



GUIA PARA

UMA BOA CONFISSÃO



O QUE É A CONFISSÃO?

É a cura da alma!

É o medicamento prescrito pelo
médico dos médicos: Jesus Cristo.

Segundo o Catecismo da Igreja Católica:

1421 — *Senhor Jesus Cristo, médico das nossas almas e dos nossos corpos, que perdoou os pecados ao paralítico e lhe restituiu a saúde do corpo (2) quis que a sua Igreja continuasse, com a força do Espírito Santo, a sua obra de cura e de salvação, mesmo para com os seus próprios membros (...)*



Esse sacramento, permite que a pessoa seja reconciliada com Deus, recebendo o perdão dos pecados, o que traz uma **restauração espiritual, emocional e física.**

"Na confissão, Deus não só perdoa os pecados, mas também dá a graça de evitar os pecados futuros. A confissão é o remédio para a alma, que se encontra muitas vezes ferida pelo pecado."

~ São Bernardo de Claraval

O QUE SABER ANTES DA CONFISSÃO

A confissão "é o único tribunal da face da Terra onde nos declaramos culpados e saímos inocentes, porque o Juiz e o Advogado são a mesma pessoa: o próprio Jesus."

~ COMUNIDADE CANÇÃO NOVA

A Confissão foi instituída pelo próprio Jesus, quando confiou aos Apóstolos e aos seus sucessores o poder de perdoar pecados em seu nome: "Aqueles a quem perdoardes os pecados, ser-lhe-ão perdoados." (cf. Jo 20, 23)

O pecado afasta-nos de Deus!



É importante:

1) Evocares o Espírito Santo para que Ele te ilumine e te dê conhecimento dos teus pecados (e verdadeiro arrependimento).

Exemplo de oração:

Vem, Espírito Santo. Ilumina a minha mente e acende o Teu fogo no meu *Vem, Espírito Santo e ajuda-me a fazer uma confissão sincera que traga frutos espirituais e me ajude a santificar-me.*

2) **Arrependeres-te sinceramente dos pecados** que cometeste (se não há arrependimento, o sacramento da confissão é inválido);

3) **Distinguirés pecado grave/mortal de pecado venial:**

- **Pecado Grave:** Rompe a amizade com Deus, exige confissão e arrependimento para a reconciliação.
- **Pecado Venial:** Não rompe a amizade com Deus, mas prejudica a relação espiritual; pode ser perdoado na eucaristia e confissão.

Pecado Grave (ou mortal)

Um pecado é considerado grave ou mortal quando preenche três condições:



1) **Matéria grave:** É algo sério, como matar alguém, trair o(a) esposo(a), roubar de forma prejudicial (**pecados contra os 10 mandamentos**). Nota: O pecado contra o 6º e 9º mandamento "Guardar castidade nas palavras e nas obras"; "Guardar castidade nos pensamentos e nos desejos", quando feito **livremente** e com **consentimento** é grave por mais "pequeno e discreto" que seja. Por exemplo: imaginar ter relações sexuais com aquela determinada pessoa.

ATENÇÃO: Não é pecado quando surgem pensamentos sexuais na mente ou quando te aparece publicidade pornográfica na internet. O pecado está em consentir isso, ou seja, em vez de pensares noutra coisa, comesças a dar asas à imaginação cada vez mais ou continuas a ver a publicidade pornográfica que te aparece.

2) **Pleno conhecimento:** A pessoa tem consciência plena de que comete um pecado grave. Isso significa que ela sabe que o ato é errado e que o faz de maneira consciente.

3) **Consentimento deliberado:** A pessoa age voluntariamente e sem coerção externa.

Pecado Venial

Os pecados veniais embora causem um distanciamento da graça de Deus, não rompem a amizade com Ele. Exemplos de pecados veniais incluem mentir em situações triviais, impaciência, pequenos desentendimentos, etc.

4) **Fazer um exame de consciência** num local tranquilo, onde consigas parar para refletires nas tuas ações:

- Procura lembrar-te de todos os pecados graves que necessitas de confessar;
- Pode-se inclusive fazer uma lista dos pecados, para facilitar e evitar o esquecimento;
- Não é necessário contar como aconteceu, mas apenas contar o pecado e quantas vezes o cometeu desde a última Confissão [caso seja pecado grave].

Exemplo: *faltei à Missa dominical uma vez.*

NOTA:

*“O mandamento da Igreja é que o fiel com mais de sete anos confesse os pecados graves pelo menos uma vez ao ano. Porém, é **sumamente recomendável que se confesse com uma frequência maior, como por exemplo, uma vez por mês** (para buscar o seu crescimento espiritual) ou se tiver caído em pecado grave – para retornar para a vida na graça”*

~ COMUNIDADE CANÇÃO NOVA





EXAME DE CONSCIÊNCIA

- Há quanto tempo não me confesso?
- Em que estado me encontro? (casado, solteiro, viúvo...)
- Deixei de confessar pecados graves nas confissões anteriores?
- Comunguei com pecados graves?

