

## EXAMEN DE CONCIENCIA Y CONFESIÓN [32] [44]

### 6ª Plática – Cuaresma 2021 – (DÍA 15)

Perseveremos “guardando estas paredes por amor a Cristo” (San Macario)

“¿Acaso Pascal, cuyo retrato vigila el escritorio sobre el que trabajo, no ha escrito: «Todas las contrariedades de los hombres provienen de no saber permanecer tranquilos en su habitación»?<sup>1</sup>”. (Vittorio Messori)

Puede alargarse la primera semana, si alguno así lo ve conveniente, repitiendo algunas meditaciones hasta alcanzar el fruto que se busca:

[4] 4ª *La cuarta*: dado que para los ejercicios siguientes se toman cuatro semanas, por corresponder a cuatro partes en que se dividen los ejercicios; es a saber, a la primera, que es la consideración y contemplación de los pecados; la 2ª... (...) tamen<sup>2</sup> no se entienda que cada semana tenga de necesidad siete o ocho días en sí. Porque como acaece que en la primera semana unos son más tardos para hallar lo que buscan, es a saber, contrición, dolor, lágrimas por sus pecados; asimismo como unos sean más diligentes que otros, y más agitados o probados de diversos espíritus; requiérese algunas veces acortar la semana, y otras veces alargarla, y así en todas las otras semanas siguientes, buscando las cosas según la materia subiecta; pero poco más o menos se acabarán en treinta días.

#### 1- EXAMINAR LA CONCIENCIA

Afirma el P. Villoslada hablando de nuestro Santo:

“Sabemos que Ignacio de Loyola fue siempre tremendamente reflexivo, quizá el más reflexivo de cuantos hombres conoce la historia”<sup>3</sup>.

Y en la nota al pie aclara:

“Al hacer estas afirmaciones categóricas, tengo presente a Confucio y la doctrina interiorizante del budismo, la insistencia de Sócrates en el «Conócete a ti mismo», las recomendaciones de Séneca y otros estoicos, las prácticas de ciertos moralistas islámicos, las enseñanzas de los Santos Padres de la Iglesia, el reflorcer del examen de conciencia con la *Devotio moderna*, etc”.

Trata el Santo, entonces, de ayudarnos a sacar provecho de algo tan importante y tan propio del ser humano, ya que, fuera de los ángeles, no hay creatura capaz de reflexionar sobre sí mismo.

Hablando del Examen de conciencia, comenta San Juan de Ávila:

“Porque por maravilla hallaréis cosa tan provechosa para enmienda de la vida, como tomarse el hombre cuenta de cómo la gasta, y de los defectos que hace. Porque el ánima que no es cuidadosa

---

<sup>1</sup> VITTORIO MESSORI, *Introducción*; JUAN PABLO II, *Cruzando el umbral de la Esperanza*, PLAZA & JANES, Chile, 1994<sup>2</sup>, p. 11.

<sup>2</sup> sin embargo.

<sup>3</sup> RICARDO GARCÍA-VILLOSLADA, S.I., *San Ignacio de Loyola, Nueva Biografía*, BAC, Madrid 1986, p. 101.

en examinar sus pensamientos, palabras y obras, es semejable a la, viña del hombre perezoso, de la cual dice el Sabio (Prov., 24, 30): Que pasó por ella, y vio su seto caído, y lleno de espinas. (...)

Y por esto, y otros muchos bienes que de conocerse el hombre y reprenderse suelen nacer, siendo preguntado un santo viejo de los pasados, ¿dónde estaría uno más seguro, en soledad o en compañía?, respondió: «Si se sabe reprender, dondequiera estará seguro; y si no, dondequiera estará a peligro»<sup>4</sup>.

## 2- FUENTES DE LA MORALIDAD DEL ACTO HUMANO

Antes de adentrarnos en lo que el examen de conciencia ignaciano, haremos algunas aclaraciones que pueden ayudarnos a conocer más qué es pecado y qué no; y qué es pecado grave y qué no.

