

La vita: bene sacro affidato da Dio

- Ho attentato alla vita e all'integrità fisica mia e del mio prossimo? Come mi comporto al volante? Pratico sport pericolosi? Se nella mia professione mi è affidata la vita delle persone come mi comporto?

- Ho fatto/faccio uso di droga, abuso di alcool o di fumo...?

- Ho desiderato o augurato la morte a qualcuno?

- Il cristiano ama la vita di tutti e rifiuta la cultura della morte; aborto, eutanasia, pena di morte, guerre... conosco veramente l'insegnamento della Chiesa?

- L'aborto è un crimine contro la vita di una persona inerme ed innocente: l'ho praticato, ho aiutato qualcuno ad abortire? Ho incoraggiato qualcuno a farlo in caso di gravidanza non desiderata? Sono cosciente che chi lo pratica è chi collabora/incorre nella scomunica?

Vivere il comunità

- Il cristiano è figlio della luce: dico il falso, accomodo la verità a mio vantaggio?

- L'odio è il rancore sono opposti all'amore: so perdonare o almeno mi sforzo?

- Ho desideri di vendetta?

La lingua ferisce più della spada: come parlo del prossimo?

- Sono aggressivo con parole, azioni, atteggiamenti? Uso un linguaggio offensivo?

- Quanto conta per me la mia carriera? Come esercito l'autorità sulle persone che mi sono state affidate?

- Pretendo di avere sempre ragione? So ascoltare chi mi sta accanto? So valorizzare le persone con le quali vivo e lavoro? Sono superbo?

- Compio, nei confronti delle persone che posso aiutare, il bene che è in mio potere realizzare?

...come confessarsi

• *Insieme al sacerdote inizia la celebrazione segnandoti: "Nel nome del Padre del Figlio e dello Spirito Santo".*

• *È bene dire quanto tempo dalla tua ultima confessione. Vuoi riferire brevemente circa la tua situazione di vita, il lavoro, che fai ... per aiutare il sacerdote a capirti meglio.*

• *Confessa i tuoi peccati in maniera chiara e sincera.*

• *Ascolta i consigli del sacerdote e chiedigli spiegazioni se non capisci qualcosa. Ascolta attentamente la penitenza che ti da, perché è l'atto che farai per mostrare a Dio il tuo pentimento e la volontà di cambiare.*

• *A questo punto esprimi il dispiacere di aver peccato e il desiderio di non peccare più dicendo l'Atto di dolore:*

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

• Detto l'Atto di dolore il sacerdote stenderà su di te la mano e a nome di Dio ti dirà l'assoluzione dei peccati.

Alle parole "**Ti assolvo nel nome del Padre...**" segnandoti con il segno della croce: "**Amen**".

• Se il sacerdote ti dice: "**Lodiamo il Signore perché è buono**" tu rispondi "**Eterna è la sua misericordia**".

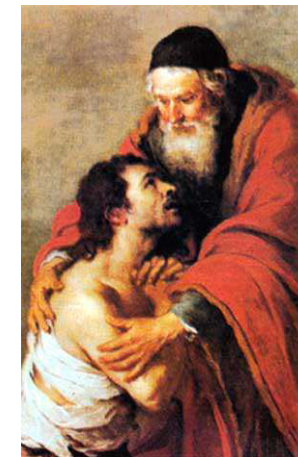
Il sacerdote ti saluta: "**Il Signore ti ha perdonato, vai in pace!**" rispondigli: "**Rendiamo grazie a Dio!**". E quindi puoi uscire dalla confessionale.

• Ora fai la penitenza indicatati dal sacerdote.

Parrocchia "San Giovanni Battista"

-Casperia-

"Mi alzerò, andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato verso il cielo e davanti a te" (LC 15,18)



Guida al sacramento della confessione

I dieci comandamenti

Io sono il Signore Dio tuo:

1. *Non avrai altro Dio fuori di me.*
2. *Non nominare il nome di Dio invano.*
3. *Ricordati di santificare le feste.*
4. *Onora il padre e la madre.*
5. *Non uccidere.*
6. *Non commettere atti impuri.*
7. *Non rubare.*
8. *Non dire falsa testimonianza.*
9. *Non desiderare la donna d'altri.*
10. *Non desiderare la roba d'altri*

Esame di Coscienza prima della

Confessione



*“Tu amerai il Signore,
tuo Dio, con tutto te
stesso, con tutta l’anima
e con tutte le forze”
(Dt 6,5)*

Amerai Dio sopra ogni cosa

- Ho fede in Dio? Quanto conta per me Dio nella scelta che faccio, in ciò che vivo?
- Dove investo le mie energie, i miei sentimenti, le mie sicurezze?
- Ci sono cose più importanti di Dio nella mia vita?
- Mi affido a maghi, pratico l’occultismo? Sono superstizioso?

