

# Preparazione al sacramento della Riconciliazione Celebrazione penitenziale pasquale con il Salmo 50

## Io sono responsabile dei miei peccati

**Signore, ascolta; Padre, perdona! Fa' che vediamo il tuo amore.**

1. A te guardiamo, Redentore nostro, da te speriamo, gioia di salvezza, fa' che troviamo grazia di perdono.
2. Ti confessiamo ogni nostra colpa, riconosciamo ogni nostro errore e ti preghiamo: dona il tuo perdono.
3. O buon Pastore, tu che dai la vita, parola eterna, roccia che non muta, perdona ancora con pietà infinita.

testi tratti da CARLO MARIA MARTINI, *Cammino di riconciliazione*

### ---- parte prima ----

Il **Salmo 50** (detto "Miserere", dalle prime parole, tradotte in latino) è di una **ricchezza inesauribile**. Esso attraversa tutta la storia della Chiesa e della spiritualità (...) È soprattutto il salmo che ha accompagnato le preghiere, le lacrime, le sofferenze di tanti uomini e di tante donne che vi hanno trovato conforto e chiarezza nei momenti oscuri e pesanti della loro vita. **Il Miserere è la preghiera dell'uomo di sempre, appartiene alla storia dell'umanità**, non solo alla storia dell'Oriente ebraico e della civiltà occidentale cristiana. Meditandolo noi entriamo nel cuore dell'uomo e nel cuore della storia dell'umanità.

Possiamo ripetere, facendola nostra, la preghiera di Charles de Foucauld:

*Grazie, mio Dio, per averci dato questa divina preghiera del Miserere. Questo Miserere che è la nostra preghiera quotidiana. Diciamo spesso questo salmo, facciamone spesso la: nostra preghiera; esso racchiude il compendio di ogni nostra preghiera: adorazione, amore, offerta, ringraziamento, pentimento, domanda. Esso parte dalla considerazione di noi stessi e della vista dei nostri peccati e sale fino alla contemplazione di Dio, passando attraverso il prossimo e pregando per la conversione di tutti gli uomini.*

### L'iniziativa divina

I primi versetti del Salmo 50 ci introducono con queste parole:

#### **dal Salmo 50**

**Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia; nel tuo grande amore cancella il mio peccato.  
Lavami da tutte le mie colpe, mondami dal mio peccato.**

Il punto di partenza del cammino di conversione del cuore è **l'iniziativa divina di misericordia**: Dio è sempre il primo a dare la mano, il piatto della bilancia pende sempre dalla parte della sua bontà. (...) Nel testo ebraico sono tre parole diverse che andrebbero lette così: "...cancella la mia ribellione, lavami da ogni mia disarmonia, mondami, "tirami fuori" da ogni mio smarrimento ". **Il peccato è uno sbaglio fondamentale dell'uomo, una distorsione, una disarmonia, una ribellione, una volontà di progetto alternativo e contrastante il progetto di Dio.**

Alle parole che indicano lo sbandamento dell'uomo fanno riscontro **tre appellativi divini: "Pietà... misericordia... amore"**. C'è il peccato dell'uomo, pur se declinato con termini diversi, e ci sono tre attributi di Dio. Questa sproporzione indica che l'insistenza non è sull'uomo peccatore, sulla povertà di ciò che noi siamo, ma è **sull'infinità di Dio**. (...)

### Chi è Dio

La prima parola è racchiusa in un verbo ma, in realtà, è la radice di un sostantivo. Quello che in italiano traduciamo con: " Pietà di me, o Dio ", in ebraico è semplicemente: **"Grazia, fammi grazia, riempimi della tua grazia"**. Si chiede dunque a Dio che sia per noi grazia, che prenda interesse a chi sta male, a chi si trova in difficoltà, che ci dia una mano. È l'esperienza di Maria che canta: " Signore, tu hai guardato alla povertà della tua serva e mi hai fatto grazia, mi hai riempito della tua grazia".

**Dio è dono gratuito, è l'essenza della gratuità**. Quando noi diciamo che Dio non può aver alcun interesse a pensare a noi, ad occuparsi di noi, riveliamo di avere **un'idea falsa di Dio**. Abbiamo di Lui, per dirlo con una parola tecnica, un'idea farisaica, che cerca cioè di capire Dio partendo dalle categorie del **calcolo**. Dio gode nel poter donare qualcosa

a chi ha bisogno di essere sostenuto, a chi non si sente nessuno, a chi si sente in basso. Egli vuole versare il suo valore in noi e non giudica il nostro.

