

EXAME DE CONSCIÊNCIA

ANTES DA CONFISSÃO

REFLETE sobre a tua condição de pecador e sobre a misericórdia do Senhor.

Jesus diz:

«Eu não vim chamar os justos, mas os pecadores» (Mt 9, 13).

«Haverá mais alegria no Céu por um só pecador que se arrepende, do que por noventa e nove justos que não precisam de se arrepender» (Lc15,7).

«Se perdoares aos outros as ofensas que eles vos fizerem, também vosso Pai celeste vos perdoará. Mas, se não lhes perdoares, também o vosso Pai não vos perdoará» (Mt 9,13).

EXAMINA A TUA CONSCIÊNCIA para recordares e reconheceres os teus pecados.

I- O Senhor diz: «Amarás o Senhor teu Deus com todo o teu coração e com toda a tua alma» (Dt 6, 5).

Que lugar ocupa Deus na minha vida? Amo verdadeiramente a Deus com todo o meu coração, ou vivo apenas preocupados com as coisas materiais – trabalho, negócios, riquezas, bem-estar temporal?

Procuo cultivar a minha fé e a minha formação cristã, participando de cursos, lendo a Bíblia, o catecismo, etc.?

Rezo todos os dias e procuro que os meus familiares também rezem? Participo habitualmente da Missa aos domingos e dias santos, ou falto sem motivo justificado?

Respeito os bens alheios? Recusei-me, sem razão, a dar ou a emprestar?

Consagro a Deus o meu trabalho, estudo, doença? Nas dificuldades, recorro a Deus com fé e perseverança, ou consulto benzedeadas?
Tenho promessas para cumprir?

Colaboro nas atividades apostólicas da minha paróquia, ou vivo completamente à margem?

II- O Senhor diz: "amai-vos uns aos outros como Eu vos amei" (Jo. 15, 12)

Reparto os meus bens com os que são mais pobres do que eu? Ou sou avarento e egoísta, querendo sempre o melhor para mim?

Dedico algum do meu tempo aos doentes, à catequese, aos marginalizados? Por quanto depende de mim, defendo os oprimidos, ajudo os infelizes, os estrangeiros, os de outras raças?

Sou honesto no emprego, sério no trabalho e nos negócios? Pago salários justos e os impostos?

Apodero-me do que não é meu? Prejudico os outros?

Engano-os? Faço juízos temerários, critico, rogo pragas, alimento ódio contra alguém?

Como filho: sou obediente e respeitador com os meus pais? Ajudo-os nas necessidades espirituais e materiais? Dou-me bem com os irmãos? E respeito e ajudo os meus avós, visitando-os ou falando com eles?

Como pai ou mãe: sou solícito na educação e formação cristã dos meus filhos? Sou demasiado exigente e intolerante para com as suas faltas, originando conflitos desnecessários?

Como marido ou esposa: sou fiel e amo com todo o coração? Observo a lei moral e cristã no uso do matrimónio? Aceito como dom de Deus os filhos, ou tento eliminá-los, provocando o aborto? Aconselhei ou colaborei para que alguém fizesse o mesmo?

III- O Senhor diz: "Sede perfeitos, como o vosso Pai do Céu" (Mt. 5, 48)

Procuro viver na presença de Deus, fazendo o possível para lhe agradar, ou vivo como se Deus não existisse? Recorro ao sacramento da reconciliação quando tenho necessidade? Comungo com frequência?

Suporto com paciência e espírito de fé as contrariedades da vida?

Guardo os meus sentimentos e todo o meu corpo na pureza e na castidade, como templo que sou do Espírito Santo?

Na condução de veículos, respeito as regras de trânsito? Uso todas as cautelas para não pôr em risco a minha própria vida e a dos outros?

Abuso da comida ou da bebida? Tomo ou contribuo para que os outros tomem drogas prejudiciais à saúde?

Provoco escândalo com as minhas conversas, atitudes, maneiras de vestir?
Deleito-me a ver filmes, programas de TV ou fotografias imorais?

ARREPENDE-TE invocando a misericórdia de Deus

Tende piedade de mim, ó Deus, pela vossa grande misericórdia a apagai os meus pecados. Criei em mim, ó Deus, um coração puro (do Salmo 50).

MEU DEUS, PORQUE SOIS TÃO BOM,
TENHO MUITA PENA DE VOS TER OFENDIDO.
AJUDAI-ME A NÃO TORNAR A PECAR.

JUNTO DO SACERDOTE

NA CONFISSÃO

CONFESSA-TE apresentando-te ao sacerdote e, com muita naturalidade, confessa os teus pecados. Esforça-te por ser claro.

Há outras pessoas que esperam para serem atendidas.

Terminada a confissão, o sacerdote pronuncia as palavras de absolvição fazendo sobre ti o sinal da cruz.

CORAGEM, FILHO! OS TEUS PECADOS ESTÃO PERDOADOS.

VAI EM PAZ E O SENHOR TE ACOMPANHE! (MT. 9, 2)

DE REGRESSO AO TEU LUGAR

APÓS A CONFISSÃO

AGRADECE a Deus repetindo algumas destas expressões:

A bondade do Senhor veio em meu auxílio!

A minha alma glorifica ao Senhor e o meu coração exulta de alegria em Deus, meu Salvador! (Lc 1, 46-47).

Dou-vos graças, Senhor, por todos os vossos benefícios.

Cumpra a penitencia que recebeste do confessor e recorda-te que o melhor sinal de uma confissão bem-feita é a emenda da vida.