

Per riconciliarsi con Dio

Per la preghiera personale



Mi riconcilio con Dio

Nel sacramento della Riconciliazione ricevi, attraverso il sacerdote, il perdono dei tuoi peccati e fai esperienza dell'amore e della misericordia del Padre che non ti abbandona ma ti offre la possibilità di ricominciare di nuovo. L'esame di coscienza che segue è una traccia che ti può aiutare a verificare la tua vita: ringraziare per i doni ricevuti, chiedere perdono per i tuoi peccati, guardare al futuro per rinnovare la tua relazione con il Signore.

Non è necessario rispondere a tutte le domande suggerite: l'importante è lasciar emergere gli aspetti salienti del tuo vissuto, ricercando le motivazioni interiori che ti hanno spinto ad agire in "quel" modo. Questo per abituarti ad andare alle cause del male che opera in noi e attraverso di noi, per compiere un po' alla volta un cammino di crescita che ci porti a riconoscere sempre più e sempre meglio il bene che Dio desidera per noi.

Accostati alla Confessione con la fiducia nella misericordia del Signore perché Egli ti ama e conta su di te. Puoi recitare questa preghiera:

*Ti ringrazio, Signore Dio,
per averci riuniti alla tua presenza
per rivelarmi il tuo amore e la tua volontà.
Fa' tacere in me ogni altra voce che non sia la tua.*

*Apri, mediante il tuo Santo Spirito,
la mia mente e il mio cuore alla tua verità
e alla tua conoscenza,
nel nome di Gesù Cristo, tuo Figlio nostro Signore.
Amen*

1. Dio per me: ringrazio

Prendo in considerazione il mio vissuto dall'ultima confessione ad oggi e, alla luce della Parola meditata questa sera, mi chiedo per che cosa sento di poter ringraziare il Signore.

- Quali aspetti della Parola ascoltata stasera sento importanti nella mia vita e ho potuto vivere, anche se in misura minimale? In quali circostanze? E con quali frutti?

- Quale volto di Dio mi ha accompagnato in questo periodo? Con quali "novità" mi si è fatto presente? Quali frutti ha portato per la mia vita?
- Per quali doni, meraviglie nella mia vita, persone che incontro posso ringraziare il Signore?

Mi soffermo brevemente su ciò che più sento caratterizzare questo periodo ed elevo la mia lode al Signore, con libertà e semplicità.

2. Io per Dio: chiedo perdono

Sempre prendendo in considerazione il mio vissuto dall'ultima confessione e guardandolo alla luce della Parola meditata questa sera, di che cosa sento di dover chiedere perdono al Signore?

- Come vivo il mio rapporto con il Signore e che posto gli riservo nella mia vita?
- Mi incontro con Lui nella preghiera, nell'Eucarestia domenicale, nel sacramento della Riconciliazione?
- Riesco ad incontrare il Signore nell'Eucarestia? Se ci sono, quali difficoltà avverto?
- Mi fido del Signore e so ricorrere a Lui nei momenti della prova?
- Invoco il nome di Dio con amore oppure lo uso come sfogo? Credo nella Provvidenza oppure mi affido alla superstizione o alla magia?
- Mi sento responsabile della serenità e della pace all'interno della mia famiglia? Nei rapporti con i genitori, le sorelle e i fratelli, gli amici... come interagisco, come cerco lo scambio e il dialogo?
- Sono capace di rispetto, fiducia, amore, gentilezza, comprensione per il prossimo? Riesco a vivere la dimensione del dono verso gli altri o mi ritrovo spesso egoista e concentrato sui miei bisogni?
- Sono sincero e amante della vita?
- Sono capace di perdonare? Coltivo sentimenti di odio, rancore o gelosia?
- Vivo le mie relazioni affettive (amicizia, fidanzamento, matrimonio) nel rispetto dell'altro/a, nella ricerca della volontà di Dio su di noi? Desidero il bene dell'altra persona più che ciò che fa piacere a me?
- Rispetto il mio corpo? So vivere in modo sereno e armonioso la mia identità di uomo e di donna? Rispetto il corpo dell'altro senza strumentalizzarlo? Sia nelle relazioni con me stesso che con gli altri?
- So individuare e concedermi dei sani momenti di relax? So ricrearmi senza ricercare evasioni lesive della mia dignità (uso dei media, internet, alcol...)?
- Sono fedele ai miei impegni di studio e di lavoro?
- Tengo conto della Parola del Vangelo nelle mie scelte quotidiane?

- Sono testimone della mia fede nei luoghi in cui vivo, lavoro, mi distendo...?
- Sono un cittadino, giusto, onesto, attento al bene comune, amante della verità e della vita? Ho cura del creato, dono della bontà di Dio?

Anche qui lascio emergere le esperienze negative principali, i veri “peccati” davanti al “progetto di Dio Padre” su di me e chiedo sinceramente perdono, con umiltà e verità.

