

Anselm Grun – La confessione

La parti del sacramento

Quando siedo nel confessionale della nostra chiesa per ‘ascoltare una confessione’ – la maggior parte delle quali dura soltanto un paio di minuti – spesso, ciò che viene detto si rivela molto formale e per me non è facile celebrare il sacramento in modo significativo. Ma io so che alcune persone hanno difficoltà a parlare di se stesse di fronte a un altro. Allora mi limito a chiedere che cosa, di quello che mi hanno raccontato, li faccia soffrire di più o che cosa crei loro i maggiori problemi. Alcune persone sono grate per questo mio invito e iniziano a raccontare, in modo molto personale, che cosa realmente le turba. Altre, invece, fanno come se non avessero udito la mia domanda: in questo caso evito di essere pressante, rispetto il fatto che esse riescano a confessarsi solo nel modo tradizionale che hanno appreso e non mi resta altro che esortarle amorevolmente e incoraggiarle a perdonare se stesse. E, come penitenza, non mi limito a dare solo un Padre nostro, ma le invito a riflettere, per alcuni minuti, sulle cose di cui possono essere grate nella loro vita e su quelle che si augurano di cambiare. Spero, così facendo, che la confessione non si limiti, anche per loro, a una pura formalità.

Il saluto

La confessione inizia con un breve saluto. Il confessore e il penitente fanno il segno della croce, ponendosi così sotto il misericordioso amore di Dio, che si è manifestato nel modo più visibile sulla croce. Poi, il sacerdote può recitare una breve preghiera: nel rito è previsto l’augurio benediciente: «Il Signore, che illumina con la fede i nostri cuori, ti dia una vera conoscenza dei tuoi peccati e della sua misericordia». Io preferisco pregare con parole mie, dicendo: «Signore, buono e misericordioso, N.N. è venuto a te per offrirti la sua vita con tutte le sue vette e i suoi abissi. Fagli riconoscere ciò che gli impedisce di camminare verso di te e verso la sua personale vitalità. Mandagli il tuo Spirito Santo e liberalo da tutto quello che l’opprime. Fagli credere al tuo perdono e donagli il tuo Spirito Santo, affinché egli possa perdonare a se stesso e, così rafforzato e liberato, proseguire il suo cammino. Di questo ti prego per Cristo, nostro Signore».

Il rito della confessione prevede che il sacerdote legga un testo tratto dalla Bibbia. Il rituale suggerisce una serie di brani tratti dalle Scritture: dalla lettera ai Romani (3,22-26; 5,6-11; 6,2-13; 12,1-2.9-19; 13,8-14) o dalla prima lettera di san Giovanni (1,5-10; 3,1-24; 4,16-21) oppure dai vangeli, per esempio Matteo(3,1-12; 4,12-17; 9,9-13) o Luca (15,1-10; 15,11-32; 17,1-4; 18,9-14). Per me, il passo più significativo si trova nella prima lettera di san Giovanni: «Questo è il messaggio che abbiamo udito da lui e che ora vi annunziamo: Dio è luce e in lui non ci sono tenebre. Se diciamo che siamo in comunione con lui e camminiamo nelle tenebre, mentiamo e non mettiamo in pratica la verità [...]. Se diciamo che siamo senza peccato, inganniamo noi stessi e la verità non è in noi. Se riconosciamo i nostri peccati, egli che è fedele e giusto ci perdonerà i peccati e ci purificherà da ogni colpa» (1 Gv 1,5-9).

Questo brano invita il penitente a osservare più attentamente le sue zone oscure. Alla luce dell’amore di Dio, egli trova il coraggio di offrire a Dio la sua verità. La parola della Bibbia possiede una sua forza e crea un’atmosfera in cui è più facile guardare in faccia la nostra colpa ed esprimerla apertamente.

