# Esercizi Spirituali decanali 2023

# Un “incontro” che ti cambia la vita

# 5. Dialogo con Dio Padre che accoglie e perdona

1. Hai cercato la libertà lontano, hai trovato la noia e le catene, hai vagato senza via, solo con la tua fame.

Apri le tue braccia, corri incontro al Padre, oggi la sua casa sarà in festa per te. (2 v.)

Illuminiamo il rapporto tra meditazione, meditazione biblica ed esercizi Spirituali.

Illuminiamo il rapporto tra Esercizi Spirituali e celebrazione.

***Preghiera - dal Salmo 50***

Pietà di me, o Dio, nel tuo amore; nella tua grande misericordia cancella la mia iniquità.

Lavami tutto dalla mia colpa, dal mio peccato rendimi puro.

Sì, le mie iniquità io le riconosco, il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

Contro di te, contro te solo ho peccato, quello che è male ai tuoi occhi, io l’ho fatto.

Ma tu gradisci la sincerità nel mio intimo, nel segreto del cuore mi insegni la sapienza.

Fammi sentire gioia e letizia. Distogli lo sguardo dai miei peccati, cancella tutte le mie colpe.

Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo.

Rendimi la gioia della tua salvezza, sostienimi con uno spirito generoso.

Liberami dal sangue, o Dio, Dio mia salvezza: la mia lingua esalterà la tua giustizia.

Signore, apri le mie labbra e la mia bocca proclami la tua lode.

Gloria…

Acclamazione al vangelo: **Gloria e lode a te, Signore Gesù!**

**Ascoltiamo la Parola del Vangelo: è Gesù che ci parla**

**Dal Vangelo secondo Luca** (15, 11-32)

**11** Disse ancora: «Un uomo aveva due figli. **12** Il più giovane disse al padre: Padre, dammi la parte del patrimonio che mi spetta. E il padre divise tra loro le sostanze. **13** Dopo non molti giorni, il figlio più giovane, raccolte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò le sue sostanze vivendo da dissoluto. **14** Quando ebbe speso tutto, in quel paese venne una grande carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. **15** Allora andò e si mise a servizio di uno degli abitanti di quella regione, che lo mandò nei campi a pascolare i porci. **16** Avrebbe voluto saziarsi con le carrube che mangiavano i porci; ma nessuno gliene dava. **17** Allora rientrò in se stesso e disse: Quanti salariati in casa di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! **18** Mi leverò e andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato contro il Cielo e contro di te; **19** non sono più degno di esser chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi garzoni. **20** Partì e si incamminò verso suo padre. Quando era ancora lontano il padre lo vide e commosso gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò. **21** Il figlio gli disse: Padre, ho peccato contro il Cielo e contro di te; non sono più degno di esser chiamato tuo figlio. **22** Ma il padre disse ai servi: Presto, portate qui il vestito più bello e rivestitelo, mettetegli l'anello al dito e i calzari ai piedi. **23** Portate il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamo e facciamo festa, **24** perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato. E cominciarono a far festa. **25** Il figlio maggiore si trovava nei campi. Al ritorno, quando fu vicino a casa, udì la musica e le danze; **26** chiamò un servo e gli domandò che cosa fosse tutto ciò. **27** Il servo gli rispose: È tornato tuo fratello e il padre ha fatto ammazzare il vitello grasso, perché lo ha riavuto sano e salvo. **28** Egli si arrabbiò, e non voleva entrare. Il padre allora uscì a pregarlo. **29** Ma lui rispose a suo padre: Ecco, io ti servo da tanti anni e non ho mai trasgredito un tuo comando, e tu non mi hai dato mai un capretto per far festa con i miei amici. **30** Ma ora che questo tuo figlio che ha divorato i tuoi averi con le prostitute è tornato, per lui hai ammazzato il vitello grasso. **31** Gli rispose il padre: Figlio, tu sei sempre con me e tutto ciò che è mio è tuo; **32** ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato».

Parola del Signore. **Lode a te, o Cristo.**

**1. CONFESSIONE DELLA LODE**

**Dal vangelo**

*«Mi ha detto tutto quello che ho fatto» (Gv 4).*

*«Oggi la salvezza è entrata in questa casa» (Lc 19).*

*Gesù, chinatosi, si mise a scrivere col dito per terra (Gv 8).*

*«Le sono perdonati i suoi molti peccati, poiché ha molto amato» (Gv 7).*

Il primo a voler dialogare con me è Dio Padre, e ha dialogato con noi nel suo Figlio Gesù e nello Spirito Santo.

