

GUIDA PER LA CONFESSIONE

*“Lampada ai miei passi è la tua Parola,
luce sul mio cammino” (Sal 119)*

Dalla prima lettera di San Giovanni

Se diciamo che siamo senza peccato, inganniamo noi stessi e la verità non è in noi. Se riconosciamo i nostri peccati, Gesù che è fedele e giusto ci perdonerà i peccati e ci purificherà da ogni colpa.

Chi dice: «Lo conosco» e non osserva i suoi comandamenti, è bugiardo e la verità non è in lui. Questo è il messaggio che avete udito fin da principio: che ci amiamo gli uni gli altri.

Se uno ha ricchezze di questo mondo e vedendo il suo fratello in necessità gli chiude il proprio cuore, come dimora in lui l'amore di Dio? Figlioli, non amiamo a parole né con la lingua, ma coi fatti e nella verità.

Disponiti ora a confessarti con sincerità accettando di fare chiarezza nella tua vita. Pentito, invoca il Signore perché ti dia la forza di allontanarti dal male che hai fatto, e ti sostenga nella via del bene.

Pietà di me, o Dio.

Quello che è male ai tuoi occhi io l'ho fatto.

Nel tuo grande amore cancella il mio peccato.

Lavami da tutte le mie colpe.

Crea in me, o Dio, un cuore puro,

rinnova in me uno spirito saldo,

sostieni in me un animo generoso.

**Alla luce della Parola di Dio
ripena la tua vita**

Amerai il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore. (Mt 22,37)

- Ami il Signore e desideri compiere la sua volontà? Ti fidi di Dio? Sei convinto che puoi sempre contare su di Lui? Cerchi la verità di Dio o preferisci rimanere nel dubbio o nella diffidenza?

- Hai fiducia nella Provvidenza di Dio o ricorri a maghi, cartomanti, indovini?

- Ti ricordi di Lui solo quando hai bisogno oppure preghi ogni giorno? Sei capace di lodare e ringraziare il Signore con animo grato per i suoi benefici?

Non nominare il nome di Dio invano. (Es 20,7)

- Hai nominato invano o, peggio, bestemmiato il nome di Dio, recando anche scandalo ai presenti?

- Hai pronunciato con poco rispetto il nome di Gesù, della Madonna o dei santi? Sei stato capace di correggere chi bestemmia accanto a te?

- Hai giurato, magari anche il falso, invocando il nome di Dio?

Ricordati del giorno del Signore per santificarlo (Es 20,8)

- Hai partecipato con attenzione alla Messa la domenica e le altre feste comandate? Ti accosti alla comunione? Con quali disposizioni? Ti confessi frequentemente?

- Che posto occupa la Parola di Dio nella tua vita? Quanto la leggi e la mediti? Cerchi di conoscere sempre di più il Signore, personalmente, o partecipando a incontri di preghiera, di lettura della Parola di Dio, di catechesi, di approfondimento della fede?

- Hai lavorato, o fatto lavorare, la domenica senza necessità urgente?

- Ti vergogni di essere cristiano? Nel tuo comportamento ti confronti con l'insegnamento di Gesù o ti adegui alla massa pensando che "tanto fanno tutti così"? Hai coscienza di appartenere alla Chiesa e dai il tuo contributo, oppure ti fai giudice e accusatore?

Onora il padre e la madre...perché tu sia felice. (Ef 6,2)

- Ami e rispetti i tuoi genitori? Se anziani e malati presti loro attenzione e cura?

Dio non ci ha chiamati all'impurità, ma alla santificazione. (1 Ts 6,7)

- Sei capace di vivere e pensare alla sessualità con purezza di cuore, come "forza d'amore" nel rispetto di sé e dell'altro?

- Ti sei soffermato volontariamente in pensieri, desideri, sguardi maliziosi? Hai commesso atti impuri da solo o con altri? Ti sei compiaciuto in spettacoli, films, letture indecenti? Sei stato volgare nel parlare o negli atteggiamenti?

- Se fidanzato/a, vivi castamente il tuo fidanzamento, secondo l'insegnamento del Vangelo e della Chiesa?

Chi ama la propria moglie (o marito) ama se stesso. (Ef 5, 28)

- Sei fedele agli impegni che ti sei assunto nel matrimonio? Hai mancato di fedeltà al tuo coniuge?

- Ami sinceramente il tuo coniuge? Cerchi di crescere nella comprensione, nell'ascolto e nella delicatezza? Se ci sono stati dei litigi sei stato capace di riconoscere i tuoi torti, di chiedere scusa o di perdonare?

- Nel rapporto coniugale rimani aperto alla vita o fai ricorso a metodi contraccettivi?

- Hai desiderato o tentato la moglie o il marito altrui?

Non esasperate i vostri figli, perché non si scoraggino. (Col 3,21)

- Tratti con amabilità e rispetto le persone della tua famiglia? Ami i tuoi figli e dai loro il tempo e l'attenzione che meritano?