“Y a los 22 días que estaban presos les llamaron a oír la sentencia, la cual era que no se hallaba ningún error ni en vida ni en doctrina; y que así podrían hacer como antes hacían, enseñando la doctrina y hablando de cosas de Dios, con tanto que nunca difiniesen: esto es pecado mortal, o esto es pecado venial, si no fuese pasados 4 años, que huviesen más estudiado. Leída esta sententia, los jueces mostraron mucho amor, como que querían que fuese aceptada. El peregrino dijo que él haría todo lo que la sentencia mandaba, mas que no la aceptaría; pues, sin condenalle en ninguna cosa, le cerraban la boca para que no ayudase los prójimos en lo que pudiese. Y por mucho que instó el doctor Frías, que se demostraba muy afectado, el peregrino no dijo más, sino que, en cuanto estuviese en la jurisdicción de Salamanca haría lo que se le mandaba. Luego fueron sacados de la cárcel, y él empezó a encomendar a Dios y a pensar lo que debía de hacer. Y hallaba dificultad grande de estar en Salamanca; **porque para aprovechar las ánimas le parecía tener cerrada la puerta con esta prohibición de no difinir de pecado mortal y de venial**”<sup>5</sup>. (San Ignacio)

### Catecismo de la Iglesia Católica

Al publicarlo, San Juan Pablo II dijo que se trataba de “*uno de los mayores acontecimientos de la historia reciente de la Iglesia*”, “*un don verídico*”, “*un don que presenta la verdad revelada por Dios en Cristo y confiada por él a su Iglesia*”, “*un compendio de la fe y de la moral católica*”<sup>6</sup>.

#### “I. Las fuentes de la moralidad

**1749** La libertad hace del hombre un sujeto moral. Cuando actúa de manera deliberada, el hombre es, por así decirlo, *el padre de sus actos*. Los actos humanos, es decir, libremente realizados tras un juicio de conciencia, son calificables moralmente: son buenos o malos”.

**1750** La moralidad de los actos humanos depende:

- **del objeto elegido;**
- **del fin que se busca o la intención;**
- **de las circunstancias de la acción.**

El *objeto*, la intención y las circunstancias forman las “fuentes” o elementos constitutivos de la moralidad de los actos humanos.

<sup>4</sup> SAN JUAN DE ÁVILA, *Audi Filia*, cap. 62.

<sup>5</sup> *Autobiografía*, n. 70.

<sup>6</sup> Todas las citas están tomadas de SAN JUAN PABLO II, *Presentación oficial y solemne del Catecismo de la Iglesia Católica*, 7/12/92.

**1751** El objeto elegido es un bien hacia el cual tiende deliberadamente la voluntad. Es la materia de un acto humano. El objeto elegido especifica moralmente el acto del querer, según que la razón lo reconozca y lo juzgue conforme o no conforme al bien verdadero. Las reglas objetivas de la moralidad enuncian el orden racional del bien y del mal, atestiguado por la conciencia.

**1752** Frente al objeto, la *intención* se sitúa del lado del sujeto que actúa. La intención, por estar ligada a la fuente voluntaria de la acción y por determinarla en razón del fin, es un elemento esencial en la calificación moral de la acción. El fin es el término primero de la intención y designa el objetivo buscado en la acción. La intención es un movimiento de la voluntad hacia un fin; mira al término del obrar. Apunta al bien esperado de la acción emprendida. No se limita a la dirección de cada una de nuestras acciones tomadas aisladamente, sino que puede también ordenar varias acciones hacia un mismo objetivo; puede orientar toda la vida hacia el fin último. Por ejemplo, un servicio que se hace a alguien tiene por fin ayudar al prójimo, pero puede estar inspirado al mismo tiempo por el amor de Dios como fin último de todas nuestras acciones. Una misma acción puede, pues, estar inspirada por varias intenciones como hacer un servicio para obtener un favor o para satisfacer la vanidad.

**1753** Una intención buena (por ejemplo: ayudar al prójimo) no hace ni bueno ni justo un comportamiento en sí mismo desordenado (como la mentira y la maledicencia). El fin no justifica los medios. Así, no se puede justificar la condena de un inocente como un medio legítimo para salvar al pueblo. Por el contrario, una intención mala sobreañadida (como la vanagloria) convierte en malo un acto que, de suyo, puede ser bueno (como la limosna) (cf Mt 6, 2-4).

**1754** Las *circunstancias*, comprendidas en ellas las consecuencias, son los elementos secundarios de un acto moral. Contribuyen a agravar o a disminuir la bondad o la malicia moral de los actos humanos (por ejemplo, la cantidad de dinero robado). Pueden también atenuar o aumentar la responsabilidad del que obra (como actuar por miedo a la muerte). Las circunstancias no pueden de suyo modificar la calidad moral de los actos; no pueden hacer ni buena ni justa una acción que de suyo es mala.