Esame di coscienza

Molti non sanno come confessarsi e non sono soddisfatti degli schemi di confessione proposti nei quali viene consigliato il modo in cui procedere, da soli, all'esame di coscienza. Alcuni scorrono i comandamenti e si accusano di aver peccato contro l'uno o l'altro, ma questo modo di procedere appare a tanti troppo superficiale e schematico. Si è consolidato l'uso di procedere alla confessione seguendo, nell'ordine, questi tre punti: il rapporto con Dio, con se stessi e con il prossimo. Il penitente può indagare in questi tre ambiti e raccontare come si rapporta verso ognuno, dove è insoddisfatto di se stesso e dove si sente colpevole.

Molti affermano di non aver molte cose da confessare e, soprattutto, di non avere nulla di cui doversi pentire. Ma non si tratta solo di confessare una colpa: è già molto se si riflette sulla propria vita e se si verbalizzano queste riflessioni. Certamente, esistono ambiti, in cui non si è proprio soddisfatti di se stessi. Spesso, non è facile decidere se si tratta di colpa o soltanto di debolezza, di disattenzione o di mancanze quotidiane. Ma non è questa la cosa importante: si tratta invece di ripensare la propria vita e di rivolgere l'attenzione a ciò che, quantomeno, ci rende inquieti. Se qualcuno, per esempio, descrive una situazione conflittuale con suo padre, sua madre, un suo superiore, un collega, deve semplicemente raccontare che cosa gli succede, quali sentimenti prova e come si comporta. Parlando, si chiarisce dove sta la sua parte di colpa e che cosa egli potrebbe modificare, per quanto è in suo potere. Non ha molto senso sottrarsi semplicemente al conflitto o risolverlo da soli, in modo unilaterale. Il colloquio potrebbe indicare che cosa può essere d'aiuto. Forse ci sarebbe bisogno di prendere interiormente le distanze, comunque il colloquio dovrebbe chiarire che la colpa non sta mai da una sola parte, ma che entrambe le parti vi sono invischiate. Questo è il punto da risolvere, per poter vedere l'altro in modo più obiettivo. Alcuni arrivano in confessionale con una colpa reale, con qualcosa che li opprime nel presente e allora si limitano, nel colloquio, a questo singolo problema. Ciò può avere un senso, in quanto essi confessano solamente ciò che li deprime in quel momento, ma vorrebbero veramente confrontarsi con questo problema. Quando espongono la loro problematica, il sacerdote può chiedere che cosa essi provano, che cosa potrebbero fare diversamente, che cosa si sentono in grado di fare e che cosa si augurano. E può anche chiedere se sono disposti anche a perdonare a se stessi questa colpa. Perché poco giova che il penitente si accusi e si colpevolizzi, se non è disposto a credere alla misericordia di Dio e a essere misericordioso con se stesso. Le domande del confessore non devono nascere dalla curiosità, ma aiutare il penitente a raccontare di più e, così facendo, a vedere più chiaramente dov'è il problema: parlandone, i suoi sentimenti si manifestano e si possono chiarire. Dato che molti hanno dei problemi in relazione a ciò che devono confessare e dire di se stessi, vorrei dare un paio di suggerimenti. Per quanto riguarda il rapporto con Dio, ci si può chiedere: Che ruolo ha Dio nella mia vita? In quale conto lo tengo? Lo cerco oppure vivo senza tenerne conto? Come inizio la mia giornata e come la termino? Ho dei piccoli rituali che mi fanno ricordare la presenza di Dio? Al mattino mi metto sotto la benedizione di Dio? Mi do il tempo di pregare, di stare in silenzio, di leggere? Il mio rapporto con Dio si è svuotato di significato? Che cosa desidero profondamente? Uso Dio per i miei fini oppure mi offro a lui così come sono? È veramente Dio lo scopo della mia vita e la fonte di cui io vivo? Tutte queste domande non riguardano, in prima istanza, la questione della colpa, ma la qualità del mio rapporto con Dio e il perché intendo sensibilizzarmi alle mie chiusure nei suoi confronti, perché questo atteggiamento di chiusura ha certamente a che fare con la colpa, anche se non trasgredisco alcun comandamento. È più una questione che riguarda il mio cuore e mi fa capire a che cosa è

