tú puedes responder, “Su misericordia es para siempre.”

**9. Vete perdonado, renovado, y transformado.** Ve, con la ayuda de Dios, a comenzar una vida nueva en libertad, habiéndote ya liberado de la esclavitud del pecado. ✠

Excerpts from the English translation of *Rite of Penance* © 1974, International Commission on English in the Liturgy Corporation (ICEL); All rights reserved.



*Text written by Msgr. Joseph DeGrocco. This resource may be reproduced and distributed free of charge by permission of the author and the FDLC and must be reproduced in its entirety.*

**Federation of Diocesan Liturgical Commissions**

415 Michigan Avenue NE, Suite 70 ✠ Washington, DC 20017 ✠ (202) 635-6990 ✠ [www.fdlc.org](http://www.fdlc.org)