



OUR LADY *of* LOURDES

NUESTRA SEÑORA *de* LOURDES

WWW.OLOLCC.NET

 @OLOL_ARLINGTON

Remain Faithful

© JPPC

FEBRUARY 22, 2026

First Sunday of Lent

22 DE FEBRERO DE 2026

Primer Domingo de Cuaresma

PARISH INFORMATION

OFFICE HOURS

Monday - Friday 8:00 AM - 4:00 PM

REGISTRATION

To register, visit www.ololcc.net, and click "I'm New" or scan the QR code.



Parish Registration



eGiving

MASS SCHEDULE

Sunday 5:30 PM Vigil (Saturday), 8:00 AM, 10:00 AM, 12:00 PM, 5:00 PM (Español)
 Monday - Friday 6:45 AM, 12:00 PM
 Saturday 9:00 AM
 Holy Days of Obligation 7:00 PM (Vigil), 6:45 AM, 12:00 PM, 7:00 PM
 Federal Holidays 10:00 AM (Monday-Thursday)

Note: Schedule changes for Christmas, Holy Week, Easter and Federal Holidays that fall on a Friday. Check our website www.ololcc.net for specific times.

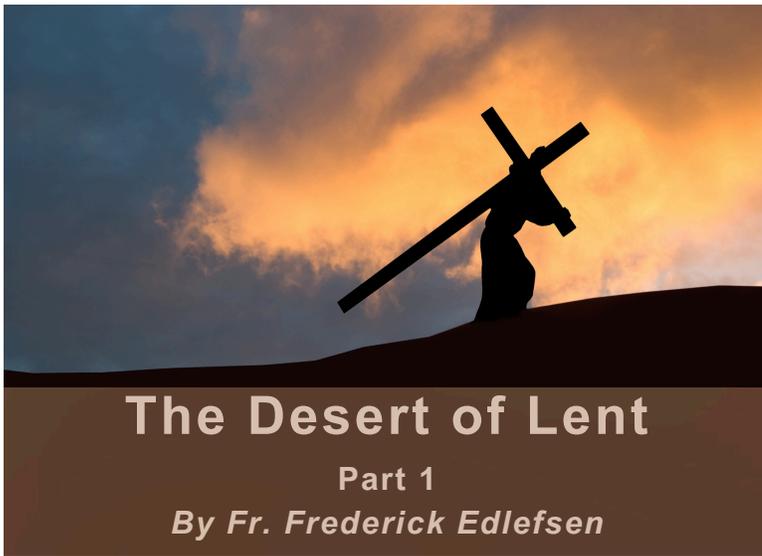
CONFESSIONS

Saturday 4:00 - 5:00 PM
 Sunday 4:15 - 4:45 PM (Español)
 Tuesday 12:30 PM
 Thursday 12:30 PM
 Friday 12:30 PM

Note: Special Confession schedules during Advent, Lent & Holy Week.

THIS WEEK AT OLOL

FEBRUARY MONDAY 23	FEBRUARY TUESDAY 24	FEBRUARY WEDNESDAY 25	FEBRUARY THURSDAY 26	FEBRUARY FRIDAY 27
<p>Rosary 6:15 AM, 11:30 AM</p> <p>Mass 10:00 AM</p> <p>Scout Meeting 7:00 PM <i>Parish Hall</i></p>	<p>Rosary 6:15 AM, 11:30 AM</p> <p>Pro-Life Rosary 7:00 PM</p> <p>The Spirituality of Lent, A Talk 7:00 PM <i>Parish Hall</i></p>	<p>Rosary 6:15 AM, 11:30 AM</p> <p>Miraculous Medal Novena 12:30 PM</p> <p> The Light is On, Confessions 6:30 PM</p> <p>Legion of Mary 7:30 PM <i>Parish Hall</i></p>	<p>Rosary 6:15 AM, 11:30 AM</p> <p>Pro-Life Rosary 7:00 PM</p>	<p>Rosary 6:15 AM, 11:30 AM</p> <p>Exposition of the Blessed Sacrament 12:30 PM-3:00 PM</p> <p>Divine Mercy Chaplet 3:00 PM</p> <p> Confessions 7:00</p> <p> Stations of the Cross 7:30</p>
FEBRUARY SATURDAY 28	MARCH SUNDAY 1	CLERGY		
<p>Rosary 9:30 AM</p> <p>Prayer Group (Español) 5:00 PM <i>Parish Hall</i></p>	<p>KofC Brunch After the 8:00 AM & 10:00 AM Mass <i>Parish Hall</i></p> <p>Community Coffee Hour (Español) 6:00 PM <i>Parish Hall</i></p>	<p>Fr. Frederick H. Edlefsen, Pastor Fr. Francis Peffley, Parochial Vicar Fr. Bradley Lawrence, In Residence Fr. Noah Morey, In Residence</p>		
		STAFF		
		<p>Ms. Stephanie Vindell, Office Manager Mrs. Marie Macnamara, Sacramental Records Mrs. Esperanza Miranda, Parish Assistant Mrs. Maria A González de Pastrán, Parish Assistant Ms. Alicia Hamar, Parish Assistant Ms. Leigh Hasson, Director of Religious Education (DRE) Mrs. Kathryn Retta, Director of Music</p>		



