

7. ACCOSTARSI ALLA CONFESSIONE

ACCOGLIENZA

Penitente: Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

Sacerdote: Il Signore sia nel tuo cuore, perché tu possa pentirti e confessare umilmente i tuoi peccati.
Penitente: Amen.

CONFESSIONE DEI PECCATI

Penitente: Padre, chiedo perdono perché ho peccato. E' da (indicare i giorni/mesi/anni) che non mi confesso.

Il penitente confessa i suoi peccati partendo da quello più grave – indicando il numero e le circostanze – sino ai peccati veniali più significativi e ricorrenti.

ACCETTAZIONE DELLA SODDISFAZIONE

Dopo aver ascoltato l'accusa dei peccati fatta dal penitente e, se necessario, dati gli opportuni consigli, il sacerdote, propone al penitente un esercizio penitenziale, o penitenza e il penitente l'accetta in soddisfazione dei suoi peccati.

PREGHIERA DEL PENITENTE

Il sacerdote invita il penitente a manifestare la sua contrizione; e il penitente lo fa recitando l'atto di dolore o qualche altra formula simile:

Penitente: 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 col tuo santo aiuto di non offenderti mai più e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.

ASSOLUZIONE

Sacerdote: 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 e del Figlio e dello Spirito Santo.
Penitente: Amen.

RENDIMENTO DI GRAZIE E CONGEDO

Sacerdote: Lodiamo il Signore perché è buono.

Penitente: Eterna è la sua misericordia.

Sacerdote: Il Signore ha perdonato i tuoi peccati. Va' in pace.

Penitente: Rendiamo grazie a Dio.

Missione Cattolica Italiana
Enfield



Il sacramento della Riconciliazione

Guida alla Confessione

1. CHE COS'È IL SACRAMENTO DELLA PENITENZA

La Penitenza, chiamata anche confessione, è il sacramento istituito da Gesù Cristo per rimettere i peccati commessi dopo il Battesimo.

2. IL NOME (art 4 del Catechismo della Chiesa Cattolica nn. 1422-1424)

È chiamato sacramento della **Conversione** poiché realizza sacramentalmente l'appello di Gesù alla conversione, il cammino di ritorno al Padre da cui ci si è allontanati con il peccato.

È chiamato sacramento della **Penitenza** poiché consacra un cammino personale ed ecclesiale di conversione, di pentimento e di soddisfazione del cristiano peccatore.

È chiamato sacramento della **Confessione** poiché l'accusa, la confessione dei peccati davanti al sacerdote è un elemento essenziale di questo sacramento. In un senso profondo esso è anche una «confessione», riconoscimento e lode della santità di Dio e della sua misericordia verso l'uomo peccatore.

È chiamato sacramento del **Perdono** poiché, attraverso l'assoluzione sacramentale del sacerdote, Dio accorda al penitente «il perdono e la pace».

È chiamato sacramento della **Riconciliazione** perché dona al peccatore l'amore di Dio che riconcilia: «Lasciatevi riconciliare con Dio» (2 Cor 5,20). Colui che vive dell'amore misericordioso di Dio è pronto a rispondere all'invito del Signore: «Va' prima a riconciliarti con il tuo fratello» (Mt 5,24).

3. IL PECCATO

Il peccato è disobbedienza a Dio, che si esplicita nella disobbedienza alla Sua legge. I peccati vengono dunque divisi in due categorie: **mortali** e **veniali**.

I **peccati mortali** tolgono la grazia di Dio, vanno necessariamente confessati, impediscono di fare la Comunione e, se rimasti nell'anima al momento della morte, portano alla dannazione eterna – sono normalmente individuabili anche solo in riferimento ai 10 Comandamenti (Decalogo).

Perché vi sia peccato mortale si richiedono tre elementi:

1. Un oggetto strettamente proibito o strettamente prescritto (**materia grave**).
2. Una coscienza sufficientemente chiara dell'importanza dell'oggetto e del rigore del comandamento (**piena avvertenza**).
3. Una volontà libera nella decisione (**deliberato consenso**).

VIII – Non pronunciare falsa testimonianza.

- Sei falso, sleale, doppio? Nelle tue parole inganni il prossimo?
- Hai detto bugie, menzogne, giudizi avventati?
- Hai giurato sulla falsità? Testimoniando hai fatto deposizioni false?
- Hai messo voci false sul conto di innocenti?

IX – Non desiderare la donna d'altri.

- Hai guardato donne o uomini con concupiscenza?
- Pensi o parli della donna (o dell'uomo) come di solo oggetto di piacere?

X – Non desiderare roba d'altri.

- Ti lamenti sempre di quello che hai, dicendo: “Beati loro”?
- Sei invidioso dei beni e delle cose altrui?
- Auguri e godi del male degli altri?
- Cerchi di imbrogliare o di danneggiare qualcuno?
- Hai invidia di capacità intellettuali o creative altrui?

6. PRIMA DELLA CONFESSIONE

Prima di accostarsi alla confessione è bene preparare il proprio spirito con la preghiera e la meditazione.

