

Da ricordare

La S. Scrittura (Atti 2, 42), il Papa (3.5.86) e i nostri Vescovi (Com. e Com.tà n. 68) affermano che per compiere un CAMMINO DI FEDE bisogna fare esperienza di:

- **Parola di Dio** che genera la Comunità, ascoltata ogni giorno e con essa confrontare la nostra vita...
- **Liturgia e Preghiera** che hanno il momento fondante e centrale nell'Eucaristia e nella Riconciliazione (confessione) frequenti e nel dialogo con Dio nella preghiera costante..
- **Carità** cioè l'amore che si manifesta nella comunione di vita coi fratelli di fede e nel servizio verso tutti nella gratuità e generosità del cuore.

Il Sacramento della Riconciliazione

Guida per giovani e adulti



Fr. Paolo Carlin

Verità riguardanti il Sacramento della Riconciliazione

Il Sacramento della Riconciliazione (Confessione) è stato istituito da Gesù Cristo per rimettere i peccati commessi dopo il Battesimo.

- Gesù Cristo ha rivendicato a se stesso il potere di rimettere i peccati (Mt 9, 1-8) ed ha conferito agli Apostoli lo stesso potere (Gv 20, 19-23. Ancora nell'età apostolica S. Luca accenna alla pratica di confessarsi (Atti 19, 18).
- Lungo il corso dei secoli nella Chiesa si è sempre usata la Confessione come testimoniano tanti documenti.
- La confessione voluta da Gesù è pienamente secondo la natura umana. Basti dire che tante volte chi rifiuta la Confessione Sacramentale, ricorre alla confessione laicista, costituita dalle diverse terapie psicanalitiche basate sulla rivelazione dei più intimi segreti della propria vita.

Che cos'è il Peccato?

Il Peccato è una disubbidienza alla Parola di Dio fatta con piena avvertenza (cioè decidendo liberamente con la propria volontà di fare il male). Perché si disubbidisce a Dio?

- Perché non ci si fida di Lui.
- Perché non si crede alla sua Sapienza e al suo Amore per noi.
- Perché si è convinti che, seguendo strade diverse da quelle da Lui indicate, si può realizzare meglio la propria felicità.

Requisiti per una buona confessione

• **Esame di coscienza**

L'uomo non può farsi giudice delle proprie azioni perché dipende da Dio e quindi deve ubbidire ad una norma oggettiva inscritta nella sua natura e per noi cristiani anche resa manifesta da Dio nei suoi 10 Comandamenti e da Cristo nel suo Vangelo. Fare l'esame di coscienza vuoi dire verificare la nostra vita alla luce di questi insegnamenti.

• **Dolore dei peccati**

Provare dispiacere di aver offeso Dio che ci ama, perché non si è tenuto in nessun conto la sua Parola.

• **Proposito di non peccare più**

Pur conoscendo la nostra fragilità decidiamo con un atto della volontà di convertirci. Senza questa decisione, **la confessione sarebbe nulla.**

9 - 10 Non desiderare... (Mt. 5, 28; Eb. 13, 4; 1 Tm. 6, 10)

Ho desiderato fare azioni impure?

Ho guardato illustrazioni, cartelloni, o cose, o persone, con malizia?

Mi sono abbandonato a fantasie indecenti?

Sono stato invidioso?

Ho desiderato rubare?

Ho avuto bramosia di avere e possedere le cose o gli affetti degli altri?

Amatevi gli uni gli altri come io ho amato voi (Gv. 13, 34)

Atto di dolore

Mio Dio, mi pento e mi dolgo con tutto il cuore dei miei peccati, perché peccando ho meritato i tuoi castighi, e molto più perché ho offeso Te, infinitamente buono e degno di essere amato sopra ogni cosa. Propongo coi tuo santo aiuto di non offenderti mai più e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.

Preghiera conclusiva di ringraziamento

Dio onnipotente e misericordioso, che in modo mirabile hai creato l'uomo e in modo più mirabile l'hai redento, tu non abbandoni il peccatore, ma lo cerchi con amore di Padre. Nella passione del tuo Figlio hai vinto il peccato e la morte e nella sua risurrezione ci hai ridato la vita e la gioia. Tu hai effuso nei nostri cuori lo Spirito Santo, per farci tuoi figli ed eredi; tu sempre ci rinnovi con i sacramenti di salvezza, perché, liberati dalla schiavitù del peccato, siamo trasformati di giorno in giorno nell'immagine del tuo diletto Figlio. Noi ti lodiamo e ti benediciamo, Signore, in comunione con tutta la Chiesa, per queste meraviglie della tua misericordia, con la parola, il cuore e le opere innalziamo a te un canto nuovo. A te gloria, o Padre, per Cristo, nello Spirito Santo, ora e nei secoli eterni. Amen.

