



Familias especiales que merecen  
**toda nuestra atención**

Noviembre 2024



## ¿CÓMO RECUPERAR LA ALEGRÍA?

Todos tenemos muchas cosas buenas, pero al mismo tiempo, la presencia del mal en nuestras vidas es un hecho: somos limitados, tenemos una cierta inclinación al mal y también defectos. Como consecuencia de esto nos equivocamos, cometemos errores y pecados. Esto es evidente y Dios, nuestro Padre, lo sabe.

Precisamente basándonos en la misericordia divina, hemos de ser conscientes de que toda situación humana, por grave que nos parezca, puede ser perdonada por Dios.

El **arrepentimiento** es una actitud fundamentalmente interior, que acontece en lo

más profundo del hombre, pero se plasma en una serie de manifestaciones: un sincero reconocimiento del pecado cometido, la voluntad de no volver a pecar y el esfuerzo continuo por cumplir la Voluntad de Dios.

Podemos manifestar nuestro arrepentimiento en **el sacramento de la penitencia**. La confesión no es algo meramente humano, es un misterio sobrenatural. Consiste en el encuentro personal con Dios en la persona del sacerdote.

Recién resucitado Jesús, lo primero que les dice a los apóstoles es: *Recibid el Espíritu Santo. A los que les perdonéis los pecados,*



*les quedarán perdonados, a los que no se los perdonéis, les quedarán sin perdonar.* Los únicos que han recibido este poder han sido los apóstoles y sus sucesores.

Perdonar y retener presupone conocer los pecados y disposiciones del penitente. Las condiciones del perdón las pone el ofendido, no el ofensor.

Nuestros pecados no solo ofenden a Dios, sino también a la comunidad de la Iglesia: tiene una dimensión vertical (ofensa a Dios) y otra horizontal (ofensa a los hermanos). La reconciliación, para ser completa, debe alcanzar estas dos dimensiones.

Sabemos que el pecado mortal destruye la vida de la gracia, pero ésta es posible recuperarla en la confesión. Debemos recuperarla rápido por dos motivos fundamentalmente: Porque nos podemos morir, y no creo que queramos morir en estado de pecado mortal...y acabar en el infierno. Y porque necesitamos comulgar para estar cerca de Cristo, y comulgar en pecado mortal es un terrible sacrilegio.

Necesitamos dejar el mal que hemos hecho. El **reconocimiento de nuestros errores** es el primer paso de la conversión. Solo quien reconoce que obró mal y pide perdón, puede cambiar.

La confesión es vital en la **lucha por mejorar**. Es un hecho que habitualmente una persona después de confesarse, se esfuerza por seguir haciendo las cosas bien y evitar el pecado.

Por puro egoísmo, **necesitamos paz interior**. Negar la culpa no la elimina, solo la esconde haciendo más penosa la angustia. Además, la confesión bien hecha nos *obliga* a hacer un examen de conciencia profundo. Saber qué hay dentro, qué nos pasa, qué hemos hecho... De esta manera, a través de la confesión, nos conocemos y nos entendemos mucho mejor a nosotros mismos.

Es fácil autoengañarnos. Siempre nos escudamos en que eso que hicimos mal... tampoco está tan mal. Incluso llegamos a justificarlo convirtiéndolo en bueno. Cuando tenemos que contar los hechos a una

tercera persona, sin excusas, con sinceridad, se nos caen todas las caretas...y nos encontramos con nosotros mismos, con la realidad que somos. Nadie es buen juez en causa propia. Por eso los sacerdotes pueden perdonar los pecados a todo el mundo menos a una persona: ellos mismos. Dios es sabio y no podía privar a los sacerdotes de este medio de santificación.

Una cosa es pedir perdón y otra distinta es ser perdonado. Necesitamos una confirmación exterior, sensible, de que Dios ha aceptado nuestro arrepentimiento. Esto sucede en la confesión: cuando recibimos la absolución, sabemos que el sacramento ha sido administrado, y como ocurre con todos los sacramentos, recibimos la eficacia de Cristo convertida en gracia.

