

## L'Atto di dolore

# Confessione, i dieci modi per chiedere perdono

Esistono dieci "versioni" dell'Atto di dolore ammesse dal Rito della Penitenza, nonostante la maggior parte delle persone ne usi una sola. Don Lello Ponticelli, decano del primo Decanato di Napoli, ha messo a disposizione una raccolta di tutte e dieci le versioni, che riproduciamo qui di seguito. Un utile sussidio per chi si accosta alla Confessioni e che la riscoprono. L'idea è che ognuno possa esprimere il suo pentimento con la formula più adatta alla sua sensibilità. "Meglio ancora - commenta don Ponticelli - sarebbe aiutare le persone a esprimere con parole proprie la richiesta di perdono, come la gioia della pace ritrovata e il desiderio di migliorare la vita alla luce del Vangelo".

Signore Gesù,  
che volesti esser chiamato  
amico dei peccatori,  
per il mistero della tua morte  
e risurrezione  
liberami dai miei peccati  
e donami la tua pace,  
perché io porti frutti di carità,  
di giustizia e di verità.

\* \* \*

Signore Gesù Cristo,  
Agnello di Dio,  
che togli i peccati del mondo,  
riconciliami col Padre  
nella grazia dello Spirito Santo;  
lavami nel tuo sangue da ogni peccato  
e fa' di me un uomo nuovo  
per la lode della tua gloria.

\* \* \*

Signore Gesù, Figlio di Dio,  
abbi pietà di me peccatore.

\* \* \*

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 fermezza e di santità.

\* \* \*

«Chi di voi se ha cento pecore e ne perde una,  
non lascia le novantanove nel deserto e va dietro  
a quella perduta, finché non la ritrova?  
Ritrovatala, se la mette in spalla tutto contento,  
va a casa, chiama gli amici e i vicini dicendo:  
Rallegratevi con me, perché ho trovato la mia  
pecora che era perduta». (Lc 15,4-6)

\* \* \*

Ricordati, Signore, del tuo amore,  
della tua fedeltà che è da sempre.  
Non ricordare i miei peccati:  
ricordati di me nella tua misericordia,  
per la tua bontà, Signore. (Sal 24, 6-7)

\*\*\*

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.  
Lavami, Signore,  
da tutte le mie colpe,  
mondami dal mio peccato.  
Riconosco la mia colpa,  
il mio peccato mi sta sempre dinanzi. (Sal 50, 4-5)

\*\*\*

Padre, ho peccato contro di te,  
non sono più degno  
di esser chiamato tuo figlio.  
Abbi pietà di me peccatore. (Lc 15, 18; 18,13)

\* \* \*

Padre santo, come il figliol prodigo  
mi rivolgo alla tua misericordia:  
«Ho peccato contro di te, non son più degno  
d'esser chiamato tuo figlio».  
Cristo Gesù, Salvatore del mondo,  
che hai aperto al buon ladrone  
le porte del paradiso,  
ricordati di me nel tuo regno.  
Spirito Santo, sorgente di pace e d'amore,  
fa' che purificato da ogni colpa  
e riconciliato con il Padre  
io cammini sempre come figlio della luce.

\*\*\*

Signore Gesù,  
che sanavi gli infermi e  
aprivi gli occhi ai ciechi,  
tu che assolvesti la donna peccatrice  
e confermasti Pietro nel tuo amore,  
perdona tutti i miei peccati,  
e crea in me un cuore nuovo,  
perché io possa vivere  
in perfetta unione con i fratelli  
e annunziare a tutti la salvezza.

© riproduzione riservata