## II. Los actos buenos y los actos malos

**1755** El acto **moralmente bueno** supone a la vez la bondad del objeto, del fin y de las circunstancias. Una finalidad mala corrompe la acción, aunque su objeto sea de suyo bueno (como orar y ayunar para ser visto por los hombres).

El *objeto de la elección* puede por sí solo viciar el conjunto de todo el acto. Hay comportamientos concretos —como la fornicación— que siempre es un error elegirlos, porque su elección comporta un desorden de la voluntad, es decir, un mal moral.

**1756** Es, por tanto, erróneo juzgar de la moralidad de los actos humanos considerando sólo la intención que los inspira o las circunstancias (ambiente, presión social, coacción o necesidad de obrar, etc.) que son su marco. Hay actos que, por sí y en sí mismos, independientemente de las circunstancias y de las intenciones, **son siempre gravemente ilícitos por razón de su objeto**; por ejemplo, la blasfemia y el perjurio, el homicidio y el adulterio. No está permitido hacer el mal para obtener un bien”. (...)

## IV. La gravedad del pecado: pecado mortal y venial

**1854** “Conviene valorar los pecados según su gravedad. La distinción entre pecado mortal y venial, perceptible ya en la Escritura (cf *1Jn* 5, 16-17) se ha impuesto en la tradición de la Iglesia. La experiencia de los hombres la corroboran.”

**1855** El *pecado mortal* destruye la caridad en el corazón del hombre por una infracción grave de la ley de Dios; aparta al hombre de Dios, que es su fin último y su bienaventuranza, prefiriendo un bien inferior.

El *pecado venial* deja subsistir la caridad, aunque la ofende y la hiere.

**1856** El pecado mortal, que ataca en nosotros el principio vital que es la caridad, **necesita una nueva iniciativa de la misericordia de Dios y una conversión del corazón que se realiza ordinariamente en el marco del sacramento de la Reconciliación:**

«Cuando [...] la voluntad se dirige a una cosa de suyo contraria a la caridad por la que estamos ordenados al fin último, el pecado, por su objeto mismo, tiene causa para ser mortal [...] sea contra el amor de Dios, como la blasfemia, el perjurio, etc., o contra el amor del prójimo, como el homicidio, el adulterio, etc [...] En cambio, cuando la voluntad del pecador se dirige a veces a una cosa que contiene en sí un desorden, pero que sin embargo no es contraria al amor de Dios y del prójimo, como una palabra ociosa, una risa superflua, etc., tales pecados son veniales» (Santo Tomás de Aquino, *Summa theologiae*, 1-2, q. 88, a. 2, c).

**1857** Para que un *pecado* sea *mortal* se requieren tres condiciones: “Es pecado mortal lo que tiene como objeto una **materia grave** y que, además, es cometido **con pleno conocimiento y deliberado consentimiento**” (RP 17).

**1858** La *materia grave* es precisada por los Diez mandamientos según la respuesta de Jesús al joven rico: “No mates, no cometas adulterio, no robes, no levantes testimonio falso, no seas injusto, honra a tu padre y a tu madre” (Mc 10, 19). La gravedad de los pecados es mayor o menor: un asesinato es más grave que un robo. La cualidad de las personas lesionadas cuenta también: la violencia ejercida contra los padres es más grave que la ejercida contra un extraño.

**1859.** El pecado mortal requiere *plena conciencia y entero consentimiento*. Presupone el conocimiento del carácter pecaminoso del acto, de su oposición a la Ley de Dios. Implica también un consentimiento suficientemente deliberado para ser una elección personal. La ignorancia afectada y el endurecimiento del corazón (cf Mc 3, 5-6; Lc 16, 19-31) no disminuyen, sino aumentan, el carácter voluntario del pecado.

**1860.** La *ignorancia involuntaria* puede disminuir, y aún excusar, la imputabilidad de una falta grave, pero se supone que nadie ignora los principios de la ley moral que están inscritos en la conciencia de todo hombre. Los impulsos de la sensibilidad, las pasiones pueden igualmente reducir el carácter voluntario y libre de la falta, lo mismo que las presiones exteriores o los trastornos patológicos. El pecado más grave es el que se comete por malicia, por elección deliberada del mal.