3. Io e Dio insieme: guardo al futuro

Con un atteggiamento interiore di fiducia che mi proviene dalla certezza di essere perdonato da Dio Padre per mezzo del Figlio nello Spirito Santo, mi metto di fronte alla parola di Gesù: “Va’ e non peccare più”. È lo sguardo aperto sul futuro, ancora possibile grazie al perdono di Dio.

- In che cosa sento di potermi impegnare, con coraggio e realismo? Su quale aspetto della mia vita sento essere urgente o conveniente che io concentri la mia attenzione almeno fino alla prossima confessione? Ho il coraggio di alzarmi quando il Signore mi chiama?

Dopo la confessione puoi ringraziare il Signore aiutandoti con questa preghiera:

*Grazie Signore Dio!
 Il tuo amore è più grande
 del mio peccato.
 Tu mi hai liberato dalla colpa.
 Tu mi hai donato un cuore nuovo.
 Tu mi hai ridonato fiducia e speranza.
 A Te la gloria, o Signore e la lode nei secoli eterni!*

*Spirito, sorgente di pace e di amore,
 fa' che purificato da ogni colpa
 e riconciliato con il Padre io cammini sempre
 come figlio della luce
 assieme a Gesù*

Per la preghiera personale

Ascoltalo... Parlagli... Dialoga

Il tempo prolungato di silenzio è il momento in cui entrare in relazione con Gesù cercando l'intimità e la profondità, la sincerità e la gioia nello stare alla Sua presenza.

Puoi leggere lentamente il brano della Scrittura, anche più volte. Puoi soffermarti sui dialoghi. Cosa dice Dio? Cosa dice il suo interlocutore? Sono parole che mi appartengono?

Cerca le parole che si ripetono, forse hanno importanza. Soffermati su quella parola, espressione o frase che senti rivolta proprio a te, portala nel tuo cuore, custodiscila e ripetila nel corso della preghiera.

Pensando alla Parola letta, e alla riflessione proposta, a quale fatto della mia vita la posso collegare?

Presenta al Signore la tua vita, le tue invocazioni, preghiere, e con gratitudine esprimi una preghiera di lode.

Se hai il desiderio di scrivere qualche punto della preghiera personale puoi farlo qui sotto.



Un aiuto per pregare

Questi testi vogliono essere un semplice strumento per aiutare la tua preghiera.

A testa alta

«Perché lo avete ucciso?», chiede il magistrato. «Perché si portava i picciriddi (i bambini) cu iddu (con lui)», risponde il sicario che ha sparato il colpo alla nuca. Si tratta del Cacciatore, questo il suo soprannome a Brancaccio. Aveva sparato a padre Pino Puglisi, 3P, come lo chiamavamo noi a scuola, il 15 settembre 1993, 25 anni fa. Stavo per cominciare il quarto anno e lui, uno dei professori della mia scuola, il Liceo Vittorio Emanuele II di Palermo, non sarebbe più entrato in classe. Capo d'accusa: far giocare e studiare, con l'aiuto volontario dei ragazzi di cui era professore di religione, bambini che altrimenti erano preda della strada e di chi su quella strada comandava. Troppo poco?

3P sapeva infatti mescolare i quadrati della scacchiera di Palermo, facendo muovere chi conosceva solo la città di luce verso quella più tenebrosa, e viceversa. I ragazzi di un rinomato liceo classico aprivano gli occhi su strade nuove, perché l'inferno poteva essere girato l'angolo. A cosa serviva la cultura che ricevevamo se restavamo ciechi su ciò che avevamo accanto? Don Pino sapeva che per far rifiorire il quartiere in cui era nato e cresciuto, bisognava ripartire da bambini e ragazzi, anche se, per stare fermi e in silenzio, gli alibi non mancavano. La sua battaglia era tanto semplice quanto pericolosa: ridare dignità ai giovanissimi attraverso il gioco, lo studio, la catechesi, prospettando loro una vita diversa da quella del «picciotto mafioso». La mafia alleva il suo esercito tenendo la gente nella miseria culturale e assicurando il sufficiente benessere materiale, condizioni che riescono a garantire un consenso indiscusso nei contesti da cui attinge. Don Pino ne inceppava dall'interno il meccanismo, ripetendo a bambini e ragazzi di andare «a testa alta», perché la dignità non è un privilegio concesso da qualcuno, ma dono connaturato al nostro essere qui, voluti dal Padre Nostro e non dal Padrino di Cosa Nostra.

Per questo lo fecero fuori, erano gli anni di Riina, al quale i Graviano, capi mandamento del quartiere, erano affiliati. 3P era, a suo modo, dal basso, tanto pericoloso quanto Falcone e Borsellino, uccisi un anno prima. «Si portava i picciriddi cu iddu»: portava i bambini, non a lui, ma con lui verso una vita nuova, più piena, più bella, sicuramente meno facile, ma costruttiva, libera, vera. Padre Puglisi era «pericoloso» perché era un vero maestro, apriva la strada, ti prestava il coraggio che non avevi, come i veri padri. E proprio come i veri padri pagò di persona. Grazie a 3P ho imparato che la vita può essere felice solo quando è impegnata per gli altri, il suo umanesimo era integrale, non solo

mentale o verbale: affermare la vita altrui, costi quel che costi, perché raggiunga la vera altezza: «a testa alta, dovete andare a testa alta!». Per questo portava i bambini a guardare il cielo stellato, per trasformare il loro desiderio di vita attraverso la morte, come mostrava la mafia, in desiderio di vita attraverso la vita, come mostrava lui.

