

## **“Precisas de um bom exame diário de consciência”**

Repara na tua conduta com vagar. Verás que estás cheio de erros, que te prejudicam a ti e talvez também aos que te rodeiam. – Lembra-te, filho, que não são menos importantes os micróbios do que as feras. E tu cultivas esses erros, esses enganos – como se cultivam os micróbios no laboratório –, com a tua falta de humildade, com a tua falta de oração, com a tua falta de cumprimento do dever, com a tua falta de conhecimento próprio... E,

depois, esses focos infectam o ambiente. Precisas de um bom exame diár...

15/08/2006

...io de consciência, que te conduza a propósitos concretos de melhora, por sentires verdadeira dor das tuas faltas, das tuas omissões e pecados.  
(Sulco, 481)

A conversão é coisa de um instante; a santificação é tarefa para toda a vida. A semente divina da caridade, que Deus pôs nas nossas almas, aspira a crescer, a manifestar-se em obras, a dar frutos que correspondam em cada momento ao que é agradável ao Senhor. Por isso, é indispensável estarmos dispostos a recomeçar, a reencontrar – nas novas situações da nossa vida – a luz, o impulso da primeira conversão. E essa é a razão

pela qual havemos de nos preparar com um exame profundo, pedindo ajuda ao Senhor para podermos conhecê-Lo melhor e conhecer-nos melhor a nós mesmos. Não há outro caminho para nos convertermos de novo. (Cristo que passa, 58)

---

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de <https://opusdei.org/pt-pt/article/precisas-de-um-bom-exame-diario-de-consciencia/>  
(16/02/2026)