

SALMO 51

1 Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.

2 Quando il profeta Natan andò da lui, che era andato con Betsabea.

*3 Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;
nella tua grande misericordia
cancella la mia iniquità.*

*4 Lavami tutto dalla mia colpa,
dal mio peccato rendimi puro.*

*5 Sì, le mie iniquità io le riconosco,
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.*

*6 Contro di te, contro te solo ho peccato,
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto:
così sei giusto nella tua sentenza,
sei retto nel tuo giudizio.*

*7 Ecco, nella colpa io sono nato,
nel peccato mi ha concepito mia madre.*

*8 Ma tu gradisci la sincerità nel mio intimo,
nel segreto del cuore mi insegni la sapienza.*

*9 Aspergimi con rami d'issòpo e sarò puro;
lavami e sarò più bianco della neve.*

*10 Fammi sentire gioia e letizia:
esulteranno le ossa che hai spezzato.*

*11 Distogli lo sguardo dai miei peccati,
cancella tutte le mie colpe.*

*12 Crea in me, o Dio, un cuore puro,
rinnova in me uno spirito saldo.*

*13 Non scacciarmi dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo spirito.*

*14 Rendimi la gioia della tua salvezza,
sostienimi con uno spirito generoso.*

*15 Insegnerò ai ribelli le tue vie
e i peccatori a te ritorneranno.*

*16 Liberami dal sangue, o Dio, Dio mia salvezza:
la mia lingua esalterà la tua giustizia.*

*17 Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode.*

*18 Tu non gradisci il sacrificio;
se offro olocausti, tu non li accetti.*

*19 Uno spirito contrito è sacrificio a Dio;
un cuore contrito e affranto tu, o Dio, non disprezzi.*

*20 Nella tua bontà fa' grazia a Sion,
ricostruisci le mura di Gerusalemme.*

*21 Allora gradirai i sacrifici legittimi,
l'olocausto e l'intera oblazione;
allora immoleranno vittime sopra il tuo altare.*

Preghiera di pentimento

☉ **Pregare è amare. Pentirsi è amare** "perdona a noi i nostri peccati".

☉ "lasciatevi riconciliare con Dio" 2 Cor 5,20

☉ "Qualunque cosa [il nostro cuore] ci rimproveri. Dio è più grande del nostro cuore e conosce ogni cosa" 1 Gv 3, 20

☉ Gesù ce ne ha dato testimonianza perché: "mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi. A maggior ragione ora, giustificati per il suo sangue, saremo salvati dall'ira per mezzo di Lui" Rm 5, 8-9

☉ Probabilmente nessuno ignora se stesso totalmente; e anche il cristiano più maturo conosce se stesso solo «in parte». Comunque, la maggioranza degli uomini si accontentano di una esigua conoscenza del loro cuore, e quindi di una fede superficiale. Questo è il punto sul quale mi propongo di insistere. Gli uomini non si turbano all'idea di avere innu-merevoli colpe nascoste. Non ci pensano, non le vedono né come peccati né come ostacoli alla forza della fede, e continuano a vivere come se non avessero nulla da apprendere.

1. Il metodo più rapido per convincerci dell'esistenza in noi di colpe ignote a noi stessi, è considerare come chiara-mente vediamo le colpe nascoste degli altri. Non vi è ragione per supporre che noi siamo diversi dagli altri attorno a noi; e se noi vediamo in loro dei peccati che essi non vedono, si può presumere che anche loro abbiano le loro scoperte su di noi, che ci sorprenderebbe di ascoltare.

☉ Cosa fare per svegliare la nostra coscienza? Le tre domande:

"Signore, c'è qualcosa che non ti piace del mio vivere?"

"Signore, c'è qualcosa in me che è ostacolo alla relazione con te?"

"Signore, c'è qualcosa che è contro la tua Legge e quella della tua Chiesa?"

