Senso di colpa, dispiacere, pentimento, contrizione: una prima chiarificazione.

Penitenzieria Apostolica, 11 ottobre 2026

(1) La confessione intercetta il "tutto" della persona.

Benché la confessione tenda oggi a essere relegata da molti ai margini della pratica della vita di fede – e chi è lontano da essa tende a stigmatizzarla come inutile ("non ho bisogno di andare a confessarmi") o persino imprudente ("perché dovrei dire al sacerdote quello che ho fatto?"), mancando di una visione soprannaturale del sacramento – essa interpella sempre e comunque il "tutto" della persona e della sua storia; del suo cuore ferito e al tempo stesso capace di bene; della relazione con Dio, con se stessa e con i fratelli.
La confessione coinvolge l'aspetto psico-fisico, morale e spirituale: corpo e anima, postura interiore e atteggiamento esteriore, gesti da compiere e consapevolezze cui pervenire, nel cammino della vita, dentro un rinnovato impegno di bene.
Esperienza dell'amore preveniente, gratuito e misericordioso di Dio, essa è riscoperta del nostro più autentico volto, confessione di lode e della vita, oltre che dei peccati.
Proprio per questo, in pochi contesti come quello della confessione traspare – si vorrebbe quasi dire: traspare in maniera cristallina – il "tutto" di ciò che siamo, nell'intreccio tra passato, istante presente e proiezione al futuro, là dove consapevolezze, desideri, ferite, senso più o meno corretto del peccato, emozioni da discernere e una forte motivazione al bene e alla responsabilità entrano in gioco.
Benché la postura del penitente e del ministro di Dio possano apparire statiche, c'è pertanto un grande dinamismo che precede e accompagna la confessione, e che apparirebbe assai più grande se si riuscisse a focalizzare l'attenzione anche sulla *festa in Cielo* per ogni peccatore che si converte.
Due aspetti di metodo mi paiono allora importanti, all'inizio di questa condivisione su «*Senso di colpa, dispiacere, pentimento, contrizione: una prima chiarificazione*» – il tema che mi è stato assegnato:

- Ciascuno si presenta alla confessione anzitutto per come "è" e come "può". La spiritualità salesiana, ispirata al Sistema preventivo di san Giovanni Bosco, raccomanda di «*incontrare il giovane al punto in cui si trova la sua libertà*» (cf. *Costituzioni*, art. 58: «*Imitando la pazienza di Dio, incontriamo i giovani al punto in cui si trova la loro libertà. Li accompagniamo perché maturino solide convinzioni e siano progressivamente responsabili nel delicato processo di crescita della loro umanità nella fede*»). Ispirandosi a questa citazione, e applicandola al contesto della Penitenzieria, se ne può trarre la raccomandazione preziosa a un *atto di realismo*, per bussare alla porta del confessionale (da un lato) o accogliere il penitente (dall'altro), nella consapevolezza di un punto di partenza che alle volte potrà essere precario, fragile, persino ambiguo o scivoloso, ma dal quale è comunque necessario partire.
- Ciascuno porta sempre la totalità di sé, all'atto di inginocchiarsi per l'atto di accusa delle colpe e ricevere il perdono di Dio. Guardare a questo "tutto", mappare il territorio interiore e affidarlo concorrono in modo decisivo alla confessione ben fatta. Possono infatti esservi confessioni formalmente perfette, ma rese da "cuori" nonostante tutto chiusi e – forse – confessioni da accompagnare nel loro svolgersi, ma innervate da una profonda umiltà e capacità di bene.

Quattro strumenti per leggere il nostro cuore di penitenti e per leggere questi cuori possono allora aiutarci.

(2) Gradazione o ristrutturazione?

