opusdei.org

Exame de consciência para a confissão (adultos)

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

27/03/2016

A <u>confissão</u> é a oportunidade de pedir perdão a Deus e de receber a sua misericórdia. Antes de se confessar, reserve alguns momentos de silêncio para refletir no que fez e que possa ter prejudicado outras pessoas, e o que pode fazer para se tornar num cristão melhor. Uma confissão sincera permite a renovação da alma e a sua abertura à graça de Deus. As questões que se seguem podem ajudar a refletir sobre as ações pelas quais deve pedir perdão.

- Neguei ou abandonei a minha fé? Tenho a preocupação de conhecê-la melhor? Recusei-me a defender a minha fé ou tive vergonha dela? Existe algum aspeto da minha fé que eu ainda não aceito?
- Disse o nome de Deus em vão?
 Pratiquei o espiritismo ou coloquei a minha confiança em bruxos ou horóscopos?
 Manifestei falta de respeito pelas pessoas, lugares ou coisas santas?

- Faltei voluntariamente à <u>Missa</u> <u>aos domingos</u> ou dias de preceito?
- Recebi a <u>Sagrada Comunhão</u> tendo algum pecado grave não confessado?
- Recebi a <u>Comunhão</u> sem agradecimento ou sem a devida reverência?
- Fui <u>impaciente</u>, fiquei irritado ou fui invejoso?
- Guardei <u>ressentimentos</u> ou fiquei relutante em perdoar?
- Fui violento nas palavras ou ações com outros?
- Colaborei ou encorajei alguém a <u>fazer um aborto</u> ou a destruir embriões humanos, a praticar eutanásia ou qualquer outro meio de acabar com a vida?
- Tive ódio ou fiz juízos críticos, em pensamentos ou ações?
 Olhei os outros com desprezo?
- Falei mal dos outros, levando à má-língua?

- Abusei de bebidas alcoólicas?
 Usei drogas?
- Vi vídeos ou sites pornográficos? <u>Cometi atos</u> impuros, sozinho ou com outras <u>pessoas</u>? Vivo com alguém como se fosse casado, sem que o seja?
- Se sou casado, procuro amar o meu cônjuge mais do que a qualquer outra pessoa? Coloco o meu casamento em primeiro lugar? E os meus filhos? Tenho uma atitude aberta a novos filhos?
- Trabalho de modo desordenado, ocupando o tempo e energias que deveria dedicar à minha família e amigos?
- Fui orgulhoso ou egoísta nos 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? <u>Preferi a</u>
 comodidade ao invés do serviço
 aos outros? Descuidei a minha
 responsabilidade de <u>aproximar</u>
 os outros de <u>Deus</u>, com o meu
 exemplo e a minha palavra?

Descarregar PDF com sugestões para a confissão de adultos

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de <u>https://opusdei.org/pt-pt/article/exame-de-consciencia-para-a-confissao-adultos/</u> (10/12/2025)