

EXAME DE CONSCIÊNCIA PARA CONFISSÃO DE VIDA INTEIRA

Pe. Silvio Roberto, MIC¹

É aconselhável a muitos católicos fazerem uma confissão de vida inteira. O que é isso? Muitos fiéis chegaram a uma etapa de suas vidas sem jamais terem feito uma “boa confissão”; outros viviam situações de pecados, inclusive graves, sem se darem conta disto; alguns até percebiam estes pecados, mas foram tantos que até se esqueceram. Agora, diante de um desenvolvimento espiritual mais forte que estão vivendo, pela graça de Deus, ou por uma libertação que estão precisando, é necessário fazer um exame de consciência e confessar tudo o que não foi confessado ao longo da vida.

Dom Lorenzo Scupoli² fala da importância da confissão de vida inteira no início da caminhada de fé. O grande Santo Ignácio a fez no mosteiro de Montserrat. São Francisco de Sales assim recomendava esse tipo de confissão:

*“libertar-se do pecado deve ser o primeiro cuidado de quem quer purificar o coração, e o meio de fazê-lo se depara no sacramento da penitência. Toma um desses livrinhos próprios para ajudar a consciência no exame que se deve efetuar sobre a vida passada (...) lê-os com atenção, notando ponto por ponto (...) Depois do exame, detesta e abomina os pecados cometidos (...) Estou falando da confissão geral de toda a vida.”*³

A Palavra de Deus diz que quem ama a Deus deve detestar o mal e assim será guardado pelo Senhor (cf. Sl 97,10)

Meu irmão (irmã), a batalha contra o pecado é batalha de fé, isto é, do poder de Deus. Somente Deus pode libertar-nos do pecado (Cf. Col.1, 13-14).

“Se dissermos: Não temos pecado, enganamo-nos a nós mesmos, e a verdade não está em nós. Se confessarmos nossos pecados, Ele é fiel e justo, perdoará nossos pecados e nos purificará de toda injustiça.” (1Jo 1,8-9)

O pecado grave bloqueia a vida divina em nós e nos sujeita ao domínio de Satanás, podendo inclusive nos levar a perder a vida eterna (1Cor 6, 9-11; Gal 5, 19-21; Apoc 21,27). Foi o próprio Jesus quem instituiu que confessássemos nossos pecados aos sacerdotes (Cf. Jo 20, 22-23).

¹ Elaborado a partir do opúsculo original do Pe. Estanislau Galant, MIC

² O Combate Espiritual (*Il combattimento spirituale*), cap XXXIII

³ Filotéia, Ed. Vozes, 18ª ed., 2009, pág. 45-46; a leitura desse livro é altamente recomendável. Também o recém canonizado Papa João XXIII fala em seu Diário que, além da confissão semanal que fazia, fez várias confissões gerais.

Decidindo-se por livrar-se do pecado, você verá com certeza a glória de Deus em sua vida e tudo será novo.

PREPARAÇÃO:

Para fazer uma boa confissão você precisa se recolher em oração e se preparar com os seguintes passos:

- 1) exame de consciência. Antes de ir para a confissão a pessoa repassa sua vida diante de Deus para ver onde errou;
- 2) arrependimento (contrição). Tendo reconhecido seus pecados, o penitente já deve deles se arrepender;
- 3) confissão. Dizer ao sacerdote os pecados de forma direta (sem rodeios) e não omitir propositalmente nenhum deles; se for pecado grave, quantas vezes foi cometido;
- 4) penitência (reparação; satisfação). Executar aquilo que o confessor determinar para reparar a ofensa do pecado (rezar tal oração, ou fazer de determinado ato de caridade, etc)

Em todos esses passos o que não pode faltar é uma grande confiança na Misericórdia Divina. Jesus te ama muito e quer muito te perdoar.

EXAME DE CONSCIÊNCIA

Segue, em forma de perguntas, ajuda para seu exame de consciência. É recomendável que seja anotado em uma folha somente aquilo que precisa ser confessado. Após a confissão, queime esta folha como sinal de toda libertação que o Senhor fez em sua vida e não se preocupe mais com esses pecados, apenas faça penitência. Esse é um exame extraordinário: não precisa que assim seja feito em toda confissão.

MANDAMENTOS DA LEI DE DEUS

(alguns mandamentos foram agrupados para facilitar a reflexão)

1) AMARÁS O SENHOR TEU DEUS DE TODO O TEU CORAÇÃO, DE TODA A TUA ALMA, DE TODAS AS TUAS FORÇAS (Ex. 20, 2-3; Ex. 22, 189,27; 10,10; Lev. 19,31; Dt. 6,4-5; 12,2.29-31;18,9ss; Mt. 22,37; I Cor 11,27; Gal. 1,8;5,20;).

