

riflessioni sulla confessione

e breve schema per l'esame di coscienza

premessa

Leggiamo al capitolo 20 del Vangelo di san Giovanni:

La sera del giorno di Pasqua Gesù Risorto apparve in mezzo agli apostoli riuniti nel Cenacolo e disse loro:

"Ricevete lo Spirito Santo, a coloro ai quali rimetterete i peccati saranno rimessi, a coloro ai quali non li rimetterete resteranno non rimessi"

E' opportuno a proposito della Confessione ripartire proprio dal Vangelo, per fondare su cose certe la nostra riflessione e sfrondare il nostro pensiero da tanti pregiudizi che allontanano molti cristiani da questo **Sacramento**, istituito da Cristo proprio per alleviare agli uomini il peso dei loro peccati e per rendere tangibile la Misericordia Divina in virtù della quale il fedele, veramente pentito dei propri peccati, attraverso il ministero del sacerdote si riconcilia con Dio.

E' verità di fede per un credente che si tratti di un **sacramento** (= segno sensibile, efficace della grazia di Dio, istituito da Cristo, per salvare le nostre anime).

Questo non ci consente di dubitare della sua *efficacia* e della necessità di accostarvisi *frequentemente* e con le dovute disposizioni.

Una **buona confessione** deve essere preceduta da un attento esame di coscienza nel quale il penitente pone la propria attenzione al periodo trascorso dall'ultima confessione e scopre, alla luce della Parola di Dio e dei Comandamenti, le circostanze in cui è venuto meno ai propri doveri di cristiano cadendo nelle occasioni di peccato.

Le riflessioni che seguono vogliono essere un piccolo contributo per un **esame di coscienza** ben fatto e sono rivolte in particolare ai giovani che si preparano alla celebrazione delle nozze. Seguiremo lo schema dei Dieci Comandamenti integrandoli con riferimenti al Vangelo e al Catechismo della Chiesa Cattolica.

Prima Parte
AMA IL SIGNORE DIO TUTTO CON TUTTO IL CUORE

All'inizio del decalogo troviamo questa affermazione:

Io sono il Signore Dio tuo...

Così Dio si *presenta* prima ancora di darci la sua Legge; una presentazione che ci mostra come egli si proponga di essere amico dell'uomo. Ciò che indica all'uomo è un cammino di ***liberazione dalla schiavitù del peccato***, verso la gioia che non ha fine. Dirà Gesù la mia "verità vi farà liberi". Dio non impone con la sua legge sulle nostre spalle un fardello pesante, ma piuttosto mostra un itinerario che ci conduce alla piena realizzazione di noi stessi.

1° Comandamento: Non avrai altro Dio all'infuori di me

Questo primo comandamento ci chiama a credere in Dio, a sperare in lui e ad amarlo al di sopra di tutto

Sono in contrasto con questo comandamento:

la superstizione, la divinazione (ricorso a satana, evocazione dei morti, consultazione di medium e astrologi)

le pratiche di magia e stregoneria con la quale si pretende di piegare le potenze occulte al proprio vantaggio e spesso a danno di altri.

L'uso di amuleti.

L'idolatria, già condannata nell'Antico Testamento (ricorda l'episodio del vitello d'oro) rimane una costante tentazione per l'uomo che sostituisce il *culto delle cose* a quello di Dio. Ecco l'idolatria del ***potere***, del ***piacere***, del ***denaro***.

Domanda: pongo Dio al di sopra di tutto?

2° comandamento: Non pronunziare il nome di Dio invano.

Il nome del Signore è santo per questo l'uomo non può usarne che per benedirlo, lodarlo e glorificarlo

Sono contrari a questo comandamento:

la bestemmia, insulto grave che, anche se non è pronunciato con l'intento di offendere l'Altissimo, rimane tuttavia un grave scandalo per chi la ascolta.

le imprecazioni

il falso giuramento, nel quale si invoca Dio come testimonia.

Domanda: rispetto il nome di Dio? Do buona testimonianza della mia fede?

3° comandamento: Ricordati di santificare le feste

Per gli antichi ebrei il *sabato* rappresentava il compimento della prima creazione, è sostituito per i cristiani dalla Domenica (= giorno del Signore) nel quale facciamo memoria della Resurrezione di Gesù. In questo giorno e nelle altre feste di precetto i fedeli sono tenuti all'*obbligo* di partecipare alla Messa.

L'istituzione della domenica contribuisce a dare a tutti la possibilità di godere di sufficiente riposo e tempo libero che consente loro di curare la vita familiare, culturale, sociale e religiosa (Conc. Vat.II)

Questo comandamento ci dà motivo per ripensare all'importanza che diamo nella nostra vita alla **preghiera**, la quale trova nella partecipazione alla **Messa** il momento più alto. E' da chiedersi se nelle nostre giornate ci sia *almeno qualche pensiero* di lode e di ringraziamento rivolto a Dio o se la nostra preghiera è davvero rara, frettolosa e occasionale.

