**SCHEMA PER LA CONFESSIONE**

*Confessare, in latino, significa «dire a voce alta, dire con molta convinzione». Ma che cosa esattamente diciamo «a voce alta» nella confessione?*

Si tratta soprattutto di tre cose:

1 – Anzitutto riconosciamo i doni che Dio ci ha donato e lodiamo (ringraziamo) il Signore **(Confessio Laudis)**.

2 – Riconosciamo il male delle nostre azioni, il nostro non aver corrisposto ai doni che Dio ci ha dato, il nostro fallimento nei rapporti con Dio e con i fratelli; le nostre scelte sbagliate, tutte le volte che siamo stati un peso e un ostacolo per gli altri **(Confessio Vitae).**

3 – Prendiamo l’impegno di migliorare, attraverso una piccola scelta che prendiamo il proposito di realizzare **(Confessio Fidei)**.

**I - Confessio Laudis**

Ripenso al tempo trascorso dall’ultima confessione e ringrazio il Signore per i tanti doni ricevuti…

Quali fatti, eventi, parole, incontri sono stati un segno del fatto che lui Gesù mi vuole bene?

Riesco a dire quale parola il Signore sta rivolgendo oggi proprio a me?

***Esprimo a Dio la mia gratitudine…***

**II - Confessio Vitae**

Cosa devo «gettare via» per andare da Gesù?

Che cosa riconosco di non aver «usato» bene, tra i doni che il Signore mi ha fatto?

Ci sono dei doni o delle parole che mi pare di aver «sprecato»?

Ci sono state delle occasioni in cui mi sono vergognato di quanto ho fatto?

Di cosa devo chiedergli perdono?

***Esprimo il mio dispiacere ponendo il mio peccato nelle Sue mani…***

**III - Confessio Fidei**

Nonostante la nostra debolezza e fragilità sappiamo che il Signore ci salva: la fede ci permette di tornare a vedere e continuare a seguire la strada di Gesù.

Scelgo un impegno preciso per il tempo che ho davanti a me: so che il Signore mi sta vicino e mi aiuterà a mantenerlo…

***Esprimo il mio impegno a Gesù trovando, al termine della confessione, un luogo della cappella in cui rifletto con il desiderio di crescere nel mio cammino di fede.***

**esame di coscienza**

Una buona confessione presuppone il mettere la propria coscienza a nudo, come davanti ad uno specchio, in confronto alla legge morale di Dio, che in positivo è il **comandamento dell’amore**, di Dio e del prossimo, ed in negativo è la violazione di uno dei dieci comandamenti, esplicativi di questa carenza di amore…

**1. Il mio rapporto con Dio**

- Dio è al primo posto nella mia vita? O sono assorbito / ossessionato da altre cose che divengono il fulcro della mia vita? (telefonino, consolle, computer, tablet, denaro, calcio, palestra, shopping, donne…)

- Rispetto il nome di Dio e dei santi, o mi lascio andare alle bestemmie?

- So trovare il tempo per “collegarmi” con Dio tramite la preghiera? al mattino e la sera? La mia preghiera comprende l’ascolto quotidiano della parola di Gesù? Cerco di chiedergli e di capire cosa vuole da me?

- La domenica è il giorno del Signore o del centro commerciale?

- Partecipo alla Messa della domenica, il giorno del Signore, per offrirgli le gioie e i dolori della settimana e chiedere la forza di andare avanti in un’altra settimana? Sento la messa o ascolto la messa? Seguo con attenzione o faccio l’ameba?

- Sono disposto a convertirmi, cioè a cambiare il mio stile di vita in ciò che contrasta con la mia vocazione cristiana (ad es. chiedendo buoni consigli nei passaggi fondamentali della mia esistenza? curando la serietà del mio agire e dei rapporti con gli altri?) Mi confesso regolarmente?

**2. I miei rapporti con i fratelli**

- Come mi comporto in famiglia? So obbedire ai miei genitori? Li aiuto? Li rispetto? Sono una soddisfazione per loro o sono una piaga? Un piantagrane? Uno che dà solo problemi a scuola, a casa, e in ogni altro luogo in cui mi trovo? Li aiuto in casa, con i fratelli, nelle faccende domestiche o faccio quello che vuole essere servito e riverito?

