

Contrición Perfecta

Recientemente el Santo Padre, ante la crisis causada por el coronavirus y la incapacidad de muchas personas de procurar el Sacramento de la Confesión, ha hablado acerca de la "contrición perfecta". El 20 de marzo de 2020, el Santo Padre expresó: "Es muy claro: si no encuentras un sacerdote para confesarte, habla con Dios, que es tu Padre, y dile la verdad: 'Señor, he hecho esto, esto, esto... Perdóname', y pídele perdón con todo mi corazón, con el Acto de Dolor, y prométele: 'Me confesaré más tarde, pero perdóname ahora'. Y de inmediato, volverás a la gracia de Dios. Tú mismo puedes acercarte, como nos enseña el Catecismo, al perdón de Dios sin tener un sacerdote a mano".

Si bien esto puede sonar novedoso para algunos, esta noción de contrición (conocida como "contrición perfecta") como un medio para volver a la gracia de Dios siempre ha existido en la Iglesia. El Santo Padre simplemente estaba expresando un principio bien establecido de la Iglesia. Para entender la contrición perfecta y lo que el Papa quiso decir, especialmente en estos tiempos tan difíciles, debemos comenzar con el significado del pecado y el propósito de la absolución en general. El Catecismo de la Iglesia Católica es muy útil en este sentido:

1440 El pecado es, ante todo, ofensa a Dios, ruptura de la comunión con Él. Al mismo tiempo, atenta contra la comunión con la Iglesia. Por eso la conversión implica a la vez el perdón de Dios y la reconciliación con la Iglesia, que es lo que expresa y realiza litúrgicamente el sacramento de la Penitencia y de la Reconciliación.

Dicho de otra manera, cuando pecamos, dañamos la conexión con Dios y la Iglesia que el bautismo, que borra nuestros pecados, y los otros sacramentos han establecido. Reparamos esta ruptura a través de la absolución de los pecados que hemos cometido después de nuestro bautismo.

Entonces, ¿cómo obtenemos esta absolución de pecados? Toda la absolución viene de Dios. Como dice el Catecismo: "Sólo Dios perdona los pecados (cf Mc 2,7). Porque Jesús es el Hijo de Dios, dice de sí mismo: "El Hijo del hombre tiene poder de perdonar los pecados en la tierra" (Mc 2,10) y ejerce ese poder divino: "Tus pecados están perdonados" (Mc 2,5; Lc 7,48). Más aún, en virtud de su autoridad divina, Jesús confiere este poder a los hombres (cf Jn 20,21-23) para que lo ejerzan en su nombre".

Esta nota final acerca de su autoridad divina otorgando poder a los hombres para ejercer en su nombre es muy importante. Como sabemos, por la autoridad divina, se le dio al sacerdocio la facultad de ejercer en el nombre de Cristo de diversas maneras, incluso en el proceso de absolución por medio del Sacramento de la Confesión.

El Sacramento de la Confesión no fue dado a la Iglesia simplemente como un medio para absolver pecados, sino también como una manera para que Dios nos proporcione una especie de seguridad. Cuando nos acercamos genuinamente a un sacerdote **con contrición**, confesamos nuestros pecados y tenemos la intención de cumplir la penitencia y no pecar más, podemos estar

seguros de que la absolución otorgada por el sacerdote nos ha colocado en estado de gracia y nos ha reconciliado con la Iglesia y con Cristo. Esta certeza es un don de Dios.

Sin embargo, el Sacramento de la Confesión no sólo hace esto. También nos proporciona orientación y un medio para remediar los daños que fluyen de nuestros pecados, lo que llamamos penitencia. El Catecismo lo explica de esta manera:

1459 Muchos pecados causan daño al prójimo. Es preciso hacer lo posible para repararlo (por ejemplo, restituir las cosas robadas, restablecer la reputación del que ha sido calumniado, compensar las heridas). La simple justicia exige esto. Pero además el pecado hiere y debilita al pecador mismo, así como sus relaciones con Dios y con el prójimo. La absolución quita el pecado, pero no remedia todos los desórdenes que el pecado causó. Liberado del pecado, el pecador debe todavía recobrar la plena salud espiritual. Por tanto, debe hacer algo más para reparar sus pecados: debe "satisfacer" de manera apropiada o "expiar" sus pecados. Esta satisfacción se llama también "penitencia".

Es muy importante tener en cuenta que el Sacramento de la Confesión no es simplemente un proceso. Si uno no tiene una contrición genuina por sus pecados, el pecado no es absuelto. Dicho de otra manera, la contrición es la clave para la absolución. O, como el Catecismo lo afirma, la contrición ocupa el "primer lugar" para el penitente. Confesar y estar dispuestos a hacer penitencia simplemente fluyen de esta contrición subyacente.

