

Exame de consciência para a confissão (jovens)

Disponibilizamos um conjunto de perguntas que podem ajudar a realizar o exame de consciência pessoal prévio a uma confissão. Esta versão está dirigida a jovens e adolescentes.

10/09/2019

A confissão é a oportunidade de pedir perdão a Deus e de receber a sua misericórdia. Antes de se confessar, reserve uns momentos de silêncio

para refletir no que você fez de errado; no que possa ter prejudicado outras pessoas, e no que você pode fazer para se tornar um cristão melhor. Uma confissão sincera permite a renovação da alma e a sua abertura à graça de Deus. As questões a seguir podem ajudar a refletir sobre as ações de que você deve pedir perdão.

- Neguei ou abandonei a minha fé? Tenho a preocupação de conhecê-la melhor? Recusei-me a defender a minha fé ou fiquei envergonhado dela?
- Preferi a minha comodidade, fugindo do serviço aos demais? Tive a preocupação de aproximar os outros de Deus, com o meu exemplo e a minha palavra?
- 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? Esqueci-me de Deus, descuidando as minhas orações?
- Recebi a Sagrada Comunhão tendo algum pecado grave não confessado? Comunguei sem a devida reverência e sem o devido agradecimento?
- Fui prestativo em casa? Deixei de dar carinho aos meus pais e irmãos?
- Fui impaciente, fiquei irritado ou fui invejoso? Guardei ressentimentos ou fiquei relutante em perdoar? Estive de mau humor ou cedi à ironia? Julguei mal ou senti ódio por alguém?
- Deixei de estudar com empenho na escola? Cedi à preguiça?

Tratei os professores ou os adultos com desrespeito?

- Fui violento ou participei de brigas? Fiz mal a alguma pessoa insultando-a ou falando mal dela? Revelei algum segredo ou disse coisas somente para fazer mal a outros?
- Tive pensamentos impuros? Falei de maneira obscena? Cometí atos impuros sozinho ou com outras pessoas? Vi imagens, sites ou vídeos pornográficos?
- Contei mentiras para me desculpar, para magoar os outros ou para enaltecer a minha imagem?
- Roubei alguma coisa? Estraguei de propósito o que era dos outros? Fiz algum ato de vandalismo?
- Tenho inveja dos outros, da sua aparência, da sua popularidade, do seu trabalho, do seu dinheiro? Deixo que o coração

fique preso ao desejo de possuir?

- Encorajei outros a se comportarem mal?
- Consumi álcool em excesso? Usei drogas?
- Fui vaidoso ou egoísta em meus pensamentos ou ações?

Faça download do arquivo com sugestões de exame para jovens

pdf | Documento gerado automaticamente de <https://opusdei.org/pt-br/article/exame-de-consciencia-para-a-confissao-jovens/>
(10/02/2026)