

## Preparazione per la confessione

### Il Peccato

#### 1) La nozione

Il peccato (CCC. 1846-1876) è un'offesa fatta a Dio, trasgredendo la sua legge.

E' chiaro che tale offesa è relativa alla conoscenza che ciascuno ha di Dio e alla maggiore o minore responsabilità del disordine commesso con la trasgressione della legge. Così, per esempio, diversa è la gravità dello stesso peccato commesso da un ragazzo o da un adulto ignorante o da un teologo o da un'anima favorita dalla grazia.

#### 2) La divisione

I peccati possono essere distinti secondo il loro oggetto, come si fa per ogni atto umano: il peccato, infatti, perché sia tale, deve essere un vero atto umano.

Il peccato può essere originale e attuale.

Il peccato originale (CCC. 385-421) è il peccato commesso da Adamo come capo di tutta l'umanità, e da lui passa a ciascun uomo, in quanto figlio suo, e, come tale, lo contrae per generazione naturale.

Il peccato attuale (o personale) è quello che è commesso volontariamente da chi ha raggiunto l'uso di ragione.

Tale peccato si può commettere in quattro modi:

1. con i pensieri;
2. con le parole;
3. con le opere;
4. con le omissioni; e tutto questo può avvenire contro Dio, contro il prossimo o contro noi stessi.

Il peccato attuale (o personale) può essere mortale o veniale

#### 3) Il peccato mortale

Il peccato mortale è una disubbidienza alla legge di Dio in materia grave, compiuta con piena avvertenza della mente e deliberato consenso della volontà, contro la Chiesa, Corpo Mistico di Cristo. Affinché il peccato sia mortale è necessario che l'atto compiuto sia veramente un atto umano, e cioè che proceda dalla libera volontà dell'uomo, il quale avverta chiaramente la bontà o la malizia dell'atto. Solo allora l'uomo diventa responsabile e autore del suo atto, buono o cattivo, degno di premio o castigo. E' una grave mancanza di amore di Dio.

#### 4) Requisiti per il peccato mortale

Per definire un peccato mortale si richiedono tre elementi:

1. la materia grave, cioè una grave trasgressione della legge;
2. la piena avvertenza della mente;
3. il deliberato consenso della volontà.

1 - La materia grave, cioè la trasgressione grave di una legge divina o umana, ecclesiale o civile. Diciamo qui di seguito le principali e più comuni trasgressioni gravi di tali leggi.

- Negare o dubitare dell'esistenza di Dio o di qualche verità di fede insegnata dalla Chiesa.
- Bestemmie Dio, la Madonna o i Santi, proferendo, anche mentalmente, titoli ed espressioni ingiuriose.
- Non partecipare alla S. Messa alla domenica o nelle feste di precetto senza alcun motivo grave, ma solo per pigrizia, negligenza o cattiva volontà.
- Trattare in modo gravemente offensivo i propri genitori o i propri superiori.
- Uccidere una persona o ferirla gravemente.
- Procurare direttamente l'aborto.
- Commettere atti impuri: da soli con la masturbazione o in compagnia nella fornicazione, nell'adulterio, nell'omosessualità o in qualsiasi altra specie di impurità.
- Impedire, in qualsiasi maniera, la concezione, nel compimento dell'atto coniugale.
- Rubare oggetti o beni altrui di valore rilevante o sottrarli con l'inganno e il raggio.
- Defraudare il fisco per una somma molto consistente.
- Recare un grave danno fisico o morale ad una persona con la calunnia o con la bugia.
- Coltivare pensieri e desideri impuri di quanto è proibito dal sesto comandamento.
- Compiere gravi omissioni nell'adempimento del proprio dovere.
- Ricevere un sacramento dei vivi (Cresima, Eucarestia, Unzione degli Infermi, Ordine e Matrimonio) in peccato mortale.
- Ubriacarsi o drogarsi in forma grave fino a pregiudicare le facoltà della ragione.
- Tacere in confessione, per vergogna, qualche peccato grave.
- Causare scandalo al prossimo con azioni e atteggiamenti di pesante gravità.

2 - La piena avvertenza della mente, ovvero sapere e stimare che quello che si sta per fare o per omettere è gravemente proibito o comandato, andare cioè contro la propria coscienza.