La seconda parola è **“misericordia”**. È interessante notare che l’espressione è: **“secondo la tua misericordia”** e non **“nella tua misericordia”** o **“perché sei misericordioso”**. Il salmista sottolinea la **sproporzione infinita**, che l’uomo intuisce senza comprenderla, della misericordia divina. In ebraico il termine è *hésed* ed ha una lunga storia ricca di significato. Indica, infatti, l’atteggiamento tipico di Dio verso il suo popolo, che comporta **lealtà, affidabilità, fedeltà, bontà, tenerezza, costanza nell’attenzione e nell’amore**.

Si potrebbe anche tradurre con **“gentilezza”**, nel senso di **tenerezza**, che non si smentisce, che **non svanisce mai**. Dio è colui che io non conosco, ma per il quale sono importante, per il quale è importante – secondo la parola di Gesù – ogni capello del mio capo. Nulla avviene in me senza un’attenzione della tenerezza di Dio.

Noi traduciamo *hésed* con **“misericordia”** perché la gentilezza di Dio si fa più tenera quando noi siamo deboli, fragili, peccatori, incostanti, strani, poco attraenti e forse pensiamo che Dio fa bene a non ricordarsi di noi, farebbe bene a castigarci.

La terza parola è **“nel tuo grande amore”**. In ebraico si dice *“rahammim”* e significa **“il cuore, le viscere”**. È un vocabolo profondamente materno e indica **la capacità di portare qualcuno dentro**, di immedesimarsi in una situazione così da viverla nella propria carne, da soffrirne o goderne come di cosa propria. Questo attributo di Dio è qualcosa che può capire chi ha amato un’altra creatura con un amore totale, viscerale, coinvolgente, appassionato. Potremmo quasi tradurre: **“secondo la tua grande passione per l’uomo, abbi misericordia, o Dio”**. (...)

La grande rivelazione del Salmo 50 è, invece, che **Dio mi ama come sono, che mi accetta fino in fondo**, che è adesso gentile con me, cortese, attento, premuroso e tenero.

## 1. CONFESIONE DELLA LODE

Ringrazio Dio che si è rivelato a noi come Padre, Figlio e Spirito Santo; Comunione d’amore tra Tre Persone divine.

Ringrazio perché ha creato tutte le persone e tutte le cose, e da quel momento ha assunto la responsabilità di noi e per noi, di ciascuno e di tutto. E non vuole mollare questa sua responsabilità.

Ringrazio per chi mi vuol bene e per chi ha continuato a prendersi cura di me, in modo stabile, responsabile, fedele. Ringrazio per il dono della vita, della salute, della pace, dei beni.

Per tutto questo e per molto altro, ringrazio il Padre di tutti:

*Padre nostro, ti ringrazio per...*

---

---

---

---

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.)**

2. Se vorrai spezzare le catene, troverai la strada dell’amore, la tua gioia canterai: questa è la libertà.

3. I tuoi occhi ricercano l’azzurro, c’è una casa che aspetta il tuo ritorno e la pace tornerà: questa è la libertà.

## ---- parte seconda ----

### **dal Salmo 50**

Riconosco la mia colpa, 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.

Ecco, nella colpa sono stato generato, nel peccato mi ha concepito mia madre.

Ma tu vuoi la sincerità del cuore e, nell’intimo m’insegni la sapienza.

La prima parte è il **riconoscimento di una situazione**. I verbi sono tutti all’indicativo ed espongono, sottolineano dei fatti: riconosco la mia colpa, contro di te ho peccato, sei giusto quando parli, mi insegni la sapienza.

La seconda parte esprime **la supplica**. Il brano cambia di tono e quasi tutti i verbi sono all’imperativo: purificami, lavami, fammi sentire gioia, distogli lo sguardo, cancella, crea in me, non respingermi, non privarmi, rendimi la gioia,

sostieni in me.

La terza parte è il **progetto per l'avvenire**. I verbi sono al futuro: insegnerò, la mia lingua esalterà.