**1861** El pecado mortal es una posibilidad radical de la libertad humana como lo es también el amor. Entraña la pérdida de la caridad y la privación de la gracia santificante, es decir, del estado de gracia. Si no es rescatado por el arrepentimiento y el perdón de Dios, causa la exclusión del Reino de Cristo y la muerte eterna del infierno; de modo que nuestra libertad tiene poder de hacer elecciones para siempre, sin retorno. Sin embargo, aunque podamos juzgar que un acto es en sí una falta grave, el juicio sobre las personas debemos confiarlo a la justicia y a la misericordia de Dios.

**1862** Se comete un *pecado venial* cuando no se observa en una materia leve la medida prescrita por la ley moral, o cuando se desobedece a la ley moral en materia grave, pero sin pleno conocimiento o sin entero consentimiento.

**1863** El pecado venial debilita la caridad; entraña un afecto desordenado a bienes creados; impide el progreso del alma en el ejercicio de las virtudes y la práctica del bien moral; merece penas temporales. El pecado venial deliberado y que permanece sin arrepentimiento, nos dispone poco a poco a cometer el pecado mortal. No obstante, el pecado venial no rompe la

Alianza con Dios. Es humanamente reparable con la gracia de Dios. “No priva de la gracia santificante, de la amistad con Dios, de la caridad, ni, por tanto, de la bienaventuranza eterna” (RP 17):

«El hombre, mientras permanece en la carne, no puede evitar todo pecado, al menos los pecados leves. Pero estos pecados, que llamamos leves, no los consideres poca cosa: si los tienes por tales cuando los pesas, tiembla cuando los cuentas. Muchos objetos pequeños hacen una gran masa; muchas gotas de agua llenan un río. Muchos granos hacen un montón. ¿Cuál es entonces nuestra esperanza? Ante todo, la confesión...» (San Agustín, *In epistulam Iobannis ad Parthos tractatus* 1, 6).

1864 “Todo pecado y blasfemia será perdonado a los hombres pero la blasfemia contra el Espíritu Santo no será perdonada” (Mc 3, 29; cf Mt 12, 32; Lc 12, 10). No hay límites a la misericordia de Dios, pero quien se niega deliberadamente a acoger la misericordia de Dios mediante el arrepentimiento rechaza el perdón de sus pecados y la salvación ofrecida por el Espíritu Santo (cf DeV 46). Semejante endurecimiento puede conducir a la condenación final y a la perdición eterna.

### 3- EXAMEN DE CONCIENCIA DE SAN IGNACIO

#### [32] EXAMEN GENERAL DE CONSCIENCIA PARA LIMPIARSE Y PARA MEJOR SE CONFESAR.

Presupongo ser tres pensamientos en mí, es a saber, uno propio mío, el qual sale de mi mera libertad y querer; y otros dos que vienen de fuera, el uno que viene del buen espíritu y el otro del malo.

#### [33] DEL PENSAMIENTO.

1ª Hay dos maneras de merescer en el mal pensamiento que viene de fuera, verbigracia, viene un pensamiento de cometer un pecado mortal, al qual pensamiento resisto *impromptu*<sup>7</sup> y queda vencido.

[34] 2ª La segunda manera de merescer es, quando me viene aquel mismo mal pensamiento, y yo le resisto, y tórname a venir otra y otra vez, y yo siempre resisto, hasta que el pensamiento va vencido; y esta segunda manera es de más merescer que la primera.

[35] Venialmente se peca, quando el mismo pensamiento de pecar mortalmente viene, y el hombre le da oído haciendo alguna *mórmula*<sup>8</sup> o rescibiendo alguna delectación sensual, o donde haya alguna negligencia en lanzar al tal pensamiento.

[36] 1ª Hay dos maneras de pecar mortalmente: *la primera* es quando el hombre da consentimiento al mal pensamiento, para obrar luego así como ha consentido, O para poner en obra si pudiese.

[37] 2ª *La segunda* manera de pecar mortalmente es quando se pone en acto aquel pecado, y es mayor por tres razones: la primera por mayor tiempo, la segunda por mayor intensidad<sup>9</sup>, la tercera por mayor daño de las dos personas.

---

<sup>7</sup> inmediatamente.

<sup>8</sup> demora breve.

<sup>9</sup> intensidad.