La seconda Persona della Trinità, il Figlio, ha voluto farsi vicino a noi, dentro la nostra pelle; ha dialogato, ha ascoltato, ha sentito con i cinque sensi. Ha deciso di stare con noi, in noi.

Lui ha chiamato tanti personaggi nella storia e ha chiamato anche me; e io ho potuto con-rispondere, a Lui e con altri. Io ho potuto con-vivere la mia vita con Lui, con-dividere la Sua vita. Lui è andato fino alla fine, non si è tirato indietro anche quando ha considerato che, proseguendo nel suo modo di amare, avrebbe trovato sempre maggiore ostilità, avversione, opposizione, odio. Ha con-sofferto con le nostre sofferenze; ha dato a me la possibilità di mettere in Lui le mie difficoltà.

Guardando altre situazioni di povertà e debolezza, rendo grazia per il dono della pace, della salute, della cultura, del lavoro, della casa, degli affetti…

Sono stato chiamato per partecipare a doni grandissimi anche in questa quaresima: le celebrazioni, la Parola di Dio, gli Esercizi Spirituali.

Per tutto questo e per molto altro, ringrazio il Padre di tutti: *Padre nostro, ti ringrazio per…*

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2. CONFESSIONE DELLA VITA**

**Dal vangelo**

*I Giudei infatti non mantengono buone relazioni con i Samaritani (Gv 4).*

*Non gli riusciva a causa della folla (Lc 19).*

*«Chi di voi è senza peccato, scagli per primo la pietra contro di lei» (Gv 8).*

*«Tu non mi hai» (Gv 7).*

Le relazioni sono la fonte della nostra massima gioia… e dei più grandi dolori! Il Dio Trinità ci ha fatti a sua immagine… e noi l’abbiamo defigurata, sciupando la qualità delle relazioni e preferendo lo scontro, l’indifferenza, la solitudine risentita.

Il Dio annunciato da Gesù Cristo avrebbe voluto dialogare con me e io mi sono chiuso. Non ho curato le condizioni per un buon rapporto con il Signore e con le creature.

Ho chiuso gli occhi di fronte alle possibili chances offerte dai rapporti veri, profondi. Ho pensato di essere autosufficiente rispetto al Signore, alla società, alla comunità.

Ho chiuso il cuore davanti alle necessità di chi mi sta vicino. In particolare non mi sono lasciato coinvolgere dalle raccolte quaresimali dedicate.

Facendo scorrere davanti agli occhi le mie relazioni e illuminandole con la Parola di Dio, mi rendo conto di quanto le abbia sminuite, sgualcite, usurate.

La mentalità che non ha conosciuto Gesù ha preso anche me: ho detto, fatto, valutato… non secondo lo Spirito Santo, ma secondo i luoghi comuni.

Non sono stato operatore di pace.

La quaresima mi ha offerto occasioni di Parola-Preghiera-Prossimo e io le ho bypassate.

Pentito dei miei peccati, li riconosco con le parole: *Padre nostro, ti chiedo perdono per...*

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**3. CONFESSIONE DELLA FEDE**

**Dal vangelo**

*«Non è più per la tua parola che noi crediamo; ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo» (Gv 4).*

*«Ecco, Signore, io do la metà dei miei beni ai poveri; e se ho frodato qualcuno, restituisco quattro volte tanto» (Lc 19).*

*«* *Neanch'io ti condanno; va' e d'ora in poi non peccare più » (Gv 8).*

*«La tua fede ti ha salvata; va’ in pace!» (Gv 7).*

Col perdono, Dio Padre mi ricrea, attraverso la comunità che mi riaccoglie, si prende cura di me, mi nutre con l’Eucarestia e la vita fraterna.

Torno ad aprire le orecchie e il cuore per ascoltare il Signore e dialogare con Lui, con animo libero e gioioso.

Chi mi sta vicino vedrà sgorgare in me le scelte vitali e zampillanti, che fanno bene a tutti.

Dico al Signore le mie amorevoli decisioni, prese grazie allo Spirito Santo che agisce in me:

*Padre Nostro, io credo che tu mi aiuterai a...*

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Nada te turbe, nada te espante;

quien a Dios tiene, nada le falta.