3 - Il deliberato consenso della volontà, cioè il voler fare od omettere deliberatamente ciò che si sa con chiarezza che è un male grave, che, oggettivamente, è un peccato mortale.

Per avere un peccato mortale, è necessario che questi tre elementi esistano simultaneamente in un'azione peccaminosa. Se manca anche uno solo di questi, o addirittura una parte di uno solo, per esempio non c'è l'avvertenza, oppure non c'è il pieno consenso, non abbiamo più il peccato mortale.

#### 5) Effetti del peccato mortale

1 - Il peccato mortale priva l'anima della grazia santificante, che è la sua vita. Si chiama mortale perché rompe la relazione vitale con Dio.

2 - Il peccato mortale separa Dio dall'anima, la quale è tempio della SS. Trinità, quando è in possesso della grazia santificante.

3 - Il peccato mortale fa perdere all'anima tutti i meriti, acquistati in passato, finché viveva in grazia di Dio: vengono resi inefficaci.

"Tutte le opere giuste da lui fatte saranno dimenticate..." (Ez. 18,24).

4 - Il peccato mortale toglie all'anima la capacità di compiere opere meritorie per il paradiso.

5 - Il peccato mortale rende l'anima degna dell'inferno: chi muore in peccato mortale va all'inferno per tutta l'eternità.

#### 6) Come si può riacquistare la grazia santificante perduta con il peccato mortale

La grazia santificante (con tutto ciò che essa comporta) perduta con il peccato mortale, si può riacquistare in due maniere:

1 - con una buona Confessione Sacramentale.

2 - Con un atto di contrizione perfetta (dolore e proposito), unito al proposito di una sollecita confessione.

#### 7) Il peccato veniale

Il peccato veniale è una disubbidienza alla legge divina o umana, ecclesiale o civile in materia leggera, o anche in materia grave, compiuta però non con la piena avvertenza della mente o non con il pieno consenso della volontà.

#### 8) Effetti del peccato veniale

1 - Il peccato veniale intiepidisce l'amore di Dio. Il peccato veniale, anche se non toglie la grazia santificante, come il peccato mortale, tuttavia raffredda l'amicizia che c'è fra noi e Dio.

2 - Il peccato veniale priva l'anima di molte grazie che avrebbe ricevuto da Dio se non avesse peccato.

3 - Il peccato veniale dispone, gradatamente, al peccato mortale.

4 - Il peccato veniale rende l'anima degna di pene temporali da espiare o in questa vita o nell'altra in purgatorio.

#### 9) Come si può cancellare il peccato veniale

Il peccato veniale si può cancellare in varie maniere: con il pentimento, con le buone opere (preghiere, S. Messe, S. Comunione, elemosine, opere di misericordia spirituale e corporale, ecc.) e con la Confessione sacramentale.

#### Peccati capitali:

1 - Superbia - E' un'esagerata stima di sé e delle proprie cose accompagnata da disprezzo verso gli altri.

2 - Avarizia - E' un desiderio smodato di denaro e di averi.

3 - Lussuria - E' il disordinato appetito ed uso del piacere sessuale completo.

4 - Ira - E' un impulso disordinato a reagire contro qualcuno o qualche cosa che fu occasione di patimento o contrarietà.

5 - Accidia - E' una acconsentita svogliatezza nel compimento del proprio dovere.

6 - Invidia - E' un sentimento di tristezza o dolore del bene del prossimo, considerato come male proprio.

7 - Gola - E' la ricerca eccessiva del piacere che si trova nell'uso dei cibi e delle bevande.

Fonte: <http://medjugorje.altervista.org/doc/vitacristiana/01-conf.php>

La confessione ti offre l'occasione di riconciliarti con Dio chiedendogli perdono e ottenendo la sua misericordia. Prima di confessarti raccogliti in silenzio per qualche istante a rammentare ciò che hai fatto e che è dispiaciuto al Signore o ha danneggiato altri, e per cercare quello che puoi fare per essere un cristiano migliore. Una confessione sincera è l'occasione per rinnovare l'anima e aprirti alla grazia di Dio. Le domande seguenti possono aiutarti a ricordare in quali cose devi essere perdonato

Per dire davanti il sacerdote prima della confessione:

Padre perdonami perché ho peccato, e desidero con la grazia di Dio non ritornare su miei peccati. I miei peccati sono:

