



Come confessarsi?

Oggi in questa chiesa, tu hai deciso di confessarti, ma forse hai perso l'abitudine di farlo.

Come procedere? Come fare?

Non avere paura. Gesù ripete spesso: *“non abbiate paura, non temete”*.

Prima di pensare ai tuoi peccati, pensa all'amore di Dio nostro Padre, al Signore che ci ha amato fino a dare la sua vita, allo Spirito Santo che può rischiararla. Pensa a Maria, lei stessa senza peccato, Immacolata, ma nello stesso tempo nostra madre, *“rifugio dei peccatori”*.



5 passi per una buona confessione

- 1. Esame di coscienza:** Richiamare alla mente tutti i peccati commessi, a cominciare dall'ultima confessione ben fatta.
- 2. Atto di dolore:** Sentimento di dolore interiore per aver offeso Dio e il prossimo. Senza dolore non c'è perdono dei peccati anche se li confessiamo.
- 3. Proposito di non peccare più:** Volontà ferma di non peccare più e di allontanarsi dalle occasioni prossime di peccato.
- 4. Confessione dei peccati:** Manifestare al sacerdote tutti i peccati commessi.
- 5. Penitenza:** Adempimento della penitenza imposta dal confessore a correzione del peccato.

Per parlare del perdono, Gesù raccontava la parabola del padre e dei suoi due figli:

“Disse ancora:

Un uomo aveva due figli. Il più giovane dei due disse al padre: “Padre, dammi la parte di patrimonio che mi spetta”. Ed egli divise tra loro le sue sostanze.

Pochi giorni dopo, il figlio più giovane, raccolte tutte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò il suo patrimonio vivendo in modo dissoluto.

Quando ebbe speso tutto, sopraggiunse in quel paese una grande carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. Allora andò a mettersi al servizio di uno degli abitanti di quella regione, che lo mandò nei suoi campi a pascolare i porci. Avrebbe voluto saziarsi con le carrube di cui si nutrivano i porci; ma nessuno gli dava nulla.

Allora ritornò in sé e disse: “Quanti salariati di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! Mi alzerò, andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi salariati”. Si alzò e tornò da suo padre.

Quando era ancora lontano, suo padre lo vide, ebbe compassione, gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò.

Il figlio gli disse: “Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio”.

Ma il padre disse ai servi: “Presto, portate qui il vestito più bello e fateglielo indossare, mettetegli l'anello al dito e i sandali ai piedi. Prendete il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamolo e facciamo festa, perchè questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato”.

E cominciarono a far festa”.

➤ Il figliol prodigo ha voluto rompere la relazione con suo padre ed ha sprecato i suoi doni. Tuttavia ha l'onestà di riconoscerlo.

Abbi l'onestà di riconoscere i tuoi peccati: in pensieri, parole, opere e omissioni!

Signore, Tu dici che bisogna amare Dio con tutto il cuore, servirlo in ogni cosa...

Spesso, io metto Dio da parte, le mie giornate trascorrono senza preghiera, senza un pensiero rivolto Lui. Ho trovato degli idoli per rimpiazzarlo: l'abuso dello sport, della televisione, dei video - giochi... Talvolta mi capita di affidarmi alla chiaroveggenza, alla magia, allo spiritismo....

Signore, Tu dici che bisogna pregare sempre senza mai scoraggiarsi...

Personalmente mi affido alle mie sole forze. Non ringrazi Dio per tutte le grazie ricevute. Sono diventato negligente. Manco alla santa Messa per un nonnulla e, quando arriva la sofferenza, la malattia, la morte di qualcuno, accuso Dio...

Signore, Tu dici: "Io sono la Luce, la Via, la Verità e la Vita".

Io faccio solo dei minimi sforzi per conoscere meglio il tuo Vangelo e l'insegnamento della chiesa. Manco di volontà per informarmi maggiormente sulla mia fede.

Trascuro l'educazione religiosa dei miei figli....

Signore, Tu dici che bisogna rispettare Dio e rispettare il proprio prossimo.

Io parlo di Lui mancando di rispetto e quando sento delle battute intorno a me, non ho il coraggio di mostrarmi cristiano.

Signore, Tu dici che tutto il bene o il male che facciamo agli altri, è a Te che lo facciamo.