Senso di colpa, dispiacere, pentimento e contrizione rappresentano, a un primo sguardo, una sequenza: paiono indicare un percorso dal "meno" al "più" e denotare una crescita da un modo ancora acerbo e grezzo di avvertire il male commesso e provarne dolore, a un modo più maturo e corretto, addirittura *perfetto* di vivere l'esperienza della confessione, là ove, superati gli scogli della *attrizione*, ci si addentri nell'ambito della contrizione vera e propria e addirittura della *contrizione perfetta*.
In tal senso, l'individuo transiterebbe da un iniziale senso di colpa per il male commesso al sincero dispiacere – che può divenire salutare sofferenza – e da qui ancora, in un crescendo / purificazione, perverrebbe al pentimento vero e proprio e alla contrizione.
Pur se una tale gradazione dal "meno" al "più" può forse fornire una prima chiave di lettura e qualche volta corrispondere al reale percorso del penitente, ritengo che essa non vada assolutizzata: proverò infatti a illustrare come, di volta in volta e di passaggio in passaggio, si assista non solo (o non tanto) a una rettifica/integrazione del livello precedente, quanto piuttosto a una modalità differente di stare davanti a se stessi, a Dio e agli altri.
Ognuna delle quattro tappe delinea *figura di coscienza* e atteggiamenti penitenziali diversi.
Diventa pertanto determinante comprendere in cosa ciascuna di esse consista, quali possano esserne i reciproci nessi e soprattutto quali prospettive esse dischiudano.

(3) Il senso di colpa tra introversione, autoreferenzialità e staticità.



Il senso di colpa mi richiama immediatamente alla figura, divenuta celeberrima, di uno dei dannati ritratti da Michelangelo nel "*Giudizio universale*". Benché egli sia ormai avvolto nelle spire di un serpente e trascinato verso il basso da un diavolo – trovandosi appunto nella condizione di dannato, così diversa da quella di chi stia intraprendendo un percorso di conversione e rinascita – mi colpisce il suo sguardo sbarrato, la mano con cui copre parte del volto e la sostanziale immobilità in cui sembra immerso, benché la scena tutt'attorno si contraddistingua per un gran dinamismo e vi stiano accadendo molte cose.
Lo sguardo sbarrato e spaventato, la mano che copre il viso e dice quindi di una difficoltà a vedersi e mostrarsi per quello che è, nonché un certo immobilismo di chi si percepisce ormai irrimediabilmente identificato alla propria colpa e incapace di fuoriuscirne, riportano, con una certa incisività, al primo dei quattro "protagonisti" di questo intervento: il **senso di colpa**.
Esso è, etimologicamente, molto diverso dalla consapevolezza <u>della</u> colpa e designa piuttosto quella dilagante percezione di un disallineamento profondo tra

ciò che si è e ciò che si dovrebbe essere [o essere stati] atto a configurare addirittura una patologia psichica, qualora venisse estremizzato senza offrire una prospettiva di risoluzione.
Dove il senso della colpa (o se si preferisce la consapevolezza di essa) rimette in piedi e in cammino e riveste un altissimo valore morale e spirituale, il senso di colpa appare fenomenologicamente una percezione psicologico-affettiva che tende a dilagare nell'individuo, a invaderlo e a schiacciarlo, sino a condurlo al limitare della paralisi interiore.
Esso può essere vago e indeterminato ('mi sento in colpa', 'mi sento fallito', 'ritengo di avere sbagliato tutto') – traducendo l'eventuale "ho sbagliato" in un rischioso "son*o sbagliato*" – oppure focalizzarsi su aspetti specifici, riletti tuttavia in una portata universale che lacera il tutto dell'individuo e pare macchiarne irrimediabilmente l'intera storia: 'ho fallito un compito', 'ho trascurato una persona cara', 'ho deluso le aspettative di un figlio' si traducono allora in un pervasivo '*non valgo più*', '*non ho più alcun valore*', '*non c'è alcun aggancio di bene nel mio esistere'*.
Così, se la Parola di Dio fa recitare al credente «*Ti ho fatto conoscere il mio peccato, non ho coperto la mia colpa. Ho detto: "Confesserò al Signore la mia iniquità" e tu hai tolto la mia colpa e il mio peccato*» (cf. Sal 32[31,5])… la psicologia definisce piuttosto il senso di colpa «*un'emozione patologica quando […] il soggetto tende ad assumersi la responsabilità per eventi su cui non ha e non può avere il controllo*»[1]. Riconosce inoltre operante il senso di colpa in quadri clinici anche ad alta complessità quali i disturbi d'ansia, la depressione [eventualmente maggiore], i disturbi ossessivo-compulsivi.
In questi casi, il senso di colpa dilaga nella persona, quasi ne occupa i gangli vitali e ne polarizza la mente in una fissità pervasiva che può arrivare a inaridire il cuore: l'opposto di una consapevolezza della colpa, da affidare a Dio chiedendo di esserne liberati, sanati.
Con riferimento alla confessione, bisognerebbe quindi parlare di persone schiacciate e abitate da una colpa che le prostra e ne occupa l'interiorità.
Benché intrecciato al senso di colpa possa esservi anche un autentico e salutare *senso della colpa*, in queste anime il buio sembra prevalere sulla luce e fitte tenebre le abitano. Più che agire, esse si sentono agite. Più che riscoprire la propria libertà – semmai ferita – esse si sentono prigioniere, nemmeno degne di un reale percorso di conversione e cambiamento, né disposte a rimettersi in gioco.
Il dilagare del senso di colpa, la sua pervasività oscurante, la sua dominanza può allora concorrere a configurare due scenari opposti – in qualche modo collegati ai modi in cui forse ci si accosta o non ci si accosta al sacramento della confessione –.
Una prima possibilità è quella del blocco, della chiusura in se stessi, dell'inazione. 'La mia colpa' – si ritiene – 'è talmente grave che non posso affidarla ad alcuno, che non c'è un Dio che mi possa salvare'. Io allora non ho una colpa, ma *sono* colpa. Qui decade la distinzione esperienziale tra il soggetto e i suoi atti, tra l'insopprimibile valore ontologico della persona e la sua condizione morale, eventualmente assai ferita. Ci si trova dinanzi a un "figliol prodigo" che si lasciasse morire d'inedia nel paese straniero o si limitasse a sopravvivere, sempre più spento pur se biologicamente ancora in vita. Il volto qui è schermato, coperto, oscurato. Ci si è dimenticati della propria preziosità creaturale, della propria dignità di figli amati e degni di essere nuovamente rivestiti, nonostante ('parola scivolosa') tutto. Non si avverte su di sé lo sguardo del Padre. Ci si dimentica che Dio ama senza condizioni.
Una seconda possibilità – solo in apparenza opposta alla prima – è quella della frenesia per cui, sotto il peso della colpa ma anche di un senso di colpa che pervade ogni fibra e incombe, l'anima inquieta diventa affannata, preda di una tensione da cui urge liberarsi ma che non perviene ancora a tradursi