The Desert of Lent

Part 1

By Fr. Frederick Edlefsen

"The Spirit drove Jesus into the desert..." The Holy Spirit is leading you into the desert of Lent. You cannot precisely imitate Christ, who took on a superhuman fast. Christ confronted and repudiated Satan on your behalf. But because you are baptized, you join Christ in saving the world. You have a share in this mission. Though your fasting and penance will be less than his, it will nonetheless be fruitful.

Fasting and prayer is not a contest of endurance. Rather, it should purify your desires and purge selfishness and egoism, orienting you toward generosity and love. When Jesus was in the desert, he was "among wild beasts." But you must deal with "wild beasts" within: Pride, Envy, Wrath, Greed, Lust, Gluttony and Sloth. These beasts, or inner tendencies, make it difficult to combat the beasts outside of yourself: the world and the devil.

The Christ who is anointed by the Holy Spirit overcomes the flesh by refusing Satan's offer to "turn these stones into bread." He overcomes the world by refusing Satan's offer of all the world's kingdoms and wealth. And He overcomes Satan himself by refusing to test God by throwing himself off the Temple's parapet. But you, unlike Christ, have your own sins and weaknesses to contend with. You may have memories and hurts that need healing, emotional attachments that need purifying, habits and impulses that need mastering. The closer you get to God, the more intense your temptations might become, at least for a while. It's not uncommon that those who are most pure are often subject to the most difficult temptations and emotional attachments. When you fast, you may experience your weaknesses with a greater intensity. Humbly persevere in prayer. Hold your peace. Trust God completely. Resist the impulses of your weaknesses. Take refuge in the wounds of Christ. This kind of trial, the weight of human weakness falling upon your soul, is a penance. Many great saints and holy souls have passed through such trials. And it is a fruitful stage of your spiritual growth, even if you come to an impasse, in which God seems absent. If you calmly accept this experience, it will purify you. Remember, you are flesh and blood and not an angel. You are going to God on foot and not on wings.

Welcome



Are you new to the Parish?

WE INVITE YOU TO REGISTER

Use the QR code or visit OLOLCC.NET
and select "I'm New."

Upcoming Events

Tuesday, February 24

Father Peffley, co-hosted with brother Augustine, an oblate of Saint Benedict, will host a talk, "**The Spirituality of Lent from the Life and Writings of Saint Benedict,**" at 7 PM in the Parish Hall.

Sunday, March 1

Knights of Columbus Brunch

Join us after the 8:00 AM and 10:00 AM Masses for the best brunch on 23rd Street!



Friday, March 6

Fish Fry

The Knights of Columbus are hosting their annual Lenten Fish Fry in the Parish Hall, 5:30 - 7:30 PM.



Tuesday, March 10

Pizza with the Pope

Father Edlefsen will host a talk and discussion titled "**Pope John XXIII and the Catholic Outlook for International Cooperation**" at 7:00 PM in the Parish Hall



Saturday, March 21

St. Joseph's Spaghetti Dinner

Join us after the 5:30 PM Mass for a Spaghetti Dinner in the Parish Hall.



