

## PARÓQUIA IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA – PARK WAY

SMPW Quadra 5 Conjunto 13 Lote 1 – Área Especial – Park Way – DF

(61) 3382-8625 (Fone) (61) 99982-6973 (WhatsApp) – Instagram: @imaculadocoracaodf

# PREPARAÇÃO PARA A CONFISSÃO

A **Confissão** não é apenas um **aconselhamento espiritual** ou uma consulta psicológica, mas um verdadeiro Sacramento: um encontro com a misericórdia de Deus, motivado pela graça do arrependimento, chamado **contrição**. Quando nos confessamos, não estamos apenas dizendo que erramos, mas reconhecendo com sinceridade nossas faltas e desejando trilhar um **caminho de conversão**.

Os pecados, que são ofensas a Deus e/ou ao próximo, podem ser divididos entre pecados veniais e pecados mortais. Os veniais ferem a comunhão com Deus, mas não a rompem completamente; já os mortais rompem gravemente essa comunhão, afastando-nos da nossa finalidade última, que é a bem-aventurança eterna. Por isso, **é obrigação do fiel confessar todos os pecados mortais de que se lembra desde a última confissão válida**. Para que um pecado seja considerado mortal, três condições devem ser atendidas ao mesmo tempo: a matéria deve ser grave, a pessoa deve ter plena consciência de que o ato é gravemente errado e deve ter consentido livremente em cometê-lo. Se faltar uma dessas condições, o pecado é venial. Isso não se aplica, porém, ao caso da ignorância voluntária — quando a pessoa não quer saber da verdade para manter a consciência anestesiada.

É importante lembrar que a tentação em si não é pecado. Quando pensamentos ou imagens más surgem na mente, o pecado só acontece se a pessoa os acolhe com prazer e os alimenta. Se ela os rejeita, não só não peca, como fortalece sua vontade e vence a tentação. Até Jesus foi tentado. Também podemos pecar por omissão, mas isso só é mortal quando deixamos de fazer algo que é uma obrigação grave, como um pai que se omite na correção do filho.

**Antes de se confessar, é fundamental fazer um bom exame de consciência**. É um momento de reflexão tranquila, à luz do nosso compromisso batismal com Deus. Devemos considerar em que áreas estamos sendo infiéis, identificar pecados cometidos com plena consciência e liberdade, avaliar a gravidade e a frequência das faltas, e pensar nas áreas em que desejamos crescer. Esse exame deve ser feito com calma, de preferência em casa, longe de distrações.

**Durante a confissão, é importante ser claro e objetivo, dizendo os pecados diretamente, sem justificativas ou rodeios**. Por exemplo: “Padre, cometi este pecado tantas vezes”. Caso não se lembre, ao menos uma estimativa próxima. Justificar o pecado pode ser sinal de falta de verdadeira contrição. A penitência dada pelo sacerdote deve ser cumprida com fé e gratidão.

A confissão não deve ser vista apenas como um meio para se livrar dos pecados e poder comungar, mas como uma oportunidade de renovar o compromisso com Deus, fortalecer as virtudes e fortalecer os dons recebidos no batismo. Por isso, é importante preparar-se bem, evitar distrações, e, após receber o perdão, agradecer sinceramente a Deus por esse encontro com a misericórdia divina cumprindo a penitência imposta pelo sacerdote.

## ANTES DOS MANDAMENTOS

**Há quanto tempo foi a sua última confissão?** Você cumpriu a penitência? Você ocultou de modo deliberado e consciente algum pecado mortal na sua confissão? Lembre-se de que cada pecado é um pecado diferente, ainda que seja o mesmo ato. Portanto, **é importante dizer o que você fez e o número de vezes, ainda que seja aproximado.**

## MANDAMENTOS DA LEI DE DEUS

### 1º MANDAMENTO – AMAR A DEUS SOBRE TODAS AS COISAS

Tenho professado sempre com coragem e destemor a fé em Deus e na Igreja? Tenho feito oração o suficiente? Fiz minhas orações diárias? Tenho ódio de Deus ou da Igreja? Tenho excessivo apego a coisas/criaturas (animais, bens, dinheiro, fama)? Fui/sou supersticioso? Frequentei: macumba, espiritismo? Frequento a maçonaria? Acreditei em horóscopo? Usei amuletos? Usei de bruxaria? Tive medo de satanás? Fui ateu? Fui agnóstico? Fui materialista? Comunguei de modo sacrílego porque estava com pecados graves não confessados (*quantas comunhões*)? Li, assinei ou emprestei livros para alimentar a oposição a Deus ou à Santa Religião, sem o devido zelo e cuidado? Reclamei muito? Murmurei? Duvidei voluntariamente de algum artigo da fé? Sou ignorante na fé por desleixo? Abandonei a fé? Neguei alguma verdade de fé? Fui indiferente a Deus (ateísmo prático)? Desesperei-me alguma vez na hora do sofrimento? Desesperei-me da salvação? Sou presunçoso (acho que posso me salvar sem a graça de Deus)? Recuso-me a depender de Deus? Fui jactante (conto vantagem da minha vida de pecado)? Desobedeci a Deus por medo de magoar alguém (respeito humano)? Pequei já pensando em me confessar?