- Cerco di andare d'accordo con i miei fratelli e sorelle pensando che sono sangue del mio sangue?

- A scuola mi impegno, seguendo con attenzione? Faccio seriamente compiti e lezioni? … o mi lascio vivere? Ho sogni, aspirazioni, progetti culturali e lavorativi? O mi accontento di vivacchiare, di galleggiare?

- So capire chi sbaglia nei miei confronti senza giudicarlo? Cerco di aiutarlo a capire i suoi errori, oppure parlo male di lui? Lo prendo in giro? Lo isolo? Lo schernisco?

- Mantengo le promesse fatte? Dico sempre la verità, o mi aggiusto con le bugie? Sono una persona che si guadagna la fiducia degli altri? Oppure sono un conta palle? Una persona inaffidabile? Uno che non rispetta la parola data?

- So dimenticare i torti che ho ricevuto? Cerco di costruire sempre la pace? Oppure creo occasioni di divisione? Di rissa o di vendetta?

- Sono possessivo con gli amici? Esclusivista? Propositivo di buoni passatempi o di comportamenti da bullo e violento?

- So richiamare alla legge morale di Dio i fratelli che sbagliano oppure mi accodo a loro come uno che non ha cervello? So richiamare ed oppormi a quelli che hanno un orientamento culturale, sociale, sessuale che viola apertamente la legge morale di Dio e della Chiesa? Promuovo orientamenti culturali o i partitici fautori di aborto, eutanasia, dissacrazione del matrimonio, sodomia?

**3. La mia chiamata a essere perfetto**

- Lavoro sul mio carattere, cercando di sviluppare i miei aspetti buoni e di eliminare difetti e vizi? Sono un pettegolo o una persona divisiva? Sono un calunniatore degli altri? Prego per chi è in difficoltà e gli offro il mio aiuto o lo prendo in giro godendo del male o della disgrazia altrui?

- So riconoscere i miei limiti e farmi aiutare? So riconoscere i miei sbagli e chiedere scusa, mortificando il mio ego? Oppure voglio apparire a tutti i costi, anche quando rischio di divenire patetico?

- Quali modelli di adulto mi affascinano e quali modelli di vita ho scelto per me? I santi di ieri e di oggi, i cialtroni perditempo, le finte star del Grande Fratello o dei vari talk show o le persone serie, impegnate a scuola, sul lavoro, nel sociale, nella società, in famiglia?

- Affronto con i miei genitori ed educatori i problemi della mia crescita o mi chiudo in me stesso come un orso? Mi sono scelto una guida spirituale per la mia crescita? (genitore, sacerdote, amico o fratello più grande, zio…)

- Coltivo delle sane amicizie? Evito le compagnie cattive? Le proposte assurde, oscene? Oppure metto in pericolo me stesso e gli altri con stupefacenti, fumo, alcool e altri vizi del genere?

- Rispetto il mio corpo come Tempio dello Spirito Santo? Oppure guardo spettacoli osceni, pornografici? Avallo la cultura del matrimonio sacramentale, dell’amore vero e sincero tra uomo e donna oppure mi accodo stupidamente a coloro che professano un finto amore senza regole, il piacere edonistico, l’uso del corpo e della sessualità come un giocattolo? Mi sono dato alla sodomia? Alla lascivia sessuale? Oppure so praticare l’astinenza ed il rispetto del mio corpo e di quello altrui? Il mio parlare è pulito oppure dalla mia bocca escono solo parolacce e frasi o barzellette sconce?

- Sono capace di digiunare il mercoledì delle ceneri ed il venerdì santo? So fare delle rinunce per me stesso e per gli altri? Oppure voglio tutto quello che vedo?

- Sono operoso, sviluppo la mia fantasia e creatività, o mi lascio andare alla pigrizia, all’ozio, alla dipendenza dal gioco elettronico o di altro tipo?

- Penso il mio futuro come possibilità di vivere un servizio agli altri e alla società? Metto le mie capacità al servizio del Signore e degli altri, oppure le spreco in cose inutili?