OUR PARISH



Honor a loved one with a Mass at Our Lady of Lourdes. Contact the Rectory Office: 703.684.9261 or OLOL@OLOLCC.net

FEBRUARY 22, 2026 First Sunday of Lent Weekly Mass Intentions

SATURDAY **FEBRUARY 21**

St. Peter Damian, Bishop and Doctor of the Church

9:00 AM † Jose Antonio Brenes Aleman & Donald Gavin

5:30 PM Carol Bouchard

SUNDAY **FEBRUARY 22**

First Sunday of Lent

8:00 AM Shane Fowler and Family

10:00 AM All Parishioners, Living & Deceased

12:00 PM † Bob Kramer

5:00 PM Celebrant's Intentions

MONDAY **FEBRUARY 23**

St. Polycarp, Bishop and Martyr

6:45 AM Bradley and Amanda Nadeau

12:00 PM John Patrick Gavin & Nolaska Brenes

TUESDAY **FEBRUARY 24**

6:45 AM † Holy Souls in Purgatory

12:00 PM Rica Fowler

WEDNESDAY **FEBRUARY 25**

6:45 AM Francisca Alonso

12:00 PM For the conversion of our hearts and minds during this Lenten season

THURSDAY **FEBRUARY 26**

6:45 AM † Maurice Duncan

12:00 PM Celebrant's Intentions

FRIDAY **FEBRUARY 27**

St. Gregory of Narek, Abbot and Doctor of the Church

6:45 AM † Benjamin Alonso

12:00 PM Yosef Zavala Vindell



Lent Schedule

February 20 – March 27

**See website & bulletin for Holy Week Schedule (March 29-April 4)*

Wednesdays

"Light is On"

Confessions 6:30-8:00 PM

Fridays

Confessions - 7:00 PM

Stations of the Cross - 7:30 PM



Holy Week SCHEDULE

Confessions

Tuesday, March 31, 12:30 PM

Wednesday, April 1, 6:30 – 8:00 PM

Good Friday, April 3, 1:30 – 3:00 PM

Holy Saturday, April 4, 3:30 – 5:00 PM

Holy Thursday, April 2

Mass of the Lord's Supper, 7:00 PM

Adoration of the Blessed Sacrament until 12:00 AM (in Parish Hall)

Good Friday, April 3

Stations of the Cross, 3:00 PM

Liturgy of the Lord's Passion and Death, 7:00 PM

Holy Saturday, April 4

Easter Vigil Mass, 8:30 PM

Easter Sunday, April 5

Easter Mass:

8:00 AM, 10:00 AM, 12:00 PM, 2:00 PM (Spanish)

PRAYER IN OUR PARISH

PLEASE PRAY FOR

Albert Bernard, Diego DiMassimo, Anne Durand, John Elfervig, Francis Xavier Eversole, Geraldine Filpi, April Garcia, John Gargiulo, Ron Harris, Rocque (Rock) Kramer, Melissa Kresslein, Julio E. Lainez, Bobby Long, Julia Macnamara, James Merna Kelly Moore, Mary O'Donoghue, Ana Reynaldes, Ana Rivera, Jose Silva, Kathryn Updegraff, Lourdes Velasquez, Joyce Velde, and Ismael A. Zavala Umaña. Contact the Rectory Office, 703-684-9261 or olol@ololcc.net to add or remove a name.

PRO-LIFE ROSARY

Together we pray, through the power of the Rosary, for a culture of life. Join us every Tuesday at 7:00 PM, in the church to pray for the unborn and for an end to abortion.



LEGION OF MARY

Hosting the Pilgrim Virgin statue is a beautiful way to honor Jesus and Our Lady, to invite God's blessings into your home, and to unite your family in prayer! Bring the "Pilgrim Virgin" to your home for intimate prayer. To learn more about the Legion and its work, join us for a meeting. We meet every Wednesday, 7:30-9 PM, Lourdes Center (lower level). Contact the Legion of Mary at csb1789@hotmail.com.

PRAYER CHAIN

Do you have an urgent need for prayer? Members of our parish will pray for your intention. Contact James at 703-887-7117 or ejt@cybtek.com to arrange. Provide only a first name and the prayer intention for the person(s) in need of prayer.

Morning Prayer for Lent
Heavenly Father,
I offer you the day ahead of me: all of my hopes, fears, conversations, struggles, and blessings. Help me to make myself 100% available to you. Give me the grace to say yes to you in the big things and in the small things of the day. Open my eyes to see the needs of the people around me, the people I will come across in my family, in my work, and in every small interaction. And give me the wisdom to seek you and your dream for my life in every small moment of this day.
Amen.

After Flowers

Email or call the Rectory Office to schedule 703-684-9261 or LOL@LOLCC.net
Sponsorship is \$50.
Next available date is April 26, 2026.