### 2º MANDAMENTO – NÃO TOMAR O NOME DE DEUS EM VÃO?

Falei o nome de Deus com malícia? Roguei praga? Jurei falso? Blasfemei (insultei a Deus)? Perjurei (jurei falso usando o nome de Deus)? Amaldiçoei alguém? Quebrei alguma promessa ou voto?

### 3º MANDAMENTO – GUARDAR DOMINGOS E DIAS SANTOS DE GUARDA?

Faltei a Missa aos Domingos e dias santos de guarda (Natal, Santa Mãe de Deus, *Corpus Christi*, Imaculada Conceição)? Trabalhei nestes dias por ambição ou interesses pessoais? Desrespeitei o Dia do Senhor? Desrespeitei a Casa de Deus?

### 4º MANDAMENTO – HONRAR PAI E MÃE

**Para pais** - Odiei ou amaldiçoei meus filhos? Dei mau exemplo? Trato um filho melhor que o outro por motivo injusto? Descuido da vida física e espiritual dos meus filhos? Corrijo meus filhos? Sou duro ou cruel nas correções? Dialoguei com eles? Não levei meus filhos a Missa aos domingos e nos dias de preceito? Negligencio o cuidado de sua fé? **Para filhos** - Fui impaciente com meus pais? Desdenhei deles? Falei mal? Provoquei-lhes a ira? Ofendi-os? Fui bruto ou estúpido? Agredi com palavras, gestos ou atos? Abandonei minha família? Descuidei dos meus pais na velhice? Vejo nos meus pais e nos meus superiores representantes de Deus? **Maridos e esposas** – maltrato meu cônjuge (não considero seu bem-estar)? Nego o débito conjugal sem motivo justo? Tenho ciúmes despropositados?

Negligencio meus deveres com o lar? Tenho mau humor sem motivo? **Para todos** – Desobedeço às autoridades constituídas? Desrespeito às leis? Dou maus exemplos a meus subordinados? Ensino o erro a quem deve me obedecer?

### 5º MANDAMENTO – NÃO MATAR

Prejudiquei a vida, integridade física, fama, honra ou bens do próximo? Fui racista? Atentei contra a minha própria vida? Tenho a intenção de matar alguém? Tenho guardado ódio ou desejo de vingança? Abuso de álcool ou drogas? Dirigi embriagado ou abusei no volante? Pratiquei automutilação? Tenho vício em jogos de azar? Realizei aborto ou colaborei para que alguém praticasse? Pratiquei esterilização direta (vasectomia, laqueadura)? Causei a morte ou sofrimento desnecessário aos animais? Coloquei em perigo a saúde do próximo vendendo alimentos ou remédios deteriorados?

### 6º e 9º MANDAMENTOS – NÃO PECAR CONTRA A CASTIDADE E NÃO DESEJAR A MULHER DO PRÓXIMO

*IMPORTANTE: É necessário dizer as circunstâncias que mudam a natureza do pecado: o sexo da outra pessoa, o parentesco, o estado de vida próprio e do outro) de casado, solteiro ou vinculado a um voto (religioso(a)/padre);*

Falei palavrão? Conteí piadas sujas? Vi filmes imorais ou pornográficos? Levei alguém a pecar? Tive desejos consentidos? Olhei maliciosamente? Tive pensamentos consentidos? Pratiquei masturbação (é habitual)? Cometi adultério? Prostituí-me? Pratiquei relações homossexuais? Realizei namoro avançado? Tive relações pré-

matrimoniais? Usei modas escandalosas? Desejei a mulher (homem) do próximo? Fui infiel a meu esposo ou esposa (adultério)? Sou generoso com Deus ao acolher os filhos que ele quer nos enviar? Faço uso de métodos anticoncepcionais? Usei pílula do dia seguinte? Fiz fertilização *in vitro*? Fui causa de divórcio no meu matrimônio?