attaccato e da che cosa si lascia condizionare. Per quanto riguarda il rapporto con me stesso, mi posso domandare come mi comporto verso di me: Vivo in prima persona o mi lascio vivere? Sono libero interiormente o mi rendo dipendente da persone, cose e abitudini? Quali sono le mie consuetudini alimentari? Tratto bene la mia salute? Faccio qualcosa per essa? Quali sono i miei rituali? Organizzo la mia giornata, oppure la vivo come capita? Mi condanno e tendo a svalutarmi? Quali sono i miei pensieri, le mie fantasie e i miei sentimenti? Da dove derivano? Come li gestisco? Come gestisco il mio corpo e la mia sessualità? Tendo a seguire il senso di depressione e mi crogiolo nell'autocommiserazione? Mi deprimono da solo compiangendomi di continuo? Per quanto riguarda il rapporto con il prossimo, si può iniziare a parlare di quelli che pesano di più. Come vedo, dal mio punto di vista, la situazione conflittuale? Che cosa proverà l'altro? Quali sono le premesse del conflitto? Che cosa mi ricorda l'altro? Perché mi è così difficile accettarlo? In che punto mi ferisce? Qual è il mio punto debole? Si tratta di illustrare la situazione conflittuale senza colpevolizzare o scusare né se stessi né l'altro. Raccontando semplicemente, può divenire più chiaro dove sta la mia parte di colpa e dove posso apportare dei miglioramenti. Se io rifletto sui miei rapporti con gli altri, posso chiedermi, di chi parlo spesso e come parlo degli altri, se li rispetto o li disprezzo, se dentro di me li giudico continuamente e li condanno o mi sento superiore a loro; se e dove, li ho feriti, se li tratto con attenzione, se mi preoccupo di loro oppure soltanto di me stesso.

Parole di incoraggiamento e colloquio

Durante il dialogo in confessionale, il sacerdote può continuare a chiedere come si sente il penitente nei singoli ambiti e come gestisce i suoi problemi e la sua colpa. Queste domande dovrebbero tuttavia rimanere prevalentemente a livello di informazione ed essere di aiuto al penitente perché egli possa riconoscere e descrivere meglio la sua situazione. Talvolta, gli chiedo dove risiede, secondo lui, la sua parte di colpa in tutto quello che ha raccontato; gli chiedo dov'è che egli vive passando solo accanto a se stesso e al suo cuore. Con questa domanda vorrei condurre il penitente verso la verità più profonda del suo essere. Dov'è il punto in cui la mia vita non funziona e in cui io rifiuto la vita che Dio ha pensato per me?

Terminata la confessione sarebbe bene che il sacerdote esprimesse le sue impressioni, dicendo che cosa lo ha toccato e quali pensieri gli sono venuti durante l'ascolto, facendo, nello stesso tempo attenzione ai suoi sentimenti e a ciò che lo ha toccato. È una specie di feedback, che può aiutare il penitente a vedere, in modo nuovo e diverso, la sua situazione riflessa nelle parole di chi è stato ad ascoltarlo: da questo può svilupparsi un dialogo. Ma questo dialogo dovrebbe essere breve e riferirsi principalmente alle conseguenze derivanti dalla confessione.