Faccio fatica ad amare. I miei giudizi sono spesso rapidi e falsi. Posso essere offensivo, astioso, vendicativo. Prendo gioco di coloro che sono diversi per la loro cultura o la loro religione. Li escludo ed anche li disprezzo.

Signore, Tu dici che non dobbiamo uccidere.

Io sono capace di demolire gli altri. Posso rovinare la loro vita raccontando qualsiasi cosa. Posso anche stroncare la mia stessa vita, facendo uso eccessivo di droga, alcol e tabacco. Posso essere così violento da sopprimere la vita... consigliare o praticare l'aborto, l'eutanasia.

Signore, Tu dici di non mentire.

Io non faccio questioni per una bugia. Imbroglia con dei bei modi. Spesso porto una maschera per nascondere la mia mancanza di verità, di lealtà.

Signore, Tu dici di non rubare.

Non mi disturba il prendere e fare mie le cose degli altri, sul mio lavoro, nei negozi, nei supermercati... Mi è capitato di distruggere le cose altrui solo per il gusto del piacere o per vendetta.

Signore, Tu che a Maria Maddalena, la peccatrice, hai detto: "Vai e non peccare più".

Io non ho sempre custodito la purezza. Cerco nelle riviste, nei film o su Internet delle immagini che mi distolgono dal vero significato della sessualità. Non sono sempre fedele agli impegni del mio matrimonio.

Signore, Tu dici di amarci come tu ci hai amato.

Il mio egoismo, la mia sfacciataggine, il mio cattivo umore, il mio desiderio di aver sempre ragione, le mie risposte dure, le mie impazienze m'impediscono di amare gli altri. Mi capita di servirmi degli altri per raggiungere i miei scopi...

Signore, Tu che chi insulta o disprezza il suo fratello sarà giudicato.

Io faccio fatica a perdonare gli altri. Non mi dà fastidio ingiuriare, gettare ogni sorta di maldicenza, di cattiveria...

➤ Domanda a Dio di ispirarti un vero pentimento.

➤ Davanti al sacerdote, tu puoi sederti o metterti in ginocchio. Una croce, il camice e la stola del sacerdote sono segni della presenza di Dio. Il sacerdote è là per dirti come San Paolo: *“lasciatevi riconciliare con Dio”*.

➤ Puoi presentarti al sacerdote, ma non devi raccontare la tua vita.

Puoi fare il segno della croce: **“Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo”**.
Se hai meditato un passo della Scrittura, puoi dirlo al sacerdote.

Come il figlio prodigo, puoi iniziare la confessione dei tuoi peccati dicendo: *“Padre, ho peccato contro il cielo e contro di Te”*.

Tu hai peccato contro Dio e contro i tuoi fratelli. Tu non hai vissuto da cristiano: di' in che cosa hai mancato rispetto a ciò che il Signore si attendeva da te.

Parla con tutta la libertà possibile, senza scusarti e senza affliggerti.

Nel caso, chiedi al sacerdote di rischiararti sulle tue responsabilità e sui mezzi per progredire.

Al termine puoi recitare l'**atto di dolore**.

oppure:

**Signore Gesù,
che volesti essere chiamato amico dei peccatori,
per il mistero della tua morte e risurrezione,
liberami dai miei peccati e donami la tua pace,
perchè io porti frutti di carità, di giustizia e di verità.**

oppure:

**Signore Gesù,
che sanavi gli infermi e aprivi gli occhi i ciechi,
tu che assolvesti la donna peccatrice
e confermasti Pietro nel tuo amore,
perdona tutti i miei peccati
e crea in me un cuore nuovo,
perchè io possa vivere
in perfetta unione con i miei fratelli
e annunziare a tutti la salvezza.**

Il sacerdote ti dà l'assoluzione, il perdono dei peccati:

**Dio Padre di misericordia,
che ha riconciliato a sé il mondo
nella morte e risurrezione del suo Figlio
e ha effuso lo Spirito Santo per la remissione dei peccati,
ti conceda, mediante il ministero della chiesa,
il perdono e la pace.
E io ti assolvo dai tuoi peccati,
nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.**

Tu rispondi: Amen!

Se il sacerdote ritiene che tu non sia pronto a ricevere l'assoluzione, ti benedice.

➤ Il sacerdote, dopo la confessione, ti indica come penitenza un'azione o una preghiera da assolvere quanto prima, in modo da ripartire coraggiosamente sui passi del Signore.