



CARTA PASTORAL DEL OBISPO FREDRIK HANSEN A LOS FIELES DE LA DIÓCESIS CATÓLICA DE OSLO SOBRE EL SACRAMENTO DE LA PENITENCIA

¡Alabado sea Jesucristo! ¡Alabado sea su Santo Nombre!

1. En el mensaje de Cuaresma de este año [1], exhorté encarecidamente a todos los fieles a acudir al sacramento de la confesión durante estos cuarenta días santos. Para consolidar aún más la importancia de la confesión en nuestra Iglesia local, deseo en esta carta pastoral exponer algunos puntos fundamentales sobre este sacramento, el pecado y la misericordia de Dios, así como ofrecer algunos consejos concretos.

La confesión en la doctrina de la Iglesia

2. Los sacramentos forman parte de la vida litúrgica de la Iglesia y están ordenados «a la santificación de los hombres, a la edificación del Cuerpo de Cristo y, en definitiva, a dar culto a Dios» [2]. Los siete sacramentos —Bautismo, Confirmación, Eucaristía, Unción de los enfermos, Penitencia, Orden sacerdotal y Matrimonio— fueron instituidos por Nuestro Señor Jesucristo [3] y, por lo tanto, de ningún modo son obra del azar. Los sacramentos son queridos por Dios y brotan de la obra salvífica de Jesús.

3. Además, los sacramentos son «signos eficaces... perceptibles a los sentidos»[4]. Son realidades concretas, tangibles y visibles. Al mismo tiempo que se celebran los sacramentos, recibimos la gracia a través de ellos. La gracia es el don de Dios para nosotros, los seres humanos [5], un don que nos sostiene en nuestro «camino hacia la santidad» [6]. Por ello, a los sacramentos se les llama con razón medios de gracia y medios de salvación. En el sacramento de la penitencia recibimos el perdón por la ofensa, es decir, el pecado, que hemos cometido [7].

[1] Obispo Fredrik Hansen, *Mensaje de Cuaresma 2026 para la Diócesis Católica de Oslo*, 14 de febrero de 2026.

[2] Concilio Vaticano II, Constitución sobre la sagrada liturgia, *Sacrosanctum Concilium*, 59.

[3] *Catecismo de la Iglesia Católica* 1114. Véase también CONCILIO DE TRENTO, Introducción a la sesión séptima, 3 de marzo de 1547.

[4] *Compendio del Catecismo de la Iglesia Católica* 224.

[5] Véase Ef 2, 6.

[6] *Compendio del Catecismo de la Iglesia Católica* 231.

[7] Concilio Vaticano II, Constitución dogmática sobre la Iglesia, *Lumen gentium*, 11.

El pecado y la misericordia de Dios

4. Para comprender este perdón debemos reconocer qué es el pecado y los efectos que causa en nosotros. En cada Misa confesamos que el pecado se comete de «pensamiento, palabra, obra y omisión» [8], yendo en contra de la ley de Dios. Al pecar, pretendemos usurpar el lugar de Dios y erigirnos en jueces del bien y del mal, tal como hicieron Adán y Eva en el jardín del Edén [9].
5. Todo pecado hiere nuestra relación y nuestro vínculo con Dios, con la Iglesia y con nuestros semejantes. Los pecados graves [10], también conocidos como pecados mortales, rompen definitivamente estos vínculos. Los pecados veniales no rompen los vínculos, pero sí los debilitan [11]. Si quebramos nuestros vínculos con Dios, con la Iglesia y con nuestro prójimo, nos quedamos solos, al igual que el hijo pródigo en la parábola de Jesús [12]. San Pablo lo expresa con toda claridad: «*Pues el salario del pecado es la muerte*» [13]. El pecado es, por consiguiente, mucho más destructivo en nuestras vidas de lo que a menudo imaginamos.
6. Iluminados por las poderosas palabras de Jesús, vivimos, sin embargo, con la esperanza de que el pecado no tiene la última palabra en nuestra vida. En la confesión, Dios, en su misericordia, nos perdona, restaura la vida divina en nuestro interior y nos devuelve a la amistad con Él y a la comunión con la Iglesia. Como leemos en la primera carta de San Juan: «*Si reconocemos nuestros pecados, fiel y justo es El para perdonarnos los pecados y purificarnos de toda injusticia*» [14].
7. Por lo tanto, no acudimos a la confesión para inquietarnos por nuestras caídas, sino para salir al encuentro de la inescrutable misericordia de Dios y recibir su perdón y su paz. Porque si hay algo que nuestra fe proclama con total claridad, es que Dios es rico en misericordia y se regocija por cada pecador que se convierte. El libro de los Salmos señala: «*Pues lo que la altura del cielo sobre la tierra así es de grande Su amor para los que le temen*» [15]; y San Lucas relata que cuando el hijo perdido y arrepentido se reconcilió con su padre, «*y comenzaron la fiesta*» [16].

