

ESQUEMA PARA EXAME DE CONSCIÊNCIA II

C.f. o “Missal Dominical”, São Paulo: Ed. Pincar Ltda, 1961, com aprovação eclesialística.

INSTITUIÇÃO

Jesus exerceu o poder de perdoar pecados, por exemplo, quando curou o paralítico. Deu esse poder aos apóstolos para a salvação das almas: Em verdade, eu vos digo, tudo o que ligardes na terra será ligado no céu, e tudo o que desligardes na terra será desligado também no céu (Mt 18,18). Tudo o de que a Igreja necessita, tem. E nesse tudo está incluído o poder de perdoar os pecados, pois que o fim da Igreja é a salvação das almas. E Jesus mesmo claramente disse, após a Ressurreição: “A paz seja convosco ... como meu Pai me enviou assim também eu vos envio”. Dizendo isto, soprou e lhes disse: Recebei o Espírito Santo; àqueles a que perdoardes os pecados, ser-lhes-ão perdoados, e àqueles a quem os retiverdes, ser-lhes-ão retidos (Jo 20, 21-22).

OBRIGAÇÃO

Confessar-se ao menos uma vez cada ano – é o que diz o 2º Mandamento da Igreja. Mas o bom cristão procura confessar-se frequentemente. Depois do Batismo, é só a Confissão que apaga os pecados mortais, exceto em caso de impossibilidade em que basta um ato de contrição perfeita com o desejo de se confessar. Convém frequentar este sacramento para aumento da graça e o robustecimento de nossa alma contra o mal.

MODO DE CONFESSAR-SE

Para fazer boa Confissão são precisas cinco coisas:

- 1) Exame de consciência: lembrar os pecados cometidos.
- 2) Arrependimento: ter pena e verdadeira dor de ter ofendido a Deus e detestar o pecado.
- 3) Propósito: prometer não pecar mais.
- 4) Confissão: contar todos os pecados (mortais, obrigatoriamente; os veniais, facultativamente), ao padre para ele, em nome de Deus, nos perdoar.
- 5) Satisfação: Executar a penitência que o padre impuser. Praticamente.

MANDAMENTOS DA LEI DE DEUS

1º MANDAMENTO: Amar a Deus sobre todas as coisas.

- Deixei de rezar a oração da manhã e da noite por negligência? (pecado venial)
- Rezei orações sem devoção, rindo-me ou voluntariamente distraído? (pecado venial)
- Neguei alguma verdade da fé? (pecado mortal)
- Falei contra a Religião: zombei de coisas santas, p.ex., da Santa Missa? (pecado mortal ou venial, conforme a matéria e o modo)

- Mandei consultar espíritas, feiticeiros, benzedeiros ou cartomantes? Fiz feitiços ou usei devoções supersticiosas? (pecado mortal; pode ser venial se for sem plena advertência ou conhecimento)
- Desconfiei de Deus, murmurando contra Ele, entregando-me ao desânimo nas desgraças e até ao desespero? (pecado venial muitas vezes; mortal se há desespero da misericórdia de Deus ou da salvação)
- Pequei e continuei a pecar contando com a misericórdia divina? (pecado mortal)
- Esperei não perder a vida, por milagre de Deus, expondo-me ao risco da vida ou a outro grave perigo? (pecado mortal; venial se não houve plena advertência)

2º MANDAMENTO: Não tomar o santo nome de Deus em vão

- Disse o nome de Deus ou dos santos sem respeito? (pecado venial)
- Jurei falso? (se for verdadeiro juramente falso, é pecado mortal)
- Jurei à toa? (pecado venial)
- Roguei pragas, proferi maldições? (pecado mortal; venial, se for sem plena advertência, ou a matéria leve)
- Blasfemei, disse injúrias contra Deus ou os santos? (pecado mortal)
- Não cumpri as promessas que eu fiz a Deus e aos santos? (é grave, se a matéria o for e se se teve a intenção de ficar gravemente obrigado. Caso contrário, é leve)

