

4. Domandare a Dio il dono di un sincero pentimento.
5. Davanti al sacerdote, puoi sederti o metterti in ginocchio. Il Sacerdote è lì per dirti come san Paolo: "Lasciatevi riconciliare con Dio".
6. Dopo il segno della croce e l'invito del sacerdote puoi cominciare la confessione dei tuoi peccati. Hai peccato contro Dio e contro i tuoi fratelli, non hai vissuto da cristiano: di in che cosa hai mancato rispetto a quello che Dio attendeva da te.
Parla liberamente, senza giustificarti.
Domanda al confessore chiarimenti sulla tua responsabilità e i mezzi necessari per progredire.
Ascolta i suoi consigli.

Puoi recitare l'atto di contrizione:

PIETA' DI ME, O SIGNORE, SECONDO LA TUA MISERICORDIA; NON GUARDARE AI MIEI PECCATI E CANCELLA TUTTE LE MIE COLPE; CREA IN ME UN CUORE PURO E RINNOVA IN ME UNO SPIRITO DI FORTEZZA E DI SANTITA'.

Il sacerdote ti dona il perdono di Dio:

**DIO, PADRE DI MISERICORDIA,
CHE HA RICONCILIATO A SE' 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.**

Rispondi: **AMEN!**

Sac. Lodiamo il Signore perché è buono.

Penitente: **Eterna è la sua misericordia**

Sac. Il Signore ha perdonato i tuoi peccati va in pace.

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

7. Il confessore ti indica un'azione o una preghiera, come penitenza, che prolunga il sacramento e mette in evidenza il desiderio di ripartire coraggiosamente sui passi di Cristo.

RINGRAZIAMENTO

Quanto ti sono grato, mio Dio, che ancora una volta hai perdonato i miei peccati in questo sacramento. Signore, dammi la perfetta contrizione delle colpe con le quali offesi te, Dio infinitamente buono. E se in questa Confessione fosse stata in qualche modo manchevole la mia accusa, perdonami nella tua infinita bontà.

Concedimi la grazia di mantenere i miei proponimenti e di sopportare con spirito di penitenza tutte le tribolazioni della mia vita. Apri la mia anima e imprimi in essa sempre più profondamente l'orrore e l'odio al peccato. Che il tuo amore mi renda insensibile alle attrattive del mondo perché non t'offenda mai più.

Aiutami, Signore, tienimi per mano, affinché io cammini sulla via che ti sei degnato di mostrarmi. Salvami dalle insidie di Satana che, come un leone ruggente, cerca di divorarmi.

O mio Dio, mi rifugio in Te. Se tu non mi difendi, tutti i miei sforzi saranno vani. In te confido: tu proteggimi e io non perirò, nonostante la mia debolezza.

Maria Santissima, Angeli e Santi del Cielo, ottenetemi la grazia della perseveranza.

COME CONFESSARSI?

Oggi hai deciso di confessarti.

Ma tu hai perso l'abitudine di confessarti!

Come fare?

1. Non aver paura. Gesù ripete senza cessare: "Non avere paura! Non temere!".
2. Prima di pensare ai tuoi peccati, pensa all'amore di Dio nostro Padre, al Cristo che ci ama fino a donare la sua vita, allo Spirito Santo che può illuminarci. Pensa anche a Maria, senza peccato, immacolata, ma anche nostra madre, "rifugio dei peccatori".

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

11Disse ancora: «Un uomo aveva due figli. **12**Il più giovane disse al padre: Padre, dammi la parte del patrimonio che mi spetta. E il padre divise tra loro le sostanze. **13**Dopo non molti giorni, il figlio più giovane, raccolte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò le sue sostanze vivendo da dissoluto. **14**Quando ebbe speso tutto, in quel paese venne una grande carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. **15**Allora andò e si mise a servizio di uno degli abitanti di quella regione, che lo mandò nei campi a pascolare i porci. **16**Avrebbe voluto saziarsi con le carrube