CELEBRATING THE SACRAMENTS AT OLOL

BAPTISMS

Visit ololcc.net, click "Mass & More" and "Baptism" to submit a request. Or call the Rectory Office.

FIRST HOLY COMMUNION

Grades 1-2 prepare in our two-year CCD program. Visit ololcc.net, click "Get Involved," then "Religious Education" to register. Or contact dre@ololcc.net.

CONFIRMATION

Grades 7-8 prepare for confirmation in our CCD program. Visit ololcc.net, click "Get Involved" and then "Religious Education" to register. Or contact dre@ololcc.net.

ORDER OF CHRISTIAN INITIATION FOR ADULTS

OCIA is for adults 18+ seeking the Sacraments of Initiation (Baptism, Holy Communion, Confirmation). Visit ololcc.net and click "Get Involved" and "Explore Catholicism" to register. Or call the Rectory Office.

MARRIAGE PREPARATION

Contact a priest at least 7-8 months before your wedding date to begin preparation. Submit a request at ololcc.net under Mass & More and Marriage Prep.

ANNOINTING, HOMEBOUND & FUNERALS

Contact the Rectory Office.

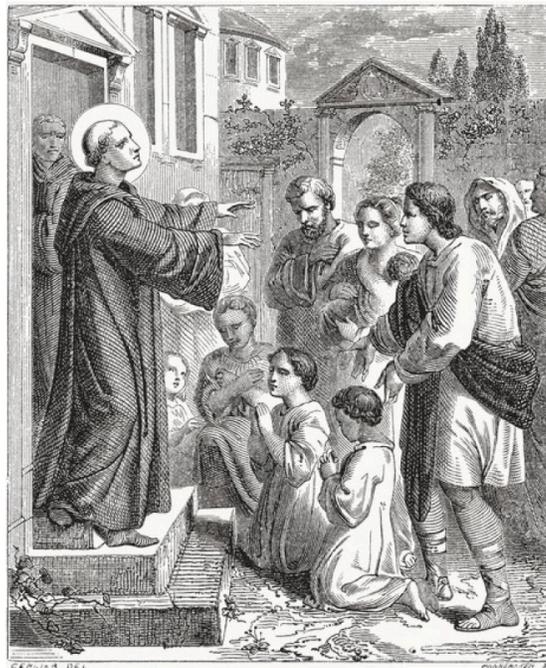




OUR LADY *of* LOURDES



YOU'RE INVITED!



***The Spirituality of Lent based
upon the life and writings
of Saint Benedict***

A talk by Br. Augustine

February 24th in the Parish Hall @ 7pm



Welcome home

The Light is On For You

Examination of Conscience

Confession can seem intimidating for a lot of people, but with some simple preparation, it can be a healing encounter with Christ that fills us with peace. Pray that God will give you peace and help you make a good confession.

Reflect on ways you have harmed your relationship with God, yourself & others using the question below.

- + Do I pray to God every day? Have I thanked God for His gifts to me?
- + Did I put my faith in danger through readings contrary to Catholic teachings or involvement in non-Catholic sects? Did I engage in superstitious practices: palm-reading or fortune-telling?
- + Did I take the name of God in vain? Did I curse or take a false oath?
- + Did I miss Mass on Sundays or holy days of obligation through my own fault? Am I attentive at Mass? Did I keep fast and abstinence on the prescribed days?
- + Did I disobey my parents and lawful superiors in important matters?
- + Did I hate or quarrel with anyone, or desire revenge? Did I refuse to forgive? Was I disrespectful?
- + Did I get drunk? Did I take illicit drugs?
- + Did I consent to, recommend, advise or actively take part in an abortion?
- + Did I willfully look at pornography, entertain impure thoughts or engage in impure conversations or actions? Did I use artificial means to prevent conception?
- + Was I unfaithful to my spouse? Did I engage in sexual activity outside of marriage?
- + Did I steal or damage another's property? Have I been honest and just in my business relations?
- + Have I been responsive to the needs of the poor and respected the dignity of others?
- + Did I tell lies? Did I sin by calumny, or detraction, of others? Did I judge others rashly in serious matters?
- + Have I envied other people?



How do I go to Confession?

Confess your sins aloud to the priest, who listens lovingly on behalf of Christ and the Church.

Receive Penance, the prayers or good deeds the priest gives you to begin healing the relationships hurt by your sins.