Programma di esercizi

Nella prassi penitenziale irlandese era consueto dare per ogni peccato una penitenza particolare, che corrispondeva alla sua gravità. Dietro questa prassi c'era l'idea che si dovesse scontare il peccato, cosa non più adatta all'odierna concezione di confessione e penitenza. Non si tratta di pagare una colpa, ma di chiedersi che cosa può aiutare il penitente a progredire interiormente. Il sacerdote gli può domandare che cosa vorrebbe fare e da dove vorrebbe iniziare a migliorare le cose: non si tratta di propositi, che poi non vengono mantenuti, ma di passi concreti che aiutano ad andare avanti. Molti fanno dei propositi destinati a naufragare fin dall'inizio. Non posso, infatti, fare il proponimento di essere, da oggi, più gentile e di non reagire più in modo aggressivo, perché

non si può fare violenza ai sentimenti: allora, invece che di 'propositi', preferisco parlare di un programma di esercizi che il penitente deve fare. Posso propormi solo qualcosa di concreto, come, per esempio, di pregare al mattino uscendo di casa per le persone che incontrerò durante la giornata. Ma il fatto che, poi, io sia sempre in grado di andare loro incontro con benevolenza non dipende da me. Io posso ricordarmi della meta che mi sono prefissato, ma il fatto che la raggiunga veramente dipende da molti altri fattori. Un programma di esercizi non è caratterizzato dalla severità della penitenza, come spesso si usava nel Medioevo, ma piuttosto dall'ottimismo, che ci porta a credere che non siamo semplicemente in balia delle nostre debolezze. Alcuni ritengono di confessare sempre le stesse cose e che, quindi, non abbia senso confessarsi se nulla cambia. Certo, non possiamo cambiare pelle, ma possiamo allenarci affinché qualcosa cambi tentando nuove vie. Sarebbe, quindi, compito del sacerdote stimolare il penitente a scoprire egli stesso ciò che potrebbe cambiare per progredire interiormente e, se non gli viene in mente niente, fare qualche proposta. Ma, affinché tali suggerimenti non siano un qualcosa che proviene dall'esterno, chiedo sempre al penitente se sono plausibili e realistici dal suo punto di vista.

Assumersi la responsabilità dei propri errori

Il rito della penitenza prevede, dopo la confessione dei peccati, una breve preghiera di pentimento. Nel libro dei canti cattolici di lingua tedesca Gotteslob, viene proposto il seguente testo: «Io mi pento di avere fatto il male e tralasciato il bene. Signore, abbi pietà di me». Oggi, però, molte persone hanno dei problemi non solo con queste formule, ma con il rito in generale. Essi dicono: «Non posso pentirmi di quello che ho fatto. Capisco che era una cosa sbagliata, ma non posso andare in giro con il cuore contrito». In passato, il pentimento veniva esagerato: era come se, prima, ci si dovesse sentire il più grande peccatore del mondo e svalutare totalmente, per poi essere di nuovo incoraggiati con l'assoluzione. Questa idea del pentimento contraddice la dignità della persona umana e porta, spesso, all'instaurarsi del comportamento sbagliato. Un uomo, che aveva continuamente rapporti sessuali con donne diverse, e, contemporaneamente, era molto devoto, si pentiva dei suoi passi falsi e si sentiva il peggiore dei peccatori: andava anche a confessarsi, ma il suo comportamento non cambiava. Se io mi sottovaluto, non ho nessuno stimolo a migliorarmi ed è più facile che mi deprima e che non abbia la forza di abbandonare veramente quel comportamento. Il concilio di Trento definisce il pentimento come «il dolore e il disgusto dell'anima per il male commesso, unito al proposito di non più peccare in futuro». Noi, oggi, abbiamo difficoltà a comprendere questo linguaggio. Rahner esige che formuliamo questo concetto con cura e attenzione, in modo tale che diventi comprensibile a tutti. Il pentimento «non ha nulla a che fare con uno shock psico-emotivo (malumore post sbornia)» (K. RAHNER, Reue, 301), ma consiste, piuttosto, in un no all'azione compiuta. Non significa rimuovere il mio passato, ma confrontarmi con esso ed essere pronto ad assumermene la responsabilità. Più importante dell'analisi del passato è «l'incondizionata conversione all'amore di Dio che perdona» (ibid., 302). Il termine tedesco Reue che indica il pentimento deriva da 'tristezza, dolore dell'anima, pena' e pone in primo piano l'elemento emozionale del pentimento. Questo causa alcune difficoltà a molte persone, perché esse non riescono a provare dolore nell'anima quando ripensano al loro agire passato. Ma ciò non è neppure necessario: è fondamentale, invece, che io capisca di aver agito in un modo che non corrisponde alla volontà di Dio, né al bene del prossimo, né alla mia personale verità. Spesso sento dire, in confessionale: «Non riesco a pentirmi del mio errore sessuale, perché l'esperienza avuta con quella donna è stata meravigliosa». Non ha neppure senso condannare l'esperienza sessuale: ci si dovrebbe preoccupare, piuttosto, delle conseguenze.

