

SEMINARIO MENOR DE TOLEDO



Acta de contrición

#ESTASENCASA



Cuando resulta imposible recibir físicamente el sacramento de la Penitencia, como sucede en estos días de confinamiento por la pandemia del coronavirus.

El **Papa Francisco** en su homilía del 20 de marzo dijo: Sé que muchos de ustedes, por Pascua, van a confesarse para encontrarse con Dios. Pero muchos me dirán hoy: “Pero Padre, ¿dónde puedo encontrar un sacerdote, un confesor, dado que no puedo salir de casa? Y yo quiero hacer las paces con el Señor, quiero que me abrace, quiero que mi Papá me abrace... ¿Qué puedo hacer si no encuentro sacerdotes?”. Haz lo que dice el Catecismo. Es muy claro: si no encuentras un sacerdote para confesarte, habla con Dios, es tu Padre, y dile la verdad: “Señor, he hecho esto, esto, esto... Perdóname”, y pídele perdón de todo corazón, con el Acto de dolor y prométele: “Me confesaré después, pero perdóname ahora”. E inmediatamente volverás a la gracia de Dios. Tú mismo puedes acercarte, como nos enseña el Catecismo, al perdón de Dios sin tener un sacerdote a la mano. Piensa en ello: ¡es el momento! Y este es el momento adecuado, el momento oportuno. Un Acto de dolor bien hecho, y así nuestra alma se volverá blanca como la nieve.

Por eso, la **Penitenciaria Apostólica de la Santa Sede** recordó también el 19 de marzo que: Cuando el fiel se encuentre en la dolorosa imposibilidad de recibir la absolución sacramental, debe recordarse que la contrición perfecta, procedente del amor del Dios amado sobre todas las cosas, expresada por una sincera petición de perdón (la que el penitente pueda expresar en ese momento) y acompañada de votum confessionis, es decir, del firme propósito de recurrir cuanto antes a la confesión sacramental, obtiene el perdón de los pecados, incluso mortales (cf. Catecismo de la Iglesia Católica n. 1452).

En estos momentos extraordinarios pidamos con sinceridad el perdón a Dios para celebrar purificados esta Semana Santa.

EXAMEN DE CONCIENCIA

- **En relación a Dios**
 - ¿Solo me dirijo a Dios en caso de necesidad?
 - ¿Participo regularmente en la Misa los domingos y días de fiesta?
 - ¿Comienzo y termino mi jornada con la oración?
 - ¿Blasfemo en vano el nombre de Dios, de la Virgen, de los santos?
 - ¿Me he avergonzado de manifestarme como católico?
 - ¿Qué hago para crecer espiritualmente, cómo lo hago, cuándo lo hago?
 - ¿Me rebelo contra los designios de Dios?
 - ¿Pretendo que Él haga mi voluntad?
- **En relación al prójimo**
 - ¿Sé perdonar, tengo comprensión, ayudo a mi prójimo?
 - ¿Juzgo sin piedad tanto de pensamiento como con palabras?
 - ¿He calumniado, robado, despreciado a los humildes y a los indefensos?
 - ¿Soy envidioso, colérico, o parcial?
 - ¿Me avergüenzo de mis hermanos, me preocupo de los pobres y de los enfermos?
 - ¿Soy honesto y justo con todos o alimento la cultura del descarte?
 - ¿Incito a otros a hacer el mal?
 - ¿Honro a mis padres y demás familiares?
 - ¿He rechazado la vida recién concebida? ¿He colaborado a hacerlo?
 - ¿Respeto el medio ambiente?
- **En relación a mí mismo**
 - ¿Soy un poco mundano y un poco creyente?
 - ¿Cómo, bebo, fumo o me divierto en exceso?
 - ¿Me preocupo demasiado de mi salud física, de mis bienes?
 - ¿Cómo utilizo mi tiempo?
 - ¿Soy perezoso?
 - ¿Me gusta ser servido?
 - ¿Amo y cultivo la pureza de corazón, de pensamientos, de acciones?
 - ¿Nutro venganzas, alimento rencores?
 - ¿Soy misericordioso, humilde, y constructor de paz?

**Acto de contrición del dolor de los pecados
con el propósito de confesar en cuanto resulte posible**

Jesús, mi Señor y Redentor, yo me arrepiento de todos los pecados que he cometido hasta hoy, y me pesa de todo corazón porque con ellos he ofendido a un Dios tan bueno. Propongo firmemente no volver a pecar y confío en que por tu infinita misericordia me has de conceder el perdón de mis pecados, y me has de llevar a la vida eterna.

Jesús, Hijo de David, ten misericordia de mí. Y en cuanto me sea posible acudiré al sacerdote para confesar mis pecados. Pero ahora, derrama sobre mí, tu gran misericordia por intercesión de la Virgen María y de todos los santos. Amén. Padre nuestro...



*Flagrantes
Illuminamus*