3º MANDAMENTO: Guardar domingos e festas de guarda

- Faltei por minha culpa à Missa toda ou grande parte dela nos domingos e festas de guarda? (pecado mortal; venial se a parte omitida não é das principais e for pequena)
- Trabalhei nos domingos e dias santos sem necessidade? - diga que trabalho foi e quanto tempo (pecado mortal, conforme o trabalho e o tempo)

4º MANDAMENTO: Honrar pai e mãe

- Desobedeci, contrariei ou aborreci ou faltei com o respeito a meus superiores? (é geralmente leve; pode ser grave se a matéria é grave)
- Deixei de socorrê-los nas necessidades? - diga em que foi (pecado mortal ou venial conforme a matéria e as circunstâncias)
- Desejei a meus pais grande (pecado mortal) ou pequeno mal (venial)?

Examinem os pais a consciência a respeito de seus filhos: se não houve descuido da sua educação e instrução religiosa; se lhes deram bons exemplos; se não deixaram faltar-lhes o necessário. Para aqueles que são patrões, a respeito dos funcionários: se os trataram bem, pagaram o devido salário, deram instrução e tempo para o cumprimento dos deveres religiosos. Os cidadãos a respeito do amor à Pátria: revolta contra a devida autoridade; pagamento de impostos e defesa do seu território. Os eleitores examinem se votaram ou não, e em quem

votaram: se em pessoas competentes e de princípios cristãos, ou em outros só por serem amigos.

5º MANDAMENTO: Não matar

- Briguei com meus irmãos ou outras pessoas? Injuriei, maltratei-os? (pecado venial; mortal quando há gravidade nestes maus tratos)
- Matei? Procurei matar? Desejei matar? (pecado grave) Provoquei aborto? (grave e excomunhão) Provoquei acidentes de trânsito? Fui imprudente ao guiar?
- Feri alguém? (conforme o ferimento é grave ou leve)
- Tive raiva e inimizade, desejo de vingança? (pecado mortal ou venial segundo o tempo longo ou curto e a matéria for leve)
- Fiz os outros pecarem por maus exemplos, conselhos, palavras ou obras? (pecado mortal ou venial segundo o pecado de que fomos causa)

6º E 9º MANDAMENTO: Não pecar contra a castidade. Não desejar a mulher do próximo

Todos os pecados de luxúria ou impureza são mortais, exceto se não há advertência e pleno consentimento. Os pecados, porém, de impudicícia ou imodéstia podem ser graves ou leves: depende isto do maior ou menor perigo de impureza, do escândalo que causa e da intenção da pessoa.

- Pensei involuntariamente em coisas desonestas?
- Quis ver, ouvir, falar, ler ou fazer coisas desonestas? (dizer com que classe; homem ou mulher, parente ou não, etc., sem citar nomes)
- Olhei com prazer, falei, ouvi coisas desonestas?
- Vi figuras ou li escritos imorais? Mostrei e emprestei-os a outros? (a quantos outros e onde ficaram tais escritos?)
- Trajei roupas indecentes? Decotes exagerados? Faltei à modéstia ao vestir-me ou despir-me ou em outras ocasiões?
- Fiz ações desonestas ou deixei que as fizessem em mim? Com parentes, com pessoas do mesmo ou de outro sexo? (dizer se é casado ou não, e se a pessoa com que se fez o é ou não)
- Evitei filhos no matrimônio? Tomei remédios ou coisas semelhantes para tal fim?
- Ensinei, provoquei ou ajudei a outros por palavras, ações, etc., a cometerem o pecado desonesto?
- Expus-me a ocasiões próximas de pecado, como são certas pessoas ou companhias, teatros e bailes indecentes, lugares suspeitos, livros obscenos?
- Os noivos examinem-se sobre se foram castos com suas noivas. Os jovens, sobre os bailes, as danças, filmes indecentes, os livros obscenos.

7º MANDAMENTO: Não furtar. Não cobiçar as coisas alheias

Pecados graves ou leves: segundo os objetos injustamente tirados ou segundo as circunstâncias.

