

LA CONFESSIONE AL TEMPO DELLA QUARANTENA

"Entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto" Matteo 6,6

– RACCOLITI con il desiderio di invocare la MISERICORDIA DI DIO

Inizia la tua preghiera con il segno della Croce.

Continua con queste parole del 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.
Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode.**



– RINGRAZIA

Prova a domandarti quali sono le cose per cui,
anche in questo tempo di prova, senti di poter ringraziare.

Continua la tua preghiera, lasciandoti aiutare ancora dalle parole del salmo

**Ma tu gradisci la sincerità nel mio intimo,
nel segreto del cuore mi insegni la sapienza.
Distogli lo sguardo dai miei peccati, cancella tutte le mie colpe.
Uno spirito contrito è sacrificio a Dio;
un cuore contrito e affranto tu, o Dio, non disprezzi.**

– FAI L'ESAME DI COSCIENZA

Di cosa senti il bisogno ora di chiedere perdono a Dio e ai fratelli?
Non limitarti a pensarlo, ma seppur sussurrando, dai voce, ai tuoi pensieri.

– DOMANDA PERDONO A DIO

**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.**

– **FAI DEL BENE** prova a pensare se, pur in questo tempo di limitazioni, c'è qualcosa che
tu possa fare, come segno di penitenza *"perché la carità copre una moltitudine di peccati" 1Pt 4,8*
(una telefonata ad un amico o ad un vicino, un piccolo servizio in casa, un'offerta da destinare appena possibile a chi ne
ha bisogno, una preghiera per chi soffre, un favore non richiesto, un abbraccio ad un familiare, delle scuse da fare...)

Concludi con il segno della Croce

Laddove i singoli fedeli si trovassero nella dolorosa impossibilità di ricevere l'assoluzione sacramentale, si ricorda che la contrizione perfetta, proveniente dall'amore di Dio amato sopra ogni cosa, espressa da una sincera richiesta di perdono (quella che al momento il penitente è in grado di esprimere) e accompagnata dal votum confessionis, vale a dire dalla ferma risoluzione di ricorrere, appena possibile, alla confessione sacramentale, ottiene il perdono dei peccati, anche mortali.

*Dalla Nota della Penitenzieria Apostolica
circa il Sacramento della Penitenza nell'attuale situazione di pandemia - 20.03.2020*