

SCHEMA PER L'ESAME DI COSCIENZA

Ecco uno schema per l'esame di coscienza. Vale se può effettivamente aiutare...

E' bene porsi anzitutto queste considerazioni:

- a) Mi confesso per un sincero desiderio di purificazione, di conversione, di rinnovamento di vita e di più intima amicizia con Dio? Questo desiderio richiede la capacità di non volersi giustificare col sacerdote dei peccati commessi: se ci giustificiamo, difficilmente ci sentiamo responsabili dei nostri peccati... C'è sincero pentimento se siamo consapevoli di essere realmente peccatori. Confessandoci non andiamo a giustificarci, ma ad accusarci dei nostri peccati.

 - b) Che cos'è peccato? Come distinguere il bene dal male? Non è sempre facile capirlo. I dieci comandamenti, essendo la legge di Dio, certamente aiutano a comprendere come possiamo aver voltato le spalle al Signore. Le domande di questo schema sono un tentativo di attualizzarli. Ma non ci sono solo le azioni esteriori, bisogna discernere anche i pensieri, le intenzioni del cuore che ci hanno spinto ad agire. E' nel cuore che decidiamo di aderire o meno alla volontà di Dio.

 - c) Anche una visione moralistica, che riduce la vita cristiana soltanto a fare del bene, può portarci fuori strada nell'individuare i nostri peccati. E' prima sulla maturità di credenti che dobbiamo interrogarci, cioè su quanto ci fidiamo del Signore e delle sue parole, su quanto possediamo una mentalità di fede nel condurre la nostra vita secondo il Vangelo.
-

Possiamo esaminarci a partire dalla parola di Dio.

I. Gesù Cristo dice:

“Il mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera”.

1. *Per ciò che riguarda la scelta del mio stile di vita.* Il mio cuore è davvero orientato a Dio e posso dire di amarlo nell'osservanza fedele dei suoi comandamenti? Oppure mi lascio troppo assorbire dalle cose materiali? Ed è sempre buona la mia intenzione nell'agire?
2. *Per ciò che riguarda il mio percorso di fede.* E' convinta la mia fede in Dio, che nel Figlio suo ha rivolto a noi la sua parola? Curo la mia formazione cristiana, ascoltando la parola di Dio, partecipando alla catechesi? Nascondo per vergogna o per paura la mia fede in Dio e la mia appartenenza alla Chiesa? Sono cristiano nella mia vita privata e pubblica?
3. *Per ciò che riguarda la mia pratica religiosa.* Prego quotidianamente? E la mia preghiera è un vero stare cuore a cuore con Dio, o è solo una vuota pratica esteriore? Vado a Messa la domenica e le feste di precetto, partecipandovi in modo attivo, autentico e credente?

II. San Paolo scrive:

“Comportatevi come figli della luce; ora il frutto della luce consiste in ogni bontà, giustizia e verità”.

1. Nella mia famiglia, contribuisco con la pazienza e con vero amore al bene e alla gioia degli altri?

Per i singoli componenti della famiglia:

Per i figli. Sono obbediente ai genitori, li rispetto? Li aiuto nei bisogni spirituali e materiali?

Per i genitori. Mi preoccupo dell'educazione cristiana dei figli? Dò il buon esempio? Li seguo e, quando necessario, correggo con autorevolezza?

Per i coniugi. Sono sempre fedele nei sentimenti e nelle azioni? Ho comprensione nei momenti di stress?

2. *Per ciò che riguarda la giustizia nell'ambito sociale e professionale.* Mi impegno a essere giusto, onesto nel lavoro, volenteroso di prestare il mio servizio per il bene comune? Dò la giusta paga agli operai e ai dipendenti? Rispetto i contratti e mantengo le promesse?
3. *Per ciò che riguarda il rispetto della verità.* Dico la verità, oppure ho fatto del male al prossimo con bugie, calunnie, false accuse, giudizi dati alla leggera, violazione di segreti?

III. Cristo Signore dice:

"Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà; chiunque vive e crede in me, non morirà in eterno".

2. *Per ciò che riguarda la coerenza della mia scelta di vita.* Qual è l'orientamento fondamentale della mia vita? E' animato dalla speranza nella vita eterna? Alimento la mia vita spirituale con la preghiera, la meditazione, la partecipazione ai sacramenti?

Per ciò che riguarda il non scendere a compromessi col male. Ho preso sul serio la quaresima? Lotto contro i vizi, sono succube delle passioni o combatto le cattive tentazioni? Il nostro corpo è tempio dello Spirito Santo, destinato alla risurrezione e alla vita eterna: vivo la mia vita sessuale nell'amore di mia moglie/mio marito o altrove?

Cerco di contrastare l'invidia, di non cedere alla gola? Sono presuntuoso e superbo e pretendo di affermare me stesso tanto da disprezzare gli altri?

1. *Per ciò che riguarda l'uso dei doni ricevuti.* Che cosa ne faccio del tempo, delle mie capacità, dei doni ricevuti da Dio come i "talenti del vangelo"? Me ne servo per crescere nella maturità della vita spirituale? O sono stato indolente e pigro?

3. *Infine, ho agito contro coscienza, per paura o per ipocrisia, per salvare la faccia?*