Agendo in questo modo ho ferito mia moglie e, se continuo questa relazione sessuale, vivo in un dissidio interiore che mi lacera e che, alla lunga, non mi potrà fare bene. Se ragiono così, non mi condanno e capisco che ho molti bisogni che mia moglie non può soddisfare. Ma, dato che so che il mio comportamento l'ha ferita, mi pongo dei limiti: non posso soddisfare tutti i miei bisogni, non posso realizzare tutti i miei desideri e posso vivere pienamente anche con dei desideri non realizzati. Certo, non ho nessuna garanzia di non innamorarmi di nuovo di un'altra donna, ma so che il mio comportamento deve sentire anche la responsabilità che comporta avere un partner. Con il passare del tempo, vivere in modo coerente, nonostante tutti i sentimenti, che talvolta minacciano di lacerarmi, farà bene alla mia anima. Un pericolo del pentimento è quello di restare fissati sul nostro passato: continuiamo a girare attorno alla nostra colpa e, così facendo, ci deprimiamo. La fissazione sulla colpa non ci dà la libertà di iniziare un nuovo comportamento. C'è un detto dei Padri della Chiesa che vorrebbe metterci in guardia dal rimuginare sugli errori commessi. Padre Antonio dà il seguente consiglio a padre Pambone: «Non confidare nella tua giustizia, non darti cura di ciò che passa, e sii continente nella lingua e nel ventre» (Vita e detti dei Padri del deserto, 83). Antonio non consiglia di giustificare tutto ciò che è passato: continuare a rimestare in esso non aiuta ad andare avanti, perché il passato è passato e non lo si può mutare e, inoltre, non vale la pena rimproverarsi continuamente a causa di esso. Il motivo per cui molti continuano a occuparsi della colpa commessa, sta nel fatto che credono nella loro giustizia personale. Quando si macchiano di una colpa, non riescono a perdonare a se stessi di non corrispondere pienamente all'immagine ideale che si sono fatti di loro stessi. Antonio vuole introdurci nell'atteggiamento della modestia: noi non siamo giusti, commetteremo sempre degli errori. Non dobbiamo certo essere contenti di essi, ma dobbiamo piuttosto abbandonarli e lasciare che appartengano al passato. In questo modo, la nostra energia psichica non resta depositata nel passato, ma ci consente di guardare avanti. Antonio esorta Pambo «a esercitare la continenza della lingua e del ventre». Se si fa attenzione a quello che si dice e se si tace, quando si viene feriti, cambierà anche il nostro modo di porci di fronte agli altri e a noi stessi. Se si esercita l'ascesi e se si instaura la giusta misura, ne seguirà anche l'ordine interiore. Questo detto dei Padri ci dimostra che il pentimento è comprensibile anche oggi: noi possiamo offrire a Dio il nostro passato, senza, per questo, flagellarci, e possiamo chiedergli che ci aiuti a percorrere il nostro cammino in modo tale che ci conduca a lui e che ci indirizzi verso l'amore, la libertà e la vitalità. Chi volesse esprimere tutto questo in una preghiera di contrizione potrebbe dire: «Gesù mio, misericordia!», oppure: «Offro alla misericordia di Dio tutto ciò che è stato e tutto quello che, ora, agisce in me e chiedo a Dio che benedica il mio cammino».