Entonces, ¿qué es contrición? El Catecismo continua: Contrición es "un dolor del alma y una detestación del pecado cometido con la resolución de no volver a pecar." La contrición es el reconocimiento de que uno ha obrado mal y por lo tanto tienen el deseo de remediar la falta. La contrición, dicho de otra manera, es el deseo subyacente de buscar la absolución o el perdón. La Iglesia, reconociendo que este deseo puede ser estimulado de diferentes maneras, comprende la contrición de una manera doble: como contrición imperfecta y como contrición perfecta. El Catecismo explica la contrición imperfecta de la siguiente manera:

1453 La contrición llamada "imperfecta" (o "atrición") es también un don de Dios, un impulso del Espíritu Santo. Nace de la consideración de la fealdad del pecado o del temor de la condenación eterna y de las demás penas con que es amenazado el pecador. Tal conmoción de la conciencia puede ser el comienzo de una evolución interior que culmina, bajo la acción de la gracia, en la absolución sacramental. Sin embargo, por sí misma la contrición imperfecta no alcanza el perdón de los pecados graves, pero dispone a obtenerlo en el sacramento de la Penitencia.

Cuando pecamos y reconocemos el mal que hemos hecho, a menudo sentimos la necesidad de remediar ese pecado. Cuando ese sentimiento de necesidad está arraigado en el *miedo* a las consecuencias del mal, tenemos contrición imperfecta. Actuamos principalmente por el deseo de evitar el daño que proviene de nuestras malas acciones. No hay nada malo con la contrición imperfecta, especialmente en el que nos empuja hacia el Sacramento de la Confesión, pero no es la expresión más completa de contrición que podemos tener tras pecar.

La contrición perfecta por otro lado es la expresión más completa de la contrición. La contrición perfecta surge del amor a Dios, en comparación con el temor a las consecuencias del pecado. El Catecismo expresa:

1452 Cuando brota del amor de Dios amado sobre todas las cosas, la contrición se llama "contrición perfecta"(contrición de caridad). Semejante contrición perdona las faltas veniales; obtiene también el perdón de los pecados mortales, si comprende la firme resolución de recurrir tan pronto sea posible a la confesión sacramental.

Dicha contrición no está arraigada en el deseo de protegernos o evitar las consecuencias del pecado. Está arraigada en el amor a Dios, en el reconocimiento genuino de que hemos dañado nuestra relación con Dios, que hemos dejado de lado la comunión que debemos atesorar. Cuando pensamos en los tiempos en que realmente hemos ofendido a un ser querido, y nos angustiamos no por las consecuencias de nuestras acciones, sino por el amor que hemos ofendido con nuestras malas acciones, tenemos algún concepto de cómo se ve la contrición perfecta.

Sin embargo, el amor no es simplemente un ejercicio emocional. El amor consiste en acciones y obediencia reales. En particular, este amor incluye seguir el camino que Dios nos ha trazado para la expiación de los efectos nocivos del pecado. Es decir, buscar la confesión sacramental y la penitencia tan pronto como esté disponible. Por esta razón, el Catecismo continúa diciendo que la contrición perfecta **"obtiene también el perdón de los pecados mortales, si comprende la firme resolución de recurrir tan pronto sea posible a la confesión sacramental"**.

Entonces, ¿cómo obtenemos una contrición perfecta durante estos tiempos increíblemente difíciles en los que tal vez no podamos buscar el Sacramento de la Confesión? No hay un método o proceso especial en particular, pero como el Santo Padre nos ha dicho, debemos acercarnos a Dios como lo haríamos con un padre amoroso. Si no sentimos que tenemos amor genuino por Dios, le pedimos que se llene de ese amor. Dios siempre entiende las situaciones difíciles en las que nos encontramos. Como un buen padre, siempre está dispuesto a darnos lo que necesitamos.

Para concluir, si sientes que estás sufriendo debido a un pecado grave que has cometido:

- Habla con Dios, exprésale tu amor por él y por su hijo
- pídele que te otorgue una contrición genuina y amorosa por tus pecados
- haz una lista de tus pecados
- Pide perdón por tus pecados
- Reza un [Acto de Contrición](#)
- Promete con verdadera intención confesar tus pecados, tan pronto como puedas, a un sacerdote, a quien Dios ha puesto aquí por ti para que puedas ser sanado y completamente reconciliado.

Aunque quizás no tengamos la seguridad inmediata del Sacramento en este momento, de las palabras del sacerdote: " Y yo te absuelvo de tus pecados en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo", si tenemos la seguridad de las palabras de Cristo: "Les aseguro que todo lo que pidan al Padre, él se lo concederá en mi Nombre".

Gregory Caridi
Canciller