**[38] DE LA PALABRA.**

No jurar ni por Criador ni por criatura, si no fuere con verdad, necesidad y reverencia; necesidad entiendo, no quando se afirma con juramento cualquier verdad, mas quando es de algún momento cerca el provecho del ánima o del cuerpo o de bienes temporales. Entiendo reverencia quando en el nombrar de su Criador y Señor, considerando, acata aquel honor y reverencia debida.

**[39]** Es de advertir que dado que en el vano juramento peccamos más jurando por el Criador que por la criatura, es más difícil jurar debidamente con verdad, necesidad y reverencia por la criatura que por el Criador, por las razones siguientes:

1ª *La primera*: quando nosotros queremos jurar por alguna criatura, en aquel querer nombrar la criatura no nos hace ser tan atentos ni advertidos para decir la verdad o para afirmarla con necesidad como en el querer nombrar al Señor y Criador de todas las cosas.

2ª *La segunda* es que en el jurar por la criatura no tan fácil es de hacer reverencia y acatamiento al Criador, como jurando y nombrando al mismo Criador y Señor; porque el querer nombrar a Dios nuestro Señor trae consigo más acatamiento y reverencia que el querer nombrar la cosa criada; por tanto, es más concedido a los perfectos jurar por la criatura que a los imperfectos; porque los perfectos, por la assidua contemplación y iluminación del entendimiento consideran, meditan y contemplan más ser Dios nuestro Señor en cada criatura según su propia essencia, presencia y potencia; y así en jurar por la criatura son más aptos y dispuestos para hacer acatamiento y reverencia a su Criador y Señor, que los imperfectos.

3ª *La tercera* es, que en el assiduo jurar por la criatura, se ha de temer más la idolatría en los imperfectos que en los perfectos.

**[40]** No decir palabra ociosa, la qual entiendo, quando ni a mí ni a otro aprovecha, ni a tal intención se ordena. De suerte que en hablar para todo lo que es provecho, o es intención de aprovechar al ánima propia o agena, al cuerpo o a bienes temporales, nunca es ocioso; ni por hablar alguno en cosas que son fuera de su estado, así como si un religioso habla de guerras o mercancías. Mas en todo lo que está dicho hay mérito en bien ordenar, y peccado en el mal enderezar o en vanamente hablar.

**[41]** No decir cosa de infamar o murmurar; porque si descubro peccado mortal, que no sea público<sup>10</sup>, peco mortalmente; si venial, venialente; y si defecto, muestro defecto propio; y siendo la intención sana, de dos maneras se puede hablar del peccado o falta de otro.

1ª *manera*. La primera: quando el pecado es público, así como de una meretriz<sup>11</sup> pública, y de una sentencia dada en juicio o de un público error que inficiona las ánimas que conversa.

2ª *Segundo*, quando el pecado cubierto se descubre a alguna persona para que ayude al que está en pecado a levantarle, teniendo tamen<sup>12</sup> algunas coniecturas o razones probables que le podrá ayudar.

---

<sup>10</sup> El P. Polanco añade: “con mala intención, o con grave daño de la fama de otro”.

<sup>11</sup> mujer pública.

<sup>12</sup> sin embargo.

## [42] DE LA OBRA.

Tomando por objeto los diez mandamientos y los preceptos de la Iglesia y comendaciones<sup>13</sup> de los superiores; todo lo que se pone en obra contra alguna destas tres partes, según mayor o menor calidad, es mayor o menor pecado. Entiendo comendaciones de superiores, así como bulas de cruzadas y otras indulgencias, como por paces, confessando y tomando el sanctísimo sacramento; porque no poco se peca entonces, en ser causa o en hacer contra tan pías exhortaciones y comendaciones de nuestros mayores.

## 4- LA CONFESIÓN GENERAL [44]<sup>14</sup>

### ¿Qué es?

Es la confesión de todos los pecados cometidos en la vida. A veces se usa hacer una confesión general desde la última vez que se hizo una confesión general, pero significa hacer confesión no desde la última confesión que hice, sino de toda la vida, de pecados que ya están perdonados.

### ¿Es obligatoria?

Primero digamos que la confesión, sea general o no, no es de hecho obligatoria más de una vez al año, como dice el Catecismo de la Iglesia Católica hablando de los preceptos o mandamientos de la Iglesia:

**2042** “El segundo mandamiento (confesar los pecados mortales al menos una vez al año, y en peligro de muerte, y si se ha de comulgar)”.