- Sai ricorrere al dialogo come metodo per superare le tensioni familiari? Quanto sai ascoltare? Sei stato esempio di onestà, di dedizione e di fede per i tuoi figli?

- Hai favorito o proposto la preghiera nella tua famiglia?

- Fai in modo che la tua casa sia accogliente e aperta all'ospitalità?

**Questo vi comando: amatevi gli uni gli altri.
(Gv 15, 17)**

- Sai accogliere con affabilità il tuo prossimo oppure pensi solo a te stesso? Sei capace, con generosità e disinteresse, di farti carico delle necessità di chi ti è vicino, o ti accontenti di dire: "lo non faccio del male a nessuno"?
- Sei superbo, arrogante e tratti con disprezzo gli altri?
- Ti ricordi di visitare gli ammalati, persone sole o anziane, parenti o vicini?
- Ami e rispetti la vita, tua e quella degli altri? Hai arrecato danno alla tua salute eccedendo nel bere o nel fumo o ricorrendo a droghe?
- Hai fatto del male a qualcuno? Hai favorito o operato l'aborto?

Quanto volete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro. (Mt 7,72)

- Sai guadagnarti la stima e la fiducia di chi ti è vicino? Gli altri possono contare su di te? Sei di parola? Sei capace di chiedere scusa per i tuoi sbagli?
- Il tuo lavoro o i tuoi impegni li compi con lealtà e onestà? Perdi tempo al lavoro, nello studio? Ti impegni nel lavoro sapendo che è il tuo modo di servire e amare il prossimo? Sei stato disonesto imbrogliando o rubando al tuo prossimo?
- La carriera per te vale più della giustizia, dell'onestà e della solidarietà? Sei invidioso? Nonostante la diversità di idee politiche, professionali o religiose, sei stato capace di rispettare le persone?
- Compi i tuoi doveri di cittadino? Paghi le tasse? Sei attento al bene comune nel rispetto delle cose di tutti, dell'ordine e della pulizia? Delle leggi stradali?

Se amate quelli che vi amano, che merito ne avete? (Mt 5,46)

- Sei capace di perdonare oppure conservi rancore? Coltivi sentimenti di odio, di cattiveria o di vendetta nei confronti degli altri?
- Hai giudicato e parlato male degli altri? Hai diffuso malignità o calunnie?
- Sei capace di fare il primo passo o aspetti che sia sempre l'altro a venire a te.

La vita forse non vale più del cibo e il corpo più del vestito? (Mt 5,25)

- C'è chi è privo anche del necessario per vivere: tu quanto denaro spendi per ciò che è superfluo? Sai dare del tuo in elemosina per i poveri?
- Fai preferenza di persone valutandole per i loro soldi, prestigio e ricchezza? Sai sostenere i più deboli e indifesi trattati ingiustamente, o ti metti sempre dalla parte del più forte?
- Ami e rispetti anche la natura e l'ambiente in cui vivi o lo sfrutti soltanto?

Presentati ora al sacerdote, e chiedi perdono al Signore dei tuoi peccati.

È solo la fede che dà significato al gesto che ora compi. Non trasformare la confessione in una lamentela sterile su di te.

Confessa i tuoi peccati ma con un profondo atteggiamento di confidenza nel Signore che salva. Dio non vuole condannarci ma salvarci: per questa fede affidati a Lui e invoca il suo perdono.

Il perdono di Dio non solo ti libera dal male ma ti rafforza nel bene. La tua confessione non sia soltanto un "vuotare il sacco", limitandoti a guardare indietro. Nel sacramento Dio ti offre la sua grazia, perché tu possa rialzarti dal male e incamminarti con energia nuova sulla via dei bene; Dio ti dà la possibilità di sollevare lo sguardo e di guardare avanti.

Questo incontro con la misericordia di Dio deve diventare un momento di conversione: deve portare ad un cambiamento di vita. Per questo chiediti: in che cosa mi voglio impegnare adesso? In quale aspetto cercherò di cambiare?

La fiducia e la speranza di cambiare è ancora una volta sostenuta dalla fede. Gesù è il Signore! Egli è misericordioso e non si stanca di te. È vincitore! Per questo tutto puoi sperare, anche di rialzarti dal tuo peccato. Credi tu questo?

Preghiera di affidamento

*Signore, tu mi scruti e mi conosci,
tu sai quando seggo e quando mi alzo.
Penetri da lontano i miei pensieri,
mi scruti quando cammino e quando riposo.
Ti sono note tutte le mie vie;
la mia parola non è ancora sulla lingua
e tu, signore, già la conosci tutta.
Alle spalle e di fronte mi circondi
e poni su di me la tua mano.
Sei tu che hai creato le mie viscere
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.
Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi
e tutto era scritto nel tuo libro;
i miei giorni erano fissati,
quando ancora non ne esisteva uno.
Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio
sono stupende le tue opere,
tu mi conosci fino in fondo.
Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore,
provami e conosci i miei pensieri:
vedi se percorro una via di menzogna
e guidami sulla via della vita.*

(dal salmo 138)