

Cos'è...

... la Riconciliazione?

... la Confessione?

... la Penitenza?

La Riconciliazione, Confessione o Penitenza è un sacramento istituito da Gesù attraverso il suo Amore e Misericordia per offrire il perdono ai pescatori per offese fatte a Dio. Allo stesso tempo i peccatori si riconciliano con la Chiesa che viene ferita dai nostri peccati.

Ogni volta che pecciamo, feriamo noi stessi, altre persone e Dio. Nella Confessione, riconosciamo i nostri peccati davanti a Dio ed alla sua Chiesa. Manifestiamo il nostro rammarico in modo significativo, riceviamo il perdono di Cristo e della sua Chiesa, ripariamo ciò che abbiamo fatto e ci impegnamo a far meglio in futuro.

Il perdono dei peccati richiede quattro parti:

- **Pentimento:** un sincero dispiacere per aver offeso Dio è l'atto più importante per il penitente. Non può esserci il perdono dei peccati senza pentimento ed un fermo proposito di non ripetere il nostro peccato.
- **Confessione:** confrontandoci con i nostri peccati in modo profondo davanti a Dio e parlandone ad alta voce con il prete.
- **Penitenza:** una parte importante della nostra guarigione è la <Penitenza> che il prete ci impone in riparazione dei nostri peccati.
- **Assoluzione:** il sacerdote pronuncia le parole attraverso cui "Dio, Padre di Misericordia" riconcilia un peccatore con se stesso attraverso i meriti della Croce.



Act of Contrition for Children

O my God,

I am sorry for my sins.

In choosing to sin

And failing to do good,

I have sinned against you.

I promise, with the help of your Son, Jesus,

To make up for my sins

And to love you and others as I should.

Amen.



DIOCESE OF
LONDON

Per trovare una chiesa cattolica vicino a te,
visita il sito web www.dol.ca



**GIORNO DELLA
CONFESIONE**

TUTTE LE PARROCCHIE
TUTTI I SACERDOTI
TUTTO IL GIORNO.

Cosa occorre per una buona confessione

La confessione non e' difficile ma richiede preparazione. Dovremmo iniziare con la preghiera, mettendoci alla presenza di Dio, nostro Padre amoroso. Chiediamo la guarigione ed il perdono attraverso il pentimento ed il proposito di non peccare piu'.

Quindi facciamo un esame della nostra vita a partire dalla nostra ultima confessione, esplorando i nostri pensieri, parole ed azioni che non siano conformi ai comandamenti di Dio di amare lui ed amare l'un l'altro attraverso le sue leggi e le leggi della sua chiesa. Questo e' chiamato esame di coscienza.

Per fare un esame di coscienza:

- Cominciare con una preghiera chiedendo l'aiuto del Signore.
- Rivedere la propria vita con l'aiuto di alcune domande sottoelencate, basate sui 10 Comandamenti.
- Parlare a Dio del rimorso dei propri peccati.
- Proporre di non peccare di nuovo.

Come fare un'esame di coscienza

Considerare i seguenti suggerimenti in preparazione alla Confessione. Potrebbero esserci altre cose che possono pesare sulla coscienza e che non fanno parte di queste domande. Offrirle liberamente a Dio, confidando nella sua tenera Misericordia.

- Metto la mia relazione con Dio al primo posto? Lascio del tempo per la preghiera e la riflessione? Celebro i sacramenti regolarmente e ben preparato?
- Assisto la missione della Chiesa? Dono liberamente il mio tempo, le mie risorse e la mia preghiera? Altri vengono alla conoscenza di Dio attraverso le mie parole ed il mio operato?
- Uso il nome di Dio per maledire gli altri? Il mio linguaggio ispira o distrugge gli altri? E' il mio parlare motivo di scandalo per altri?
- Trovo il tempo per coltivare le relazioni con altri? Provvedo ai bisogni dei miei genitori, del mio sposo/a, dei miei figli ed amici?
- Lascio che il Vangelo influenzi il mio comportamento con la comunita'?
- Lascio che la Buona Novella influisca sulle mie pratiche commerciali e su i miei impegni politici?
- Scelgo di vivere in modo integro e secondo giustizia?
- Apprezzo la mia sessualita' come un dono e trattto me stesso e gli altri con dignita' e rispetto? Il mio comportamento sminuisce altri?
- Lavoro alla promozione della dignita' della vita dalla concezione fino alla sua morte naturale?
- Cerco di creare un ambiente dove la vita possa fiorire? Scelgo di vivere in modo semplice cosi' da poter condividere la generosita' di Dio con altri?
- Vivo una vita moderata e bilanciata attraverso cio' che mangio e bevo? Provvedo ai bisogni del mio corpo attraverso esercizi e le regole del buon vivere?
- Mi occupo di pettegolezze o di conversazione che rovinano la reputazione altrui? Sminuisco gli altri per apparire piu' grande o per trarne vantaggi?
- Serbo invidia o risentimenti? Offro il perdono agli altri nel cercare il perdono da Dio?

Come Celebrare il Sacramento della Riconciliazione

La Riconciliazione puo' essere faccia a faccia o in forma anonima, con uno schermo tra te ed il sacerdote. Scegli il modo piu' comodo per te.

1

Il sacerdote ti da una benedizione o un saluto. E possibile che condivida con te un breve passaggio della Scrittura.

2

Fatti il segno della Croce e di': <mi benedica padre, poiche' ho peccato. La mia ultima confessione e' stata (dare un numero di settimane, mesi o anni).

3

Confessa tutti i tuoi peccati al sacerdote. Costui ti aiuterà a fare una buona confessione. Se non sei sicuro sul come confessarti o se non ti senti a tuo agio, chiedegli di aiutarti. Rispondi alle sue domande senza nascondere nulla per paura o per vergogna. Fidati di Dio, Padre Misericordioso che vuole perdonarti.

4

Al termine della confessione, di': "Mi pento di questi e di tutti gli altri miei peccati."

5

Il sacerdote ti da una penitenza ed offre dei consigli per aiutarti ad essere un cattolico migliore.

6

Di un Atto di Dolore: Mio Dio, mi pento e mi dolgo con tutto il cuore dei miei peccati, perche' peccando ho meritato i tuoi castighi e molto piu' perche' ho offeso te infinitamente buono e degno di essere amato sopra ogni cosa. Propongo col tuo santo aiuto di non offenderti mai piu' e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.

Il sacerdote, a nome di Cristo, ti assolve dai tuoi peccati.