### 7º e 10º MANDAMENTOS – NÃO FURTAR E NÃO COBIÇAR AS COISAS ALHEIAS

Roubei (quanto?), prejudiquei ou desejei injustamente os bens do próximo? Se roubei, restituí o alheio e reparei o dano? Plagiei? Quebrei direitos autorais? Tomei emprestado e não devolvi? Desviei dinheiro público? Cobicei as coisas alheias? Soneguei impostos? Subornei ou cobreí suborno? Fiz cartel? Aumentei os preços sem motivo justo? Passei cheques sem fundos? Quebrei contratos injustamente? Joguei e apostei e com isso privei os bens da minha família? Comprei objetos sabendo que eram furtados? Pago a meus empregados o salário justo? Atrasei ou não paguei o salário dos meus funcionários? Causei prejuízo a alguém? Explorei os outros, aumentando o preço das mercadorias? Sou muito apegado à riqueza? Tive inveja e tristeza diante dos bens de outrem?

### 8º NÃO LEVANTAR FALSO TESTEMUNHO

Fui desleal e/ou falso com alguém? Menti? Fofoquei? Caluniei (menti a respeito de alguém)? Denunciei com ódio? Falei mal do outro (maledicência)? Denunciei a injustiça antes de anunciar o amor? Acusei alguém sem fundamento (juízo temerário)? Tive suspeitas infundadas? Revelei segredos? Julguei precipitadamente?

## MANDAMENTOS DA IGREJA

**1° PARTICIPEI DAS MISSAS INTEIRAS AOS DOMINGOS E DIAS SANTOS DE GUARDA?** (São dias santos de guarda todos os Domingos do ano, Natal, Santa Mãe de Deus, *Corpus Christi*, Imaculada Conceição). *Os outros dias de preceito sempre recaem no domingo e ou feriados.*

**2° CONFESSEI-ME DOS MEUS PECADOS MORTAIS AO MENOS UMA VEZ POR ANO?**

**3° RECEBI EM ESTADO DE GRAÇA A COMUNHÃO EUCARÍSTICA DURANTE O TEMPO DA PÁSCOA?**

**4° JEJUEI E ME ABSTIVE DE CARNE CONFORME MANDA A SANTA IGREJA?** São dias de jejum (Quarta-Feira de Cinzas e Sexta-Feira da Paixão). A abstinência de carne vermelha é prescrita para todas as sextas-feiras, mas pode ser substituída por alguma oração, penitência ou ato de caridade.

**5° CONTRIBUO PARA O SUSTENTO DA IGREJA (ATRAVÉS DO DÍZIMO, OFERTAS SEGUNDO O COSTUME ETC. OU DE OUTRO MODO)?**

## PECADOS CAPITAIS

Fui orgulhoso deixando de me desculpar ou achando que não preciso dos outros? Fui egoísta e faltei com a caridade por isso? Fui rancoroso? Tive desprezo para com meu próximo ou lhe fui indiferente? Sou muito apegado ao dinheiro e as coisas materiais? Deixo de comprar o necessário a meus familiares e dependentes? Importo-me em ajudar as pessoas carentes e necessitadas? Tive luxo, esbanjando dinheiro de maneira desnecessária? Gastei dinheiro a ponto de prejudicar meus familiares? Endividei-me por cobiça e ambição? Me apeguei a algum

cargo e agi mal para permanecer nesse cargo? Sou impuro de coração, ou seja, faço as coisas com segundas intenções e não pelo bem em si mesmo? Me vinguei? Fui violento ou agressivo por falta de caridade? Não admito ser contrariado? Excedo-me na comida ou bebida regularmente? Usei drogas? Abusei da TV, Internet, celular? Fui ciumento? Fiquei magoado com o sucesso do meu próximo? Desejei mal a alguém? Sou negligente no pecado? Deixei de evangelizar meu irmão?

## APÓS A PREPARAÇÃO

Peça perdão sincero a Deus, mostre arrependimento por ter errado, e faça o propósito de lutar contra o mal e as tentações e de se corrigir. Coloque sua confiança em Cristo, Nosso Senhor e, não se deixe levar por complexo de culpa ou de autocondenação. Jesus espera que você confesse seus pecados ao sacerdote, com sinceridade e lealdade, recebendo a

absolvição e fazendo penitência em reparação dos seus erros.

### Ato de Contrição

***“Meu Deus, eu me arrependo de todo o coração de vos ter ofendido porque sois tão bom e amável. Prometo com Vossa Graça esforçar-me para ser bom. Meu Jesus, Misericórdia.”***

### ATENDIMENTO DE CONFISSÃO

**TERÇA-FEIRA A SEXTA-FEIRA: 17H ÀS 19H**

**TERÇA-FEIRA e SEXTA-FEIRA: 20H15 ÀS 21H30**

**SÁBADOS: 8H30 ÀS 10H30**