

Aiuto al penitente (guida per la confessione)



Edizione del Monastero del Paraclito - Oropos 1997

Carissimi in Cristo, fratelli e sorelle, questa piccola guida che vi offriamo serve ad aiutare il penitente, e soprattutto chi sta per venire alla prima santa Confessione, a prepararsi correttamente e con cura sufficiente a questo mistero.

La Confessione è tanto necessaria quanto il santo Battesimo, perché questi misteri sono di pari forza. Come con il battesimo siamo purificati da tutti i nostri precedenti peccati, così nella penitenza riceviamo il perdono dei peccati che confessiamo. Così come prima del Battesimo, non siamo in grado di ricevere il santo corpo e sangue di Cristo, allo stesso modo se non confessiamo i peccati commessi dopo il Battesimo, non siamo degni di essere partecipi di questo grande dono. Come il battesimo ci fa entrare nel regno dei cieli, così una volta battezzati la confessione ci fa eredi della vita eterna.

Il peccato è una malattia dell'anima. Pertanto, per capire come confessarci correttamente, ricordiamo come ci comportiamo quando siamo malati nel corpo: ci preoccupiamo di vedere un medico. Come, senza nascondere il minimo dettaglio, descriviamo le circostanze della malattia e tutti i sintomi. Come cerchiamo di seguire tutti i consigli dati dal medico. Allo stesso modo, ancor di più dovremmo avere cura dell'anima, che è eterna, a differenza del corpo, che è mortale.

E il perdono dei peccati da parte di Dio è dato per mezzo di un sacerdote che compie il sacramento. Non dobbiamo dunque vergognarci di un servo di Dio, non dobbiamo nascondergli le nostre piaghe spirituali, perché Dio, presente in modo invisibile nel sacramento, non ci privi della guarigione.

Anche i grandi santi fino all'ultimo respiro hanno pregato per il perdono dei peccati, riconoscendo se stessi come grandi peccatori. E noi dunque chiediamo al Signore di aiutarci a diventare consapevoli dei nostri peccati e confessarli, perché la consapevolezza del peccato è il primo passo verso la salvezza. Per facilitare la preparazione alla confessione presentiamo qui sotto forma di una breve lista di domande i peccati più comuni nella nostra vita quotidiana.

Tu e Dio

- 1) Credi in Dio, glorificato nella Santa Trinità, nella divinità di Gesù Cristo e del Santo Spirito? Credi nella Chiesa e nei suoi Santi Misteri? Credi nell'esistenza del Paradiso e dell'Inferno?
- 2) Ti affidi sempre, e specialmente nei momenti difficili della tua vita, alla provvidenza di Dio e, o ti scoraggi mostrando mancanza di fede?
- 3) Forse nelle afflizioni, malattie e prove della vita mormori contro Dio e perdi fede e coraggio?
- 4) Forse credi nei sensitivi, nei cartomanti, negli indovini, nei maghi e nelle fattucchiere, nei chiromanti e negli astrologi?
- 5) Forse credi nelle superstizioni, e ritieni cattivi segni lo scricchiolio del legno, le orecchie che fischiano, l'ululare di un cane, l'incontro con un prete o il cosiddetto malocchio?
- 6) Forse credi nella fortuna?
- 7) Preghi al mattino e alla sera, e ai momenti dei pasti? Forse ti vergogni di fare il Segno della Croce davanti ad altre persone, per esempio al ristorante, o mentre passi accanto a

una chiesa?

8) Studi le Sacre Scritture, e così pure gli altri libri di contenuto religioso?

9) Vai in chiesa alla Domenica e alle grandi Feste?

10) Partecipi alla Divina Liturgia dall'inizio alla fine, senza arrivare in ritardo né andartene prima della fine?

11) Vai in chiesa indossando abiti modesti? Fai attenzione a non ridere e a non fare conversazioni con gli altri durante le funzioni, anche se si sta celebrando un Matrimonio o un Battesimo?

12) Forse rendi difficile andare in chiesa al tuo coniuge e ai tuoi figli? Forse dici ai tuoi conoscenti di non frequentare la chiesa?

13) Ti comunichi regolarmente, o solo una volta all'anno, e magari senza confessione?

14) Forse prendi impegni solenni senza ragione o falsamente, e non hai mantenuto un impegno o un voto che hai fatto?

15) Forse bestemmi il nome di Cristo, della Tuttasanta o dei santi?

16) Digiuni al Mercoledì e al Venerdì e negli altri periodi quaresimali, anche se non hai seri problemi di salute?