Duvidei da existência de Deus? Reneguei ou abandonei a minha fé? Afirmei que todas as religiões são iguais? Deixei de rezar diariamente? Deixei de alimentar a minha fé (leitura da Bíblia, de livros de formação espiritual)? Desperdicei o meu tempo com filmes, séries e jogos, não tendo tempo

para praticar a minha fé? Li livros, revistas ou jornais contrários à fé (*livros esotéricos, poder da mente, São Cipriano, livros de magia*)? Conservei estes escritos comigo? Emprestei-os a outros? Desconfiei da Misericórdia de Deus? Frequentei reuniões, cultos ou organizações não católicas (espiritismo, umbanda, quimbanda, candoblé, johrei, curandeirismo, seicho-no-yê, Rosa-cruz, Maçonaria)? Fiz algum tipo de ritual com entidades (*pomba-giras, preto-velho, exus, Cosme e Damião, Iemanjá, cigana, Zé Pilintra, Maria Padilha etc*)? Consultei cartomantes, benzedeiros, adivinhos etc? Participei de sessões de magia, feitiço, benzimentos, ou adivinhações com objetos (*copos, canetas, pêndulos etc.*)? Paguei para que um “trabalho” fosse feito por mim ou contra alguém? Chamei alguém para fazer tais magias em minha casa? Tenho comigo objetos e orações supersticiosas (*fitinhas, amuletos, búzios, pedras e cristais, gnomos, figas, ferraduras, defumadores, elefante de costas para a porta, olho grego etc.*)? Consultei horóscopo? Fiz ou pedi para fazerem despachos para manter um relacionamento, adquirir uma cura etc (*oferendas nos cemitérios, rios, banhos espirituais, queima de pólvora etc*)? Fiz cursos de controle mental ou meditação transcendental? Evoquei os espíritos dos mortos? Acreditei na reencarnação? Pratiquei yoga, reiki, energização? Tomei o “santo daime”, garrafadas? Fiz cirurgia espiritual? Fiz simpatias? Fiz tatuagens ocultistas (bruxa, caveira, demônios, dragões etc)? Confessei-me sem ter real desejo de mudança de vida? Recebi a Santíssima Eucaristia (comunhão) estando em pecado grave (ódio ao próximo, impurezas sexuais, mais de um ano sem se confessar, falta voluntária na missa nos domingos e festas)?

Atenção: caso seus pais e/ou demais antepassados tenham sido ligados aos cultos mencionados acima e/ou feito pactos ocultistas é necessário que você faça renúncia também disso, não por ser o seu pecado, mas como forma de quebrar uma possível ação do mal na linha de família.

2) NÃO PRONUNCIARÁS O NOME DO SENHOR EM VÃO (Ex 20,7; Tg 5,12).

Pronunciei o nome de Deus em vão? Recusei o auxílio de Deus? Zombei da religião ou de seus ministros? Blasfemei contra Deus, Nossa Senhora e Seus Santos? Falei contra a Igreja, que foi fundada por Jesus Cristo? Falei das coisas santas sem respeito? Roubei ou profanei a Hóstia Sagrada ou algum objeto religioso? Joguei fora imagens abençoadas, por influência de protestantes? Desrespeitei a Igreja frequentando outras igrejas ou seitas? Jurei falso ou sem necessidade? Deixei de cumprir as promessas que fiz?

3) GUARDAR O DOMINGO E DIAS SANTOS⁴ (Ex 20, 8ss; At 20,7; Hb 10,25).

⁴ No Antigo Testamento o dia santo era o sábado. Com a ressurreição de Jesus no domingo, este passa a ser o “Dia do Senhor”; além deste, a Igreja nos apresenta como dias a serem observados: Corpus Christi, Imaculada Conceição de Maria (8/12), Natal e Mãe de Deus (1/01);

Deixei de participar de missa inteira nos domingos e dias santos? Cheguei tarde ou saí antes do término da missa de propósito? Deixei de ir à Igreja nestes dias porque havia visitas em casa ou futebol, filme etc? Fui irreverente na igreja, mascando chicletes, rindo e conversando inutilmente? Executei trabalhos aos domingos e dias santos sem real necessidade? Obriguei outros a trabalhar nos dias santos dias santos, sem real necessidade?

4) HONRARÁS PAI E MÃE (Ex 20,12; Ef 6, 2-3; Tg 3).

Deixei de respeitar meus pais e superiores? Entristeci-os gravemente? Desejei-lhes mal? Desobedeci-lhes em coisas importantes? Tive vergonha de meus pais? Neguei-lhes minha ajuda e assistência, sobretudo se velhos e doentes? Deixei de perdoá-los? Rezo por eles? Abandonei meus pais em um asilo? Amaldiçoei meu patrão?

5) NÃO MATARÁS (Ex 20, 13; Mt 26,52; 1Pd 3,9).