Eso es lo obligatorio, o sea lo mínimo. Uno cuando pierde la gracia de Dios tiene que ir a confesarse por más que no sea un precepto de la Iglesia. En cuanto a la confesión general por supuesto que no hay ninguna obligación. Pero uno tiene que hacer algo parecido a una confesión general de manera obligatoria si uno descubre que en el pasado en una confesión a sabiendas y a propósito me callé un pecado grave por vergüenza o por lo que sea y nunca más lo aclaré en una confesión posterior. En ese caso esa confesión que hice fue sacrílega porque le mentí a Dios. Fue inválida y cometí un pecado más, que es sacrilegio, y de ahí en adelante todas las confesiones fueron inválidas. En ese caso sí tengo que confesar desde ese momento todos los pecados mortales hasta ahora. Si eso no me ha pasado no hay ninguna obligación de hacer una confesión general.

Como dice San Ignacio:

“En la general confesión, para quien voluntarie la quisiere hacer entre otros muchos, se hallarán tres provechos para aquí”.

Vemos que dice “voluntariamente”. Aclaro también que no es conveniente hacerla si uno sufre de escrúpulos, porque sería contraproducente.

---

<sup>13</sup> recomendaciones.

<sup>14</sup> Esta plática corresponde al día 9º de los Ejercicios Espirituales de 30 días en la vida cotidiana.

## Conveniencias

“1º **El primero:** dado que quien cada un año se confiesa, no sea obligado de hacer confesión general, haciéndola hay mayor provecho y mérito, por el mayor dolor actual de todos pecados y malicias de toda su vida”.

El dolor es lo que hace que sea fructuosa la confesión, que es lo que, con la gracia que Dios me da en la confesión puede que uno quede más santo, más en gracia que antes de haber cometido el pecado del que me estoy arrepintiendo, por la fuerza del dolor. Como si fuera un resorte, que mientras más lo aprieto más salta: cuanto más dolor tengo, cuando recibo la gracia de Dios, recibo más todavía.

El segundo es parecido al anterior, pero haciendo mas hincapié en el conocimiento que hemos pedido de conocer y aborrecer el pecado y las malas inclinaciones, etc.

“2º **El segundo:** como en los tales ejercicios espirituales se conocen más interiormente los pecados y la malicia dellos, que en el tiempo que el hombre no se daba así a las cosas internas, alcanzando agora más conocimiento y dolor dellos, habrá mayor provecho y mérito que antes hubiera”.

Voy a leer ahora un parrafito de san Francisco de Sales en su libro *Introducción a la vida devota*:

“...me refiero a una confesión general de toda la vida, la cual, si bien reconozco que no siempre es absolutamente necesaria, con todo considero que te será sumamente útil en los comienzos; por lo mismo, te la aconsejo con gran encarecimiento. Acontece, con harta frecuencia, que las confesiones ordinarias de las personas que llevan una vida común y vulgar están llenas de grandes defectos, porque, muchas veces, la preparación es deficiente o nula, y falta la contrición exigida; al contrario, suele acudirse a la confesión con una voluntad tácita de volver a caer en pecado y sin la resolución de evitar las ocasiones y de poner los medios necesarios para la enmienda de la vida; en todos estos casos, la confesión general es necesaria para la tranquilidad del alma. Pero, además, de esto, la confesión general nos conduce al conocimiento de nosotros mismos, provoca en nosotros una saludable confusión por nuestra vida pasada, nos hace admirar la misericordia de Dios, que nos ha aguardado con tanta paciencia; sosiega nuestros corazones, alivia nuestros espíritus, excita en nosotros buenos propósitos, da ocasión a nuestro padre espiritual para que nos haga las advertencias que mejor cuadran con nuestra condición, y nos abre el corazón, para que nos manifestemos con toda confianza, en las confesiones siguientes. Tratando, pues, ahora, de una renovación general de nuestro corazón y de una conversión total de nuestra alma a Dios, para emprender la vida devota, me parece, ¡oh Filotea!, que tengo razón, si te aconsejo esta confesión general”<sup>15</sup>.