#### 1) IL RAPPORTO CON DIO

- Non ho accolto la misericordia di Dio?
- Non ho creduto nell'esistenza di Dio?
- Ho negato o ho abbandonato la fede in Dio, ho lasciato di pregare?
- Ho considerato Dio come uno che doveva soddisfare la mia volontà e non come Signore e Padre?
- Non ho avuto fiducia in Dio, ho dato colpa a Dio nei momenti di sofferenza e o di malattia?
- Non ho creduto alla Misericordia, all'amore e alla provvidenza di Dio nella mia vita?
- Mi sono voltato contro Dio?
- Sono stato negligente, incredulo, indifferente all'azione di Dio?
- Non ho avuto gratitudine?
- Ho fatto riti di consacrazione con i maghi, benedizione fuori della chiesa, controllo mentale, lettura del futuro, cercato di parlare con i defunti, terapie orientali...?
- Ho adorato, invocato, satana, spiriti e o morti?
- Ho creduto nella reincarnazione?
- Ho obbligato i miei dipendenti a lavorare di domenica e in giorni di precetto senza una giusta causa?
- Sono venuto a messa in ritardo perché mi secava partecipare di tutta la celebrazione?
- Durante la messa mi sono messo con il telefonino a guardare i messaggi, whatsApp e mi sono lasciato distrarre dai pensieri cattivi? Ho fatto la santa comunione in stato di peccato mortale senza essermi prima confessato?
- Ho bestemmiato il nome di Dio, della Madonna o dei Santi (anche mentalmente)?
- Ho santificato, con la partecipazione alla santa Messa, tutte le Domeniche e le feste comandate?
- Ho fatto delle promesse (voti) a Dio, senza mantenerli?
- Ho giurato (su Dio, la Madonna, o i santi) il falso?
- Ho pregato almeno la mattina e la sera?
- Ho partecipato a sedute spiritiche, o mi sono rivolto a maghi, medium, cartomanti?
- Ho lavorato di Domenica o nelle feste comandate senza un vero e grave motivo o senza una necessità impostami dal mio lavoro?
- Ho pubblicamente combattuto e contrastato alcune verità di fede e di morale cattolica rivelate da Dio e insegnate dalla Chiesa?
- Ho aderito a dottrine condannate dalla Chiesa (divorzio, aborto, eutanasia, fecondazione artificiale) o ad associazioni scomunicate (come la Massoneria)?
- Ho profanato la santità dei luoghi sacri (Chiese, Cappelle, Santuari) con parole e atteggiamenti?
- Durante le mie confessioni passate, ho mai nascosto, per paura o per vergogna, al confessore qualche peccato grave? (Se l'ho fatto, devo dirlo nella prossima confessione, specificando che si tratta di peccati appartenenti al passato)
- Ho impedito a mio figlio di seguire la chiamata del Signore a consacrargli la vita?
- Ho dubitato volontariamente di qualche verità di fede?
- Sono superstizioso (corni, ferri di cavallo, gatti neri, Venerdì 17, etc.)?
- Ho avuto vergogna di farmi riconoscere in pubblico come cristiano?
- Ho difeso la fede cristiana quando veniva attaccata?
- Mi sono distratto durante la santa Messa, ho chiacchierato, riso, disturbato?
- Il mio comportamento in Chiesa è decoroso e dignitoso (non parlo mai ad alta voce, faccio bene il segno della croce, faccio la genuflessione al Tabernacolo, durante la santa Messa sto in ginocchio almeno durante la consacrazione, rispondo e partecipo con viva attenzione e raccoglimento alle celebrazioni)?
- Ho pregato male, con fretta e con distrazione?
- Sto trascurando di curare la crescita della mia fede e la mia formazione cristiana?
- Ho parlato male della Chiesa, dei sacerdoti, dei consacrati?
- Ho giurato per cose poco importanti oppure il falso?
- Ho messo sempre Dio al primo posto, oppure ci sono altri idoli (i soldi, il lavoro, il sesso, il successo, la mia superbia) al suo posto?
- No ho adempiuto la penitenza che mi stata data dal sacerdote dopo lamia confessione?

