



*Sussidio ad uso dei fedeli per la preparazione
al Sacramento della*

PENITENZA

DALLA PRIMA LETTERA DI SAN GIOVANNI

Se diciamo di essere senza peccato, inganniamo noi stessi e la verità non è in noi. Se confessiamo i nostri peccati, egli è fedele e giusto tanto da perdonarci i peccati e purificarci da ogni iniquità. Se diciamo di non avere 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, il giusto.

È lui la vittima di espiazione per i nostri peccati; non soltanto per i nostri, ma anche per quelli di tutto il mondo.

PER FARE UNA BUONA CONFESSIONE:

- E' bene dire al sacerdote da quanto tempo non mi accosto al Sacramento della Confessione
 - Esaminare con sincerità la propria coscienza
 - Essere pentito del male commesso
 - Promettere seriamente di convertirsi dai peccati commessi e di cambiare vita
- Elencare fedelmente e in modo sintetico tutti i propri peccati al sacerdote. Nascondere i peccati è segno di sfiducia nella misericordia di Dio e, qualche volta, profanazione del Sacramento.
 - N.B.: Nei casi di dubbio è bene confrontarsi ugualmente con il sacerdote per capire l'effettivo stato delle cose e l'insegnamento della Chiesa.
- Essere disposto ad accettare la penitenza come segno di buona volontà e desiderio di riparazione

ESAME DI COSCIENZA

Il tuo rapporto con Dio

“Amerai il Signore Dio tuo con tutto il cuore” [Mt 22,37]

- Ho fede in Dio anche nei momenti della prova?
- Confido in Dio oppure pongo al centro della mia vita i soldi, il potere, la carriera, ...
 - Sono superstizioso? Frequento maghi o sedute spiritiche?
 - Trovo tutti i giorni il tempo per la preghiera?
 - Ho bestemmiato?
 - Ho frequentato sempre la S. Messa nelle domeniche e nelle feste di precetto?
 - Mi vergogno della mia fede e la nascondo in alcune circostanze?

I tuoi rapporti con il prossimo e le cose

“Amatevi come io vi ho amato” [Gv 13,34]

Nella vita familiare

- Ho tradito il mio coniuge?
- Ho ricercato situazioni o rapporti equivoci (telefono, televisione, computer, chat, face book...)?
 - Sono capace di affetto, fiducia, gentilezza, attenzione verso il mio coniuge?
- Mi dedico ai figli con rispetto e favorendo la loro crescita personale, umana e spirituale?
- Sono stato egoista nel decidere di limitare il numero di figli? Ho usato metodi illeciti per non avere figli?
 - Ho commesso o incentivato l'aborto?
 - So accogliere e aiutare i miei parenti anziani?
 - Ho rispetto e obbedienza per i miei genitori?

Nella vita sociale

- Ho rubato anche evadendo il fisco?
- Sono pigro o disonesto nel mio lavoro?
- Sono sleale e arrivista a danno degli altri?
 - Ho sentimenti di odio, gelosia, invidia?
- Sono capace del perdono o ricerco la vendetta?

- Ho visto e ricercato materiale pornografico?
 - Giudico gli altri o parlo alle spalle?
- Ho mentito a chi aveva il diritto di conoscere la verità?

I legami con le cose materiali

- Sono avido e attaccato ai soldi, ai vestiti, alle comodità?
 - So pensare ai bisogni degli altri?
 - Sono goloso oppure spreco il cibo?
 - Rispetto la natura e le cose degli altri?
- Uso con equilibrio la televisione o il computer?

I tuoi rapporti con te stesso

“Dov'è il tuo tesoro là sarà anche il tuo cuore” [Lc 12,34]

- Spreco il mio tempo?
 - Valorizzo le doti e i doni che il Signore mi ha dato?
- Ho rispetto del mio corpo senza danneggiarlo con l'uso di droghe, alcool oppure farmaci non necessari?
 - Ho ceduto agli istinti fisici scendendo nei pensieri non puri o nell'autoerotismo?
- Mi sono fatto sedurre dal gioco d'azzardo (poker al computer, macchinette nei bar, ecc.)?