17) Forse getti via i libri o periodici religiosi in luoghi indegni?

Tu e il tuo prossimo

1) Forse nutri odio o rancore verso qualcuno che ti ha maltrattato o insultato in un momento di rabbia?

2) Forse sei sospettoso e diffidi di tutti senza ragione, perché ti sembra che parlino male di te, che non ti vogliono, che non ti amino, che non desiderino vederti, e così via?

3) Forse ti senti geloso e turbato del progresso, della felicità, della bellezza e dei beni degli altri?

4) Forse resti indifferente di fronte alle sfortune o necessità del tuo prossimo?

5) Nei tuoi affari con i tuoi colleghi, collaboratori o clienti, sei onesto, leale, sincero e retto?

6) Forse hai accusato o calunniato qualcuno?

7) Forse parli in modo sarcastico e deridi le persone pie, quelle che digiunano e si sforzano di vivere una vita cristiana? O quanti hanno qualche debolezza fisica o spirituale?

8) Quando hai udito qualche informazione o accusa contro qualcuno, forse l'hai comunicata ad altri danneggiando, senza volerlo, la reputazione e l'onore di un tuo simile?

- 9) Forse pronunci giudizi sul comportamento, le azioni, gli errori o le mancanze degli altri in loro assenza, anche se quanto dici è vero?
- 10) Forse hai maledetto qualcuno che ti ha fatto un torto, oppure, in circostanze difficili della tua vita, hai maledetto te stesso o il giorno e l'ora in cui sei nato?
- 11) Forse hai mandato qualcuno al diavolo o hai fatto gesti di ingiuria?
- 12) Rispetti i tuoi genitori? Ti prendi cura di loro? Sopporti le debolezze della loro vecchiaia, se ne hanno? Li aiuti nelle loro necessità fisiche e spirituali? Ti assicuri che possano andare in chiesa e ricevere la Comunione? Forse li hai abbandonati senza cuore?
- 13) Forse hai importunato i tuoi genitori per farti assegnare la parte del leone nell'eredità, facendo in questo modo un torto ai tuoi fratelli?
- 14) Forse nell'ira hai picchiato qualcuno o lo hai offeso a parole?
- 15) Compi con scrupolo il tuo lavoro o la tua vocazione?
- 16) Forse rubi? forse hai incitato o aiutato qualcuno a rubare, o hai accettato di coprire un ladro, o hai coscientemente accettato beni rubati?
- 17) Forse sei ingrato o privo di riconoscenza verso Dio e in generale verso quanti sono gentili nei tuoi confronti?
- 18) Forse mantieni cattive compagnie o relazioni peccaminose? Forse hai spinto qualcuno al peccato, con le parole o con il tuo esempio?
- 19) Forse hai commesso qualche falsificazione? Forse ti sei preso vantaggio del pubblico? Forse hai chiesto in prestito denaro o altri oggetti e hai mancato di restituirli?
- 20) Forse hai mai commesso un omicidio, in qualsiasi modo?
- 21) Forse ti immischi nelle vite, nel lavoro o nella famiglia degli altri, e diventi l'occasione per litigi e turbamenti?
- 22) Dai elemosine ai poveri, agli orfani, agli anziani, e alle famiglie povere e numerose che conosci?

Te stesso

- 1) Forse sei attaccato alle cose materiali e ai beni terreni?
- 2) Forse sei avaro e amante del denaro?
- 3) Forse sei preso dall'avidità?
- 4) Forse sei uno spendaccione (dato che tutto ciò che hai in sovrappiù appartiene ai poveri)?
- 5) Forse sei un megalomane?