che mangiavano i porci; ma nessuno gliene dava. **17**Allora rientrò in se stesso e disse: Quanti salariati in casa di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! **18**Mi leverò e andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato contro il Cielo e contro di te; **19**non sono più degno di esser chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi garzoni. **20**Partì e si incamminò verso suo padre. Quando era ancora lontano il padre lo vide e commosso gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò. **21**Il figlio gli disse: Padre, ho peccato contro il Cielo e contro di te; non sono più degno di esser chiamato tuo figlio. **22**Ma il padre disse ai servi: Presto, portate qui il vestito più bello e rivestitelo, mettetegli l'anello al dito e i calzari ai piedi. **23**Portate il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamo e facciamo festa, **24**perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato. E cominciarono a far festa. (Lc 15,11-24)

3. Il figlio prodigo ha voluto allontanarsi da suo padre e ha sciupato i suoi doni. Egli ha l'onestà di riconoscerlo. Abbiamo l'onestà di riconoscere i nostri peccati: in pensieri, parole, opere e omissioni?

ASCOLTIAMO GESU'

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

Io invece, Gesù, metto spesso Dio da parte, le mie giornate trascorrono senza preghiera, senza un solo pensiero per lui. Ho trovato degli idoli per sostituirLo: quanto sport, quanta televisione, quanti video-giochi...! Mi capita di rivolgermi ai veggenti, alla magia, allo spiritismo...

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

Io invece, Gesù conto sulle mie forze. Non ringrazio Dio per le grazie ricevute. Sono diventato negligente. Preferisco delle sciocchezze alla Messa. E quando capitano la sofferenza, la malattia, la morte di qualcuno, io accuso Dio.

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

Io invece, Gesù, parlo di Lui senza rispetto. E quando sento delle prese in giro attorno a me, non ho il coraggio di mostrarmi cristiano.

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

Io invece, Gesù, faccio fatica ad amare. I miei giudizi sono spesso rapidi o falsi. Mi capita di essere offensivo, pieno di rancore vendicativo. Prendo in giro quelli che sono diversi per la loro cultura o la loro religione. Li escludo e inoltre li disprezzo.

Tu dici, Signore, che non bisogna uccidere.

Io invece, Gesù, sono capace di distruggere gli altri. Posso rovinare la loro vita raccontando qualsiasi cosa. Sono capace anche di fare del male alla mia stessa vita con l'uso eccessivo della droga, dell'alcool, del tabacco... Sono capace di essere violento in così tanti modi che posso uccidere la vita... consigliare o praticare l'aborto, l'eutanasia.

Tu dici, Signore, che non bisogna mentire.

Io invece, Gesù, non mi limito alla menzogna. Io imbroglia in molti modi. Porto spesso una maschera per nascondere la mia mancanza di verità, di lealtà.

Tu dici, Signore, di non rubare.

Io invece, Gesù, non mi faccio problemi a prendere o fare mie le cose degli altri, nel mio lavoro, nei negozi... Mi è capitato di distruggere le cose degli altri per divertimento o per vendetta.

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

Io invece, Gesù, non ho sempre conservato la purezza. Ho coltivato pensieri e desideri impuri; ho commesso atti impuri da solo o con altri dimenticando che il mio corpo è tempio dello Spirito Santo. Mi sono permesso letture, discorsi, spettacoli, divertimenti cattivi.

(Per chi è fidanzato) **Ho avuto rapporti prematrimoniali.**

(Per chi è sposato) **Non sempre il mio rapporto di coppia lo vivo con fedeltà, dignità e apertura alla vita.**

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

Il mio egoismo, la mia sfrontatezza, il mio cattivo umore, il mio desiderio di avere sempre ragione, le mie risposte dure, la mia impazienza mi impediscono di amare gli altri.

Mi capita di servirmi degli altri per raggiungere i miei scopi...

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

Io invece, Gesù, faccio fatica a perdonare agli altri. Non mi faccio problemi a insultare, a fare clamore, a dire qualsiasi cattiveria...