Domanda. L'importanza che diamo alla preghiera comunitaria (messa) e a quella personale.

seconda parte

AMA IL PROSSIMO TUO COME TE STESSO

4° comandamento: Onora il padre e la madre

Dio ha voluto che dopo lui onoriamo i nostri genitori e coloro che egli, per il nostro bene, ha rivestito di autorità.

Potremmo iniziare il nostro esame di coscienza chiedendoci quanto amiamo e abbiamo rispettato in passato la nostra famiglia. Se consideriamo **la famiglia** quale uno dei doni più grandi che Dio ci ha fatto; insieme a quello della vita e della fede senz'altro il più grande.

Domanda Sono sempre stato cosciente della mia responsabilità all'interno della mia famiglia?

Dice il Catechismo: *Il rispetto filiale favorisce l'armonia di tutta la vita familiare.* Allargando la prospettiva alle varie componenti familiari analizziamo il nostro rapporto con i **fratelli**, e con gli **anziani**.

Il cristiano è parte anche di una *più vasta famiglia: la società civile.* Abbiamo sempre rispettato le Leggi dello Stato e tenuto un comportamento conforme al nostro dovere di cittadini, in vista della edificazione di una società più giusta; consapevoli che nel nostro piccolo possiamo dare un contributo al progresso della società e all'affermazione del bene comune?

5° comandamento: Non Uccidere

Sono gravemente contrari a questo comandamento tutti gli atti che contrastano con la sacralità della vita umana.

L'omicidio volontario.

L'aborto. Sanzionato per la sua gravità con la scomunica

Il suicidio.

Il disprezzo del *dono della salute.* E' da evitare ogni sorta di eccessi, l'abuso dei cibi, dell'alcool, del tabacco... ***l'uso di droghe.***

Il ***gusto della velocità*** che mette a rischio la propria e l'altrui incolumità si rendono gravemente colpevoli.

Nel vangelo Gesù ci ha parlato anche di ***omicidi spirituali.*** San Giovanni scrive: "***chi odia il proprio fratello è omicida***".

E' questo il momento per verificare se non vi siano nel nostro cuore ***odio e risentimento*** tali da farci considerare '*come morto*' un nostro fratello

6° comandamento :NON COMMITTERE ADULTERIO

Lo troviamo così formulato nel libro dell'Esodo al cap.20.

Il Vangelo ci dà però del precetto una visione più ampia:

"vi dico che chi guarda una donna per desiderarla, ha già commesso con lei adulterio nel suo cuore".

E' questo comandamento da riferirsi non solo all'adulterio, ma al nostro modo di vivere la sessualità e l'insieme delle relazioni affettive.

Dobbiamo partire sempre dalla Parola di Dio. Nel racconto della creazione si dice: "Dio creò l'uomo a sua immagine... maschio e femmina li creò". La sessualità è connessa alla creazione dell'uomo.

La sessualità, dice il Catechismo, è dunque un dono *che esercita un'influenza su tutti gli aspetti della persona umana, nell'unità del suo corpo e della sua anima. **La sessualità**, nella quale si manifesta l'appartenenza dell'uomo al mondo materiale e biologico, diventa **veramente umana** allorché è integrata nelle relazioni da persona a persona, nel dono reciproco totale e illimitato nel tempo tra l'uomo e la donna.* (è ciò che si compie solo col matrimonio).

In parole povere: l'uomo si distingue dagli animali, anche in base alle diverse relazioni che instaura con i propri simili e manifesta la sua *somiglianza* con il Creatore quanto più è capace di vivere la propria **vocazione all'amore** e al dono di sé.

In questa prospettiva noi comprendiamo facilmente quali possono essere i comportamenti che si oppongono gravemente al sesto comandamento:

la lussuria: il piacere sessuale ricercato per se stesso al di fuori delle finalità della *procreazione* e dell'*unione coniugale*

la masturbazione: godimento sessuale estraneo ad un contesto di vero amore

la fornicazione: unione carnale tra uomo e donna fuori del matrimonio

la pornografia

la prostituzione

**lo stupro
le relazioni omosessuali
l'infedeltà coniugale.**

7° comandamento: NON RUBARE

Questo comandamento proibisce di prendere i beni altrui e prescrive la giustizia e la carità nella gestione dei beni materiali.

Il furto e ogni altra impresa disonesta: tenere deliberatamente oggetti avuti in prestito, frodi commerciali, pagare salari ingiusti, svolgere senza coscienza il lavoro per cui si è retribuiti, arrecare volontario danno a proprietà pubbliche o private, speculare sull'ignoranza o il bisogno altrui, lo sperpero di risorse, i giochi d'azzardo quando diventano vizio...

Il catechismo inserisce anche in questo punto: *il rispetto dell'integrità della creazione*. Gli animali, le piante e ogni altra creatura sono destinati da Dio per il bene comune e per le generazioni future. Certe violenze fatte al patrimonio naturale, privando gli altri del godimento della natura nella sua integrità, risultano un furto al diritto dei fratelli.