- Furtei? Desejei furtar alguma coisa?
- Aceitei, comprei ou tive coisas roubadas? Fiquei com coisas emprestadas ou achadas sem procurar o dono?
- Não paguei ou demorei em pagar as dívidas?
- Prejudiquei aos outros nos seus bens, estragando-lhes objetos, enganando-os no preço ou na medida do que lhes vendi?
- Ajudei outros a fazerem tais pecados por ordem, conselho ou silêncio culposos? Gastei no jogo? Não sustentei a família?

8º MANDAMENTO: Não levantar falso testemunho

- Menti? Menti com prejuízo para os outros? (geralmente, pecado venial; mortal, se o prejuízo causado for grave)
- Murmurei da vida alheia, critiquei ou revelei faltas do próximo? (pecado mortal se a murmuração ou a falta descoberta for grave)
- Pensei mal do próximo sem razão? (pecado leve ou grave, conforme o que se pensou)
- Caluniei? Provoquei ou favoreci críticas ao próximo? (pecado mortal ou venial conforme a falta inventada ou apontada for grave ou leve)
- Causei discórdias por minhas murmurações? (pecado mortal ou venial conforme as discórdias causadas)

MANDAMENTOS DA SANTA IGREJA

- Passei um ano sem me confessar? Deixei de comungar no tempo da Páscoa? (pecado mortal)
- Deixei de jejuar nos dias de jejum e comi carne nos dias de abstinência sem causa grave e sem licença? (pecado mortal ou venial segundo as circunstâncias)
- Ajudei com esmolas a Igreja?

PECADOS CAPITAIS

- Fui vaidoso? (pecado venial)
- Fui orgulhoso, desprezando os outros? (pecado venial; mortal, se pelo desprezo ofendemos gravemente o próximo)
- Fui avarento? (pecado mortal ou venial, segundo a gravidade da avareza)
- Embriaguei-me? (se se perde o sentido, é grave) Comi demais, prejudicando a saúde? (em geral é leve)

- Tive inveja dos outros? (pecado venial; mortal, se sobre coisas graves como a de Caim)
- Alegrei-me das desgraças alheias? (pecado mortal ou venial segundo o mal de que nos regozijamos)
- Tive raiva? (pecado venial, geralmente) E ódio? (pecado mortal)
- Fiquei com preguiça, deixando de cumprir minhas obrigações? (pecado venial; mortal, se a preguiça for ocasião de graves prejuízos materiais ou espirituais)

NO ATO DA CONFISSÃO

Dirigir-se recolhido ao confessor e dizer “Padre, dai-me a bênção, porque pequei”.

Dizer em seguida quanto tempo faz que se não confessa.

Contar então claramente os pecados; se houver dúvidas, perguntar; ouvir as palavras do confessor e responder-lhe às perguntas. É necessário declarar todos os pecados mortais ainda não confessados, dos quais houver lembrança, indicando o número deles, ao menos aproximadamente, a espécie e as circunstâncias que mudam a espécie do pecado. É muito útil e meritório acusar também os pecados veniais, embora não seja obrigatório. Após haver contado todos os pecados, pode-se acrescentar: “Peço perdão de todos os pecados e deles me arrependo”.

Ouvir bem os conselhos e a penitência que o sacerdote der e rezar depois o ato de Contrição, durante o tempo em que o padre recita a forma de absolvição, terminando-o antes que o sacerdote a complete.

ATO DE CONTRIÇÃO

Eis-me, ó Senhor, humilhado na vossa presença e cheio de confusão e pesar por tantos pecados que cometi. Arrependo-me sinceramente porque vos amo, pois sois infinitamente bom e sumamente amável. Pesa-me também por ter perdido o céu e merecido o inferno. Perdoai-me e fazei que eu me emende e persevere na vossa graça até a morte, como proponho fazer com o vosso auxílio. Amém.

DEPOIS DA CONFISSÃO

Excitar mais uma vez o arrependimento, fazendo propósitos de não pecar mais e rezar ou cumprir a penitência imposta. Indenizar, se for o caso, ao próximo pelo dano que lhe foi causado por furto, por calúnia ou difamação.