Nada te turbe, nada te espante; solo Dios basta.

**Preghiera per chiedere perdono personalmente davanti al confessore:**

scelgo una espressione tratta dal Salmo 50;

oppure posso usare queste parole:

Ti chiedo perdono, Padre buono,

per ogni mancanza d’amore,

per la mia debole speranza

e per la mia fragile fede.

Domando a te, Signore,

che illumini i miei passi,

la forza di vivere con tutti i miei fratelli

nuovamente fedele al tuo Vangelo.

**Le tre confessioni** *di CARLO MARIA MARTINI, "E' il Signore", 78-80*

**Fidarsi di Dio**

Nella parabola del figlio prodigo (Lc 15,11-32), la prima caratteristica che colpisce è che **tutto è personalizzato**. Il problema non è ciò che il figlio prodigo ha fatto, che abbia sperperato il denaro, come abbia vissuto in quel paese. Non si fa un elenco dei suoi peccati. Ciò che risalta è che il figlio ha trattato male il padre, **che il rapporto tra il figlio e il padre è stato logorato** per sfiducia, perché il figlio ha creduto che si sarebbe trovato meglio fuori. E **il rapporto viene rifatto attraverso una ricostituzione di fiducia**.

**Il peccato** è qui riportato proprio al suo momento più personale: l'uomo chiamato a fidarsi di Dio, di Dio Padre. E **non essendosi fidato, l'uomo ha rotto il rapporto**.

Il racconto è sotto **il segno finale della festa, della gioia**. È il **ritrovamento di un legame**, la ricostituzione di un'amicizia, la ricostruzione di una speranza.

Sono alcuni elementi caratteristici del **sacramento della riconciliazione**: ci immette in un rapporto personale con Dio Padre, che apre in noi la forza del perdono. Se non lo viviamo così diventa un peso, una formalità, una cosa che si deve fare per eliminare certe macchie, di cui abbiamo un po' disagio, disgusto, vergogna: semplicemente la ricerca di una migliore coscienza. Anche allora il sacramento fa del bene, ma non riusciamo a perseverare perché la cosa è triste, faticosa, pesante.

Invece questo sacramento è **un incontro personale con Dio**, è un ripetere, come ha detto Giovanni sulla barca, sul lago: «È il Signore!» (Gv 21,7). «È il Signore!», e tutto è cambiato. «È il Signore!», e tutto di nuovo risplende. «È il Signore!», e tutto di nuovo ha senso nella vita: è **una ricostituzione del significato di ogni pezzo della mia esistenza**.

Quindi va vissuto con questa gioia. **Anche la stessa penitenza, la purificazione, l'espiazione diventano apertura a un rapporto**.

Come vivere così questo sacramento, soprattutto in **una circostanza come questa** che ci permette finalmente di **vivere la riconciliazione non nella fretta, ma di viverla proprio come momento di cammino** in cui cerchiamo di capire chi siamo, cosa siamo chiamati a essere, in che cosa abbiamo sbagliato, che cosa avremmo voluto non essere, che cosa chiediamo a Dio?

Questo momento è preziosissimo, perché nel sacramento della riconciliazione **tante cose vengono assunte dal Cuore di Cristo nella Chiesa**.

Come viverlo concretamente? Io suggerirei di **viverlo come un colloquio penitenziale**. Il colloquio penitenziale è la confessione ordinaria, con la differenza, però, che le stesse cose cerchiamo di distenderle un po' di più.

Il colloquio si può descrivere secondo tre momenti fondamentali. Infatti, la parola latina ***confessio*** non significa solo andarsi a confessare, ma significa anche **lodare, riconoscere, proclamare**.

**1. La confessione di lode**

Il primo momento lo chiamo ***confessio laudis*, cioè confessione di lode**.

Invece di cominciare la confessione dicendo: «Ho peccato così e così», si può dire: «**Signore ti ringrazio**», ed esprimere davanti a Dio i fatti per cui gli sono grato.