E' da considerare come contrario al settimo comandamento ogni forma di *avarizia e d'egoismo* che ci sottrarre al dovere di soccorre i più poveri

8° comandamento. NON DIRE FALSA TESTIMONIANZA

Questo comandamento proibisce di falsare la verità nelle relazioni con gli altri. *"Impossibile sarebbe la convivenza umana se gli uomini non avessero una confidenza reciproca, se non si dicessero la verità"* (san Tommaso)

Pensiamo quanto valore abbia questa virtù nell'ambito della famiglia e nella vita di due sposi.

E' contrario a questo comandamento:

la falsa testimonianza in un pubblico giudizio

nuocere alla reputazione degli altri (giudizio temerario, maldicenza e calunnia)

la menzogna

Ogni colpa commessa contro la verità deve essere riparata, con una ritrattazione che renda onore al vero.

E' opportuno chiedersi a questo punto quanto ci impegniamo a *testimoniare le verità della nostra fede* senza vergognarsi.

9° comandamento: NON DESIDERARE LA DONNA D'ALTRI

Dice Gesù: "*E' dal cuore che provengono i propositi cattivi*" ed è sempre il Vangelo a esaltare "*i puri di cuore*", tra i quali sono da ascrivere anche coloro che si sforzano di dominare ogni *desiderio contrario alla purezza* dei sentimenti, dei desideri e degli sguardi.

La **vera fedeltà** coniugale si gioca a livello del cuore prima ancora che degli atti.

I fidanzati appurino bene se nel periodo del loro fidanzamento si sono ben preparati a dominare certe passioni e se si sentono davvero pronti ad assumere solennemente l'impegno di fedeltà, fondamento insostituibile di ogni matrimonio.

La purezza esige *il pudore*, quella necessaria riservatezza che regola parole e gesti in conformità al rispetto e alla dignità della persona

10° comandamento: NON DESIDERARE LA ROBA D'ALTRI

Questo comandamento proibisce la cupidigia dei beni altrui che è alla radice del furto

Sono contrari a questa norma

l'avidità: bramosia delle ricchezze

l'invidia: la tristezza che si prova davanti i beni altrui e la volontà di appropriarsene anche in modo indebito.

Il catechismo propone a questo riguardo come valore eccellente la *povertà del cuore*, lo sforzo con cui i fedeli dirigono i propri affetti, affinché l'uso delle cose del mondo e l'attaccamento alle ricchezze non impedisca loro di tendere alla perfezione evangelica e di ricercare i significati più profondi del vivere umano

Come confessarsi.

Fatto con scrupolo il proprio *esame di coscienza*, ci si presenta al sacerdote chiedendogli di ascoltare la nostra confessione. E' opportuno manifestare se intendiamo celebrarla *faccia a faccia*, oppure se preferiamo 'la grata' del confessionale. Il penitente è libero di scegliere il modo nel quale si sente più a suo agio.

Si inizia con il segno della croce. Il sacerdote pronuncerà una breve preghiera o ci esorterà ad un atto di fiducia nella misericordia di Dio. Faremo allora l'elenco dei peccati di cui abbiamo coscienza, **senza nascondere alcuno di essi** o le circostanze che possono in qualche modo risultare dalle *aggravanti* del nostro comportamento.

E' la sincerità del nostro pentimento a rendere valida l'assoluzione del sacerdote.

Dopo averci opportunamente esortato a rinnegare il peccato e a rinnovare i propositi di conversione, il sacerdote impone la cosiddetta **penitenza**. Molti peccati recano offesa al prossimo e necessitano di una **riparazione** (es.: restituzione di cose rubate, ristabilimento della verità, ritrattazione delle calunnie).

Ma il peccato indebolisce lo stesso peccatore nelle sue relazioni con Dio. E' per recuperare la piena *salute spirituale* e manifestare il desiderio di ritrovare la comunione con Dio che il penitente deve adempiere alla cosiddetta *penitenza*. La penitenza può consistere in una preghiera, in opere di misericordia, nel servizio del prossimo, in qualche sacrificio o privazione volontaria. La penitenza tende a configurarci a Cristo che, sottoponendosi alla croce volle con un unico sacrificio, espiare le colpe dell'umanità.

A manifestare il nostro sincero pentimento *si può recitare*, **l'atto di dolore:**

Mio Dio mi pento e mi dolgo con tutto il cuore dei miei peccati, perché peccando ho meritato i tuoi castighi, e molto più perchè 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 fuggire le occasioni prossime di peccato.

Signore, misericordia, perdonami!

In sostituzione di esso una breve invocazione del tipo: **Signore, abbi pietà di me, peccatore!**

Il sacerdote pronuncia allora la preghiera di assoluzione:

Dio Padre di Misericordia
che ha riconciato a se il mondo,
nella morte e resurrezione del suo **Figlio**
e ha effuso lo **Spirito santo** per la remissione dei peccati
ti conceda mediante il ministero della *Chiesa*
il *Perdono e la pace*.

**E IO TI ASSOLVO DAI TUOI PECCATI
NEL NOME DEL PADRE DEL FIGLIO E DELLO SPIRITO
SANTO**

Il penitente si fa il segno della croce e dice: **Amen**

**Beato l'uomo a cui è rimessa la colpa e perdonato il peccato.
Rallegrati nel Signore e vai in pace**