[1] Solo un riferimento agile, che si presterebbe a essere approfondito attraverso la letteratura scientifica di riferimento: https://istitutosantachiara.it/quando-il-senso-di-colpa-e-patologico/.

in salutare pentimento. Chi sperimenti un tale senso di colpa, dunque una *emotività* accentuata [dove, anche etimologicamente, *si è mossi anziché muovere*], dovrà pertanto trovare il canale di sfogo del senso di colpa; il modo per alleggerirne la pressione che rischia di diventare ingovernabile e ingestibile. Ci si trova dinanzi a un "figliol prodigo" che si precipitasse alla casa del padre per raccontare la propria storia, indisponibile tuttavia, sin dall'inizio, a lasciarsi accogliere, sanare e rivestire. Il padre, per così dire, non avrebbe nemmeno il tempo di abbracciarlo e di mettergli l'anello al dito!

A mancati penitenti (Scenario 1: 'tanto sono così, anche se mi confesso non cambia niente, chi me lo fa fare… non sono nemmeno degno di perdono') si affiancano dunque penitente affannati, irraggiungibili pur nella loro incombente prossimità (Scenario 2).

A chi non varca la soglia del confessionale (Scenario 1) si affianca chi corre a confessarsi (Scenario 2) ogniqualvolta ciò lo aiuti a gestire il senso di colpa e a scaricarne la pressione, rendendola (per qualche giorno) psicologicamente più sostenibile. Ma non vi è alcun sincero cammino di conversione. In entrambi i casi, manca un percorso di presa in carico di sé, di responsabilizzazione, di cambiamento e soprattutto di affidamento. Il chiedere perdono (Scenario 2) diventa una pratica da sbrigare dinanzi alla propria coscienza, e questo per sgravarsi di un peso, per sentirsi a posto. Ciò può rasentare l'autolegittimazione e il ricorso a Dio, per il tramite del confessore, è sottilmente strumentalizzato. Nella confessione il protagonista è il penitente, solo, al centro di una *pièce* che egli stesso ha predisposto e in cui recita la parte del protagonista.

Sia l'immobilismo sia l'eccesso di dinamismo – un dinamismo di superficie, privo di profondità e spessore – evitano alla persona di maturare e cambiare.