Abbiamo troppo poco stima di noi stessi. Se provate a pensare vedrete quante cose impensate saltano fuori, perché **la nostra vita è piena di doni. E questo allarga l'anima al vero rapporto personale**. Non sono più io che vado, quasi di nascosto, a esprimere qualche peccato, per farlo cancellare, ma sono io che mi metto davanti a Dio, Padre della mia vita, e dico: «Ti ringrazio, per esempio, perché in questo mese tu mi hai riconciliato con una persona con cui mi trovavo male. Ti ringrazio perché mi hai fatto capire cosa devo fare, ti ringrazio perché mi hai dato la salute, ti ringrazio perché mi hai permesso di capire meglio in questi giorni la preghiera come cosa importante per me».

Dobbiamo esprimere una o due cose per le quali **sentiamo davvero** di ringraziare il Signore. Quindi il primo momento è una confessione di lode.

**2. La confessione di vita**

Il secondo è quello che chiamo ***confessio vitae***.

In questo senso: non semplicemente un elenco dei miei peccati (ci potrà anche essere), ma la domanda fondamentale dovrebbe essere questa: «Dall'ultima confessione, **che cosa nella mia vita in genere vorrei che non ci fosse stato, che cosa vorrei non aver fatto, che cosa mi dà disagio, che cosa mi pesa**?».

Allora vedrete che **entra molto di voi stessi**. La vita, non solo nei suoi peccati formali («ho fatto questo, mi comporto male...»), ma più ancora andare alle radici di ciò che **vorrei che non fosse**. «Signore, sento in me delle antipatie invincibili... che poi sono causa di malumore, di maldicenze, sono causa di tante cose... Vorrei essere guarito da questo. Signore, sento in me ogni tanto delle tentazioni che mi trascinano; vorrei essere guarito dalle forze di queste tentazioni. Signore, sento in me disgusto per le cose che faccio, sento in me pigrizia, malumore, disamore alla preghiera; sento in me dubbi che mi preoccupano...».

Se noi riusciamo in questa confessione di vita a esprimere alcuni dei più profondi sentimenti o emozioni che ci pesano e non vorremmo che fossero, allora abbiamo anche trovato **le radici delle nostre colpe**, cioè **ci conosciamo per ciò che realmente siamo**: un fascio di desideri, un vulcano di emozioni e di sentimenti, alcuni dei quali buoni, immensamente buoni... altri così cattivi da non poter non pesare negativamente. Risentimenti, amarezze, tensioni, gusti morbosi, che non ci piacciono, li mettiamo davanti a Dio, dicendo: «Guarda, sono peccatore, tu solo mi puoi salvare. Tu solo mi togli i peccati».

**3. La confessione di fede**

Il terzo momento è la ***confessio fidei***.

Non serve a molto fare uno sforzo nostro. Bisogna che **il proposito sia unito a un profondo atto di fede nella potenza risanatrice e purificatrice dello Spirito**.

La confessione non è soltanto deporre i peccati, come si depone una somma su un tavolo. La confessione è **deporre il nostro cuore nel Cuore di Cristo, perché lo cambi** **con la sua potenza**.

Quindi la "confessione di fede" è dire al Signore: «Signore, so che sono fragile, so che sono debole, so che posso continuamente cadere, ma tu, per la tua misericordia, cura la mia fragilità, custodisci la mia debolezza, dammi di vedere quali sono i propositi che debbo fare per significare la mia buona volontà di piacerti».

Da questa confessione nasce allora **la preghiera di pentimento**: «Signore, so che ciò che ho fatto non è soltanto danno a me, ai miei fratelli, alle persone che sono state disgustate, strumentalizzate, ma è anche un'offesa fatta a te, Padre, che mi hai amato, mi hai chiamato». È un atto personale: «Padre, riconosco e non vorrei mai averlo fatto... Padre, ho capito che...».

Una confessione fatta così **non ci annoia mai**, perché è sempre diversa; ogni volta ci accorgiamo che emergono radici negative diverse del nostro essere: desideri ambigui, intenzioni sbagliate, sentimenti falsi.

Alla luce della potenza pasquale di Cristo ascoltiamo la voce: «Ti sono rimessi i tuoi peccati... pace a voi... pace a questa casa... pace al tuo spirito...».

Nel sacramento della riconciliazione avviene **una vera e propria esperienza pasquale**: la capacità di aprire gli occhi e di dire: «È il Signore!».

**Ringraziamento comunitario e personale**

La preghiera dei figli di Dio, che riconoscono i rinnovatilegami di fraternità e sororità con tutti:

**Padre nostro…**

3. Sarete suoi amici se vi amate fra di voi e questo è tutto il suo Vangelo. L’amore non ha prezzo, non misura ciò che dà, l’amore confini non ne ha.