La confesión personal, más que una obligación, es un derecho: en la Iglesia tenemos derecho a la atención personal, a que nos cuiden uno a uno y poder así, en confianza y sintiéndonos queridos, contar nuestros problemas y nuestros pecados. Cuando tomemos conciencia de este aspecto nos daremos cuenta del lujo que tenemos a nuestro alcance.

Por nuestra naturaleza egoísta y ciertamente soberbia nos excusamos en miles de razones para no confesarnos. Una pregunta recurrente es: *¿Quién es el cura para perdonar los pecados? Solo Dios puede...* Bueno, ya hemos dicho que el Señor dio ese poder a los apóstoles.

Otros, llevados quizá por la vergüenza, se preguntan: *¿Por qué le voy a decir mis pecados a un hombre que es tan pecador como yo? Nos vamos a confesar con el sacerdote no porque sea santo e inmaculado, sino porque puede darnos la absolución, poder que tiene por el sacramento del Orden y no por su bondad. Es una suerte –en realidad una disposición de la sabiduría divina– que el poder de perdonar los pecados no dependa de la calidad personal del sacerdote, cosa que sería terrible ya que uno nunca sabría quién sería suficientemente santo como para perdonar.*

*Me da vergüenza, dicen algunos...Es lógico, pero hay que superarla. Un hecho comprobado universalmente es que cuanto más nos cueste decir algo, tanto mayor será la paz interior que consigamos después de decirlo. Cuando nos confesamos con frecuencia es más fácil superar la vergüenza.*

Por último, no hay que olvidar lo que nos enseñó un gran santo: *el diablo quita la vergüenza para pecar...y la devuelve aumentada para pedir perdón.*

Ante la objeción de que siempre nos confesamos de lo mismo...eso no es problema. Hay que confesar los pecados que uno ha cometido...y es bastante lógico que nuestros defectos sean, más o menos, siempre los mismos. Sería terrible y agotador cambiar continuamente de defectos.

*Confesarme no sirve de nada, sigo comiéndolo los pecados que confieso...* El hecho de que uno se ensucie, no hace concluir que es inútil bañarse. Uno se ducha todos los días (o debería) y se sigue ensuciando todos los días, pero gracias a asearnos con frecuencia, la suciedad no se acumula. Lo mismo pasa con la confesión. Si hay lucha, aunque uno vuelva a caer, sacándose de encima los pecados, hace que todo sea mejor.

*Sé que voy a volver a pecar...lo que muestra que no estoy arrepentido.* Lo único que Dios me pide es que esté arrepentido del pecado cometido y que ahora, en este momento, quiera luchar por no volver a cometerlo.

*¿Y si el cura le cuenta después a alguien mis pecados?..No hay que preocuparse por eso. La Iglesia cuida tanto, tanto este asunto que aplica la pena más grande que existe en el Derecho Canónico – la excomunión – al sacerdote que cuente algo que conoce por la confesión. De hecho, hay mártires por el sigilo sacramental, sacerdotes que han muerto por no revelar el contenido de una confesión.*

Recordemos, una vez más, qué requisitos son necesarios para hacer una buena confesión:



**Examen de conciencia:** Consiste en un análisis de cómo ha sido nuestra relación con Dios y con los demás desde la última confesión. Así sabe lo que es justo y correcto. Solo una conciencia bien formada es recta y veraz, porque formula sus juicios según la razón.

Nuestra conciencia está expuesta muchas veces a la deformación y el engaño. Por eso, la tarea formativa resulta tan decisiva y dura toda la vida.

No hay que considerar la confesión como una carga embarazosa o dejarse llevar por el miedo. Se trata de una gran liberación. Hay que tener presente que quien nos escucha es el Señor y lo hace con una misericordia infinita.

**Dolor de los pecados:** Esta parte es fundamental. De ella, si es sincera, nacerá el propósito de mejorar. Puede ayudarnos esta oración. *¡Señor y Dios mío! Dios y hombre verdadero. Creados, Padre y*

*Redentor mío, por ser Vos quién sois, Bondad infinita, y porque os amor sobre todas las cosas, me pesa de todo corazón haberos ofendido; también me pesa porque podéis castigarme con las penas del infierno. Ayudado de vuestra divina gracia, propongo firmemente, nunca más pecar, confesarme y cumplir la penitencia que me fuera impuesta. Amén.*

Paso lógico e igualmente importante es **decir todos los pecados al confesor, propósito de la enmienda** (del que hemos hablado anteriormente) y **cumplir la penitencia** que nos impongan.

