



Atto di dolore

(tradizione latina)

Mio Dio, mi pento e mi dolgo
con tutto il cuore
di tutto il male che ho fatto
e del bene che ho omesso,
perché peccando ho offeso te,
sommamente buono
e degno di essere amato sopra ogni cosa.
Propongo fermamente
con l'aiuto della tua grazia
di fare penitenza, di non peccare più,
di fuggire le occasioni di peccato.
Per i meriti della passione
del nostro Signore Gesù,
Signore abbi pietà.



Padre buono

(Gmg - Roma 2000)

Padre buono,
ho bisogno di te, conto su di te
per esistere e per vivere.
Nel tuo figlio Gesù
mi hai guardato e amato.
Io non ho avuto il coraggio
di lasciare tutto e di seguirti
e il mio cuore si è riempito di tristezza,
ma tu sei più forte del mio peccato.
Credo nella tua potenza sulla mia vita,
credo nella tua capacità di salvarmi così come
sono adesso. Ricordati di me.
Perdonami, Padre mio.



O Signore Gesù

(Dossier Catechista - ottobre 2006)

O Signore Gesù,
sono qui a dirti
che mi dispiace d'aver sbagliato.
Lo so, col mio peccato
ho fatto del male ai fratelli
e ho fatto del male a me.
Ma soprattutto ho tradito te,
che mi vuoi bene
e vorresti fossi felice sul serio.



Sono qui a dirti che
ce la metterò tutta
a far crescere le mie qualità,
superando i miei vizi e i miei difetti.
Se mi aiuterai,
se la tua forza sarà con me,
so che ci riuscirò
e le occasioni di peccato
scivoleranno
su di me senza ferirmi.
Signore, Tu che sei buono
e sai perdonare,
regalami la gioia del ricominciare.