Expus a mim e aos outros a perigo de morte (*“rachas” de trânsito, dirigir alcoolizado, furar sinal*)? Tentei ou desejei suicídio? Fui imoderado no comer e no beber? Embriaguei-me? Usei drogas? Passei drogas a outros? Deixei de ajudar o próximo em suas necessidades espirituais e materiais? Briguei, feri, matei alguém? Andei armado? Paguei o mal com o mal? Disse palavras injuriosas para com o meu próximo (à esposa, filhos, colegas de trabalho etc)? Amaldiçoei alguém ou a mim mesmo (a)? Estou sempre reclamando de tudo? Alimentei desejos de vingança? Tive ódio do meu próximo, desejando-lhe o mal? Neguei o perdão a alguém? Agi com desprezo a alguém? Zombei de pessoas pobres, idosas, deficientes? Humilhei, por apelidos ou outros meios, a amigos de escola, trabalho etc? Neguei a reconciliação a alguém? Persegui alguém no trabalho? Denunciei injustamente alguém à autoridade para prejudica-lo? Fiquei triste com o bem do próximo? Coloquei em perigo a vida espiritual de outros? Provoquei aborto (*uso do DIU, pílulas do dia seguinte*)? Dei conselhos para abortar? Aconselhei a casais inférteis para terem bebês em laboratório?

6) NÃO PECARÁS CONTRA A CASTIDADE. 9) NÃO COBIÇARÁS A MULHER DO PRÓXIMO (Ex 20,14.17; Mt 5,28; 1Cor 6, 12-20; 10,8; 1Pd 4).

Faltei com pudor? Usei roupas indecentes levando outros à tentação? Profanei lugares santos (principalmente igrejas) através de comportamento indecente e vestuário indecoroso? Pratiquei a masturbação? Cometi atos sexuais contra a natureza (*sexo oral, anal, grupal, prática de homossexualismo, lesbianismo, sexo com animais*)? Abusei de crianças? Provoquei em mim mesmo tentações ou desejos impuros por más leituras, filmes, vídeos, danças sensuais? Conteí piadas imorais? Enviei ou guardei comigo mensagens maliciosas? Fui a motel, boates? Pratiquei “fantasias sexuais” (mesmo dentro do casamento é pecado)? Tive relações sexuais fora do matrimônio (fornicação)? Abusei do amor de minha namorada (o), forçando-a (o) a ter relações

comigo? Vivi ou vivo libertinagens no namoro, no noivado? Vendi o meu corpo? Defendi o divórcio? Desejei o adultério? Destruí a família de alguém levando uma pessoa casada ao adultério?

7) NÃO FURTARÁS. 10) NÃO COBIÇARÁS AS COISAS ALHEIAS (Ex 20,15.17; Tg 5).

Furtei alguma coisa dos outros (se acaso o fiz, o que foi e quantas vezes; lembrando que tenho que devolver)? Cobicei coisas alheias? Aceitei ou comprei coisas furtadas sabendo disso? Fiquei com coisas achadas sem procurar o dono? Desviei valores dos meus pais já idosos? Planejei algum furto? Causei prejuízo de propósito ou por negligência? Deixei de pagar as minhas dívidas, mas gastava dinheiro com coisas supérfluas? Enganei o próximo nas compras e vendas? Apelei injustamente para as leis trabalhistas para obter indenizações indevidas? Competi injustamente com alguém no trabalho, prejudicando-o? Desperdicei tempo no trabalho? Levei coisas do trabalho para casa? Busquei uma vida de luxo e esbanjamento acima do meu padrão de vida (*jogos, festas, compras exageradas etc.*)? Fui injusto no pagamento dos salários dos meus empregados e não me preocupei com eles (*como eles vivem, se estão doentes ou passando necessidades*)? Ajudo os pobres e necessitados? Tomei injustamente uma parte da herança familiar? Roguei praga em alguém por ter algo que eu não tenho? Retribuo a Deus os bens que ele me dá ajudando materialmente a minha Igreja?

8) NÃO LEVANTARÁS FALSO TESTEMUNHO (Ex 20,16; Mt 5,36; Tg 4,11-12; 5,12).

Menti? Falei mal dos outros? Difamei? Caluniei? Fiz juízos falsos e temerários? Semeei discórdias e inimizades? Exagerei as faltas dos outros, lançando uma pessoa contra a outra? Dei falso testemunho contra o próximo? Sou crítico, fofoqueiro e mexeriqueiro? Passei adiante segredos a mim confiados? Gosto de ouvir falar mal dos outros? Assisto a programas de TV de fofocas de artistas e outros famosos? Falei mal de padres?

PRECEITOS DA IGREJA

Baseada na Palavra de Deus e com a autoridade que lhe foi dada por Jesus Cristo, a Igreja nos ensina que cada fiel tem a obrigação de: 1) participar de missa inteira todos os domingos e festas de guarda e abster-se de trabalho neste dia; 2) confessar-se ao menos uma vez cada ano; 3) comungar ao menos no tempo pascal; 4) jejuar e abster-se de carne na quarta-feira de cinzas e sexta-feira santa; 5) contribuir materialmente com as obras da Igreja (dízimo e/ou ofertas).