Il perdono

Dopo la confessione dei peccati e il breve discorso del sacerdote, viene impartita l'assoluzione. Assoluzione significa 'scioglimento, liberazione'. In nome di Cristo, il sacerdote dichiara il penitente libero dalla sua colpa e gli trasmette il perdono di Dio. Il rito prevede, per questo, l'imposizione delle mani. Quando io, come sacerdote, impongo le mani al penitente, egli può sperimentare concretamente l'accettazione incondizionata da parte di Dio e il suo amore che abbraccia anche la sua colpa. La formula assolutoria prevista dal rito è la seguente: «Dio, Padre di misericordia, che ha riconciliato a sé il mondo nella morte e resurrezione del suo Figlio, e ha effuso lo Spirito Santo per la remissione dei peccati, ti conceda, mediante il ministero della Chiesa, il perdono e la pace. E io ti assolvo dai tuoi peccati, nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo».

Sarebbe bene introdurre questa preghiera ufficiale con una personale, che riassume ancora una volta il colloquio con il penitente, e che potrebbe suonare così:

«Dio buono e misericordioso, ti ringrazio per tutto quello che hai donato a N.N. e per quello che hai operato in lui. Perdona le colpe di cui si è macchiato, le ferite che ha causato a sé o agli altri, e perdona se ha vissuto senza tener conto di te. Colmalo con il tuo Santo Spirito, che possa trasformare tutto in lui e lo metta in contatto con la fonte intima del tuo amore. Fa' che il tuo amore che perdona penetri in tutti gli ambiti della sua anima, affinché egli possa ora perdonare anche a se stesso e si senta accettato incondizionatamente. Così, io ti assolvo, in nome della Chiesa: Dio, Padre di misericordia...».

Il rito dell'assoluzione è, per il penitente, un aiuto a credere veramente al perdono di Dio. Jung ha sempre sottolineato il fatto che chi si è reso veramente colpevole, si sente escluso dalla comunità umana e, inoltre, scisso in se stesso. Da questa scissione non riesce a liberarsi da solo e, spesso, solo un rimando al perdono di Dio non è sufficiente per poter credere al perdono reale. Il rito – così pensa Jung – è in grado di superare gli ostacoli che, nella nostra anima ci rendono difficoltoso credere all'amore di Dio che perdona. Nel nostro inconscio esistono delle barriere che ci impediscono di credere al perdono: sono delle idee arcaiche, secondo le quali ogni colpa deve essere pagata, espiata. Per liberare il nostro inconscio da queste immagini arcaiche, c'è bisogno del rito che trasmette non solo al nostro intelletto o al nostro sentimento, ma anche alle profondità del nostro inconscio, la certezza di essere accettati incondizionatamente da Dio e la cessata necessità di rimproverare la colpa a noi stessi. Il rito è sovrappersonale: è qualcosa di più della preghiera personale del sacerdote che, nel rito, partecipa della forza salvifica primigenia.

Questa è la convinzione di tutte le religioni, anche secondo Jung: «Attraverso il rito, viene data soddisfazione all'aspetto collettivo e luminoso del momento, superando il suo significato puramente personale» (C.G. JUNG, Briefe II, 440).

Percorrere il proprio cammino, confidando nella misericordia di Dio

La confessione si conclude con il congedo. Per esso la liturgia prevede la seguente formula di saluto: «Il Signore ha perdonato i tuoi peccati. Va' in pace». Il sacerdote può, dove lo ritenga opportuno, far capire al penitente, con il saluto di pace, che egli, ora, è accettato completamente da Dio e confermato nella sua appartenenza alla comunità della Chiesa. Ritengo importante che il sacerdote invochi la benedizione di Dio sul penitente e lo incoraggi a non arrendersi, ma a percorrere il suo cammino, confidando nella misericordia di Dio. In questo cammino, non tutto gli riuscirà, ma egli può sentirsi, sempre e dovunque, circondato dalla vicinanza salvifica e benevola di Dio.