

# GUIA <sup>PARA</sup> PREPARAR A CONFISSÃO

(PARA ADULTOS)

“A confissão é um sacramento que tem por finalidade o perdão dos pecados cometidos depois do Batismo; a recuperação do estado de graça; se perdido; a remissão da pena eterna merecida por causa dos pecados mortais e, ao menos em parte, das penas temporais que são consequência do pecado; a paz e a serenidade da consciência, e a consolação do espírito; o acréscimo das forças espirituais para o combate cristão.  
(cf. Compêndio do Catecismo da Igreja, n. 310)”

Neguei ou abandonei a minha fé? Tenho a preocupação de conhecê-la melhor? Recusei-me a defender a minha fé ou fiquei envergonhado dela? Existe algum aspecto da minha fé que eu ainda não aceito?

Disse o nome de Deus em vão? Pratiquei o espiritismo ou coloquei a minha confiança em adivinhos ou horóscopos? Manifestei falta de respeito pelas pessoas, lugares ou coisas santas?

Faltei voluntariamente à Missa nos domingos ou dias de preceito?

Recebi a Sagrada Comunhão tendo algum pecado grave não confessado?

Recebi a Comunhão sem agradecimento ou sem a devida reverência?

Fui impaciente, fiquei irritado ou fui invejoso?

Guardei ressentimentos ou relutei em perdoar?

Fui violento nas palavras ou ações com outros?

**Colaborei ou encorajei alguém a fazer um aborto ou a destruir embriões humanos, a praticar a eutanásia ou qualquer outro meio de acabar com a vida?**

**Tive ódio ou juízos críticos, em pensamentos ou ações? Olhei os outros com desprezo?**

**Falei mal dos outros, transformando o assunto em fofoca?**

Abusei de bebidas alcoólicas? Usei drogas?

Fiquei vendo vídeos ou sites pornográficos? Cometi atos impuros, sozinho ou com outras pessoas?

Estou morando com alguém como se fosse casado, sem que o seja?

## 1 FAÇA UM EXAME DE CONSCIÊNCIA



Comece com uma oração:

“Meu Deus, dai-me luz para conhecer os pecados que cometi; as suas causas e os meios de evitá-los.”

## 2

Para ajudar, siga os itens a seguir que auxiliam a fazer o exame de consciência.

Se sou casado, procuro amar o meu cônjuge mais do que a qualquer outra pessoa? Coloco meu casamento em primeiro lugar? E os meus filhos? Tenho uma atitude aberta para novos filhos?

Trabalho de modo desordenado, ocupando tempo e energias que deveria dedicar à minha família e aos amigos?

Fui orgulhoso ou egoísta em meus pensamentos e ações? Deixei de ajudar os pobres e os necessitados?

Gastei dinheiro com o meu conforto e luxo pessoal, esquecendo as minhas responsabilidades para com os outros e para com a Igreja?

Disse mentiras? Fui honesto e diligente no meu trabalho? Roubei ou enganei alguém no trabalho?

Cedi à preguiça? Preferi a comodidade ao invés do serviço aos demais?

Descuidei a minha responsabilidade de aproximar de Deus os outros, com o meu exemplo e a minha palavra?

PRONTO!

Depois da confissão diga um Ato de Contrição



**Ato de Contrição**

**“Meu Deus, eu me arrependo de todo o coração de vos Ter ofendido, porque sois tão bom e amável.**

**Prometo, com a vossa graça, esforçar-me para ser bom. Meu Jesus, misericórdia!”**