



## Ficha 4: Elementos del sacramento de la penitencia

---

Estamos acostumbrados a denominar al sacramento de la reconciliación o de la penitencia con el nombre de confesión. A lo largo de la historia, la confesión de los pecados adquirió tanta importancia que pasó a dar nombre a este sacramento. Sin embargo, aunque la confesión es un acto muy importante, es uno de los elementos de este sacramento. Para celebrar bien este sacramento se han señalado estos elementos: **el examen de conciencia, el dolor de los pecados o contrición que incluye el propósito de enmienda, la confesión de los pecados y la satisfacción o reparación del daño causado.** La contrición, la confesión de los pecados y la satisfacción es lo que tradicionalmente se denominan como **actos del penitente.**

### 1. Examen de conciencia

Supone la revisión de la propia vida a la luz de la misericordia de Dios. Hay que confrontar la propia existencia con la palabra de Dios, especialmente con los evangelios y la enseñanza de los apóstoles. Generalmente el examen de conciencia se realiza como preparación para recibir el sacramento. Se puede realizar de muchas maneras leyendo algún texto bíblico, examinándote sobre los diez mandamientos a través de preguntas,...

### 2. La contrición

El Catecismo de la Iglesia define la contrición como: *un dolor del alma y una detestación del pecado cometido con la resolución de no volver a pecar* (n. 1451). Nos duele el haber pecado contra el amor de Dios, detestamos la falta y determinamos no volver a pecar. Esto es lo que se llama conversión o *metanoia*. La conversión verdadera es el cambio radical e íntimo del hombre en su totalidad, que movido por la gracia de Dios, reorienta su vida hacia un futuro nuevo de amor en sus relaciones con Dios y con los hombres. De esta contrición del corazón depende la verdad de la penitencia. Dios no niega su perdón a quienes le aman, pero no puede perdonar a los que no se arrepienten. Donde hay conversión allí hay perdón.

¿Cómo podemos saber si es auténtica nuestra conversión? Si hay una verdadera contrición y la conversión nos lleva a asemejarnos cada vez más a Cristo. Según el Catecismo podemos distinguir entre **contrición perfecta** o **imperfecta** (*atracción*). La primera perdona los pecados veniales y obtiene también el perdón de los pecados mortales, si comprende la resolución de acudir lo más pronto posible a la confesión sacramental. La segunda nace de la consideración de la fealdad del pecado o por temor a la condenación eterna, por si misma no obtiene el perdón de los pecados graves, pero dispone a poder obtenerlo en el sacramento de la penitencia.

### **3. La confesión de los pecados**

La confesión de los pecados es parte esencial del sacramento de la reconciliación. La conversión que acontece en el interior del hombre no puede quedarse en el *fuero interno*, sino que necesita expresarse externamente. Desde el punto de vista antropológico, responde a esa necesidad que el hombre tiene de decir lo que es, para liberarse de lo que no debe ser. Por la confesión, el hombre se enfrenta a los pecados de los que se siente culpable; asume su responsabilidad y, por ello, se abre de nuevo a Dios y a la comunión con la Iglesia.

El pecador que por su pecado se alejó de la Iglesia, por su confesión ha de manifestar el deseo sincero de volver a ella. La confesión es el signo establecido por la Iglesia tanto para que el penitente desvele su propia situación, cuanto para que ella misma pueda reconocerlo como reconciliado.

La confesión debe realizarse a la luz de la misericordia divina. Por parte del penitente, la confesión o acusación exige el abrir su corazón al sacerdote y por parte del ministro ha de poder emitir un juicio espiritual sobre la situación del penitente y ayudarlo a encontrar remedio a sus males.

Esta confesión ha de ser íntegra de todos los pecados mortales de los que se sea consciente, lo más completa que sea posible. La Iglesia recomienda también la confesión de los pecados veniales o faltas cotidianas. Es una ayuda para formar la conciencia, para luchar contra las malas inclinaciones, para dejarnos sanar por Cristo, progresar en la vida espiritual y ser más misericordiosos (CCE 1458).

### **4. La satisfacción**

Una sincera conversión exige la verdadera enmienda y la reparación de la falta. El pecado ofende a Dios y daña al prójimo. Es preciso hacer lo posible para repararlo ( por ejemplo devolver lo robado, compensar los daños causados, reparar la fama del que se ha calumniado,...). La absolución quita el pecado, pero no remedia todos los males que el pecado causó. Por eso el pecador debe hacer algo más para reparar su pecado. Ha de *expirar* sus pecados. Esta satisfacción es lo que se llama penitencia.

La penitencia que el confesor impone debe de tener en cuenta la situación personal del penitente y buscar su bien espiritual. *Debe de corresponder todo lo posible a la gravedad y a la naturaleza de los pecados cometidos* (CCE 1460). La realización de las obras penitenciales tienen un carácter salvífico si se llevan a cabo en unión con la cruz de Cristo. Es un signo de la unión del pecador con Jesucristo y con la iglesia en su lucha continua contra el pecado en todas sus formas. Estas obras de la penitencia pueden ser muy variadas: oración, servicios al prójimo, sacrificios, obras de misericordia,...

## 5. La absolución

Esta palabra viene del latín y significa desatar. El pecado ata, esclaviza, el perdón de Cristo a través del sacerdote nos desata, nos libera. Al pecador que manifiesta su conversión al sacerdote en la confesión sacramental, Dios le concede su perdón por medio del signo de la absolución y así es la plenitud del sacramento. La absolución es la palabra eficaz que otorga el perdón de los pecados al arrepentido que los confiesa.

### Para la reflexión:

1. ¿Puede haber perdón de los pecados sin un verdadero arrepentimiento? Justifica tu respuesta
2. De los llamados actos del penitente, ¿cuál crees que es el que más nos cuesta? ¿Por qué?
3. ¿Cómo nos preparamos y vivimos el sacramento de la reconciliación?