

- Nella mia vita metto Dio al primo posto?
- Colgo i segni della Sua volontà?
- Faccio le mie scelte alla luce della parola di Dio?
- Prego ogni giorno?
- Sono fedele al dovere di santificare le feste?
- In famiglia come mi comporto?
- Mi accade a volte di bestemmiare?

Per fare bene l'esame di coscienza è necessaria la massima sincerità ed umiltà: un atteggiamento sereno e imparziale che non scusi i difetti o li veda dove non ci sono. Un mezzo eccellente per semplificare questo lavoro è l'esame di coscienza quotidiano. Durante la confessione non perdersi in minuziosi dettagli, trattandosi di peccati veniali, per i peccati gravi, invece, c'è d'obbligo di precisare il numero con esattezza.

Prima di accostarci al Sacramento della Confessione si recita la preghiera:

Confesso

Confesso a Dio onnipotente e a voi fratelli che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa e supplico la beata sempre vergine Maria, gli Angeli, i Santi e voi fratelli di pregare per me il Signore Dio nostro.

Dopo la Confessione si recita:

Atto di Dolore

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

Ringraziamento

Grazie, Gesù, perché mi hai perdonato. Mi hai abbracciato con amore e hai voluto dimenticare tutto il male che ho fatto. Il tuo cuore è in festa. Anche il mio cuore è in festa perché sono risorto con Te.

Preghiera

Padre, mi affido a Te;
Padre, mi abbandono a Te;
Padre, fa di me quanto ti piacerà;
qualunque cosa tu faccia di me,
ti ringrazio;
grazie di tutto; sono pronto a tutto;
accetto tutto; ti ringrazio di tutto;
la tua volontà si compia in me, Dio mio,
la tua volontà si compia
in tutte le creature,
in tutti i tuoi figli,
in tutti coloro che il tuo cuore ama.
Non desidero altro, Dio mio.
Rimetto la mia anima nelle tue mani;
te la dono con tutto l'amore del mio cuore,
perché ti amo ed è
un bisogno d'amore il donarmi,
il rimettermi nelle tue mani senza misura.
Mi rimetto nelle tue mani
con una confidenza infinita,
perché Tu sei il Padre mio.
Amen

La confessione mi insegna che non si deve mai dire "Ormai!..." posso sempre **ricominciare**. Nella Sua Misericordia **Dio mi Aspetta! Io devo solo lasciarmi Abbracciare**

LA GIOIA DELLA
RICONCILIAZIONE



L'AMORE DEL SIGNORE
CI CERCA
QUANDO SIAMO LONTANI
E
CI DONA LA VITA

LA GIOIA DELLA RICONCILIAZIONE

...*"Ricevete lo Spirito Santo; a chi rimetterete i peccati saranno rimessi e a chi non li rimetterete, resteranno non rimessi"* (Gv 20,22-23).



Cosa è la Confessione?

La confessione è il sacramento del perdono. In esso Gesù, mediante il ministero della Chiesa, dona al peccatore pentito, che umilmente e lealmente confessa i suoi peccati, il perdono e la forza per riparare i suoi errori e correggere i suoi difetti. Gesù ha indicato la confessione con mezzo ordinario per riconciliarsi con Dio e con i fratelli.

Per confessarsi bene è necessario riflettere su cinque punti:

1. Esame di coscienza: Dobbiamo esaminarci per ricordare i peccati commessi.

2. Dolore dei peccati: E' necessario pentirsi perché abbiamo offeso Dio, *se manca questo: la confessione è nulla.*

3. Proponimento di non commetterne più:

Consiste nell'avere la ferma volontà di non peccare più.

4. Accusa dei peccati: E' la manifestazione di tutti i peccati al Confessore ed avere il perdono attraverso l'Assoluzione.

5. Penitenza: E' l'opera buona o la preghiera suggerita dal confessore in riparazione dei Peccati.

Il peccato è il contrario dell'amore

"Quando non vogliamo amare Dio sopra ogni cosa e gli altri come noi stessi, allora facciamo peccato". Il peccato può essere **grave** o **leggero**: il peccato è **grave** "quando rompe la nostra amicizia con Dio e con i fratelli". Noi non saremo giudicati su una legge, ma sull'amore.

I Dieci Comandamenti

Mettendo in pratica i Dieci Comandamenti, viviamo la nostra vita in positivo, andando incontro a Gesù

Io sono il Signore Dio tuo:

1. Non avrai altro Dio all'infuori di me
Riconoscerci figli di Dio

2. Non nominare il nome di Dio invano
Pronunciare con amore il nome di Dio

3. Ricordati di santificare le feste
Fare festa con Dio nei giorni a lui consacrati

4. Onora il padre e la madre
Essere riconoscenti ai genitori

5. Non uccidere
Avere rispetto della vita e credere nella pace

6. Non commettere atti impuri
Educarsi all'amore vero nel rispetto degli altri

7. Non rubare
Comportarsi onestamente

8. Non dire falsa testimonianza
Avere sincerità nelle nostre opinioni

9. Non desiderare la donna d'altri
Essere rispettosi verso il prossimo

10. Non desiderare la roba d'altri
Essere liberi dai richiami del mondo (averi...)

I dieci Comandamenti ci aiutano a crescere per essere testimoni liberi a servizio del prossimo e della società.



Il Comandamento dell'Amore

"Amerai il Signore Dio tuo con tutto il cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente. Amerai il prossimo tuo come te stesso"(Mt22,37-39)

Gesù, ci rivela il principio fondamentale che regola tutta la vita del nuovo popolo di Dio: l'Amore di Dio è sorgente e radice del nostro amore verso gli altri; così, amando i fratelli, diventiamo segno dell'Amore del Padre per loro e per tutti gli uomini.

L'esame di Coscienza.

Vediamo prima cosa è la coscienza:

1. è come un **giudice interiore**: rivela ciò che è bene e ciò che è male;

2. è come il **timone della barca**: determina la direzione del cammino;

3. è come la **guida**: illumina le mete e i passi.

Naturalmente, c'è modo e modo di essere **"giudice"**, **"timone"** e **"guida"**. Così c'è modo e modo di avere coscienza. Ecco allora un primo e ulteriore interrogativo: *la mia coscienza è cristiana?* E' cioè una coscienza illuminata da Cristo o è una coscienza modellata da me stesso o dai comportamenti dominanti del mondo d'oggi?

Prepariamoci alla Confessione facendo bene l'Esame di Coscienza, tenendo conto del rapporto che ho con gli altri, con me stesso e con Dio. Esamino in silenzio la mia coscienza:

- Amo il mio prossimo come me stesso?
- Mi lascio prendere facilmente dall'ira?
- Tendo a servirmi degli altri?
- Faccio valere solo le mie opinioni?
- Sono disponibile se qualcuno mi chiede aiuto?
- Sono sincero e leale con tutti?
- Penso solo a me stesso?
- Sono pigro e faccio le cose svogliatamente?
- Mi so accontentare di quello che ho?
- Attribuisco troppa importanza ai valori materiali?
- Agisco sempre secondo coscienza?
- Sono invidioso?
- Il mio orgoglio mi porta a volte ad assumere posizioni per partito preso?
- Dedico al divertimento e al riposo un tempo proporzionato o eccessivo?
- Guardo al futuro con la speranza di chi si sente amato da un Padre?
- Amo umilmente il prossimo?
- Mi compiaccio nel guardare spettacoli immorali?