Pray an Act of Contrition, a simple expression to God that you are sorry for your sins and that you resolve to leave sin behind and live in the light!

Receive Absolution, the words the priest speaks which reconcile you to God and the Church.

An Act of Contrition

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. Our Savior Jesus Christ suffered and died for us. In his name, my God, have mercy.

THELIGHTISON.ORG

VOCATIONS, STEWARDSHIP & MORE

IN *Christ*
WE ARE *One*



Thank you to everyone who participated in the BLA! If you haven't yet had a chance to make your gift, we still need your help. Every family matters in helping our parish reach goal. No gift is too small. Your participation supports vital ministries our parish depends on: seminarian formation, religious education, youth ministry, Catholic Charities, and more. Consider a monthly recurring gift to spread your generosity throughout the year. You can also give a one-time gift or pledge. Give today at arlingtondiocese.org/bla or scan the QR code above.

Helping Hands

This weekend (February 21/22), Helping Hands is collecting canned food items to benefit Migration & Refugee Services. Items can be placed in the Helping Hands closet.

CCD Teachers Needed

Our CCD catechism program for youth (grades pre-K to 8th) seeks volunteer religion teachers for this upcoming school year. Faith formation and sacramental preparation of youth is a vital mission of our parish. If you would like to volunteer, contact Leigh Hasson, Director of Religious Education at dre@lolcc.net or talk to a priest.



CRS Rice Bowl brings Catholics across the United States together each Lent to respond to global hunger and poverty through prayer, fasting and almsgiving. Pick up your rice bowl from the Church vestibule to start participating. Visit crsricebowl.org/week-1

PARISHSOFT ONLINE GIVING

Our Lady of Lourdes accepts online donations via ParishSoft! You can donate to all our parish first, second, and special collections and set up recurring payments on your own schedule. To sign up, scan the QR code below.



SECOND COLLECTION Black and Indian Missions

This Collections provides grants to dioceses throughout the country supporting and strengthening evangelization programs for the Black and Indian people of the United States.

Thank you



CARTOON OF THE WEEK

SPONSOR OF THE WEEK

Gentle Dental

gentledental.interdent.com/

NUESTRA PARROQUIA

BAUTISMOS

Para bautismos, los padres y padrinos deben asistir a la charla pre-bautismal, el último domingo de cada mes, después de la Misa. Los padrinos deben ser *católicos practicantes*, es decir personas que van a Misa cada domingo. Si el padrino/madrina no es feligrés de Nuestra Señora de Lourdes, debe traer una carta de su parroquia certificando que es elegible para apadrinar. Próxima charla será el **Domingo, 22 de Febrero** en el Salón Parroquial a las 6:15 PM.

SACRAMENTO DEL MATRIMONIO

Para casarse por la Iglesia, comuníquese con Manuel y Sara Bonilla al 571-594-6441, por lo menos 7-8 meses antes de la fecha del matrimonio.

EN ORACION POR

Albert Bernard, Diego DiMassimo, Anne Durand, John Elfervig, Francis Xavier Eversole, Geraldine Filpi, April Garcia, John Gargiulo, Ron Harris, Rocque (Rock) Kramer, Melissa Kresslein, Julio E. Lainez, Bobby Long, Julia Macnamara, James Merna Kelly Moore, Mary O'Donoghue, Ana Reynaldes, Ana Rivera, Jose Silva, Kathryn Updegraff, Lourdes Velasquez, Joyce Velde, and Ismael A. Zavala Umaña. Comuníquese con la Rectoría al 703-684-9261 o olol@ololcc.net si necesita incluir a alguien en esta lista.

EXPOSICION DEL SANTISIMO SACRAMENTO

Todos los viernes se expone el Santísimo Sacramento de 12:30 PM a 3 PM. Se retira con el rezo de la Coronilla de la Divina Misericordia. ¡El Señor te espera para tener un encuentro personal contigo!



APOSTALADO HISPANO

La oficina del Apostolado Hispano tiene como misión principal acompañar a las familias inmigrantes a ser parte integral de nuestra Diócesis de Arlington, Virginia, ofreciendo diversos programas y ministerios para reforzar una sólida espiritualidad pastoral en la Nueva Evangelización. Para más información visite <https://www.arlingtondiocese.org/apostolado-hispano/>

Honra a un ser querido con una Misa!