(Per i Fidanzati ...)

Nella mia scelta mi sono lasciato guidare anche dall'intelligenza e non solo dall'istinto o sentimento?

Il periodo di fidanzamento è una scuola d'amore o d'egoismo? Mi istruisco sui doveri che mi attendono nella vita di coppia?

So che i rapporti prematrimoniali non sono permessi nella vita cristiana perché la donazione totale di sé può avvenire solo nel Sacramento del Matrimonio?

(Per i Coniugi ...)

Nell'uso del Matrimonio ho osservato la legge del servizio o mi sono comportato con egoismo, senza dignità e ho compiuto atti contro natura?

Nel compito di trasmettere la vita ho agito con umana e cristiana responsabilità (G. et S. n. 50) senza usare contraccettivi non ammessi dalla morale cristiana perché contrari alla dignità della persona umana?

Ho tradito la fedeltà promessa a Dio e al mio coniuge il giorno del matrimonio, con esperienze extraconiugali o relazioni peccaminose?

7 Non rubare (Ef. 4, 28)

Ho il cuore attaccato alle cose di questo mondo? Sono avaro?

Cerco di guadagnare soldi anche in modo disonesto? Ho rubato?

Col danaro ho corrotto qualcuno?

Ho sciupato soldi in cose inutili o cattive?

Ho risparmiato per aiutare i poveri e le opere di apostolato e di carità della Chiesa?

Ho svolto il mio lavoro o la mia professione con onestà?

Ho pagato gli operai con giustizia, rispettando i contratti?

Ho compiuto i miei doveri civici? Ho pagato le tasse?

Ho restituito quanto avevo ricevuto in prestito?

Ho riparato il male fatto al prossimo?

8 Non dire falsa testimonianza (Ef. 4, 25)

Ho detto bugie? Ho mormorato?

Ho fatto giudizi avventati?

Ho accusato falsamente qualcuno?

Sono stato superbo, vanitoso?

Faccio la dichiarazione dei redditi in modo falso?

Ho tenuto fede alla parola data?

- **Accusa dei peccati**

Confessare al Sacerdote tutti i peccati gravi che con l'Esame di Coscienza vengono alla memoria. È molto utile confessare anche i veniali, cioè le piccole mancanze, perché sono sempre atti di egoismo e di orgoglio.

- **Soddisfazione o opera buona**

Compiere le opere buone indicate dal Sacerdote come **riparazione** per il male fatto e come **ringraziamento** per il perdono ottenuto unendo questi atti di bontà al Sacrificio di Gesù.

ESAME DI COSCIENZA

Ama il Signore Dio tuo con tutto il tuo Cuore (Mt. 22, 37)

1 Io sono il Signore Dio tuo non avrai altro Dio all'infuori di me (Fil. 4, 5-6)

Nella mia vita al primo posto c'è Dio Amore, o la superbia, il danaro, il sesso, il divertimento, lo sport, il lavoro, le comodità, la pigrizia ... ?

Manifesto al Signore, che è Padre infinitamente buono, il mio amore, leggendo ogni giorno la Bibbia?

Inizio e termino la mia giornata con la preghiera?

Parlo nella preghiera personale col Signore e offro a lui le mie gioie, i miei dolori e le mie preoccupazioni? Ricorro a Lui con fiducia nelle tentazioni perché sono convinto che solo con il suo aiuto divento capace di vincere il male e fare il bene?

Mi lascio guidare nella mia vita dalla Parola di Dio, dall'azione dello Spirito Santo, dalle indicazioni della Chiesa o solo dal mio orgoglio e dai miei interessi?

Ho curato la mia formazione cristiana partecipando agli incontri in Parrocchia o inserendomi in un gruppo per fare un cammino di fede?

Se ho avuto dubbi, mi sono rivolto ai Sacerdoti per chiarire? Ho avuto paura di manifestare apertamente la mia fede?

Nella mia vita pubblica, politica, sociale, sono coerentemente in linea con la mia fede?

