

PREPARAZIONE
AL SACRAMENTO DELLA PENITENZA



PREGHIERA INIZIALE DI INVOCAZIONE

Mio Signore e mio Dio,
tu conosci la mia debolezza,
la mia miseria e il mio peccato
perchè sempre mi scruti,
mi conosci, mi provi, mi correggi.
Invia su di me il tuo Spirito Santo,
affinchè illumini il mio cuore
e io conosca i miei peccati,
mi porti grazia e consolazione
e io pianga le mie colpe,
mi riveli il tuo amore
e io spero nella tua misericordia.
Togli il velo ai miei occhi
e sarò preservato
dal grande peccato dell'orgoglio
e come il pubblicano al tempio ti dirò:
Abbi pietà di me, Signore!
Tu non vuoi la morte del peccatore
ma che si converta e viva:
donami il cammino del pentimento
e della conversione
perchè io possa giungere
alla piena riconciliazione con Te,
con la Chiesa, tuo corpo di cui sono un membro,
con i fratelli e le sorelle
miei custodi verso il Regno.
Te lo chiedo per Gesù Cristo
nello Spirito Santo. Amen.

ESAME DI COSCIENZA

1. Amore di Dio

Amo Dio, l'unico Dio mio Signore, con un amore
che supera ogni altro amore?

Cristo è veramente per me il Signore, presente nella
Mia vita, nella mia mente, nel mio cuore?

Sono impegnato in una lotta contro tutti gli idoli
fino al loro ripudio?

Sono fedele a ogni tempo di preghiera, a un vero

dialogo con il Signore ogni giorno?

La Parola di Dio è da me assiduamente ascoltata, meditata, pregata come fonte del mio desiderare, volere, operare?

2. Amore del prossimo

Amo quelli che sono accanto a me al di là delle loro posizioni, delle loro attrattive, delle loro diversità e ho la preoccupazione della comunione umana con loro?

Sono solidale con tutti ma specialmente con i poveri, i piccoli, i malati, i deboli, i vecchi?

Sono paziente, benevolo, mite, portatore di pace nei miei rapporti con gli altri?

So perdonare subito e dimenticare un'offesa commessa contro di me?

Sono con i fratelli e le sorelle colui che serve o colui che attende di essere servito?

Sono disposto a donare il mio tempo al bisognoso, al piccolo, all'umile che ha bisogno di me?

Ho una vera preoccupazione di giustizia e di liberazione fino a condividere i miei beni, fino a impegnarmi in modo evangelico nella lotta contro ogni ingiustizia?

Sospetto facilmente del mio prossimo invece di scusare tutto, credere tutto, sperare tutto, sopportare tutto?

Dimentico me stesso per cercare Cristo nei fratelli e nelle sorelle, o soddisfo il mio bisogno di amare egoisticamente e di essere amato in modo esclusivo?

Ho cura di non essere di scandalo al mio prossimo con un falso silenzio, con parole e atteggiamenti che feriscono, con uno spirito di contraddizione, con una tristezza o una gioia aggressiva?

3. Amore della chiesa

Considero la chiesa corpo di Cristo e ho amore per la parrocchia, la comunità cui appartengo, sapendo che Cristo ha amato la chiesa e ha dato se stesso per lei?

Amo e faccio obbedienza ai pastori della chiesa cercando di trovare in loro sempre e in tutto un'occasione di obbedienza all'evangelo?

Amo e obbedisco alle mie guide e sono loro sottomesso sapendo che esse vegliano sulla salvezza della mia anima?

Sono settario nell'appartenenza alla mia tradizione cristiana, disprezzando o criticando meschinamente chi è diverso da me e chi appartiene ad altre chiese cristiane?

4. Vita personale

Ricerco l'ammirazione e la lode mentre non sopporto facilmente le osservazioni, le critiche, le correzioni?

Considero me stesso un peccatore o penso di essere un giusto e che gli altri siano peggiori di me?

Amo il primo posto, ho un desiderio di autorità, di direzione, di dominio?

So dimenticare me stesso per valorizzare gli altri o mi rallegro dell'inferiorità altrui?

Cerco di superare il mio egoismo con una sovrabbondante amicizia e apertura per tutti?

Abuso dei doni che mi sono stati dati, li sperpero, li considero miei?

Sono convinto che il mio corpo è tempio dello Spirito Santo e che non appartiene più a me stesso e che ogni azione impura macchia il corpo di Cristo e la comunità?

Consento a conversazioni, letture, spettacoli, visioni che insinuano in me desideri passionali e che macchiano il mio cuore rendendolo impuro?