Il senso di colpa può far implodere la persona su se stessa, non portandola né all'incontro col Volto di Dio né al suo prossimo, eventualmente leso. C'è tanta solitudine. Mancano le condizioni per una svolta e – qualora non adeguatamente accompagnati dal confessore – si potrebbe continuare a entrare e uscire dal confessionale senza alcun reale pentimento, senza fermi propositi, senza conversione della vita.

La sensazione può alle volte essere che il penitente pretenda di auto-applicarsi un farmaco che egli stesso si è prescritto e somministrato, ma è privo di efficacia.

Poiché inoltre «*Dio ci dona la forza di ricominciare. È scoprendo la grandezza dell'amore di Dio che il nostro cuore viene scosso dall'orrore e dal peso del peccato e comincia a temere di offendere Dio con il peccato e di essere separato da lui. Il cuore umano si converte guardando a colui che è stato trafitto dai nostri peccati*» (cf. *CCC* 1432), la persona in cui domina il senso di colpa resta in sostanza impermeabile ad *altri* e all'Altro, che pure con amorosa insistenza continua a bussare alla porta del suo cuore.

(4) Il dispiacere, tra apertura e persistente auto-centratura.

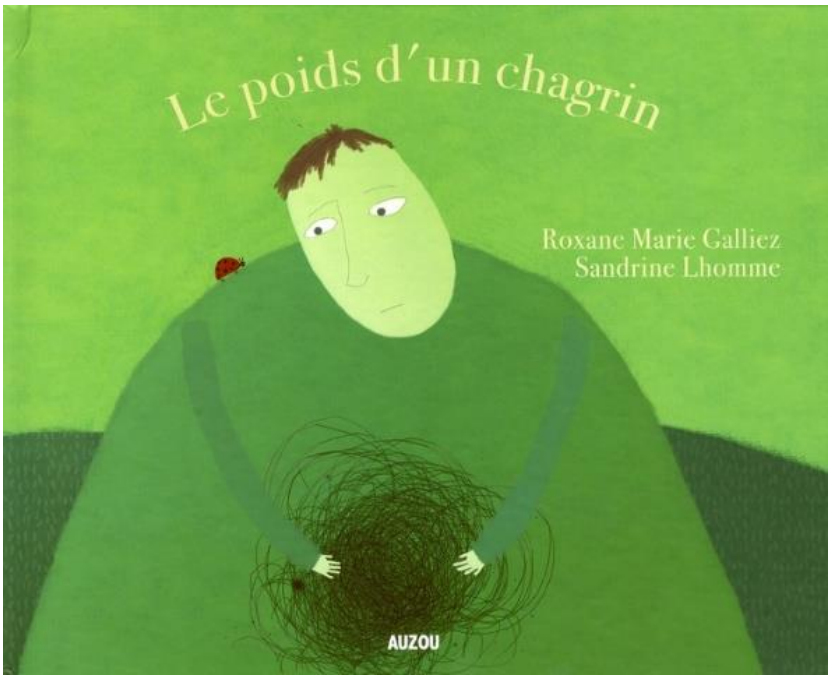
Etimologicamente, il dispiacere (seconda tappa del nostro itinerario) pare richiamare l'ambito semantico del pentimento/penitenza, poiché in latino "mi dispiace" si traduce "*me paenitet*".

L'espressione dispiacere include tuttavia *dis/dus* + *piacere* che intercetta il gusto personale (piacere), volto però in tonalità negativa (*dus*): nel dispiacere vi è dunque un disallineamento tra ciò che si desidera o cui si ambisce e la percezione di una dissonanza, che si impone al gusto; c'è qualcosa che risveglia il sentire e porta a individuare il suo *correlato intenzionale* come disfunzionale e da respingere.

Eppure, tale dis-gusto rimane confinato nell'ambito soggettivo: si ha sì una qualche consapevolezza del male commesso e del "dispiacere" (non del dolore!) che ne consegue, tuttavia il soggetto resta ripiegato su di sé.
Il dispiacere manca di prospettiva e di apertura e ciò mi pare emergere, ad esempio, da tanti casi di cronaca dei nostri giorni, in cui soprattutto i giovanissimi che si macchiano di reati sono privi della capacità di metterne a fuoco cause, gravità e conseguenze: al massimo si dispiacciono e si scusano per quanto commesso, pur attestando una persistente immaturità e una mancanza di pentimento in senso stretto.