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini (4, 23-32)

Fratelli, dovete rinnovarvi nello spirito della vostra mente e rivestire l'uomo nuovo, creato secondo Dio nella giustizia e nella vera santità. Perciò, bando alla menzogna e dite ciascuno la verità al suo prossimo, perché siamo membra gli uni degli altri. Adiratevi, ma non peccate; non tramonti il sole sopra la vostra ira, e non date spazio al diavolo. Chi rubava non rubi più, anzi lavori operando il bene con le proprie mani, per poter condividere con chi si trova nel bisogno. Nessuna parola cattiva esca dalla vostra bocca, ma piuttosto parole buone che possano servire per un'opportuna edificazione, giovando a quelli che ascoltano. E non vogliate rattristare lo Spirito Santo di Dio, con il quale foste segnati per il giorno della redenzione. Scompaiano da voi ogni asprezza, sdegno, ira, grida e maldicenze con ogni sorta di malignità. Siate invece benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo.

- Hai plagiato ragazzi o giovani rendendoli schiavi della tua volontà?
- Hai calunniato? Hai imprecato o augurato il male ad altri?
- Hai rispettato l'ambiente? Sei stato crudele con gli animali?

VI – Non commettere atti impuri.

- Hai conservato puro e casto il tuo corpo? Hai commesso atti immorali?
- Hai dato scandalo con il tuo modo di vestire, di agire, di parlare?
- Sei stato occasione di peccato a qualcuno?
- Hai molestato sessualmente colleghe/colleghi di lavoro?
- Hai conservata la tua fedeltà alla fidanzata o fidanzato?
- Hai rapporti prematrimoniali?
- Nel matrimonio hai il senso cristiano del sacramento ricevuto?
- Ami, rispetti, aiuti con fedeltà e generosità il tuo coniuge?
- Eviti le occasioni e le compagnie cattive e pericolose?
- Sei fedele a tua moglie (o a tuo marito)?
- Convivi con un uomo (o donna) senza essere sposato?
- Offendi la dignità del matrimonio con l'uso di anticoncezionali e cose simili?
- Leggi o vedi giornali, riviste, libri, spettacoli osceni, video pornografici?

VII – Non rubare.

- Sei onesto nel lavoro, nella professione, in ufficio, nel commercio?
- Quello che possiedi l'hai guadagnato onestamente?
- Credi di lavorare lealmente in modo da meritare lo stipendio mensile?
- Ti sei lasciato corrompere? Hai corrotto o tentato di corrompere altri?
- Sei convinto che la disonestà degli altri non giustifica mai la tua?
- Oltre ai tuoi diritti hai mai pensato anche ai tuoi doveri?
- Paghi le tasse? Sei evasore fiscale?
- Tu, datore di lavoro, paghi il giusto stipendio ai dipendenti?
- Hai riparato o risarcito i danni fatti?
- Hai restituito danaro o altro avuto in prestito?
- Ti sei sempre assunto le tue responsabilità?
- Hai sperperato danaro o sciupato beni?
- Hai fatto giochi d'azzardo? • Hai falsificato gli assegni?
- Hai acquistato merce chiaramente rubata (= ricettazione)?
- Hai preso merce di nascosto nei grandi magazzini senza pagare?
- Hai scaricato materiale illegale da internet?

I **peccati veniali** possono essere invece perdonati anche solo attraverso un sincero interiore pentimento di fronte a Dio. Essi non impediscono di fare la Comunione, è però utile confessarli, tanto più che tutta la vita cristiana è un cammino di continua purificazione e santificazione.

Possiamo peccare in *pensieri* (se volontariamente accolti o addirittura coltivati), *parole*, *opere* ed *omissioni* (ciò che dobbiamo fare e non facciamo).

4. QUANTE VOLTE DOVREI CONFESSARMI?

San Giovanni Bosco e San Francesco di Sales consigliavano d'accostarvisi almeno una volta ogni otto giorni o quindici giorni a seconda delle necessità, in generale perlomeno una volta al mese. San Bonaventura raccomandava la confessione due volte alla settimana.

5. IL SACRAMENTO DELLA CONFESIONE

Nel Sacramento il sacerdote agisce “*in persona Christi*”, cioè è Gesù stesso che agisce in lui – tanto è vero che al momento dell'assoluzione il sacerdote usa il primo pronome personale: “Io ti assolvo ...”. Il sacerdote può e deve assolvere tutti i peccati che un penitente (ovviamente battezzato) confessa, purché questi ne sia pentito ed abbia il proposito, con l'aiuto di Dio, di non più commetterli; altrimenti non ci sarebbe un vero pentimento.

Le parti del sacramento della Penitenza:

Contrizione: è un atto della volontà, un dolore dell'anima e della detestazione del peccato commesso unita al proposito di non peccare più in avvenire.

Confessione: consiste nell'accusa dettagliata dei propri peccati fatta al confessore per averne l'assoluzione e la penitenza.

