

## Guía a la Confesión

(Ud. Puede usar esto durante la Confesión)

- Entre al confesionario y arrodílese detrás del paraban o siéntese frente al sacerdote. En los Servicios de Penitencia parroquiales, la mayoría se sienta cara a cara en un lugar fuera del confesionario.
- Opcional: puede presentarse— su primer nombre bastara.
- El sacerdote le da la bienvenida y ambos hacen la Señal de la Cruz.
- Usted puede comenzar diciendo: "Bendígame Padre, porque he pecado. Esta es mi primera confesión" o "Han pasado \_\_\_\_\_ (semanas, meses, años) desde mi última confesión" o "Ha pasado mucho tiempo desde mi última confesión, y no recuerdo".
- A veces el sacerdote lee una Escritura, pero no durante un servicio de penitencia parroquial cuando vamos a escuchar las Escrituras juntos como una comunidad antes de hacer una confesión individual.
- Dígale al sacerdote sus pecados, o áreas de pecado de su vida que necesita el perdón y la dirección espiritual.
- Escuche el consejo del sacerdote o la orientación y la penitencia que le dará.
- Recite un acto de contrición como la de abajo o exprese su tristeza con una simple declaración o con algo así como:  
"Señor Jesús, ten misericordia de mi, un pecador."  
Dios mío, con todo mi Corazón me arrepiento de todo el mal que he hecho y de todo lo bueno que he dejado de hacer. Al pecar, te he ofendido a ti, que eres el supremo bien y digno de ser amado sobre todas las cosas.  
Propongo firmemente, con la ayuda de tu gracia, hacer penitencia, no volver a pecar y huir de las ocasiones de pecado. Amen.
- El sacerdote extenderá su mano y dirá las palabras de la absolución. Escuche con atención las hermosas palabras de perdón y de paz a la que usted responde: "Amén."
- El sacerdote dice: "Dios te bendiga. Vete en paz." Usted dice: "Gracias, Padre."
- Vuelva a su lugar en silencio y reflexione. Haga su penitencia en ese momento o tan pronto como sea posible.

## Guide to Individual Confession

(You may take this with you to Confession)

- Enter the confessional and either kneel behind the screen or sit across from the priest. At the Parish Penance Service most people go face-to-face in a space that is not a confessional.
- Optional: you may introduce yourself—just first name is ok.
- The priest welcomes you and you both make the Sign of the Cross.
- You can begin by saying, "Bless me Father, for I have sinned. This is my first confession." OR "It has been \_\_\_\_\_ (weeks, months, years) since my last Confession." OR "It has been a long time since my last confession; I cannot remember."
- Sometimes the priest reads from Scripture but not during a parish penance service when we will hear Scripture together as a community before we make an individual confession.
- Tell the priest your sins, or sinful areas of your life that need forgiveness and spiritual guidance.
- Listen to the priest's advice or guidance and the Penance he will give.
- Recite an Act of Contrition or Sorrow like the one below or express your sorrow with a simple statement or with something like, "Lord Jesus have mercy on me a sinner."  
My God, I am sorry for my sins with all my heart. In choosing to do wrong and failing to do good I have sinned against you whom I should love above all things. I firmly intend, with your help. To do penance, to sin no more, and to avoid whatever leads me to sin.  
Amen.
- The priest will extend his hands and say the words of absolution. Listen carefully to the beautiful words of pardon and peace to which you respond, "Amen."
- The priest says, "God bless you. Go in peace." You say, "Thank you, Father."
- Return to your place for silent time and reflection. Do your penance right then or as soon as possible.

## Guía a la Confesión

(Ud. Puede usar esto durante la Confesión)

- Entre al confesionario y arrodílese detrás del paraban o siéntese frente al sacerdote. En los Servicios de Penitencia parroquiales, la mayoría se sienta cara a cara en un lugar fuera del confesionario.
- Opcional: puede presentarse— su primer nombre bastara.
- El sacerdote le da la bienvenida y ambos hacen la Señal de la Cruz.
- Usted puede comenzar diciendo: "Bendígame Padre, porque he pecado. Esta es mi primera confesión" o "Han pasado \_\_\_\_\_ (semanas, meses, años) desde mi última confesión" o "Ha pasado mucho tiempo desde mi última confesión, y no recuerdo".
- A veces el sacerdote lee una Escritura, pero no durante un servicio de penitencia parroquial cuando vamos a escuchar las Escrituras juntos como una comunidad antes de hacer una confesión individual.
- Dígale al sacerdote sus pecados, o áreas de pecado de su vida que necesita el perdón y la dirección espiritual.
- Escuche el consejo del sacerdote o la orientación y la penitencia que le dará.
- Recite un acto de contrición como la de abajo o exprese su tristeza con una simple declaración o con algo así como:  
"Señor Jesús, ten misericordia de mi, un pecador."  
Dios mío, con todo mi Corazón me arrepiento de todo el mal que he hecho y de todo lo bueno que he dejado de hacer. Al pecar, te he ofendido a ti, que eres el supremo bien y digno de ser amado sobre todas las cosas.  
Propongo firmemente, con la ayuda de tu gracia, hacer penitencia, no volver a pecar y huir de las ocasiones de pecado. Amen.
- El sacerdote extenderá su mano y dirá las palabras de la absolución. Escuche con atención las hermosas palabras de perdón y de paz a la que usted responde: "Amén."
- El sacerdote dice: "Dios te bendiga. Vete en paz." Usted dice: "Gracias, Padre."
- Vuelva a su lugar en silencio y reflexione. Haga su penitencia en ese momento o tan pronto como sea posible.

## Guide to Individual Confession

(You may take this with you to Confession)

- Enter the confessional and either kneel behind the screen or sit across from the priest. At the Parish Penance Service most people go face-to-face in a space that is not a confessional.
- Optional: you may introduce yourself—just first name is ok.
- The priest welcomes you and you both make the Sign of the Cross.
- You can begin by saying, "Bless me Father, for I have sinned. This is my first confession." OR "It has been \_\_\_\_\_ (weeks, months, years) since my last Confession." OR "It has been a long time since my last confession; I cannot remember."
- Sometimes the priest reads from Scripture but not during a parish penance service when we will hear Scripture together as a community before we make an individual confession.
- Tell the priest your sins, or sinful areas of your life that need forgiveness and spiritual guidance.
- Listen to the priest's advice or guidance and the Penance he will give.
- Recite an Act of Contrition or Sorrow like the one below or express your sorrow with a simple statement or with something like, "Lord Jesus have mercy on me a sinner."  
My God, I am sorry for my sins with all my heart. In choosing to do wrong and failing to do good I have sinned against you whom I should love above all things. I firmly intend, with your help. To do penance, to sin no more, and to avoid whatever leads me to sin.  
Amen.
- The priest will extend his hands and say the words of absolution. Listen carefully to the beautiful words of pardon and peace to which you respond, "Amen."
- The priest says, "God bless you. Go in peace." You say, "Thank you, Father."
- Return to your place for silent time and reflection. Do your penance right then or as soon as possible.