



La Iglesia nos propone cinco pasos a seguir para hacer una buena confesión y aprovechar así al máximo las gracias de este maravilloso sacramento.

Estos pasos expresan simplemente un camino hacia la conversión, que va desde el análisis de nuestros actos, hasta la acción que demuestra el cambio que se ha realizado en nosotros.

### **1. Examen de Conciencia.**

Ponernos ante Dios que nos ama y quiere ayudarnos. Analizar nuestra vida y abrir nuestro corazón sin engaños. Puedes ayudarte de [una guía para hacerlo bien](#).

**2. Arrepentimiento.** Sentir un dolor verdadero de haber pecado porque hemos lastimado al que más nos quiere: Dios.

**3. Propósito de no volver a pecar.** Si verdaderamente amo, no puedo seguir lastimando al amado. De nada sirve confesarnos si no queremos mejorar. Podemos caer de nuevo por debilidad, pero lo importante es la lucha, no la caída.

**4. Decir los pecados al confesor.** El Sacerdote es un instrumento de Dios. Hagamos a un lado la “vergüenza” o el “orgullo” y abramos nuestra alma, seguros de que es Dios quien nos escucha.

**5. Recibir la absolución y cumplir la penitencia.** Es el momento más hermoso, pues recibimos el perdón de Dios. La penitencia es un acto sencillo que representa nuestra reparación por la falta que cometimos.