È come se il loro nucleo ontologico più profondo non ne venisse scalfito né interpellato.
Una scultura, forse poco nota, custodita a Parigi al Musée d'Orsay – *Le poids du chagrin* – mostra una figura umana dal capo piegato, con le mani raccolte in grembo e il peso del corpo (di un corpo abitato dallo *chagrin* che è dispiacere velato di melanconia) "scaricato" su ciò che potrebbe apparire un bastone conficcato nel terreno. Pensata all'origine per una tomba, denota in modo plastico che il dispiacere rischia di imprigionare e trattenere.
Anche da un punto di vista semantico, il dispiacere viene inoltre contrapposto a tutto ciò che ha afflato di vita e prospettiva di futuro: provare dispiacere, come evidenzia *Treccani*,[2] è contrario ad "allietarsi", "gioire" e "rallegrarsi", richiamando piuttosto il "pesare" [il "gravare"].
A differenza del senso di colpa, nel dispiacere un piccolo raggio di luce perciò si fa strada (il dispiacere è dispiacere per qualcosa commesso da me che ha magari conseguenze fuori di me), restando tuttavia ancora imbrigliato all'interno della persona e nel mondo del suo solo sentire. Manca il *protendersi-verso* ed è difficile *lasciarsi raggiungere e toccare dallo sguardo, dalla carezza, dalla benevolenza di Dio*. Dispiacere e rammarico mantengono l'anima in una postura di introversione.



Il dispiacere è un dolore solo embrionalmente relazionale, mentre appare come un "groviglio" da "abbracciare", evitando di separarsene, consegnandolo e consegnandosi.

[2] https://www.treccani.it/vocabolario/dispiacere/.

(5) Il pentimento: la fuoriuscita da sé e il dono dei vincoli.

Del tutto diverso è il *pentimento*. Con esso – che il *Devoto Oli* definisce «*il riconoscimento di una propria colpa associato, sul piano morale, a un atteggiamento di autocondanna e, su quello religioso, al fermo proposito di non più ricadervi*» – mi pare si varchi una vera e propria frontiera, addentrandosi in un territorio nuovo, del tutto dissimile dai precedenti: quello che (con terminologia forse troppo "tecnica") si potrebbe chiamare il *regno dell'oggettività*: l'ambito di tutto ciò cui si riconosce una "consistenza" ontologica, certamente percepita da una coscienza ben formata e tuttavia irriducibile al mero *sentire*, alla percezione soggettiva di essa.
Mentre – in altri termini – il dispiacere insiste ancora in una dinamica soggettiva ('capisco di aver sbagliato perché "ci sto male"' -come oggi molti dicono- ma questo "starci male" non necessariamente conduce al di là di sé), il pentimento dischiude il regno dell'oggettività, del valore intrinseco di cose e persone, della loro caratura ontologica *al di là e a prescindere da come io le percepisca o esse in me risuonino*.
Nel pentimento appare una prospettiva di ulteriorità e di relazionalità tipica dell'autentica esperienza di conversione.
Chi si pente, in qualche modo sta finalmente dinanzi al volto di Dio e del fratello, e non solo al proprio volto deturpato o al proprio sentire dispiaciuto e attraversato dal disappunto; prende coscienza del male commesso; se ne sente responsabile; si avverte chiamato in causa quale agente libero, nel contesto di un "noi" che invoca – quasi per necessità vitale – l'urgere di una soddisfazione (cf. celebrazione del sacramento) e riparazione. Chi si pente si lascia anzitutto guardare, toccare, raggiungere. Come l'apostolo Pietro, piange dopo che gli occhi amorosi di Gesù si sono posati su di lui (Lc 22,61-62).
Emerge qui la figura di fra Cristoforo, resa celebre da Alessandro Manzoni per la gravità del suo peccato [di omicidio] e la serietà della sua condotta successiva, che lo porterà non solo a mutare completamente tenore di vita, ma a farsi custode del *pane del perdono*, segno di una riconciliazione fattiva e dunque dell'aver ritessuto vincoli di concordia e di pace, più forti della violenza e della morte. Un pane da portare con sé, da condividere, da rendere segno di qualcosa di più grande, da mettere in mano ad altri (Renzo e Lucia) perché le loro stesse esistenze ne siano trasfigurate.



