

Il Sacramento della **Penitenza** è fondamentale nel cammino di fede. Mediante l'azione dello Spirito Santo il penitente, accostandosi con piena contrizione dei suoi peccati e con sincero desiderio di allontanarsi dal peccato commesso, viene riportato alla purezza battesimale.

Perché si possa parlare di un vero cammino di fede, in costante atteggiamento di conversione, sicuramente si rivela indispensabile la **Confessione** frequente. Non ci si può dare da sé conversione, non è realizzata dal semplice sforzo ascetico personale, ma rendendo disponibile il proprio cuore all'azione di Dio mediante lo Spirito, unendo questo sacramento a quello eucaristico. Quindi un appuntamento mensile con questo sacramento è l'ideale, anche per potersi accostare all'Eucaristia stessa, che necessita d'essere in condizione di Grazia.