(Alessandro D'Avenia – Corriere della sera, 10 settembre 2018)

Un Dio che è amore

112. Anzitutto voglio dire ad ognuno la prima verità: “Dio ti ama”. Se l’hai già sentito, non importa, voglio ricordartelo: Dio ti ama. Non dubitarne mai, qualunque cosa ti accada nella vita. In qualunque circostanza, sei infinitamente amato.

114. Nella sua Parola troviamo molte espressioni del suo amore. È come se stesse cercando diversi modi di manifestarlo per vedere se qualcuna di quelle parole può arrivare al tuo cuore. Per esempio, a volte si presenta come quei genitori affettuosi che giocano con i loro figli: «Io li traevo con legami di bontà, con vincoli d’amore, ero per loro come chi solleva un bimbo alla sua guancia» (Os 11,4). A volte appare colmo dell’amore di quelle madri che amano sinceramente i loro figli, con un amore viscerale che è incapace di dimenticare e di abbandonare: «Si dimentica forse una donna del suo bambino, così da non commuoversi per il figlio delle sue viscere? Anche se costoro si dimenticassero, io invece non ti dimenticherò mai» (Is 49,15). Si mostra persino come un innamorato che arriva al punto di tatuarsi la persona amata sul palmo della mano per poter avere il suo viso sempre vicino: «Ecco, sulle palme delle mie mani ti ho disegnato» (Is 49,16).

Altre volte sottolinea la forza e la fermezza del suo amore, che non si lascia vincere: «Anche se i monti si spostassero e i colli vacillassero, non si allontanerebbe da te il mio affetto, né vacillerebbe la mia alleanza di pace» (Is 54,10). Oppure ci dice che siamo stati attesi da sempre, perché non siamo apparsi in questo mondo per caso. Prima ancora di esistere, eravamo un progetto del suo amore: «Ti ho amato di amore eterno, per questo continuo a esserti fedele» (Ger 31,3). Oppure ci fa notare che Egli sa vedere la nostra bellezza, quella che nessun altro può riconoscere: «Tu sei prezioso ai miei occhi, perché sei degno di stima e io ti amo» (Is 43,4). O ci porta a scoprire che il suo amore non è triste, ma pura gioia che si rinnova quando ci lasciamo amare da Lui: «Il Signore, tuo Dio, in mezzo a te è un salvatore potente. Gioirà per te, ti rinnoverà con il suo amore, esulterà per te con grida di gioia» (Sof 3,17).

115. Per Lui tu sei realmente prezioso, non sei insignificante, sei importante per Lui, perché sei opera delle sue mani. Per questo ti dedica attenzione e ti ricorda con affetto. Devi avere fiducia nel «ricordo di Dio: la sua memoria non è un “disco rigido” che registra e archivia tutti i nostri dati, la sua memoria è un cuore tenero di compassione, che gioisce nel cancellare definitivamente ogni nostra traccia di male». Non vuole tenere il conto dei tuoi errori e, in ogni caso, ti aiuterà ad imparare qualcosa anche dalle tue cadute. Perché ti ama. Cerca di rimanere un momento in silenzio lasciandoti amare da Lui. Cerca di mettere a tacere tutte le voci e le grida interiori e rimani un momento nel suo abbraccio d'amore.

116. È un amore «che non si impone e non schiaccia, un amore che non emargina e non mette a tacere e non tace, un amore che non umilia e non soggioga. È l'amore del Signore, amore quotidiano, discreto e rispettoso, amore di libertà e per la libertà, amore che guarisce ed eleva. È l'amore del Signore, che sa più di risalite che di cadute, di riconciliazione che di proibizione, di dare nuova opportunità che di condannare, di futuro che di passato».

117. Quando ti chiede qualcosa o quando semplicemente permette quelle sfide che la vita ti presenta, si aspetta che tu gli faccia spazio per spingerti ad andare avanti, per spronarti, per farti maturare. Non gli dà fastidio che tu gli esprima i tuoi dubbi, quello che lo preoccupa è che non gli parli, che tu non ti apra con sincerità al dialogo con Lui. Racconta la Bibbia che Giacobbe lottò con Dio (cfr Gen 32,25-31), ma questo non lo allontanò dalla via del Signore. In realtà è Lui stesso che ci esorta: «Su, venite e discutiamo» (Is 1,18). Il suo amore è così reale, così vero, così concreto, che ci offre una relazione piena di dialogo sincero e fecondo. Infine, cerca l'abbraccio del tuo Padre celeste nel volto amorevole dei suoi coraggiosi testimoni sulla terra!

(Francesco, Christus vivit)