Llama o envía un mensaje a la Rectoría para ofrecer una Misa
703.684.9261
OLOL@OLOLCC.net



El desierto de Cuaresma

Parte 1

Padre Frederick Edlefsen

“El Espíritu impulsó a Jesús al desierto...”

El Espíritu Santo te está guiando al desierto de la Cuaresma. No puedes imitar exactamente a Cristo, quien realizó un ayuno sobrehumano. Cristo enfrentó y rechazó a Satanás en tu nombre. Pero, por tu bautismo, estás unido a Cristo en la obra de salvar al mundo. Tú tienes parte en esta misión. Aunque tu ayuno y penitencia sean menores que los suyos, aun así serán fecundos. El ayuno y la oración no son una competencia de resistencia. Más bien, deben purificar tus deseos y limpiar el egoísmo y el orgullo, orientándote hacia la generosidad y el amor. Cuando Jesús estuvo en el desierto, estaba “entre las fieras”. Pero tú debes enfrentar las “fieras” interiores: el orgullo, la envidia, la ira, la avaricia, la lujuria, la gula y la pereza. Estas fieras, o inclinaciones internas, dificultan combatir las fieras externas: el mundo y el demonio.

Cristo, ungido por el Espíritu Santo, vence la carne al rechazar la oferta de Satanás de “convertir estas piedras en pan”. Vence al mundo al rechazar la oferta de todos los reinos y riquezas de la tierra. Y vence al mismo Satanás al negarse a poner a prueba a Dios arrojándose desde el alero del Templo.

Pero tú, a diferencia de Cristo, tienes tus propios pecados y debilidades con los que luchar. Puede que tengas recuerdos y heridas que necesiten sanación, apegos emocionales que deban purificarse, hábitos e impulsos que deban ser dominados. Cuanto más te acerques a Dios, más intensas pueden volverse tus tentaciones, al menos por un tiempo. No es raro que quienes buscan mayor pureza experimenten tentaciones y luchas más profundas. Cuando ayunas, puedes percibir tus debilidades con mayor intensidad.

Persevera humildemente en la oración. Mantén la paz. Confía completamente en Dios. Resiste los impulsos de tus debilidades. Refúgiate en las llagas de Cristo. Este tipo de prueba, el peso de la fragilidad humana sobre tu alma, es también una penitencia. Muchos grandes santos y almas santas han pasado por estas pruebas. Es una etapa fecunda de tu crecimiento espiritual, incluso cuando atraviesas momentos en los que Dios parece ausente. Si aceptas esta experiencia con serenidad, te purificará. Recuerda: eres carne y sangre, no un ángel. Vas hacia Dios caminando, no con alas.

Bienvenido

Le Invitamos a Registrarse!

El registro parroquial le ofrece:

- una oportunidad única para servir en la misión de Nuestra Señora de Lourdes
- ser parte de una comunidad y una familia espiritual donde pueda crecer en santidad
- recibir preparación sacramental, y educación religiosa

Para registrarse, utilice el código QR, visite www.olocc.net o llame a la Rectoría al 703-684-9261.



GRUPOS VOLUNTARIOS MONAGUILLOS

Niños/jóvenes que desean servir como monaguillos deben asistir a las clases de catequesis todos los domingos. Comunicarse con la oficina o Sofia Quishpe al 703-395-4730

GRUPO DE ORACION

Se reúnen todos los sábados de 5-10 PM. Comunicarse con Sergio Benitez al 240-706-2447 y Natividad Joyas al 571-245-2982

LEGION DE MARIA

Se reúnen todos los viernes de 6-8 PM. Comunicarse con Rosa Benitez al 571-501-3435

LECTORES

Si deseas unirte al ministerio de la Liturgia como lector, comunicarse con Reynaldo Campos al 703-626-5473

UJIERES

Si quieres servir como ujier, comunicarse con Reynaldo Campos al 703-626-5473 o Manuel Bonilla al 571-594-2769

CORO

Si deseas ser miembro del coro, comunicarse con Cristina Campos al 703-627-9990

Oración de la mañana durante la Cuaresma

Padre Celestial, te ofrezco el día que tengo por delante: todas mis esperanzas, miedos, conversaciones, luchas y bendiciones. Ayúdame a estar completamente disponible para ti. Dame la gracia de decirte que sí en las cosas grandes y las pequeñas del día. Abre mis ojos para ver las necesidades de quienes me rodean, de las personas con las que me cruzaré en mi familia, en mi trabajo y en cada pequeña interacción. Y dame la sabiduría para buscarte a ti y los anhelos que tu quieres para mi vida durante cada momento de este día.