La preghiera: dialogo e intimità con Dio

- Prego solo per utilità per ricavare beneficio?
- Quando e come prego?
- Prego meccanicamente? Penso che sto parlando con una persona presente che mi ascolta?
- Se la preghiera è dialogo, ascolto ciò che Dio mi dice?
- Ho mai pensato a ciò che Dio vuole da me, oppure pretendo solo che Lui faccia la mia volontà?

La Messa, i sacramenti, e le feste, la domenica sono anche un momento di ristoro e crescita spirituale; ne sento il bisogno, come li vivo, come mi preparo? Sono fedele e partecipo assiduamente?

Dio amato, proclamato e testimoniato

- Rispetto Dio, il suo nome e le sue cose, la Madonna, i Santi, la Chiesa, i pastori ed i ministri,

il popolo cristiano?

- Bestemmio? Racconto barzellette o cose che offendono la memoria santa di Dio?
- Penso all’esempio che dovrei dare come cristiano e discepolo di Cristo?
- Mi faccio riconoscere come cristiano oppure lo nascondo? Ho vergogna e ritegno umano?
- Mi sento parte della Chiesa, ascolto ciò che i suoi pastori dicono, desidero partecipare alla sua edificazione, oppure sono estraneo, assente, polemico?

“Amerai il prossimo tuo come te stesso” (Mt 19,19)

La famiglia: luogo dove vivere e crescere

- Rispetto i genitori?
- Quanto tempo dedico al dialogo con i miei familiari? Il dialogo nella mia famiglia è superficiale oppure riguarda i anche sentimenti, desideri, bisogni?
- Aiuto i miei familiari in difficoltà, riaccorgo dei loro bisogni anche inespressi, rispetto i loro sentimenti?
- Il mio comportamento in famiglia, le mie parole, aiutano a cercare un clima positivo e disteso? Cerco di essere costruttivo oppure sono assente, aggressivo o polemico?
- L’armonia tra sposi, l’amore, la responsabilità, il dialogo, la collaborazione, sono il più grande insegnamento che si possa dare ai figli; come vivo il mio matrimonio?
- Il matrimonio è il luogo dove realizzarmi come persona e dove crescere come cristiano: mi impegno a costruirlo giorno per giorno, oppure lascio che vada alla deriva, in balia degli eventi e del tempo?
- Come educo i figli? So amarli, ascoltarli, guidarli, correggerli oppure mi preoccupo solo della loro guida fisica e materiale fuggendo dalle mie responsabilità?

La sessualità: via verso la comunione

- La sessualità è parte integrante della nostra persona, elemento fondamentale di relazione e fonte di identità

personale. È Dio che l’ha voluta e pensata, la Chiesa la custodisce e annuncia con fedeltà il progetto di Dio. Ho cercato di conoscere e accogliere questo progetto e di viverlo oppure mi basta il sentire comune?

- La pornografia, la prostituzione ... rendono le persone e l’intimità merci e cosa volgare: come mi comporto? Cerco con ostinazione o vedo programmi o immagini in tv e su internet che calpestanto la dignità del corpo umano?
- L’uso della sessualità fuori dal matrimonio sviscera un progetto di Dio sull’uomo e sulla sessualità. Ho relazioni extraconiugali? Come vivo il mio fidanzamento? Sono fedele?
- Come vivo la mia vita affettiva?
- Faccio uso di anticoncezionali o di contraccettivi?

I beni materiali: al servizio dell’uomo

- Il Signore dice: non rubare: cerco di appropriarmi di beni altrui, ho frodato?
- Sono onesto, rispetto le leggi dello Stato? Se sono datore di lavoro: sono giusto nel retribuire i dipendenti, qual è il mio atteggiamento verso di loro? Se sono dipendente lavoro con impegno e professionalità?
- Quanto valore hanno per me i soldi e i benimateriali? So accontentarmi di ciò che possiede oppure sacrifico il mio tempo, la mia vita al guadagno?
- Sono invidioso?
- Gioco d’azzardo? Quanto ci conto e quanto spendo?
- “Il superfluo è il necessario del povero”. Ostentare la ricchezza, sprecare i soldi in cose superflue, permettersi qualsiasi lusso non è un atteggiamento evangelico. Come mi comporto in proposito?
- So condividere con chi ha bisogno?
- Ho danneggiato cose degli altri e/o della collettività?