Con termini a noi più abituali possiamo chiamare: 1. esame di coscienza il riconoscimento della situazione; 2. richiesta di perdono la supplica; 3. proposito il progetto per l'avvenire. Sono tre momenti chiaramente distinti nella lettura, anche semplicemente nella differenza dei verbi.

### Verso la verità di noi stessi

Tre sono i soggetti che vengono presentati in azione.

Il soggetto che appare più di frequente è **la stessa persona: l'io**. Io riconosco la colpa, io ho peccato contro di te, io ho fatto quello che è male.

Un altro soggetto, in terza persona, è **il peccato**. Il peccato e la realtà del peccato in cui l'uomo si sente inserito: nel peccato sono stato generato, nella colpa mi ha concepito mia madre.

Il terzo soggetto dell'azione, quello determinante, la chiave per capire tutto il significato del brano è **il Tu: ovvero Dio stesso**.

C'è quindi l'io che riconosce, c'è una determinazione generale della situazione di colpa, c'è il Tu con cui termina questa prima parte e che è il punto focale: Tu vuoi la sincerità del cuore, Tu, nell'animo mi insegni la sapienza. (...)

Nel testo ebraico l'espressione "Tu vuoi la sincerità del cuore" è più difficile: **"Tu ami la verità nell'oscuro"**, cioè **Tu ami la verità, che è la luce**, anche là dove l'uomo è perduto nei meandri della sua coscienza.

**"Tu mi insegni sapienza nel segreto"**. La sapienza è una delle realtà più alte e più profonde dell'Antico Testamento: essa è ordine, proporzione, luminosità, calore creativo, progetto divino di salvezza.

Ecco la chiave della prima parte del Salmo: **Dio, nella sua iniziativa di amore e di misericordia, proietta nell'oscurità della mia psiche, nel profondo della coscienza, la luce del suo progetto**. Così facendo **mi porta a scoprire la verità di me stesso, mi dà respiro**, mi aiuta a cogliermi rispetto a ciò che sono chiamato ad essere, a ciò che avrei dovuto essere, a ciò che posso essere con la sua grazia. La verità e la sapienza di Dio sono luce autentica, benefica, amichevole che, entrando nelle pieghe dell'anima **dove neppure io stesso mi rendo conto di ciò che succede**, mi istruisce e mi sospinge alla sincerità e all'autenticità di quello che io veramente sono.

### Il dialogo con il Tu

Se abbiamo inteso, almeno un poco, la forza di queste parole, possiamo meglio leggere quelle che si trovano all'inizio: **"Contro di te, contro te solo ho peccato"**. Ho fatto ciò che non va davanti a te. (...)

**L'insistenza è sul rapporto con Dio**, che attraverso quelle azioni si è instaurato. (...) L'uomo, istruito da Dio, entra nel fondo della propria verità, riconosce in dialogo che il suo sbaglio, in sé e attorno a sé, piccolo o grande che sia, ha leso l'immagine di Dio, ha leso il suo rapporto con Dio.

Il richiamo è importante per noi che siamo giustamente abituati oggi a sottolineare gli aspetti sociali del peccato: **il peccato cioè non è soltanto contro Dio, tocca la Chiesa, disgrega la società, ferisce la comunità**. Qui ci viene ricordato che **Dio sta dietro ad ogni uomo, ad ogni persona che noi trattiamo male, che inganniamo o disprezziamo**. Ci mettiamo contro Dio tutte le volte che respingiamo il fratello o la sorella che ci stanno vicino e che attendono da noi un gesto di carità o di giustizia. Tutti i problemi della storia, il problema etico, il problema della giustizia, della pace, il problema dei giusti rapporti familiari, personali, sociali sono il problema dell'uomo nel suo dialogo con Colui che lo ama, lo conosce e lo aiuta a conoscersi nella sua verità. Non viene, infatti, detto: ho peccato, ho sbagliato. Viene detto: "Contro di te ho peccato".

**La personalizzazione della colpa è insieme un atto di profonda verità e un atto di estrema chiarezza** perché questo riconoscimento dell'uomo che parla così, che è educato a parlare così, non ha nulla a che fare con il senso deprimente e avvilito del senso di colpa.