**Siempre es un buen momento para comenzar de cero y proponernos estar en gracia, ser amigos de Dios y no alejarnos de Él por prejuicios humanos o vergüenza. La recompensa es grande y merece la pena.**





# VIVIR EL DÍA A DÍA COMO SI FUERA EL ÚNICO

Pensar en el futuro nos quita la paz: los problemas que están pendientes de solución, los proyectos que no sabemos cuándo terminaremos, lo que puede pasar mañana... porque puede ser que mañana ocurran cosas imprevistas que echen por tierra todos nuestros planes, o que aparezcan nuevas preocupaciones. Y si no es mañana, puede ser dentro de unos días o de unos meses. ¿Qué va a pasar con mi trabajo, con mi familia, con nuestra seguridad?

Tenemos la impresión de viajar en *barcos de papel*. Nos parece que hay muchas *cosas en el aire*, porque dependen de otras personas, del azar, de la buena o mala suerte. No podemos controlar nada, no somos dueños del futuro y eso nos inquieta todavía más. Y así, en vez de vivir de verdad el día de hoy, sufrimos por anticipado los problemas que, según nuestra imaginación, nos va a traer el día de mañana.

Pero, además, estamos convencidos de que preocuparnos es una exigencia de nuestro sentido de la responsabilidad, un deber, y que si permanecemos tranquilos deberíamos tacharnos de alocados y botarates.

Pues **eso es precisamente lo que a Dios no le gusta: que vivamos preocupados por el día de mañana**, cuando resulta que el mañana no está en nuestras manos, sino en las suyas. El Señor nos pide que abandonemos el futuro a su cuidado, y que nos ocupemos de nuestros deberes de hoy, que vivamos el momento presente como si fuese el único del que disponemos para agradecerle.

Lo primero que tenemos que hacer es lo que importa. Y lo que importa, lo único que importa, es que **HOY**, no mañana, hoy, agradecemos a nuestro Padre, realizando por amor a Él lo que hoy nos encarga. Así es como buscamos el Reino de Dios y su justicia.

¿Y mañana? El día de mañana depende del gobierno divino, y nosotros seguiremos estando bajo su protección de Padre, como hoy, y las personas a las que queremos estarán también protegidas por su cuidado amoroso.

No se nos prohíbe planificar el futuro, tener un proyecto de trabajo y poner los medios, en la medida de nuestras posibilidades, para prevenir los problemas de mañana. El Señor nos ha dado una inteligencia capaz de prever, y es su voluntad que la empleemos.

Pero, una vez que hemos puesto los medios a nuestro alcance, que hemos dibujado nuestros proyectos y previsto sensatamente nuestros planes, lo más razonable es centrarnos en el día de hoy, que es el único plazo a la medida de nuestras fuerzas.

El futuro no está en mis manos, Señor, sino en las tuyas. Del futuro te encargas Tú, y lo que me pides es que lo abandone totalmente en tus manos.

**Cada momento es un tesoro y si no lo vivimos para Dios, lo perdemos.**

Extracto del libro “Dios te quiere, y tú no lo sabes” de D. Tomás Trigo publicado por **CASABLANCA COMUNICACIÓN**.



**Somos innovación educativa. Los mejores resultados**

**Bachillerato Dual Europeo-High School Americano  
Bachillerato de Ciencias. Bachillerato de Artes**

**Educación Infantil: 0-3 años con aulas ozonizadas**

**Trilingüe: español-inglés-alemán**

**Escuela de música**

**Edificio climatizado, futurista y comprometido  
con el medio ambiente. Todas las aulas digitalizadas**

**5.000 m<sup>2</sup> de zonas verdes. Certificado GREEN CLEAN**

**www.colegiosje.es - 916 750 806 - BARRIO DE LOS FRESNOS - TORREJÓN DE ARDOZ - MADRID**