

[https://es.aleteia.org/2015/06/12/8-consejos-sobre-la-confesion-que-te-regala-san-francisco-de-sales/?utm\\_campaign=EM-ES-Newsletter-Daily-&utm\\_content=Newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_source=sendgrid&utm\\_term=20230327](https://es.aleteia.org/2015/06/12/8-consejos-sobre-la-confesion-que-te-regala-san-francisco-de-sales/?utm_campaign=EM-ES-Newsletter-Daily-&utm_content=Newsletter&utm_medium=email&utm_source=sendgrid&utm_term=20230327)

## 9 CONSEJOS PARA CONFESARSE DE SAN FRANCISCO DE SALES



Philippe Lissac | Godong

*Maria Paola Daud* - publicado el 12/06/15

*Antes de ir al sacramento de la penitencia ten claro lo que vas a decir y "no te dejes perturbar por ninguna presión"*

En su libro *La Filotea*, que significa «Alma que ama a Dios», san Francisco de Sales propone unos sabios consejos para ir al sacramento de la confesión muy bien preparados pudiendo así acercarnos un poquito más a la santidad:

## SAN FRANCISCO DE SALES



CUANDO TE DIRIJAS A  
CONFESARTE VE, CON  
ESPÍRITU DE HUMILDAD, A  
HACER TU CONFESIÓN; Y NO  
TE DEJES PERTURBAR POR  
NINGUNA APRENSIÓN.

1. Cuando te dirijas a **confesarte** ve, con espíritu de **humildad**, a hacer tu confesión; y no te dejes perturbar por ninguna aprensión.
2. Sólo cuando lo cometemos es vergonzoso el pecado, pero al convertirse en confesión y en **penitencia**, es **honroso y saludable**.
3. La confesión y la **contrición** son tan **bellas** y de tan buen olor, que borran la fealdad y disipan el hedor del pecado.

4. Si somos humildes, nuestro pecado nos desagradará infinitamente, porque es ofensa a Dios; pero **la revelación de nuestro pecado nos será dulce y amable, porque Dios es honrado en ella**: decir al médico lo que nos molesta es, en cierta manera, un alivio.
  
5. Cuando llegues a la presencia de tu padre confesor, **imagínate que te encuentras en la montaña del Calvario**, a los pies de Jesucristo crucificado, destilando por todas partes su preciosísima sangre, para lavar tus ignominias; porque, aunque no sea la propia sangre del Salvador, es, empero, el mérito de su sangre derramada el que rocía abundantemente a los penitentes, alrededor de los confesionarios.
  
6. **Abre bien tu corazón**, para que salgan de él los pecados por la confesión, porque, conforme vayan saliendo, entrarán en él los méritos de la pasión divina para llenarlo de bendiciones.
  
7. Pero **dilo todo sencilla e ingenuamente**, tranquilizando de una vez tu conciencia.
  
8. Luego de haberte confesado **escucha** los avisos y lo que ordene el siervo de Dios, y di de todo corazón: «Habla, Señor, que tu siervo escucha». Porque es Dios a quien escuchas, pues ÉL ha dicho a sus representantes: «El que a vosotros oye, a Mí me oye».
  
9. Toma después, en tu mano, la siguiente promesa, que es el remate de toda tu contrición y que has de haber meditado y considerado antes; léela atentamente y con todo el sentimiento que te sea posible.

Introducción a La Vida Devota: También conocida como «La Filotea», San Francisco de Sales