[8] *Misal Romano*, Acto penitencial.

[9] Gn 3, 1-7.

[10] *Catecismo de la Iglesia Católica* 1855-1861.

[11] *Catecismo de la Iglesia Católica* 1862-1863.

[12] Lc 15, 11-32

[13] Rm 6, 23.

[14] 1 Jn 1, 9.

[15] Sal 103, 11.

[16] Lc 15, 24b.

Acudir a la confesión

8. El camino hacia el confesionario debe ser, por tanto, corto y libre de obstáculos. Es un camino que debemos recorrer con regularidad, y hacia el cual debemos correr presurosos cada vez que hayamos cometido un pecado grave. Si permanecemos en el pecado, privados del estado de gracia, nos quedamos solos. Eso frecuentemente conduce a cometer más pecados. Por el contrario, la conciencia del pecado debe despertar en nosotros el celo por confesar nuestras faltas y recibir el perdón divino. La Iglesia prescribe —y conviene recordarlo aquí— que quien tenga conciencia de hallarse en pecado grave debe abstenerse de recibir la Sagrada Comunión [17].

9. Todo fiel debe acudir a la confesión de manera habitual. Así no educamos para examinar nuestra vida en busca de pecados veniales, para comprender cada vez más íntimamente la ley de Dios y para buscar con fervor la santidad a la que el Señor nos llama: «*Vosotros, pues, sed perfectos como es perfecto vuestro Padre celestial*» [18]. Un buen hábito penitencial implica confesarse más de una vez al año. Por ello, me permito exhortar a todos los fieles a confesarse al menos tres veces al año: en Cuaresma, en verano antes de la festividad de San Olav (Olsok), y en el tiempo de Adviento.

10. Es fundamental prepararse adecuadamente para la confesión y cumplir así con las exigencias del sacramento: que nos *arrepintamos* sinceramente de nuestros pecados, los *confesemos* con humildad y *cumplamos fielmente la penitencia impuesta* [19]. Esto comienza retirándonos en silencio y oración para hacer un profundo examen de nuestra vida, identificando así los pecados que debemos confesar y lo que presentaremos concretamente en el confesionario. Como ayuda para este autoexamen, se recomienda utilizar una guía para el examen de conciencia, repasar los Diez Mandamientos u otros textos bíblicos clave.

Unas palabras a los fieles y a los sacerdotes

11. ¡Queridos fieles! A muchos les resulta difícil acudir a la confesión. Quizás ha pasado mucho tiempo desde la última vez. Quizás sintamos inseguridad sobre qué decir, cómo expresarlo y cuál será la reacción del sacerdote. Quizás no recordemos cómo comenzar o cómo se desarrolla el rito. Quizás carguemos con pecados que nos resultan tan abrumadores o que nos parecen tan imperdonables, que el camino hacia el confesionario se nos antoja una cuesta interminable. Como vuestro obispo, me siento en la obligación de ayudar a aquellos fieles que, por estas u otras razones, dudan en acercarse a la confesión. Por eso, os pido que me escribáis contándome qué os dificulta acudir a la confesión, para que juntos podamos hacer del sacramento de la penitencia una realidad viva en el día a día de todos los creyentes.

[17] Código de Derecho Canónico, can. 916.

[18] Mt 5, 48.

[19] Catecismo de la Iglesia Católica 1450-1460.

12. ¡Queridos hermanos en el ministerio sacerdotal! Sabemos cuán inmenso es el sacramento de la confesión y la importancia vital que reviste tanto en nuestra propia vida como en la de los fieles. Por ello, os exhorto, y me exhorto a mí mismo, a predicar con el ejemplo acudiendo regular y fielmente a confesarnos. Hagamos, además, que la confesión sea aún más accesible, más fácil de solicitar, que ofrezca mayor confianza y se convierta, en un grado aún mayor, en un encuentro vivo con la infinita misericordia de Dios. Para seguir avanzando en este sentido, pediré al Consejo Presbiteral que formule propuestas concretas sobre cómo podemos fortalecer la confesión en nuestra Iglesia local durante los próximos meses y años.

13. Queda tan solo una semana para que subamos a Jerusalén junto a Nuestro Señor. De los misterios pascuales, y muy especialmente de la muerte de Jesús en el madero de la cruz por nuestros pecados, irradia la victoria sobre la muerte y sobre el pecado. Esta victoria se materializa en nosotros a través del sacramento de la penitencia. Que este nos sirva de ayuda cada vez mayor en nuestra vida como discípulos del Señor.

Dado en la Catedral de San Olav en Oslo,
5º domingo de Cuaresma de 2026



+Fredrik Hansen
Obispo de Oslo