Tutti noi siamo soggetti a momenti di tristezza senza uscita, di ira, di sdegno, di vendetta contro noi stessi: sofferenze inutili generate dal **senso di colpa che non è vissuto in un dialogo con Dio, sofferenze che non possono renderci migliori**. Le parole del Salmo ci rivelano la differenza tra l'esame di coscienza fatto in dialogo con Dio e tutta l'analisi della colpa, delle debolezze, delle bassezze che ciascuno riconosce in se stesso e che arrivano a deprimere profondamente lo spirito rendendolo ancora più stanco e incapace di lottare.

In questo Salmo, scritto più di duemila anni fa, noi cogliamo l'uomo che ha trovato la via giusta per il pentimento, la via del riconoscimento di colpe gravissime ma espresso davanti a Colui che cambia il cuore dell'uomo.

Notiamo anche **il carattere personale, affettivo, delle parole: "Quello che è male ai tuoi occhi". Ai tuoi occhi, al tuo amore che mi ha creato, fatto, amato, progettato.** (...)

## 2. CONFESIONE DELLA VITA

Abbiamo visto che l'esame di coscienza è il lasciare emergere quella verità di noi stessi che Dio, nella sua bontà, ci

insegna. Le parole del Salmo possono rinnovare dentro di noi il senso religioso, forse stanco di atti ripetuti e non capiti fino in fondo.

Che cosa non vorrei avere sulla coscienza? Che cosa mi pesa, mi avvilisce, mi opprime, mi fa essere quello che non vorrei? Lasciamo che emerga ciò che ci viene come risposta a questa domanda con semplicità, senza ricorso immediato a formule imparate. È infatti la verità di noi stessi che sta nascendo come supplica, come desiderio, come immagine giusta o sbagliata di noi.

Come avrei voluto essere e non sono stato? Come avrei voluto comportarmi nelle situazioni che ora mi pesano? Da qui comincia il dialogo, che chiarisce le motivazioni e i giudizi, ricostruendoci dall'interno, in quell'opera di creazione, esaltata nella seconda parte del Salmo.

Mi assumo la responsabilità dei miei pensieri, delle mie parole, delle mie azioni, delle mie mancanze nel compiere il bene? Oppure tento di dare la colpa ad altri, alla società, al "sistema"?

**Pentito dei miei peccati, li riconosco con le parole:**

*Padre nostro, ti chiedo perdono per...*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

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.

---- parte terza ----

### **dal Salmo 50**

Allora gradirai i sacrifici prescritti, l'olocausto e l'intera oblazione.  
Insegnerò agli erranti le tue vie; la mia lingua esalterà la tua giustizia.  
Apri le mie labbra e la mia bocca proclami la tua lode

Ci troviamo dunque di fronte ad una visuale ampia, allargata, nella quale il cammino individuale va a sfociare nella vita liturgica dell'intera comunità di Israele, anzi dell'intera città. Potremmo dire che siamo chiamati a meditare sulle **risonanze comunitarie e sociali** del Salmo penitenziale e del cammino di riconciliazione che esso ci propone. Non c'è riconciliazione sociale, civile, politica senza la conversione del cuore. E viceversa che non c'è conversione del cuore senza ripercussione sulla collettività.

È su questo sfondo che desideriamo approfondire il momento del Sacramento della Riconciliazione che è chiamato appunto la "penitenza" o "soddisfazione". Si tratta cioè di quei gesti, preghiere, azioni che il sacerdote confessore ci chiede di compiere quale segno, **frutto ed espressione della nostra conversione.** (...)

**Quale penitenza è veramente adeguata** al cammino di questa persona che ho davanti? Come posso, in un tempo così breve, individuare la penitenza che per questa persona sia **frutto di una specifica conversione, un suo momento di grazia?** Che cosa le è veramente utile per esprimere, in modo specifico, il suo cammino storico? (...)

D'altra parte sono convinto – e lo siamo tutti – che **quello è uno dei momenti in cui la Chiesa è più vicina, in forma concreta, a colui che compie un itinerario di penitenza.** È vero che gli è vicina in ogni tappa del Sacramento: nell'esame di coscienza aiutando con le domande; nel momento del "dolore" suggerendo le parole; invitando al proposito con l'esempio dei santi; soprattutto facendosi trasparenza di Cristo misericordioso quando accoglie e

assolve in nome del Signore. **Nel momento di suggerire la “ penitenza “, però, la Chiesa vuole adattarsi in maniera tutta particolare, facendosi vicina al cammino di ciascuna persona nella sua irripetibile individualità. (...)**