Assoluzione: è la sentenza che il sacerdote pronuncia in nome di Gesù Cristo, per rimettere i peccati al penitente.

Soddisfazione: o penitenza sacramentale, è la preghiera o l'opera buona imposta dal confessore a castigo e a correzione del peccatore, e a sconto della pena temporanea meritata peccando.

5.1. L'ESAME DI COSCIENZA

L'esame di coscienza è l'accurata e sincera analisi dei peccati commessi dall'ultima Confessione – che andranno poi accusati esplicitamente davanti al Confessore; si vedano e si accusino anche eventuali peccati di cui si è omessa o dimenticata l'accusa nelle precedenti Confessioni.

Nell'accusa di tali peccati dinnanzi al Confessore dobbiamo essere il più specifici possibile (di quale tipo, quante volte e così discorrendo), per quanto ovviamente la nostra memoria ci permetta.

Se ne abbiamo bisogno, possiamo anche chiedere al Confessore d'aiutarci a fare l'esame di coscienza e di farci delle domande in proposito.

5.2. SPUNTI DI RIFLESSIONE PER PREPARARSI ALLA CONFESSIONE

I – Io sono il Signore, tuo Dio. Non avere altri dèi di fronte a me. Non ti farai idolo né immagine.

- Credi in Dio, Padre, Provvidenza e Salvatore tuo e di tutti gli uomini?
- La tua vita è orientata a Dio?
- L'hai messo al primo posto tra i valori della tua vita?
- Credi nel Padre, Figlio, Spirito Santo?
- Preghi mattina e sera?
- Vivi le virtù cristiane della fede, speranza e carità?
- Consideri la fede come un dono prezioso da coltivare?
- Ti impegni a crescere nella fede?
- Hai parlato male della religione, del Papa, dei sacerdoti?
- Hai partecipato a riti satanici?
- Hai aderito a sette eretiche, scismatiche o sataniche o a società illegali?
- Speri nell'amore di Dio oppure ti scoraggi e disperer davanti alle difficoltà della vita, impreca e ribellandoti?
- Sei superstizioso? Porti addosso amuleti, portafortuna, oggetti scaramantici?
- Credi davvero all'oroscopo?
- Sei andato da indovini, o maghi, chiromanti, fattucchiere?
- Hai partecipato a sedute spiritiche?

II – Non pronunciare invano il nome del Signore tuo Dio.

- Hai rispetto e amore per il nome di Dio e della Madonna?
- Hai bestemmiato?
- Hai detto affermazioni false, eretiche o malvage su Dio?
- Hai raccontato fatti e barzellette blasfeme?
- Usi un linguaggio volgare (parolacce), turpe, indegno di un battezzato?
- Hai fatto giuramenti senza necessità?
- Hai mantenuto i voti e le promesse fatte?
- Hai permesso o approvato il comportamento blasfemo d'altre persone?

III – Ricordati di santificare le feste.

- Santifichi la Domenica con la preghiera e facendo opere buone, coltivando i valori sacri della vita (famiglia, amicizia, cultura, natura, solidarietà, pace, ecc.)?
- Hai partecipato alla Messa?
- Alla Messa ti sei distratto, hai chiacchierato, hai disturbato gli altri?
- Partecipi alla vita della tua comunità cristiana?
- Sostieni la tua comunità cristiana economicamente e con il servizio?

IV – Onora tuo padre e tua madre.

- Hai amato, rispettato, ubbidito, aiutato i genitori, secondo le tue possibilità?
- Sei stato gentile e disponibile in famiglia?
- In casa collabori e condividi la vita con i tuoi?
- Crei serenità, comunione, conversazione con gli altri o li fai vivere in solitudine e nel silenzio?
- Ubbidisci con lealtà alle leggi dello Stato?
- Hai mai venduto il tuo voto per interessi privati?
- Paghi con giustizia le tasse?
- Ti impegni per l'educazione dei figli? Dai loro esempio di vera vita cristiana?

V – Non uccidere.

- Consideri la tua vita come un dono di Dio?
- La rispetti con la moderazione nel cibo, nelle bevande, nel fumo?
- Ti concedi il giusto riposo?
- Fuggi l'alcolismo, la droga? Hai spacciato droga?
- Sei prudente nel guidare la macchina?
- Hai messo mai in pericolo la tua vita o quella degli altri?
- Hai mai tentato il suicidio? Hai procurato mutilazioni a te o ad altri?
- Hai curato opportunamente la salute tua e dei tuoi cari?
- Ti sforzi di amare gli altri come te stesso?
- Coltivi sentimenti di odio, rancore, vendetta?
- Sei un prepotente nei tuoi modi di parlare o di agire?
- Hai invidia o gelosia verso gli altri?
- Rispetti e aiuti chi è più debole nella società: malati, portatori di handicap, anziani, bambini, poveri? Hai abusato del potere che la tua posizione sociale ti dà?
- Hai perdonato le offese ricevute?
- Hai fatto, procurato, consigliato l'aborto?
- Hai mai usato violenza? Hai ucciso qualcuno?