Appartiene al pentimento sincero il *dono dei vincoli*, sorretto da una *postura esistenziale centrifuga anziché centripeta* (cf. senso di colpa), per cui la percezione della colpa è un tutt'uno con la presa di coscienza delle sue conseguenze e con la ferma volontà di fare il possibile per ripristinare la giustizia. Chi si pente si accorge della gravità del peccato e vuole – come Zaccheo – dare la metà di ciò che possiede ai poveri e restituire "quattro volte tanto" a chi aveva frodato (cf. Lc 19,8), rendendosi pertanto disponibile a rimettersi in discussione e a pagarne le conseguenze. È testimone di una vita cambiata e trasfigurata, all'insegna della solidarietà.
Trova qui posto sia il valore profondamente umanizzante e nobilitante della giusta pena, comminata con equità e scontata con docilità, sia ciò che l'Ordinamento italiano qualifica quale «pentimento

operoso»[3] o «ravvedimento operoso»:[4] «la Circostanza attenuante comune […] che opera a favore dell'agente che si sia adoperato, prima del giudizio, in modo spontaneo ed efficace per elidere o attenuare le conseguenze del reato»[5]. «Denominato anche *ravvedimento post delictum*», esso «presuppone non solo la *volontarietà* ma anche la *spontaneità* del comportamento riparatore in quanto deve essere determinato da motivi interni e non da ragioni meramente opportunistiche»[6].

Al di là dei tecnicismi giuridici, che lascio sullo sfondo e ascrivono il pentimento operoso a una fattispecie assai specifica, è bella e filosoficamente eloquente l'espressione di *pentimento/ravvedimento operoso* ed essa può suggerire che il vero pentimento è sempre dinamico, in fuoriuscita da sé: esperienza di incontro, diventa cammino di concordia.

Non è forse un caso che all'atteggiamento statico o affannato di chi è preda del senso di colpa, e al relativo ripiegamento su di sé di chi si limita a provare dispiacere (rammaricandosi, ma facendo poco o nulla per cambiare le cose), si contrapponga la concretezza del pentimento che quasi esige di farsi gesto e tradursi in azione: ci sono gesti penitenziali in parte codificati dalla tradizione e che hanno trovato a tratti anche una propria espressione e ritualizzazione storica. Si pensi al vestirsi "di sacco e di cenere", ai gruppi di penitenti del Medioevo e alla stessa categoria del "penitente pubblico", segnalato come tale e chiamato a un percorso di "purificazione" e di reinserimento progressivo nella comunità.

Anche se oggi tali atteggiamenti possono apparire eccessivi e non sono da riproporre in quanto tali – il Catechismo della Chiesa Cattolica insiste sulla penitenza interiore, e sottolinea «*Come [dopo i] profeti, l'appello di Gesù alla conversione e alla penitenza non riguardi anzitutto opere esteriori, "il sacco e la cenere", i digiuni e le mortificazioni, ma la conversione del cuore, la penitenza interiore [senza cui] le opere di penitenza rimangono sterili e menzognere*» (cf. *CCC* 1430) – resta il fatto che il pentimento, se è sincero, urge di esprimersi all'esterno, di dire la verità e di fare verità, di venire alla luce, di ammettere la colpa e impegnarsi nella riparazione[7]. È privo di reticenze e falsi pudori.

Papa Francesco ci ha insegnato ad affiancare alle parole "grazie" e "permesso" la parola "scusa" e Papa Leone, da buon Agostiniano, insiste a più riprese sul valore dell'amicizia e della concordia.

Benché il pentimento nasca nell'anima e provenga dal cuore, non si può dimenticare che il cristiano dovrebbe essere quell'uomo e quella donna capace di porre gesti di pentimento e riconciliazione *pubblici*: dalla confessione delle colpe all'inizio della Messa all'auspicata riconciliazione prima di presentare le offerte all'altare (preservata per esempio dalla liturgia ambrosiana che anticipa lo scambio della pace agli istanti che precedono e accompagnano l'offertorio, cf. Mt 5,23-24); dalla disponibilità ad attendere il proprio turno fuori dal confessionale, accettando di essere visti dagli altri quali si è – poveri peccatori bisognosi di riconciliazione e intenti a "bussare" perché sia loro aperto – al gesto stesso di inginocchiarsi all'atto dell'accusa delle colpe ecc.