☉ Pentirsi è umiltà. Lc 18, 9-14

☉ Pentirsi è ricentrarsi. Lc 15, 11-32

☉ Pentirsi è cambiare. Lc 19, 1-10

☉ Pentirsi è accogliere la luce. Lc 5, 1-11

☉ Pentirsi è dolore. Lc 22, 60-61 ; 2 Cor 7, 8-11

☉ Pentirsi è gioia. Lc 5, 27-31

☉ Se rimango in Te almeno nel pentimento, sai impreziosire tutto di me. (Maurizio di Gesù Bambino)

☉ Dio è così buono che, malgrado tutti gli oltraggi che noi gli facciamo, ci porta in Paradiso quasi a nostro malgrado. Egli è come una madre che porta in braccio il suo bambino quando si tratta di attraversare su un precipizio. Lei è tutta occupata a evitare il pericolo, mentre il suo bambino non smette di graffiarla e di farle male. [...] Che bontà quella di Dio! Il suo buon cuore è un oceano di misericordia; così per quanto noi possiamo essere dei grandi peccatori, non disperiamo mai della nostra salvezza. E' così facile salvarsi! (Santo Curato d'Ars)

“ Padre amorevole, sono pentito per tutte le maniere in cui ti ho offeso, consapevolmente o inconsapevolmente. Ho peccato in pensieri, parole e opere. Ho peccato in quello che ho fatto e in quello che ho mancato di fare. Vengo davanti a Te e ti chiedo la grazia di un cuore profondamente pentito. Tu conosci i miei più intimi segreti. Io oggi ti apro il mio cuore e ti chiedo di mostrarmi i modi in cui ho bloccato il flusso del tuo amore. Perdonami, Padre, per tutti i miei peccati, le mie colpe e i miei fallimenti. Per tutte le volte che sono andato fuori strada e non ho scelto la vita, sono profondamente addolorato. Mi pento per la mia mancanza di fede, per aver agito con paura invece che con fede, senza credere nella tua bontà o senza credere veramente nel tuo amore per me.

Ti chiedo perdono per i peccati contro la purezza: lussuria, fornicazione, adulterio, libri impuri, film, videocassette e fantasie sessuali, in modo particolare _____ lo volgo le spalle a tutte quelle attività e mi rivolgo a Te. Mi pento con tutto il cuore per aver abortito o per aver incoraggiato qualcuno ad abortire. Perdonami, Signore.

Mi pento per ogni comportamento incontrollato, vizioso: il bere, la droga, il gioco d'azzardo, il sesso, il cibo e ogni altro vizio, specialmente _____ Grazie, Padre, perché mi liberi.

Mi pento per non essermi preso cura della mia salute fisica ed emotiva: mancanza di equilibrio nella nutrizione, nel riposo e nell'esercizio fisico, forse l'insana repressione di emozioni. Oggi, faccio la promessa di prendermi cura di me.

Mi dispiace per tutte le volte che ho ferito altre persone. Mi pento per ogni volta che ho rubato, mentito, ingannato o defraudato. Provo rimorso per ogni volta che non ho sostenuto qualcuno o che l'ho rifiutato, per la freddezza e per ogni atteggiamento spiacevole e irrispettoso. Mi dispiace per ogni volta che ho mormorato, che ho tradito una confidenza e che ho abusato della fiducia di qualcuno. Mi pento per ogni invidia,

odio, risentimento, mancanza di perdono, gelosia, critica o giudizio degli altri, non accogliendo l'amore nel modo in cui viene offerto, e rifiutando espressioni d'amore. Chiedo perdono in modo particolare per _____ .

Ora metto davanti a Te quelle aree che mi vergogno maggiormente a darti; aree che ho nascosto, come certe abitudini personali, colpe segrete, aree oscure che prima ho rifiutato di consegnarti. Io porto a Te tutte quelle aree di cui mi vergogno di più, soprattutto _____ Signore, io non le nasconderò più a Te, o a me stesso. Oggi è il giorno della mia guarigione e liberazione.

Padre amorevole, cos'altro ti dovrei portare? _____ (Rimani tranquillo e in ascolto) Per queste offese, oggi ti chiedo perdono. Accetto il tuo perdono e condivido ora il tuo perdono con gli altri. Grazie, Signore. Amen.”



Il Signore potrebbe chiamarti a parlare con un sacerdote o con un amico saggio e fidato. Potrebbe chiamarti a chiedere scusa a qualcuno che hai ferito. Sii obbediente a quanto lo Spirito Santo ti dirà di fare. Non ti chiederà di fare nulla senza darti la forza di riuscire. Mentre preghi la seguente preghiera, io non ti raccomando di investigare tutti i tuoi peccati e i tuoi fallimenti, ma di lasciarti guidare dallo Spirito Santo. Non ti impantanare nei particolari della preghiera, ma usala per stimolare una coscienza attiva.

(tratto da Linda Schubert, *Un'ora miracolosa*)