

Confesión de los pecados

Antes de confesarnos debemos **esforzarnos en recordar** todos los pecados cometidos tanto los voluntarios como los involuntarios. Tenemos que revisar nuestras vidas atentamente con el fin de recapitular todas nuestras faltas, no solo las que ocurrieron después de la última confesión, sino también las que no fueron confesadas por omisión u olvido. Entonces con un corazón contrito y arrepentido acercarse a la cruz y el evangelio para proceder a confesar nuestros pecados.

Confiesa tus pecados **honestamente**, recordando que no se los estamos revelando a un hombre sino a Dios mismo (Dios ya conoce tus pecados, pero desea que tú los reconozcas). No tienes que avergonzarte delante de tu padre espiritual ya que él es un ser humano igual a ti, y entiende perfectamente nuestra tendencia a pecar; por ésta causa el no puede convertirse en tu terrible o temible juez. ¿No será por eso que te avergüenzas delante de tu padre espiritual porque temes perder la buena opinión que tiene de ti? Todo lo contrario, tu padre espiritual viendo tu confesión sincera y abierta te querrá mucho más. Por otro lado si te da miedo revelar tus pecados a una persona, tu padre espiritual ¿cómo puedes tu sobreponerte a tu vergüenza cuando aparezcas frente a Dios, los ángeles y todas las personas fieles e infieles (conocidas y desconocidas) en el Juicio Final?.

Confiesa **detalladamente** tus pecados y enuméralos cada uno por separado: San Juan Crisóstomo dice: “Uno no sólo debe decir: he pecado, o soy un pecador sino también debe declarar cada tipo de pecado, en que momento y como pequé.” “La revelación de los pecados — dice San Basilio El Grande — está sujeta a las mismas reglas como la declaración de una enfermedad física. El pecador está espiritualmente enfermo y su padre espiritual es su médico. De ésta manera se entiende que uno debe confesar o decir todos sus pecados de la misma manera que un enfermo físico dice o revela todos los síntomas de su enfermedad al médico del cual espera recibir su curación.”

No menciones a nadie más ni las involucres en tu confesión, porque eso no es una confesión sino una acusación y es otro pecado más para ti.

No trates de ninguna manera de justificarte durante la confesión culpando a tus “debilidades,” “a las modas” , “a las costumbres,” etc.

Cuando seas interrogado por tu padre espiritual nunca digas “no puedo acordarme,” “puede ser que cometí eso.” Dios nos manda a recordar siempre nuestros pecados. Para no justificarnos de nuestra poca memoria, debemos confesarnos frecuentemente, porque aquellos que por causa de su dejadez se confiesan esporádicamente, se olvidan de sus pecados y son plenamente culpables de ello y pierden la esperanza del perdón de los pecados que no han sido reconocidos. Por eso es imprescindible hacer un gran esfuerzo en recordar todos nuestros pecados. Cuando a nosotros alguien nos adeuda algo, nosotros nos acordamos perfectamente de esa deuda, pero nuestras propias deudas se nos olvidan. ¿No será que de parte nuestra, hay una gran despreocupación de cómo está nuestra alma?

No confieses los pecados que no haz cometido. A menos que no seas interrogado por tu padre espiritual, no comiences a enumerar los pecados que no haz cometido o cosas que no

haz hecho porque eso demuestra que como el fariseo del evangelio tu no estás arrepentido sino vanagloriándote aumentando así tu condenación.

Debes confesarte **con tristeza y con un corazón compungido** por pecados con que ofendiste a Nuestro Señor y Dios. No está bien confesar los pecados con frialdad y sin ningún remordimiento como si eso fuera una conversación trivial, peor todavía, muchos osan reírse. Todo esto indica una falta de arrepentimiento, lo cual no nos borra nuestras faltas sino las incrementa.

Finalmente, confiesa tus pecados con plena fe en Jesucristo con la esperanza de Su misericordia. Solamente creyendo y confiando en El, nosotros podemos recibir el perdón de nuestros pecados. Sin fe no podemos ser perdonados, un ejemplo de ello es Judas el traidor, porque el estaba arrepentido pero no tenía fe en Dios, ni esperanza de su misericordia. Debido a ello atentó contra su vida (se ahorcó).

En primer lugar debemos confesar los pecados cometidos **contra Dios mismo**:

- La falta de fe en El. Falta de amor a Dios y al prójimo, al no dedicar suficiente tiempo en rezar, en agradecer a Dios.

Después debemos confesar los pecados cometidos **contra el prójimo** y hacia **uno mismo** tales como:

- **Palabras vanas**: Sin pensar vanilocuencia, palabras por rencor, ira, etc. Mentira y engaño, viveza. Levantar falsos testimonios: juzgar, reírse de alguien, grosería, decir vulgaridades.
- **Glotonería**: falta de autocontrol, comer y beber en exceso, borrachera, comer en secreto, comer sin la oración y señal de la cruz, fumar.
- **Pereza**: negligencia, dejadez, pereza para la oración, para alabar a Dios e ir a la Iglesia, depresión, descuido en el trabajo, dispersión, dormir en exceso, hacer cosas superfluas (jugar cartas, TV, etc.).
- **Robo**: avaricia y amor al dinero: Ser avaro, endurecimiento del corazón. Usuraria: ganar mucho a expensas del otro.
- **Injusticia**: vender algo a mayor precio, juzgar en vano, justificar al culpable, encubrir, etc.
- **Envidia**: rencor, falta de amor al prójimo.
- **Arrogancia**: orgullo, no respetar a superiores: gobierno, padres, amor al honor, gran concepto a si mismo, autojustificación.
- **Rabia y rudeza**: ira, irritabilidad, inclemencia, ofensa. El más viejo de los demonios preside aquí en su trono, está lleno de orgullo, rudeza y rabia.
- **Rencor**: Rencor al prójimo, rabia contra el prójimo.
- **Crueldad**: impiedad, falta de compasión.
- **Fornicación**: Sueños, imaginación sexual. Sodomismo: Aberraciones sexuales.
- **Brujería y superstición**
- **Herejías**.
- **Asesinato**.

Oración de San Efren el Sirio

Señor y soberano de mi vida !

No me des espíritu de ociosidad,
de desaliento, de amor al mando
y vanilocuencia.

Más espíritu de castidad,
humildad, paciencia y amor,
concede a mi tu siervo.

¡Oh, Señor Rey!
concédame ver mis propios pecados
y no juzgar a mi hermano,
porque eres bendito
por los siglos de los siglos.

Amén.

Missionary Leaflet # S36b
Holy Protection Russian Orthodox Church
2049 Argyle Ave. Los Angeles, California 90068
Editor: Bishop Alexander (Mileant)

(Confesion.doc, 12-09-98)