## 2) IL RAPPORTO CON IL PROSSIMO E CON SE STESSI

- Ho trattato in modo gravemente offensivo i miei genitori?
- Ho ostacolato altri (coniuge, figli, amici, colleghi) a partecipare alla Messa?
- Ho ucciso una persona, l'ho ferita, l'ho percossa e picchiata?
- Ho tentato il suicidio o seriamente pensato di compierlo?
- Odio qualche persona?
- Sono in lite con qualcuno, specialmente familiari (fratelli, sorelle, parenti prossimi, magari per motivi ereditari), a cui ho tolto la parola o il saluto?
- Nutro profondi rancori o propositi di vendetta (farla pagare per il male subito)?
- Ho fatto uso di droghe, anche leggere?
- Ho ecceduto nel consumo dell'alcool fino a ubriacarmi?
- Ho guidato in modo da mettere in pericolo l'incolumità mia e altrui?
- Ho commesso il delitto di aborto o ho spinto qualcuno a farlo?
- Ho usato, a fini abortivi, la "pillola del giorno dopo" (RU 486)?
- Ho commesso atti impuri, da solo o con altri? Ho tradito il mio coniuge?
- Ho obbligato qualcuno a praticare l'atto sessuale senza la sua volontà (Stupro)?
- Ho praticato atti sessuali con persone dello stesso sesso?
- Ho abusato sessualmente di minori?
- Ho commesso adulterio?
- Ho relazione sessuale con la mia sposa o il mio marito di modo animalesco (anale, orale, con film pornografici)?
- Mi prostituisco?
- Ho praticato incesto (o relazione incestuosa, si intende un rapporto sessuale fra due persone fra le quali esistano determinati vincoli di consanguineità, parentela o di affinità)?
- Vivo cristianamente, nella castità e nel rispetto, il tempo del fidanzamento?
- Adopero mezzi anticoncezionali che, in qualunque modo, impediscano il concepimento di una nuova vita?
- Ho praticato la fecondazione assistita o l'inseminazione?
- Vesto in maniera casta, decorosa e dignitosa?
- Ho visto spettacoli immorali, letto stampa immorale, avuto pensieri impuri?
- Ho rispettato, amato e ubbidito ai genitori? Ho dato loro qualche dispiacere?
- Non ho accettato i miei genitori a causa della nostra situazione economica?
- Ho disprezzato i miei genitori perché sono anziani?
- Ho abbandonato i miei genitori nelle case di riposo?
- Ho augurato la morte dei miei genitori?
- Sono stato dalla parte dei miei amici, fidanzato (a) contro i miei genitori?
- Ho risposto in modo sgarbato e offensivo ai miei genitori?
- Non ho aiutato ai miei genitori con la organizzazione della casa?
- Non sono stato vicino a loro quando avevano dei bisogni?
- Sono stato impaziente con loro?
- Non sono stato onesto con loro, li ho rubati soldi, ho sprecato il tempo che mi lasciano per lo studio?
- Ho messo in pericolo la mia salute essendo imprudente nell'alimentazione, facendo uso di droghe e o alcol, abusando delle medicine?
- Ho compiuto con diligenza il mio lavoro professionale o di studente?
- Ho cercato di educare i miei figli, dedicandogli tempo, consigliandoli e correggendoli quando era necessario? Ho dedicato tempo e attenzioni al coniuge?
- Sto cercando di educare in modo cristiano i miei figli? Ho insegnato loro a pregare? Gli parlo di Dio?
- Recito le preghiere prima dei pasti?
- Ho osservato le leggi civili?
- Ho trattato il prossimo sempre con affabilità, cordialità, dolcezza e carità?
- Mi sono adirato, perdendo la pazienza?
- Sono stato superbo, parlando sempre bene di me, presentando le cose che faccio come se fossero le migliori, etc.?
- Sono stato pigro?
- Ho offeso qualcuno con parole o gesti? Ho giudicato le intenzioni del prossimo?
- Ho usato parole volgari o indecenti?
- Ho mentito, detto bugie anche se a fin di bene, calunniato?
- Ho parlato male di qualcuno, spettegolato, rivelato qualche segreto, criticato?
- Ho pagato le tasse? Ho frodato qualcuno? Ho rubato o trattenuto cose non mie?