**Ti ringrazio, mio Signore, e non ho più paura, perché con la mia mano nella mano degli amici miei, cammino tra la gente della mia città e non mi sento più solo; non sento la stanchezza e guardo dritto avanti a me, perché sulla mia strada ci sei tu.**

Un altro strumento **per verificare le proprie scelte di condivisione**:

**La decima** (sottinteso: **parte**)

*La scelta è semplice: tenerci il 90% di ciò che siamo e di ciò che abbiamo… e* ***destinare ad altri almeno il 10%, la decima parte****.*

*E’ poco il 10%? E’ tanto? Se aggiungessero una tassa del 10%, diremmo che è insostenibile; se ad una mamma dicessero che per guarire il tumore del figlio basta il 10% del suo stipendio… salterebbe di gioia!*

*La* ***caratteristica attivante e rivoluzionaria della decima*** *sta proprio qui: che nella considerazione dei propri beni, delle proprie energie, del proprio tempo…* ***ciascuno faccia conto che accanto a sé vive qualcun’altro****, che ha delle esigenze, delle attese, a volte anche delle necessità (di vario genere: affettive, culturali, spirituali, economiche…).*

*Se ci pensiamo bene,* ***tenere per noi il 90% non è proprio un gran gesto di generosità*** *(Zaccheo disse che avrebbe dato la metà dei suoi beni ai poveri! San Francesco si è spogliato di tutto! Gesù ha dato tutta la vita!), ma è* ***segno di una mentalità che vuole essere più evangelica, più solidale****… cominciando dal 10%!*

**Gesù Cristo ci ama gratis!**

Ogni volta che la vita cristiana si è diffusa nella società in modo autentico e libero ha sempre lasciato una traccia di umanità nuova nel mondo.

**Si può ancora credere alla possibilità di un mondo nuovo, più giusto e fraterno? Si può davvero sperare in una trasformazione delle società** in cui viviamo, dove a dominare non sia la legge del più forte e l’arroganza del possesso, ma il rispetto della persona e una logica di gratuità?

Quando si parla di carità il pensiero corre spontaneamente al portafoglio e subito ci immaginiamo il gesto classico dell’elemosina. Invece, quando i cristiani parlano di carità vogliono intendere altro. **Carità** (dal greco “*chàris*”) **è innanzitutto la definizione, l’identità stessa di Dio, che è amore gratuito**. Quindi, “carità” è il modo in cui si relazionano tra loro Dio Padre, Dio Figlio e Dio Spirito Santo; è il modo con cui Cristo, il Figlio di Dio, si è relazionato con i suoi; è il modo con cui noi possiamo relazionarci tra noi.

La nostra identità è essere stati amati ed essere resi capaci di amare.

Non si tratta, quindi, di un impegno che sembra superiore alle nostre forze; è, invece, una rivelazione: **noi siamo fatti così, ad immagine di Dio Amore, e possiamo vivere come Dio**, **amando**.

Questa **dignità** **la riconosciamo ad ogni persona** e in ciascuno la rispettiamo: chiunque è per noi **amico/a, fratello/sorella**.

Se vivessimo così reciprocamente, **nessuna persona sarebbe indigente, né di beni, né di affetto**: come io regalo il 10% di ciò che ho e che sono, così altri faranno lo stesso con me. Il poco, se condiviso, non finisce mai, ma si trasforma in riserva inesauribile di vita piena.

1. **CONDIVIDIAMO LA PREGHIERA**

\* Se 9 volte mi sono rivolto al Signore per chiedere qualcosa per me, almeno 1 volta gli dico: “Grazie!" e chiedo qualcosa per altri.

\* Se 9 volte sono passato davanti ad una chiesa e ho tirato dritto, almeno, 1 volta entro a salutare Gesù nell’Eucarestia!

\* 9 giorni mi sono svegliato senza nemmeno salutare il Signore… 1 giorno faccio almeno il segno della croce!

1. **CONDIVIDIAMO I BENI MATERIALI**

\* ogni 9 capi di abbigliamento che ho nell’armadio, 1 lo regalo. Lo stesso vale per le scarpe, i giocattoli, ecc.

\* ogni 9 libri che compro, 1 lo regalo.

\* Ogni 9 materiali di cancelleria che compro, 1 lo dono al doposcuola.