Preghiamo il Signore dicendo:

*“Signore, noi vogliamo offrirti frutti degni di penitenza non solo per noi ma per la Chiesa intera, per tutta l’umanità, per tutta questa città, perché ci sentiamo corresponsabili del cammino di conversione dell’umanità intera. Sciogli, o Signore, i nostri cuori, la nostra lingua, le nostre mani perché possiamo conoscere ciò che veramente è segno di un cammino nuovo, ciò che è un passo avanti deciso verso di Te! Non permettere che cadiamo nell’abitudine, nella pigrizia, nella monotonia: rendici santamente inquieti perché mediante un cammino serio ed autentico verso di Te possiamo ritrovare in noi la sorgente della gioia. Te lo chiediamo per noi e te lo chiediamo per ciascun uomo e per ciascuna donna che nella nostra città, vive ed opera“.*

Il salmista esprime il suo impegno missionario in una maniera precisa, che corrisponde all’itinerario da lui percorso: **farò capire a chi è senza strada che una strada c’è, anzi che tu, o Signore, gli stai venendo incontro.** Lo farò capire non come uno che fa una lezione o una esortazione ma come testimone di ciò che è avvenuto a me.

Ecco allora la forza di questa testimonianza: **chi ha percorso un genuino cammino penitenziale, può aiutare altri a capire che c’è una via d’uscita:** e non semplicemente una via d’uscita generica o stoica o eroica ma una via d’uscita in cui Dio stesso viene incontro, in Gesù, come è venuto incontro a me. Più di una volta si verifica nella vita, infatti, che proprio chi è uscito da qualche tenebroso tunnel ha una singolare capacità di dire ad altri: coraggio, anche per te c’è sicuramente una via di uscita!

Questa viene espressa dal salmista in modo aperto e libero, quasi gli fosse ridata la parola. Le tre realtà che segnano la parola umana – la lingua, le labbra, la bocca – vengono qui coinvolte nell’impegno di **esprimersi missionariamente.** Lingua, labbra, bocca si aprono non per una imposizione, non perché il testimone sente un dovere che grava sopra di sé, bensì per una effusione che gli viene dalla pienezza che ha dentro di sé. Sappiamo molto bene che una testimonianza a mezza bocca è poco efficace, talora è quasi una **controtestimonianza.** Quella invece che viene dall’esultanza della lingua, dal bisogno della bocca che si apre, dalle labbra che si muovono con gioia, è veramente degna di essere rispettata e di essere ascoltata. (...)

### 3. CONFESIONE DELLA FEDE

---

**Se io dovessi suggerire al sacerdote confessore una penitenza adatta per me,** in questo momento della mia vita, che cosa direi? Questa è una domanda esigente perché ci impegna ad individuare non solo le nostre mancanze, i peccati ma anche le inclinazioni negative, ad individuare quegli atti e quei gesti che possono colpire alla radice il male che c’è in me. Gesti di penitenza quindi che sono un frutto degno della conversione personale. Se mi accorgo, ad esempio, che i miei peccati, le mie mancanze derivano dall’**egoismo,** affiorerò come penitenza adeguata un atto di generosità autentico, che mi costa davvero. Se mi accorgo che alcuni miei peccati derivano da **pigrizia,** emergerà come penitenza una vittoria sulla mia pigrizia, sulla golosità, sulla curiosità, sulla **morbosità,** su tutto ciò che rende la mia vita pigra, pesante, neghittosa. Se mi accorgo che le mie mancanze derivano da **antipatie;** dalla non accettazione di alcune persone, allora emergerà come penitenza un gesto di attenzione per queste persone, un gesto semplice ma che mi coinvolga davvero. (...)

Ogni volta, infatti, che ci accostiamo al Sacramento della Riconciliazione, **noi facciamo anche una “confessio fidei”**, cioè proclamiamo che Dio è Signore della nostra vita, è più grande del nostro peccato, che la sua misericordia trionfa sulla fragilità dell’esistenza umana e sul buio dell’uomo: confessiamo quindi e proclamiamo la misericordia di Dio.

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.  
Nulla ti turbi, nulla ti spaventi, chi ha Dio nulla gli manca.  
Nulla ti turbi, nulla ti spaventi, solo Dio basta.

### **Pregiere 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 forza e di santità.

---

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