- Ho ecceduto disordinatamente nel mangiare, nei dolci, nelle sigarette? Ho osservato i giorni di digiuno (Le Ceneri e Venerdì santo) e di astinenza (il Venerdì) prescritti dalla Chiesa?
- Ho sottratto oggetti o denaro di altri o della comunità? Ho riparato o restituito, se ero in grado di farlo?
- Come datore di lavoro, pago il giusto stipendio ai dipendenti, secondo quanto comanda il Vangelo?
- Come lavoratore, lavoro lealmente in modo da meritare lo stipendio?
- Sono onesto nella professione, nel commercio, con i miei clienti?
- Quello che possiedo l'ho guadagnato onestamente?
- Sono eccessivamente attaccato al denaro?
- Sono usuraio?
- Ho preteso regalie, bustarelle o favori non dovuti?
- Ho chiesto raccomandazioni per ottenere vantaggi o privilegi?
- Ho frodato lo Stato? Pago con giustizia le tasse?
- Ho sottratto oggetti o denaro di altri o della comunità? Ho riparato o restituito, se ero in grado di farlo?
- Ho custodito il pudore?
- Ho guardato altre persone con concupiscenza?
- Con abiti sconvenienti o con il modo di comportarmi ho voluto suscitare in altre persone desideri ed eccitamenti cattivi?
- Sono invidioso dei beni altrui?
- Mi lamento di ciò che ho?
- Consideri la tua vita come un dono di Dio, del quale tu non sei padrone assoluto?
- Ti concedi il giusto riposo?
- Hai spacciato droga?
- Hai mai tentato il suicidio?
- Hai procurato mutilazioni a te o ad altri?
- Ti sforzi di amare gli altri come te stesso?
- Hai fatto agli altri quello che vuoi venga fatto a te?
- Sei un prepotente nei tuoi modi di parlare o di agire?
- Rispetti e aiuti chi è più debole nella società: malati, portatori di handicap, anziani, bambini, poveri?
- Hai abusato del potere che la tua posizione sociale ti dà?
- Hai perdonato le offese ricevute?
- Hai ucciso qualcuno?
- Hai mai usato violenza?
- Sei stato complice in sequestri di persona?
- Hai plagiato ragazzi o giovani rendendoli schiavi della tua volontà?
- Hai calunniato?
- Hai dato percosse, fatto ferite, prodotto malattie a qualcuno?
- Hai, conservi, usi armi pericolose o offensive?
- Hai rispettato l'ambiente?
- Se sei medico, per colpevole imperizia, leggerezza o distrazione hai causato morte o danni ai tuoi pazienti?
- Hai frequentato orge?
- Hai avuto delle "avventure", delle "scappatelle"?
- Sei stato occasione di peccato a qualcuno?
- Hai molestato sessualmente colleghe/colleghi di lavoro?
- Quello che possiedi l'hai guadagnato onestamente?
- Credi di lavorare lealmente in modo da meritare lo stipendio mensile?
- Tu, datore di lavoro, paghi il giusto stipendio ai dipendenti?
- Hai fatto giochi d'azzardo?
- Hai falsificato gli assegni?
- Hai spacciato coscientemente danaro falso?
- Hai acquistato merce chiaramente rubata (= ricettazione)?
- Hai minacciato qualcuno pretendendo del denaro (= ricatto)?
- Hai preso merce di nascosto nei grandi magazzini senza pagare?
- Sei falso, sleale, doppio?
- Nelle tue parole inganni il prossimo?
- Hai detto bugie, menzogne, giudizi avventati?
- Hai giurato sulla falsità? Testimoniando hai fatto deposizioni false?
- Con un silenzio colpevole hai coperto fatti delittuosi (= omertà)?
- Hai messo voci false sul conto di innocenti?

- Col tuo esempio non hai insegnato a mentire ai tuoi figli?
- Hai guardato donne o uomini con concupiscenza?
- Hai accettato e goduto di pensieri o desideri impuri?
- Segui e gusti racconti, film, riviste o video pornografici?
- In casa tieni statue oscene, o poster, immagini pornografiche?
- Tu, donna, cerchi con moda sconveniente o con il modo di comportarti di suscitare nell'uomo desideri, eccitamenti cattivi?
- Sei invidioso dei beni e delle cose altrui?
- Auguri e godi del male degli altri?
- Cerchi di imbrogliare o di danneggiare qualcuno?
- Hai invidia di capacità intellettuali o creative altrui?

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 con il tuo santo aiuto di non offenderti mai più e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.