

➤ Mi soffermo qualche minuto in colloqui con Gesù, chiedo l'intercessione della Vergine, offro tutto al Padre di ogni santità. Non si tratta di "fare propositi", ma lasciarsi impregnare ed invadere dalla luce di grazia, perché ogni fibra più intima del cuore sia illuminata, riscaldata, purificata.

Termino con un atto di fiducia, di misericordia, di affidamento totale.

Meditiamo un dei passi biblici che ci possono aiutare ad esaminare più attentamente i lati oscuri, guardando l'amore di Dio lì pronto ad accoglierci con le braccia aperte.

DALLA PRIMA LETTERA DI SAN GIOVANNI (1,5-9; 2, 1-2)

Questo è il messaggio che abbiamo udito da Lui e che ora vi annunziamo: Dio è luce e in lui non ci sono tenebre. Se diciamo che siamo in comunione con lui e camminiamo nelle tenebre, mentiamo e non mettiamo in pratica la verità. Ma se camminiamo nella luce, come egli è nella luce, siamo in comunione gli uni con gli altri, e il sangue di Gesù, suo Figlio, ci purifica da ogni peccato.

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

Se diciamo che non abbiamo peccato, facciamo di lui un bugiardo e la sua parola non è in noi.

Figlioli miei, vi scrivo queste cose perché non pecciate; ma se qualcuno ha peccato, abbiamo un avvocato presso il Padre: Gesù Cristo giusto.

Egli è vittima di espiazione per i nostri peccati; non soltanto per i nostri, ma anche per quelli di tutto il mondo.

Con questo brano confessiamo a Dio con tutta umiltà i nostri bisogni, le nostre mancanze, le nostre debolezze, i nostri lati oscuri, le nostre logiche, confidando nella sua infinita misericordia, nel suo grande amore, nella sua tenerezza di Padre e nel suo perdono, impegnandosi seriamente ad rimanere allacciati a Lui, per mezzo di suo Figlio Gesù Cristo nostro Signore, Via, Verità e Vita, con il dono che ci ha fatto dell'Eucarestia.

Ora possiamo rendere lode a Dio per il dono del perdono e della riconciliazione con queste parole o altre che sentiamo nel proprio cuore e che desideriamo esprimere con gratitudine e sincerità:

*Grazie Signore Gesù,
del tuo amore che si dona e che perdona.*

*Grazie del tuo perdono,
che dilata il cuore per far luce alle mie
ombre oscure.*

*Grazie Gesù,
perché mi dai la possibilità di ritornare a
Te è in Te tra le braccia di Dio Padre.
Grazie Gesù, che dal tuo cuore effondi,
grazia e misericordia.*

*Aiutami Gesù
a riconoscere il Vero Bene sulla via della
Carità, dell'Amore e della Pace.
Aiutami a vincere il male con il bene.*

*Aiutami a difendere il debole,
dalle ingiustizie e dagli oltraggi.
Donami lo Spirito di generosità.*

*Donami lo Spirito
della carità fraterna e della disponibilità.
Donami lo spirito di saper perdonare.
Donami un cuore che sappia amare come
Tu ami me,
perché nel tuo Amore io sappia amare
anche chi non amo.*



Il Sacramento della penitenza.

*L'incontro con la misericordia di
Dio padre per mezzo della redenzio-
ne di suo figlio Gesù Cristo, morto e
Risorto per noi.*



PERCHÉ È IMPORTANTE CONFESSARSI ?

Nell'incontro con il sacerdote, che rappresenta la misericordia di Dio Padre, si riallaccia quel rapporto amoroso del Padre celeste interrotto con il male del peccato, che ci allontana ogni qualvolta che cadiamo, come quando siamo presi dalla rabbia, dalle delusioni o dalle false comodità che ci offre la vita.

COSA AVVIENE NELLA CONFESIONE?

In questo grande mistero che ci ha donato Gesù con la sua morte e risurrezione per la remissione dei peccati e la salvezza dell'anima, con questo sacramento l'anima viene lavata e resa limpida come era all'origine, maggiormente se un'anima viene con il cuore contrito e pentito, con l'intenzione di convertirsi sempre di più sulla via del Vero Bene; il Padre lo avvolge di una infinita amorevolezza ed è pronto a custodirlo e a farlo progredire sulla strada del vero Amore.

MA È SOLO UN CONFESSARE LE PROPRIE MANCANZE CHE SI CELEBRA IN QUESTO SACRAMENTO?

Primariamente sì, ma può essere anche un confrontarsi con il proprio stile di vita, un cammino di conversione, una guida che sappia donare pace e serenità e indicare vie buone che conducono sulla strada di un autentico cammino da cristiano, il sacerdote può essere una guida spirituale per mezzo del sacramento della penitenza.