Sono stato superstizioso e ho fatto ricorso a indovini, cartomanti, spiritismo o ad altre forme di magia?

Seguo le mode del mondo anche quando sono corrotte?

(Per i Giovani ...)

Ho chiesto luce per capire bene a quale stato di vita sono chiamato?
Ho mai avvertito l'ispirazione dei Signore a dedicarmi totalmente al servizio dei fratelli, scegliendo il Sacerdozio o la vita consacrata?

2 Non nominare il nome di Dio invano (Ef. 5, 29)

Ho avuto riverenza e amore verso il nome santo di Dio, o l'ho offeso con la bestemmia, col falso giuramento, col nominare il suo nome invano?
Ho permesso queste cose cattive nella mia famiglia?
Per causa dei miei difetti e della mia poca attenzione alle necessità del prossimo, ho indotto gli altri ad offendere Dio?
Leggo abitualmente libri e giornali contrari agli insegnamenti di Cristo e accetto tutto passivamente?

3 Ricordati di santificare le feste (Eb. 10, 24-25)

Ho partecipato alla Santa Messa nei giorni festivi? Ho cercato di parteciparvi insieme alla mia famiglia?
Ho ricevuto Gesù nella S. Comunione mentre ero in peccato grave o per abitudine senza attenzione?
Con le mie distrazioni ho dato cattivo esempio anche agli altri?
Mi confesso in modo regolare una volta al mese?
Ricordo che il Giorno dei Signore è anche il giorno della Comunità, della Famiglia, della Carità e della Festa?
Mi presto per fare il Lettore, il Cantore, il Commentatore o servire in altro modo la Comunità?

Ama il prossimo tuo come te stesso (Mt. 22, 39)

4 Onora il Padre e la Madre (1 Tm. 5,8)

Amo la mia Famiglia? Mi interesso e collaboro al suo bene? Sto volentieri in famiglia? Ho rispettato gli anziani?
Ho rispettato le leggi civili? Se ho qualche incarico nella società, penso solo al mio tornaconto o agisco per il bene degli altri, in spirito di servizio?

(Per i Figli ...)

Amo i miei Genitori, li rispetto, li onoro?
Manifesto mai la mia gratitudine per quanto hanno fatto e fanno per me?
Dialogo volentieri senza pretendere di avere sempre ragione?

Nelle mie difficoltà o quando ho dei problemi ne parlo innanzi tutto ai miei genitori?
Ho preteso da loro a tutti i costi vestiti, soldi, motore, auto, regali, ecc., mettendoli in difficoltà?

(Per i Genitori...)

Ho la convinzione che tocca a me guidare i figli, qualunque sia il parere della moda corrente?
Li ho educati con fermezza e saggezza, ma anche con amore e comprensione? Ho dialogato con loro con confidenza? Ho curato la loro formazione umana, intellettuale e religiosa? Ho dato loro l'esempio? Prego con loro e per loro? Nella nostra famiglia di solito c'è aria di pace, concordia... ?
La nostra famiglia è aperta o chiusa ai bisogni degli altri?

5 Non uccidere (Col. 3, 12-13)

Mi lascio dominare spesso dall'ira e dal nervoso? Coi miei discorsi ho distrutto il buon nome dei prossimi?
Mi lascio guidare dalle simpatie e antipatie? Ho odiato gli altri?
Sono violento e facile al litigio con gli altri? Mi sono vendicato?
Ho pronunciato insulti e parole offensive contro gli altri? Li ho danneggiati con percosse, violenze ecc.?
Rispetto il Codice Stradale e sono prudente?
Ho curato la mia salute evitando stress, esagerazioni nel lavoro, nello sport, ecc.? Ho mancato di temperanza nel mangiare, nel bere, nel riposo?
Ho commesso il «nefando delitto dell'aborto»?

6 Non commettere atti impuri (1 Tes. 4, 3-7)

La Bibbia e la Chiesa insegnano che la sessualità è un grande valore e un dono di Dio; serve a creare comunione tra le persone e a trasmettere la vita nel matrimonio.
Il corpo dell'uomo è sacro e tempio dello Spirito Santo. Io invece considero la sessualità con malizia?
Mi sono permesso letture, discorsi, spettacoli, divertimenti in contrasto con la onestà umana e cristiana? Mi sono masturbato?
Ho commesso atti impuri con altri?
Col mio modo di parlare e di vestire sono stato di cattivo esempio? Ho stima per il pudore e la modestia?