Se è sincero, il pentimento induce a non voler mai apparire migliori di quello che si è e c'è una plasticità del gesto che esplica la sincerità del cuore.

---

[3] https://dizionari.simone.it/1/pentimento-operoso

[4] https://www.brocardi.it/codice-penale/libro-secondo/titolo-vii/capo-i/art463.html

[5] Cf. https://dizionari.simone.it/1/pentimento-operoso.

[6] Cf. *ivi*.

[7] Il digiuno, la preghiera e la penitenza ne sono eccellenti mezzi, raccomandati dalla sapienza della Chiesa, e il Catechismo rammenta che «*la conversione si realizza nella vita quotidiana attraverso gesti di riconciliazione, attraverso la sollecitudine per i poveri, l'esercizio e la difesa della giustizia e del diritto, attraverso la confessione delle colpe ai fratelli, la correzione fraterna, la revisione di vita, l'esame di coscienza, la direzione spirituale, l'accettazione delle sofferenze, la perseveranza nella persecuzione a causa della giustizia. Prendere la propria croce, ogni giorno, e seguire Gesù è la via più sicura della penitenza*» (cf. *CCC* 1435).

(6) La contrizione: unificazione della persona e consegna di sé senza ritorno.

Al quarto passaggio dell'itinerario si trova la "contrizione", che proverei a descrivere quasi come *il fiore e il frutto* del pentimento, vale a dire la sua espressione più piena, esatta e bella.
Essa viene definita dal Concilio di Trento «*[…] dolore dell'anima e […] detestazione del peccato commesso[,] con il proposito di non peccare più*» (sess. 14, c. 4; DB, 897)» e non è pertanto (cf. *supra*) «*un sentimento vago ma un deciso atto della volontà, che, conosciuta tutta la deformità del peccato, lo fugge e lo detesta nutrendo il fermo proposito di non ricadervi per l'avvenire*».
La contrizione «*tra gli atti del penitente, […] occupa il primo posto [ed] è "il dolore dell'animo e la riprovazione del peccato commesso, accompagnati dal proposito di non peccare più in avvenire"*» (cf. *CCC* 1451).
C'è dunque dolore anziché mero dispiacere; riprovazione del peccato commesso (= 'è male') anziché disappunto ('ci sono ricascato!'); fermo proposito di non più peccare anziché blocco nel presente o fuga nel passato.
Dono di Dio anche se imperfetta (e detta perciò attrizione), la contrizione in senso pieno (detta allora contrizione di carità) «*rimette le colpe veniali; ottiene anche il perdono dei peccati mortali, qualora comporti la ferma risoluzione di ricorrere, appena possibile, alla confessione sacramentale* (cf. *CCC* 1452)».
Antropologicamente, la contrizione dischiude la strada di una unificazione profonda della persona, nel suo percorso di riconciliazione. Dono che non ci si può dare da se stessi ma che richiede l'assenso della volontà e la docilità del cuore alla Grazia sempre sovrabbondante di Dio, essa concorre potentemente a restaurare l'uomo interiore e a ripristinare le relazioni con Dio, con gli altri, con se stessi e con il mondo delle cose e dei beni.
Si potrebbe qui pensare a tante figure care a Dante e situate sia nel *Purgatorio* (dove le anime ammettono con docilità le proprie colpe e riconoscono la giustizia dell'agire di Dio) sia del *Paradiso*, in cui sfolgora infine tutta la bellezza di chi si è lasciato conquistare e trasfigurare dall'Amore.
La contrizione diventa una promessa di vita, un lasciapassare a qualcosa di nuovo; l'inizio di un'altra vita già da questa vita.
Qui i vissuti hanno guadagnato finalmente la profondità loro propria e interpellato e mosso nell'intimo la libertà e la capacità di vero e di bene della persona. Allora, sul volto della persona contrita e pentita, sfolgora la luce silenziosa di una vita riconciliata, in pace e che mette pace attorno a sé.

(7) Quattro esempi.