San Agustín:

"El que confiesa sus pecados actúa ya con Dios. Dios acusa tus pecados, si tú también te acusas, te unes a Dios. El hombre y el pecador, son por así decirlo, dos realidades: cuando oyes hablar del hombre, es Dios quien lo ha hecho; cuando oyes hablar del pecador, es el hombre mismo quien lo ha hecho. Destruye lo que tú has hecho para que Dios salve lo que Él ha hecho... Cuando comienzas a detestar lo que has hecho, entonces tus obras buenas comienzan porque

---

<sup>15</sup> *Introducción a la vida devota*, Primera parte, cap VII



reconoces tus obras malas. El comienzo de las obras buenas es la confesión de las obras malas. Haces la verdad y vienes a la Luz"<sup>16</sup>.

El tercer motivo que dice san Ignacio por el cual recomienda la confesión general:

**“3º El tercero:** es conseqüenter que estando más bien confessado y dispuesto, se halla más apto y más aparejado para rescibir el sanctísimo sacramento, cuya recepción no solamente ayuda para que no caya<sup>17</sup> en peccado, mas aun para conservar en aumento de gracia; la cual confesión general se hará mejor immediate después de los ejercicios de la primera semana”.

Antes no se confesaba tan seguido como ahora, por eso hace referencia directa a la comunión que se hacía cada tanto, a veces una vez al año, a veces un poco más seguido, pero comulgar era algo que se hacía menos frecuentemente y por lo tanto revestía de una solemnidad mayor. Como comulgar para nosotros es una gracia muy grande tenemos que tratar que para nosotros no sea una rutina.

En lo práctico ¿cómo hacemos una confesión general? Ayuda haber hecho la meditación de pecados propios, conviene tomar un examen de conciencia, aquí dejamos un examen de conciencia tradicional. También el de san Ignacio que ofrece los ejercicios, muy provechoso<sup>18</sup>. Puede servir anotar para acordarnos mejor en el momento de confesar. Y después uno va y le aclara al sacerdote que va a hacer una confesión general y listo. (Si uno confiesa un pecado grave que no fue confesado todavía hay que aclararlo).

Por último, una aclaración por si uno no tiene la posibilidad de acceder a un sacerdote para la confesión sea por el motivo que fuere:

### **Contrición y atrición**

La contrición es el arrepentimiento de nuestros pecados. Se divide en la contrición perfecta y la contrición imperfecta o atrición. La contrición perfecta es cuando me arrepiento del pecado cometido por amor a Dios. Cuando uno se arrepiente así, siempre que uno ni bien pueda confesarse se confiesa, ahí uno vuelve a recibir la gracia de Dios. Este acto de contrición perfecta no es tan fácil hacerlo, es una gracia de Dios, por eso uno no puede fiarse de eso “bueno, pecco, total hago un acto de contrición perfecta y vuelvo a la gracia de Dios” no, por supuesto que no. Una vez cometido el pecado hay que buscar el arrepentimiento, pedirle a Dios la gracia, pensar en la pasión de Cristo, pensar en el amor de Dios, pensar en todo lo que lleve a arrepentirme por estos motivos que son los más altos, los más perfectos. Y con la condición de que ni bien pueda confesarme lo hago. De esa manera uno puede volver a estar en gracia de Dios. Con toda la tranquilidad que eso trae dentro de la incertidumbre de que no me confesé, pero es mucho mejor eso que nada. A veces uno cuando se va a confesar ya está en gracia de Dios por esto que acabo de decir. Esto en cualquier circunstancia de la vida, si me estoy por morir y no hay un confesor, o si veo que otra persona se está por morir y no hay un confesor puedo incitarle al arrepentimiento de los pecados, aun siendo laico, y puedo hacer que muera en gracia de Dios, y con eso la ayudo a un buen morir.

---

<sup>16</sup> *Tratado sobre el Evangelio de San Juan*, 12,13

<sup>17</sup> caiga.

<sup>18</sup> Los encontrarás después de este pdf, en la misma página de *Ejercicios*.

También en situaciones extremas, y si hay un motivo grave se puede acceder a la Comunión con un acto de contrición perfecta. Pero con la condición de confesarse lo antes posible. Pero si cuando uno se puede confesar no se confiesa, entonces el acto de contrición se invalida. Por eso tiene que haber una circunstancia de cierta gravedad. Si no estoy en gracia de Dios y no me pude confesar tengo que ofrecer al Señor el dolor de no poder comulgar sacramentalmente, hacer una comunión espiritual y esperar el momento para poder confesar.

