

## Per confessarsi bene

Il sacramento della confessione fu istituito da Gesù Cristo quando disse agli apostoli: «Ricevete lo Spirito Santo. A chi rimetterete i peccati, saranno rimessi; a chi li riterrete, saranno ritenuti».

Per fare una buona confessione, **SI RICHIEDONO CINQUE COSE:**

### 1) ESAME DI COSCIENZA

Procurando di ricordare i peccati commessi dopo l'ultima confessione fatta bene, almeno quelli mortali.

### 2) DOLORE DEI PECCATI COMMESSI

Dispiacendoti di aver offeso Dio sì buono, e di essertene meritato i castighi.

### 3) PROPONIMENTO DI NON COMMITTERNE PIÙ

Procurando soprattutto di fuggire le occasioni prossime di ricadere in peccato.

### 4) CONFESSIONE

In cui hai l'obbligo grave di manifestare tutti i peccati mortali commessi dopo l'ultima confessione ben fatta, con la loro specie e numero, in quanto ti sarà possibile, per averne l'assoluzione.

### 5) SODDISFAZIONE O PENITENZA,

Adempiendo l'opera buona imposta dal confessore, procurando di unirti in ciò a Gesù Cristo, che ha fatto la vera penitenza per i nostri peccati.

## 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 col tuo santo aiuto di non offenderti mai più e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.*



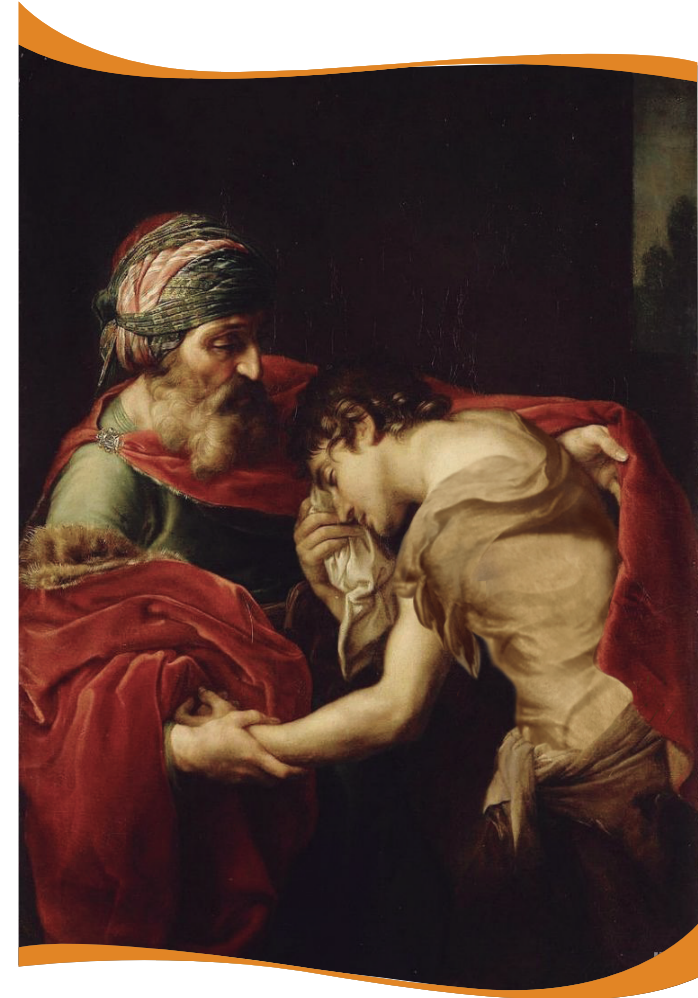
## Ringraziamento dopo la confessione

*Dio onnipotente ed eterno, che mi correggi con giustizia e perdoni con infinita clemenza, ricevi il mio umile ringraziamento. Tu che nella tua provvidenza tutto disponi secondo un disegno di amore, fa che accogliendo in me la grazia del perdono porti frutti di conversione e viva sempre nella tua amicizia. per Cristo nostro Signore. Amen.*

Parrocchia San Pietro Apostolo

Via Cellomaio, 84, 00041 Albano Laziale (RM)

# La Confessione



Per confessarsi bene

Guida per i giovani

# Esame di coscienza

## VERSO DIO:

Hai osservato i comandamenti di Dio e della Chiesa?...  
Hai fatto qualche preghiera la mattina e la sera?...  
Hai tralasciato la messa la domenica e le altre feste?...  
Hai bestemmiato?...  
Hai parlato contro la religione, contro la Chiesa?...  
Sei stato con rispetto in chiesa?...  
Hai fatto giuramenti falsi?...  
Hai rispettato il riposo festivo?...  
Hai letto scritti contro la religione?...  
Hai consentito a dubbi sulla fede?

## VERSO IL PROSSIMO:

Hai pensato male di qualcuno?...  
Hai avuto disprezzo, odio, Invidia?...  
Hai avuto desiderio di vendetta?...  
Hai desiderato il male?...  
Hai sparato contro qualcuno?...  
Hai calunniato o riferito cose false?...  
Hai tentato qualcuno al peccato?...  
Hai rubato?...  
Come ti sei comportato con gli operai da te dipendenti?...

## VERSO TE STESSO:

A pensieri di superbia?...  
A pensieri indecenti?...  
Hai cercato occasioni cattive?... libri cattivi, spettacoli immorali?...  
Hai commesso atti impuri? ... Da solo, o con altri?...  
Hai ecceduto nel mangiare e nel bere?...  
Hai fuggito i compagni cattivi?...  
Sei troppo attaccato ai beni della terra?... Bugie?...

# I DIECI COMANDAMENTI

- I Non avrai altro Dio fuori di me.
- II Non nominare il nome di Dio invano.
- III Ricordati di santificare le feste.
- IV Onora il padre e la madre.
- V Non uccidere.
- VI Non commettere atti impuri.
- VII Non rubare.
- VIII Non dire falsa testimonianza.
- IX Non desiderare la donna d'altri.
- X Non desiderare la roba d'altri.



**Sac.:** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**Tu:** Amen.

**Sac.:** Sia lodato Gesù Cristo.

**Tu:** Sempre sia lodato..

**Tu:** Incominci la tua confessione dicendo da quanto tempo non ti confessi e esponendo con semplicità, chiarezza, umiltà e brevità tutti i peccati dall'ultima confessione

**Sac.:** Invita il penitente a manifestare la sua contrizione; e il penitente lo fa recitando l'atto di dolore o qualche altra formula simile.



**Sac.:** ti darà gli opportuni consigli e la penitenza.

**Sac.:** ti darà l'assoluzione: E io ti assolvo dai tuoi peccati nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.