\* il 10% della cifra dello scontrino della mia spesa settimanale lo dono.

1. **CONDIVIDIAMO LA LITURGIA**

\* tante volte sono stato accolto in chiesa dai volontari, 1 volta mi metto a disposizione per fare altrettanto.

\* in 9 messe ho solo assistito e non ho aperto bocca per pregare con gli altri… in 1 faccio sentire la mia voce!

\* ogni 9 canti che ho solo ascoltato, 1 lo canto!

\* magari ho pensato di uscire dalla celebrazione senza aver offerto la mia vita… stavolta lascio il mio contributo anche economico.

1. **CONDIVIDIAMO NEL SERVIZIO**

\* ogni 9 volte che esco per fare la spesa per me, 1 volta chiedo al vicino se ha bisogno di qualcosa.

\* ogni 9 telefonate o videochiamate agli amici o al ragazzo/a, la decima la faccio ai nonni.

\* ogni 9 sguardi amorevoli per coloro a cui voglio bene, 1 lo rivolgo per il senza-fissa-dimora che incontro per strada.

\* ogni 9 volte che ho toccato il termostato per aumentare la temperatura del riscaldamento in casa, 1volta la abbasso pensando a chi non ha un tetto.

\* ogni 9 ore di studio per me, 1 la dedico a chi fa fatica a studiare da solo.

\* ogni 9 ore di allenamento che faccio da solo, 1 la dedico ad allenare chi è più piccolo.

\* ogni 9 volte che penso: “Ci deve pensare qualcun altro (il governo, il prete, la prof, il poliziotto…)”, 1 volta faccio io qualcosa.

1. **CONDIVIDIAMO LA CURA DELLE STRUTTURE**

\* ogni 9 volte che ho trovato pulito e in ordine la chiesa e gli ambienti comunitari, 1 volta offro il mio tempo per pulire e riordinare.

\* ogni 9 prodotti che acquisto per l’igiene della mia casa, 1 lo offro per gli ambienti di tutti.

\* ogni 9 volte in cui mi sono preoccupato per le bollette di casa, 1 volta mi preoccupo delle spese comunitarie.

**Preghiere tratte dal Rituale della Penitenza,**

indicate come adatte sulle labbra del penitente per chiedere perdono prima della assoluzione:

Ricordati, Signore, del tuo amore,  
della tua fedeltà che è da sempre.  
Non ricordare i miei peccati:  
ricordati di me nella tua misericordia,  
per la tua bontà, Signore.     Sal 24, 6-7  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Lavami, Signore, da tutte le mie colpe,  
mondami dal mio peccato.  
Riconosco la mia colpa,  
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.    Sal 50, 4-5  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Padre santo, come il figliol prodigo  
mi rivolgo alla tua misericordia:  
«Ho peccato contro di te,  
non son più degno d'esser chiamato tuo figlio ».  
Cristo Gesù, Salvatore del mondo,  
che hai aperto al buon ladrone le porte del paradiso,  
ricordati di me nel tuo regno.  
Spirito Santo, sorgente di pace e d'amore,  
fa' che purificato da ogni colpa  
e riconciliato con il Padre  
io cammini sempre come figlio della luce.  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Signore Gesù, che sanavi gli infermi  
e aprivi gli occhi ai ciechi,  
tu che assolvesti la donna peccatrice  
e confermasti Pietro nel tuo amore,  
perdona tutti i miei peccati e crea in me un cuore nuovo,  
perché io possa vivere in perfetta unione con i fratelli  
e annunziare a tutti la salvezza.  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Signore Gesù,  
che volesti esser chiamato amico dei peccatori,  
per il mistero della tua morte e risurrezione  
liberami dai miei peccati e donami la tua pace,  
perché io porti frutti di carità, di giustizia e di verità.  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Signore Gesù Cristo,

Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo,  
riconciliami col Padre nella grazia dello Spirito Santo;  
lavami nel tuo sangue da ogni peccato  
e fa' di me un uomo nuovo per la lode della tua gloria.  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Pietà di me, o Signore, secondo la tua misericordia;  
non guardare ai miei peccati

e cancella tutte le mie colpe;  
crea in me un cuore puro e rinnova in me  
uno spirito di fortezza e di santità.  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Signore Gesù, Figlio di Dio,  
abbi pietà di me peccatore.