La contrición imperfecta, o atrición, es el arrepentimiento no por motivos más altos y más nobles, sino por el miedo a condenarme. No es un dolor malo, pero es imperfecto. Ese arrepentimiento sólo, de suyo no me devuelve la gracia de Dios. Ese arrepentimiento necesita sí o sí de la confesión. Por eso uno tiene siempre que tratar de lograr la contrición perfecta, pero no es tan fácil hacerla, y además uno nunca tiene la seguridad de que efectivamente lo hizo, por eso siempre la confesión es necesaria.

La contrición en el Catecismo:

**1451** Entre los actos del penitente, la contrición aparece en primer lugar. Es "un dolor del alma y una detestación del pecado cometido con la resolución de no volver a pecar".

**1452** Cuando brota del amor de Dios amado sobre todas las cosas, la contrición se llama "contrición perfecta" (contrición de caridad). Semejante contrición perdona las faltas veniales; obtiene también el perdón de los pecados mortales si comprende la firme resolución de recurrir tan pronto sea posible a la confesión sacramental.

**1453** La contrición llamada "imperfecta" (o "atrición") es también un don de Dios, un impulso del Espíritu Santo. Nace de la consideración de la fealdad del pecado o del temor de la condenación eterna y de las demás penas con que es amenazado el pecador. Tal conmoción de la conciencia puede ser el comienzo de una evolución interior que culmina, bajo la acción de la gracia, en la absolución sacramental. Sin embargo, por sí misma la contrición imperfecta no alcanza el perdón de los pecados graves, pero dispone a obtenerlo en el sacramento de la Penitencia.

San Ignacio de Loyola un día antes a ese combate en Pamplona, donde era previsible que perdiera la vida, el 19 de mayo del año 1521, día de Pentecostés, seguramente no había sacerdote, le confesó sus pecados a un compañero de armas. Es algo que el mismo Hernando de Talavera, confesor de la reina Isabel la Católica, un gran sacerdote, el mismo santo Tomás de Aquino y otros más recomendaban hacer ante la imposibilidad de contar con un sacerdote para confesarse y haber un peligro determinado. ¿Porqué? Porque, obviamente no es una confesión sacramental, pero ayuda, primero por el acto de humildad que uno hace, y si uno no tiene la contrición perfecta, al ser un acto de humildad tan grande **puede** alcanzar de Dios la gracia de la contrición perfecta, y entonces volver a estar en gracia de Dios.

Nos va a decir san Pablo en la segunda carta a los Corintios: ***“Dejaos reconciliar con Dios”*** (2 Co 5,20).

Esa es la gracia que le vamos a pedir a María Santísima, nuestra Madre del Cielo, que nos dejemos reconciliar con Dios, que hagamos una buena confesión con toda la paz que hay en el alma. La confesión es una gracia enorme, grandísima. Es un regalo tan grande de Dios, y somos nosotros los católicos los únicos que tenemos esa gracia. Las reglas para santificarnos las pone Nuestro Señor Jesucristo. Él fue el que les dijo a los apóstoles ***“lo que ustedes ataren en la tierra quedará atado en el Cielo, y lo que ustedes desataren quedará***

***desatado, a quienes les perdonen los pecados serán perdonados, y a quienes se los retengan serán retenidos***” (Jn 20, 22-23), pero además de eso hay algo psicológico. Dios nos conoce perfectamente, y uno necesita sacar lo que está adentro, necesita que un ser humano me escuche, y escuchar que me da el perdón de Dios. De hecho, en la confesión el sacerdote es juez de parte de Dios, tiene que juzgar si uno realmente está arrepentido. Los que se confiesan directamente con Dios, como hacen los que no están en nuestra fé nunca tienen la seguridad de estar bien dispuestos. Por eso es que Dios nos dá este gran regalo de la confesión sacramental. Jagot, un profesor universitario de psicología en estados unidos preguntó ¿quién es católico aquí? Algunos levantaron la mano. Y dijo “*bueno, miren, yo no soy católico, pero yo les aconsejo como psicólogo que ustedes, ya que tienen la confesión se confiesen. Yo no conozco, como psicólogo, nada que traiga tanta paz al alma como una confesión bien hecha de un católico*”.

Le pedimos a María, nuestra Madre, esta gracia, de aprovechar mucho de una buena confesión para seguir con fruto estos santos ejercicios.

*Ave María Purísima, sin pecado concebida.*