- 6) Forse ami mostrare in giro i tuoi vestiti, la tua ricchezza, i tuoi successi, e l'istruzione dei tuoi figli?
- 7) Forse desideri l'ammirazione e la gloria degli uomini?
- 8) Accetti le lodi con piacere, volendo essere adulato dagli altri e sentirti dire che non ci sono altri come te?
- 9) Ti offendi quando gli altri ti fanno vedere i tuoi sbagli, e ti risenti quando i tuoi superiori ti riprendono e ti criticano?
- 10) Forse sei testardo, ostinato, egoista, orgoglioso e individualista? Fai attenzione a questi peccati, perché è difficile diagnosticarli.
- 11) Forse giochi a carte - anche senza scopo di lucro - con i vicini e i parenti, tanto per "ammazzare il tempo", come si dice?
- 12) Forse i peccati carnali hanno inquinato il tuo corpo e la tua anima?
- 13) Guardi spettacoli osceni alla televisione e al cinema?
- 14) Forse leggi libri e spettacoli osceni?
- 15) Forse in qualche momento hai pensato di toglierti la vita?
- 16) Forse sei schiavo del tuo stomaco?
- 17) Forse sei pigro, negligente e indolente?
- 18) Forse pronunci parole improprie, oscene o insolenti, sia per apparire comico, sia per insultare o umiliare un'altra persona?
- 19) Hai uno spirito di negazione di te stesso?
- 20) Espelli dalla tua mente ogni pensiero cattivo che viene a inquinare il tuo cuore?
- 21) Fai attenzione a che i tuoi occhi non scrutino immagini o persone che ti possano provocare?
- 22) Fai attenzione a ciò che ascoltano le tue orecchie?
- 23) Forse ti vesti in modo indecente? Se sei una donna, forse ti vesti con abiti maschili o provocatori, e causi scandalo con il tuo aspetto, soprattutto quando entri nei luoghi sacri? Se sei un uomo, forse hai un aspetto provocatorio?
- 24) Forse prendi parte a danze oscene o frenetiche? Canti o ascolti canzoni oscene?
- 25) Forse ti ubriachi?
- 26) Forse fumi? Il fumo distrugge la nostra preziosa salute. È uno spreco peccaminoso di denaro, e un'ossessione.

La vita di coppia

- 1) Mantieni la fedeltà coniugale? È una cosa terribile quando mariti e mogli hanno relazioni illecite.
- 2) Forse uno dei due coniugi ha offeso o rattristato l'altro in presenza di altri o in privato?
- 3) Forse uno non sopporta le possibili debolezze dell'altro? Forse mostrate insensibilità?
- 4) Forse, come marito, incoraggi tua moglie a seguire le mode e ogni pazza novità che contraddice la Legge di Dio? Forse, come moglie, trascini tuo marito alle feste e gli chiedi i fondi per seguire le mode e le vie del mondo?
- 5) Tenete conto delle difficoltà che uno ha fuori di casa e l'altra in casa, in modo da aiutarvi l'uno con l'altra fornendo riposo psicologico e fisico?
- 6) Come marito, fai forse eccessive richieste che sviscerano le tue relazioni coniugali? Pratici la continenza alla vigilia delle Domeniche e delle Feste e nei giorni di digiuno in generale?
- 7) Forse non permetti a tua moglie o tuo marito di andare in chiesa, o a riunioni e incontri religiosi?
- 8) Cresci i tuoi figli "nell'educazione e nella disciplina del Signore" (Efesini 6:4)? Forse ti interessi solo della loro formazione intellettuale e sei indifferente alla qualità del loro carattere?
- 9) Li porti in chiesa, alla Santa Confessione, alla frequente Divina Comunione, al catechismo? Insegni loro la virtù con le tue parole e il tuo esempio? Insegni loro a pregare al mattino e alla sera, così come al momento dei pasti, con attenzione e devozione?
- 10) Fai attenzione a ciò che leggono? Ti assicuri di dare loro libri e riviste che insegnino il rispetto per la patria e per la religione?
- 11) Sei attento a coloro che frequentano e ai loro amici?
- 12) Li porti forse a spettacoli peccaminosi e permetti loro di guardare la televisione indiscriminatamente e senza controllo?
- 13) Insegni loro l'umiltà? Ti assicuri che vestano con modestia?
- 14) Forse li insulti quando ti infastidiscono? Forse li mandi al diavolo?
- 15) Forse hai avuto aborti o hai evitato di avere figli?
- 16) Forse sei stato ingiusto verso i tuoi figli nella distribuzione delle tue proprietà?
- 17) Forse, come marito, pensi che il dovere di crescere e istruire i tuoi figli spetta solo a tua moglie? Anche tu sei responsabile di ammonirli, leggere per loro, e passare tempo con loro, per dare riposo a tua moglie, e anche perché i figli possano sentire la tua presenza e in

questo modo essere protetti dal mettersi nei guai.

18) Forse insulti i tuoi figli e li rimproveri con parole indecenti?

19) Onorate entrambi i genitori e i parenti dell'altro? Forse lasci che i tuoi genitori e parenti interferiscano nella vostra vita familiare e che diventino causa di dissenso e di incomprensione tra voi?

20) Forse interferisci nella vita domestica dei tuoi figli?

21) Forse il tuo coniuge bestemmia? Abbi pazienza e sforzati perché smetta con l'orribile abitudine delle bestemmie.