

- Amo me stesso come mi ama Dio che vuole che io mi salvi per l'eternità? Mi sforzo di rinnovare la mia vita con l'aiuto della Parola di Dio, dei sacramenti e della preghiera?
- Faccio un lavoro di mortificazione e di lotta per vincere i miei vizi, le passioni e le inclinazioni perverse?
- Sono stato presuntuoso e superbo, sopravvalutando me stesso e disprezzando gli altri fino ad offenderli e a trascurare i loro diritti?
- Ho messo a frutto i talenti di Dio? Oppure sono pigro e inerte?
- Nelle prove e nel dolore ho bestemmiato, oppure mi sono unito e Cristo sofferente sulla croce?
- Ho rispettato il mio corpo come tempio di Dio e destinato alla risurrezione?
- Ho custodito i miei sensi, ho tenuto a freno la mia fantasia, ho evitato parole e azioni indegne della mia dignità di figlio di Dio?
- Ho evitato letture, discorsi spettacoli e divertimenti che contrastano con l'onestà umana e cristiana?
- Ho agito contro coscienza per timore o per ipocrisia? Mi sento figlio di Dio, libero da falsità e da paure?

RITO DELLA PENITENZA

penitente: Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo

sacerdote: Ti accolga con bontà il Signore che è venuto per chiamare e salvare i peccatori.

penitente: Amen

SEGUE LA CONFESSIONE

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 perché ho offeso te, infinitamente buono e degno di essere amato sopra ogni cosa. Propongo col tuo santo aiuto di non offenderti mai più e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.

Lasciatevi riconciliare
dall'amore di Dio



Liturgia penitenziale

Esame di coscienza

ESAME DI COSCIENZA

E' bene interrogarsi preliminarmente sulla propria concezione del sacramento della penitenza e sull'importanza che vi si dà nella propria vita di fede.

- E' l'amore di Dio e la mia fiducia nel suo perdono a spingermi a confessarmi, o è piuttosto un obbligo da fare una volta all'anno?
- Ho dimenticato o di proposito taciuto dei peccati gravi nelle confessioni precedenti?
- Ho fatto la penitenza che mi è stata data? Ho riparato il male fatto? Ho messo in pratica i propositi fatti?

Alla luce della Parola di Dio esaminiamoci nel nostro rapporto con Dio. Il Signore dice: 'Amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore'

- Mi fido veramente di Dio e lo amo al di sopra di tutte le cose?
- Ho nutrito la mia fede con la Parola di Dio partecipando alla catechesi e l'ho saputa testimoniare nella mia vita, a casa, nel lavoro e nei rapporti con i vicini e amici?
- So pregare Dio al mattino e alla sera, ringraziandolo per tutto ciò che ogni giorno mi capita?
- Ho bestemmiato e usato il nome di Dio con irriverenza o per giurare?
- Ho santificato il giorno del Signore partecipando alla Messa domenicale per rinsaldare la mia alleanza e amicizia con Dio e i fratelli?
- Ci sono altri dei come ricchezza, superstizioni, piacere, onore nei quali ripongo fiducia più che in Dio stesso?

Esaminiamoci nei rapporti con il nostro prossimo, ricordando la parola di Gesù: 'Amatevi gli uni gli altri; come io ho amato voi'.

- Rispetto gli altri evitando di fare del male ad essi e di sfruttarli per i miei interessi mettendo in pratica la regola d'oro del cristianesimo: "Non fare agli altri ciò che non vorresti che gli altri facessero a te?"
- Nella mia famiglia contribuisco a creare gioia, armonia e pace, rinunciando ai miei egoismi e capricci?
- I figli sono stati la consolazione e il conforto dei genitori? I genitori sono stati di esempio e di guida con la parola, con la vita nell'educazione e nella crescita dei figli? Sono generoso, altruista, oppure cinico e indifferente ai bisogni e ai problemi degli altri?
- Qual è la mia partecipazione alla vita e alle attività della parrocchia? Ho contribuito alle necessità e iniziative della Chiesa?
- Ho compiuto i miei doveri civili di buon cittadino che contribuisce al buon andamento della società, denunciando il male e promuovendo il bene? Ho pagato le tasse?
- Ho fatto con coscienza, impegno e onestà il mio lavoro? Ho pagato a ciascuno il suo, tenendo fede ai contratti, impegni e a promesse fatte?
- Se ho autorità, la so vivere come servizio?
- Sono sincero e fedele oppure ho arrecato danno al prossimo con menzogne, calunnie, giudizi temerari, violando i segreti e le confidenze altrui?
- Ho fatto del male fisico agli altri con violenza? Ho danneggiato l'onore e i beni degli altri? Ho consigliato il male? (aborto, violenza, vendetta, truffa) Sono stato rissoso, ho promosso disordine e fomentato odio e rancore? Ho testimoniato contro il debole per favorire il più forte? Ho rubato, ho desiderato la roba d'altri? Ho restituito quanto ho rubato e ho riparato ai danni arrecati?
- Serbo rancore e odio per un torto subito? Ho saputo perdonare per amore di Cristo?