1° e 3° mandamentos da lei de Deus: "Adorar a Deus e amá-l'O sobre todas as coisas": "Santificar os Domingos e Festas de Guarda":

Rezei todos os dias? Vou à missa aos domingos e dias de guarda? Revoltei-me e queixei-me de Deus nas dificuldades? Frequentei reuniões, cultos, trabalhos, organizações contrárias à minha fé (Espiritismo, macumba, maçonaria, curandeirismo, cartomantes, adivinhos, terapias nova era como constelações familiares, reiki, yoga...)? Acreditei em horóscopos? Acreditei em superstições populares como não varrer à noite? Coloquei as riquezas, prazer, poder, fama, trabalho, família, acima de Deus? Evoquei os espíritos dos mortos? Joguei jogos como o jogo do copo, maria sangrenta, desafio charlie charlie, entre outros? As músicas/filmes/séries que ouço, louvam a Deus e respeitam o ser humano? Tenho trabalhado desnecessariamente aos domingos e dias santos? Obriguei empregados a trabalharem nos domingos ou dias santos? Não concordei nem quis aprender com o Deus ensina? Divulguei ideias contrárias à santa igreja instituída por Deus?

2° e 8° mandamentos: "Não pronunciar o nome de Deus em vão", "Não levantar falso testemunho":

Ofendi a Deus e ao sagrado com palavras? Jurei falso ou sem necessidade? Menti? Tenho deixado de cumprir as promessas que fiz? Insultei? Fiz juízos falsos? Não reparei o mal que fiz com calúnias e mentiras? **PS:** A reparação do mal fez parte do perdão.

4º mandamento: "Honrar pai e mãe":

Entristeci gravemente os meus pais ou superiores? Tive vergonha dos meus pais? Não os ajudei nem prestei assistência, sobretudo quando estavam velhos e doentes? Cumpri a minha missão de pai e mãe na educação dos filhos? Dei mau exemplo ou escandalizei os meus familiares?

5º mandamento: "Não matar":

Tentei suicídio? Usei drogas? Bati em alguém? Abortei ou quis abortar? Tive raiva, ódio ou sentimentos de vingança? Fiz algum mal ao próximo? Pus em perigo a vida dos outros?

6º e 9º mandamento: "Guardar castidade nas palavras e nas obras"; "Guardar castidade nos pensamentos e nos desejos":

Cometi pecados impuros comigo mesmo (masturbação) ou com outros? Masturbei-me em locais públicos? Provoquei tentações e desejos impuros em mim ou nos outros pelo modo de vestir? Li leituras, provoquei toques e disse piadas imorais? Convidei alguém para o pecado? Escandalizei alguém com palavras, atitudes? Relações antes ou fora do matrimônio com pessoas do mesmo sexo ou do sexo oposto? Tive relações sexuais em locais públicos ou com outras pessoas a verem? Participei em trocas de casais, o chamado swing mesmo com o consentimento do meu marido ou esposa? Desejei cometer adultério? Cometi mesmo adultério? Tive maus pensamentos? Joguei jogos sexuais com outras pessoas? Vi pornografia com animais ou menores? Vi pornografia que continha orgias, pessoas do mesmo sexo, incesto ou encenações de violações?

7º e 10º mandamentos: "Não roubar" "Não cobiçar as coisas alheias":

Roubei e ainda não restitui? Cobicei as coisas alheias? Aceitei ou comprei coisas sabendo que eram roubadas? Desejei roubar? Causei prejuízo de propósito? Paguei as minhas dívidas? Enganei o próximo nas compras e vendas? Tive lucros ilícitos? Aproveitei-me do próximo? Roubei da administração pública? Procurei reparar os danos causados?

Mandamentos da igreja:

- Deixei de passar um ano sem me confessar?
 - Confessei-me sem arrependimento e propósito de emendar-me? Não cumpri a penitência da última confissão?
 - Não fiz a minha comunhão dentro do tempo pascal? (O tempo pascal vai do Domingo da Ressurreição até Pentecostes).
 - Quantos domingos ou dias santos faltei à missa?
 - Faltei à missa ou estava em pecado grave e fui comungar?
 - Não doei o dízimo todo o mês?
 - Não pratiquei jejum na quarta-feira de cinzas e na sexta-feira santa?
 - Não pratico algum tipo de jejum todas as sextas-feiras do ano como não comer carne ou outro tipo de renúncia?
-



Sabe mais sobre nós aqui



Junta-te ao nosso grupo whatsapp