Amén

EN *Crísto*
SOMOS *Uno*



¡Gracias a todos los que participaron en la Petición Cuaresmal del Obispo! Si aún no ha tenido la oportunidad de hacer una donación, todavía necesitamos su ayuda. Cada familia es importante para que alcancemos nuestra meta. No hay donación pequeña. Su participación apoya ministerios vitales de los que depende nuestra parroquia: la formación de seminaristas, la educación religiosa, la pastoral juvenil, Caridades Católicas y muchos más. Considere hacer una donación mensual recurrente para extender su generosidad a lo largo del año. Done hoy mismo en arlingtondiocese.org/bla o escanee el código QR:



Plato de Arroz de CRS reúne a católicos de todo Estados Unidos cada Cuaresma para responder al hambre y la pobreza mundial mediante la oración, el ayuno y la limosna. Recoja su plato de arroz en el vestíbulo de la iglesia para empezar a participar. Visite csrtricebowl.org/week-1



Bienvenido a casa

La luz está encendida para ti

Examen de conciencia

Algunas personas sienten temor cuando piensan en ir a confesarse; pero, con una sencilla preparación, la confesión puede ser un encuentro sanador con Jesucristo y llenarnos de paz. Pídele a Dios que te conceda su paz y te ayude a hacer una buena confesión. Reflexiona sobre algo que hayas hecho o dicho y que ha dañado tu relación con Dios, contigo mismo y con otras personas usando las siguientes preguntas:

- + ¿He rezado a Dios todos los días? ¿Le he dado gracias por los dones que me ha concedido?
- + ¿He puesto mi fe en peligro leyendo textos contrarios a las enseñanzas católicas o participando en sectas o grupos no católicos? ¿He participado en prácticas de superstición: lectura de manos o consulta a "adivinos"?
- + ¿He tomado el nombre de Dios en vano? ¿He maldecido o hecho juramentos falsos?
- + ¿He faltado a Misa los domingos o días de precepto por mi propia culpa? ¿Pongo atención en Misa? ¿Hago ayuno y abstinencia en los días prescritos?
- + ¿He desobedecido a mis padres y superiores legítimos en asuntos importantes?
- + ¿He odiado a alguien; he peleado con alguien o deseado vengarme? ¿Me he negado a perdonar? ¿Le he faltado el respeto a alguien?
- + ¿Me he emborrachado? ¿He tomado o usado drogas ilícitas
- + ¿He aceptado, recomendado, aconsejado o participado activamente en un aborto?
- + ¿He mirado deliberadamente pornografía, he tenido pensamientos impuros o he participado en conversaciones o acciones impuras? ¿He usado medios artificiales para impedir el embarazo?
- + ¿He sido infiel a mi cónyuge? ¿He tenido relaciones sexuales fuera del matrimonio?
- + ¿He robado algún bien o dañado algo que no era mío? ¿He sido honesto y justo en mis relaciones comerciales?
- + He sido sensible a las necesidades de los pobres y he respetado la dignidad de los demás?
- + ¿He dicho mentiras? ¿He calumniado o insultado a alguien? ¿He juzgado precipitadamente a otros en asuntos serios?
- + ¿He envidiado a otras personas?



¿Qué debo hacer en la confesión?

Confiesa tus pecados en voz alta al sacerdote, que te escucha con amor en nombre de Cristo y de la Iglesia.

Recibe la penitencia, las oraciones o las buenas obras que el sacerdote te diga para comenzar la sanación de las relaciones dañadas por tus pecados.

Reza el acto de contrición, una simple expresión a Dios de que estás arrepentido de haber pecado y que resuelves no volver a pecar y vivir en la luz.

Recibe la absolución, las palabras que pronuncia el sacerdote para reconciliarte con Dios y con la Iglesia.

Acto de contrición

Dios mío, me arrepiento de todo corazón de todo lo malo que he hecho y de lo bueno que he dejado de hacer; porque pecando te he ofendido a ti, que eres el bien supremo y digno de ser amado sobre todas las cosas.

Propongo firmemente, con tu gracia, cumplir la penitencia, no volver a pecar y evitar las ocasiones de pecado. Perdóname, Señor, por los méritos de la Pasión de nuestro Salvador Jesucristo. Amén.

LALUZENCENDIDA.ORG