Vorrei infine provare a concludere questo mio intervento richiamando, in breve, quattro figure di santità. Il riferimento ad esse mantiene un valore più evocativo che argomentativo e consegna tre atteggiamenti dinanzi alla confessione, più una ammonizione finale.
Un primo esempio è quello di Jacques Fesch (1930-1957), giovane francese che si macchiò di omicidio nel tentativo di sfuggire all'arresto, a seguito di una rapina finita male, e che entrò in carcere indifferente alla religione e arrabbiato, per incontrarvi il Volto misericordioso di Gesù, la tenerezza di Maria e un pentimento che lo portò a ritessere legami tralasciati o sciupati, attestando dall'angusto spazio della cella un dinamismo di bene che lo ha portato a varcare i confini della prigione, a essere conosciuto da un numero sempre maggiore di persone e a diventare un punto di riferimento per tanti.
L'isolamento che lo obbliga a rientrare in se stesso, un avvocato d'eccezione che è terziario carmelitano e farà per lui il Cammino di Santiago, il ritorno ai sacramenti e l'amicizia con alcuni

consacrati mutano quest'uomo, portandolo a divenire esempio di pentimento e contrizione operosa. Egli parlerà delle "*scorie bruciate poco a poco*" e della "*possibilità del perdono totale*".
Il secondo esempio è quello di Teresa di Lisieux che (seppur non in riferimento alla confessione) attesta a più ripresa una fiducia immensa nell'amore misericordioso di Dio, orientando tante anime ad accoglierlo nella propria vita. Sua è per esempio l'espressione: «*Sì lo sento, anche se avessi sulla coscienza tutti i peccati che si possono commettere, andrei, con il cuore spezzato dal pentimento, a gettarmi tra le braccia di Gesù, perché so quanto ami il figliol prodigo che ritorna a Lui» (Ms C, 36v-37r)*». Teresa comprende inoltre come, benché la distanza tra Dio e la sua piccola creatura resti sempre infinita, sarebbe sciocco non accettare il Suo invito, con la scusa di non conoscere il "galateo di corte" del Re e di ritenersi, in definitiva, inabili a stare al suo cospetto. In altri termini, *la misura la dà Dio, non noi*. È lui stesso a fornire l'abito nuziale, anche se spetta a noi accettare di indossarlo per essere ammessi alla Sua presenza (cf. Mt 22,12).
Il terzo esempio è quello di don Silvio Galli (1927-2012), sacerdote salesiano, esorcista, grande confessore. Benché egli stesso ricorresse con frequenza al sacramento della confessione ed esortasse tutti a confessarsi, sempre pronto ad accogliere chiunque bussasse alla sua porta, vigilava affinché la preparazione fosse ben fatta e si incaricava egli stesso di accompagnare le persone affinché il sacramento non fosse sminuito né sciupato. Sue, per esempio, sono queste parole: «*guardiamo un po' come sono le nostre confessioni. È sbagliato dire "le nostre confessioni", perché la confessione è un momento del Sacramento e non sempre il maggiore. Vediamo come noi ci disponiamo al Sacramento del nostro rinnovamento spirituale: la Riconciliazione. Come ci disponiamo? Alle volte siamo presi un po' dalla fretta: abbiamo invocato lo Spirito Santo? Riconosciamo che quello è un momento proficuo di Grazia? Se io so che domani vado a confessarmi, perché non impegnare la giornata […] come un momento di preparazione, come una penitenza anticipata? Di modo che quando io vado a quel sacramento, in quel momento è una festa, la festa di una conversione già in atto, già avvenuta; è la conferma. Il perdono del Padre conferma la mia conversione e il figlio che ritorna è già convertito. L'abbraccio del Padre è l'ultimo atto di questa conversione. Quando vado a confessarmi e sento la voce del ministro dire: "Io ti assolvo dai tuoi peccati", quelle parole sono l'atto finale grandioso e il riconoscimento mio e del dono del Padre di un grande atto di Amore*».
Infine, il giovane David Buggi (1999-2017) volle incontrare, prima di morire, tanti amici, tanti giovani: offrì e mediò fino all'ultimo perché molti potessero trovare la strada del bene e di Dio.

Sono solo quattro accenni a figure dalle quali si impara anzitutto quanto grande sia la misericordia di Dio; quanto forte risuoni il Suo invito, che urge accettare; quanto al tempo stesso sia grande la responsabilità e la cura di cui dobbiamo rivestirci per corrispondere a un tale Amore e fare il possibile affinché anche gli altri lo incontrino.

Grazie!
Lodovica Maria Zanet
zanet@unisal.it