Se celibe sono consapevole della potenza del celibato per il Regno quale segno del ritorno del Signore?

Se sposato, ho il rispetto della vita coniugale, della fedeltà quale segno dell'amore di Dio per il suo popolo?

Se sposato, accetto ogni giorno di essere una sola carne con mia moglie (mio marito) nell'obbedienza a Cristo, nella fedeltà all'intenzione del Creatore, nella sottomissione reciproca?

Sono fedele allo spirito di povertà e di semplicità richiesto dall'evangelo o sono distratto dai miei beni, dal mio lavoro?

Sono sobrio nelle parole, so resistere alle mie reazioni con il silenzio esteriore o quello interiore del cuore?

Sono geloso, mi sento in concorrenza con gli altri, sono invidioso?

Sono convinto che il lavoro è fatto di sforzi umili e continui, e che la fatica è necessaria all'autentica preghiera?

Sono ipocrita così da dissimulare i miei pensieri o i miei sentimenti al prossimo?

Ho amore per la verità e ardore per la vita, o mi accontento di tirare avanti in una semioscurità per pigrizia, negligenza, indifferenza?

Accetto la mia crescita, il mio avanzare negli anni, il passaggio a una nuova stagione della vita nell'attesa del ritorno del Signore e dell'incontro con Lui nella morte?

Vivo l'attesa del Signore che ritorna nella gloria vegliando, pregando e digiunando secondo le esortazioni evangeliche e apostoliche e le indicazioni della chiesa?

Sono un ricercatore della pace e della gioia del Risorto, o gemo sulla mia vita, sui miei rapporti, sul mio lavoro?

Ho la coscienza che la carità è il fine della mia vita, che la carità non passa mai e che sarò giudicato soprattutto sulla carità?

Ho fede nella misericordia di Dio fino a non disperare mai e sono capace di abbandonarmi totalmente a Lui?

Testi tratti da:

J.P VAN SCHOOTE, J.C. SAGNE,
Misericordia e Misericordia, pp.85-92

Salmo 51 (50)

Grande supplica a Dio per il perdono, che la tradizione cristiana colloca tra i sette "salmi penitenziali" (cfr. Sal 6). Ha il suo contesto nella liturgia penitenziale, celebrata nel tempio, che consisteva in accusa dei peccati, richiesta di perdono e offerta di un sacrificio di ringraziamento.

Questo Salmo è la storia di tutti noi, di tutti i giorni. Storia di miserie e di misericordia, di peccato e di perdono. Se lo faremo diventare anche storia di sincerità di cuore e di spirito contrito e umiliato, allora diventerà sacrificio accetto a Dio. Ed Egli, Dio della nostra salvezza, creerà in noi un cuore puro, non ci priverà del suo Santo Spirito, e ci renderà,

così, la gioia di essere salvati.

Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;
nella tua grande misericordia
cancella la mia iniquità.

Lavami tutto dalla mia colpa,
dal mio peccato rendimi puro.
Sì, le mie iniquità io le riconosco,
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

Contro di te, contro te solo ho peccato,
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto:

così sei giusto nella tua sentenza,
sei retto nel tuo giudizio.

Ecco, nella colpa io sono nato,
nel peccato mi ha concepito mia madre.
Ma tu gradisci la sincerità nel mio intimo,
nel segreto del cuore mi insegni la sapienza.

Aspergimi con rami d'issòpo e sarò puro;
lavami e sarò più bianco della neve.
Fammi sentire gioia e letizia:
esulteranno le ossa che hai spezzato.

Distogli lo sguardo dai miei peccati,
cancella tutte le mie colpe.
Crea in me, o Dio, un cuore puro,
rinnova in me uno spirito saldo.

Non scacciarmi dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo spirito.
Rendimi la gioia della tua salvezza,
sostienimi con uno spirito generoso.

Insegnerò ai ribelli le tue vie
e i peccatori a te ritorneranno.
Liberami dal sangue, o Dio, Dio mia salvezza:
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode.
Tu non gradisci il sacrificio;
se offro olocausti, tu non li accetti.

Uno spirito contrito è sacrificio a Dio;
un cuore contrito e affranto tu, o Dio, non disprezzi.

Nella tua bontà fa' grazia a Sion,
ricostruisci le mura di Gerusalemme.
Allora gradirai i sacrifici legittimi,
l'olocausto e l'intera oblazione;
allora immoleranno vittime sopra il tuo altare.

*Canterò per sempre
l'Amore del Signore*