COME FARE ALLORA PER FARE UNA AUTENTICA CONFESIONE E UN SERENO CAMMINO DI CONVERSIONE?

- Credere che Dio: ci *accoglie*, per quel che siamo e quel che facciamo, che ci *ascolta*, come un padre, ci *perdona* e ci *ama*, ci *dona* un cuore nuovo per ritornare a sorridere;
- "Essere veri": nell'incontro personale con un sacerdote, si accetta il dialogo per cercare le cause profonde delle proprie azioni ed omissioni;
- Domandarsi qual è il proprio posto, la propria responsabilità in mezzo agli altri, nella Chiesa e nel mondo di oggi ed il mio rapporto con Dio, con me stesso e con gli altri.

IL FRUTTO DI UNA VERA CONFESIONE DEVE ESSERE:

- Un sincero pentimento delle colpe commesse;
- Il fermo proposito di evitare il peccato in avvenire;
- Il riorientamento dell'esistenza davanti a Dio;
- La riconciliazione con se stessi, con Dio e con i fratelli;
- La riformazione dell'immagine di Cristo nata in noi con il Battesimo e offuscata con il peccato.

...UN PICCOLO AIUTO PER L'ESAME DI COSCIENZA, PER ENTRARE IN SE STESSO E PER ESSERE PIÙ AUTENTICI NELL'INCONTRO CON LA MISERICORDIA DI DIO...

- Mi metto alla presenza di Dio per prepararmi in modo sincero, con la preghiera preparatoria che mi deve condurre a chiedere perdono a Dio nel silenzio del mio cuore e poi dinanzi al sacerdote che mi effonderà la grazia del perdono a nome di Dio.
- Ringrazio e lodo Dio in Cristo Gesù: in lui tutto è creato, salvato e redento, facendo emergere consapevolmente che il bene operato proviene dal dono della sua grazia e che il male è frutto della mia debolezza che ho posto dinanzi al disegno di Dio.

Adesso che metterai alla luce quali sono i tuoi peccati, il Signore ti offre la possibilità di consegnarli a Lui attraverso la confessione e di far tornare a sorridere il tuo cuore.

INIZIO AD ESAMINARMI CON SINCERITÀ E UMILTÀ PROFONDA.

- Considero la fedeltà e la misericordia di Dio padre, che si manifesta in Cristo Gesù, e si attua nello Spirito Santo, nel continuo perdono verso il suo popolo (salmo 103). *"L'amore del padre verso i suoi figli"*
- Ripercorro la giornata momento per momento, dai frammenti al tutto. Ricorderò ora le opere del Signore e descriverò quanto ho visto. Sir 42,15). Ricordati è come affacciarsi ad un grande panorama, con un solo sguardo vedo tutto, vedo, e rivedo, e tutto rivivo. Mi soffermo con lo sguardo là dove spiccano i contorni.

Sentirsi bisognosi della grazia e della misericordia di Dio Padre che non nega a nessuno il suo perdono, ma lo stringe amorosamente come un figlio che cerca di ritornare sulla via dell'amore, stringe le gami più forti con chi si riconosce povero e con le sue pochezze.

Dove è attirata la mia attenzione?

- Ripenso ai fatti salienti della giornata, le emozioni vissute, gli incontri importanti, il lavoro fatto o non fatto, la preghiera fatta o non fatta, il bene effuso o negato, e via dicendo. La mia memoria mi porterà automaticamente verso i fatti salienti della giornata.

Quali comportamenti concreti ho tenuto in quelle occasioni?

- Guardo ai comportamenti pieni di luce, di chiarezza, di pulizia, di ordine, di freschezza, di gioia.
- Guardo ai comportamenti di ombra, oscuri, poco puliti, disordinati, brutti, corrotti, pesanti, tristi...

Quali atteggiamenti di fondo mettono in rilievo questi miei comportamenti? Che cosa rivelano di me?

- Sfiducia negli altri o in me stesso, aggressività, intolleranza, insofferenza.
- Imperscrutabilità ai giudizi, alle critiche.
- Inflessibilità.
- Dogmatismo, rigidità-chiusura, penso solo a me stesso, non bado agli altri, non so costruire relazioni, sono un "Muso duro" non regalo mai il mio sorriso, non so dare affetto, gioia, serenità
- Sono disponibile, so dimenticarmi, non mi preoccupo di difendermi.
- Sono umile oppure orgoglioso-superbo?
- Ho un giusto pudore oppure sono volgare? - sono mortificato?
- Sono untuoso e compiacente? Servile coi potenti, e prepotente con i deboli?...

