

# GUIA PARA A CONFISSÃO

## TU | O SACERDOTE

Depois da saudação, fazes o sinal da Cruz, dizendo:

1

Em nome do Pai, e do Filho e do Espírito



O Senhor esteja no teu coração para confessares os teus pecados e a Sua misericórdia, com sincero arrependimento.

Confessei-me a última vez há... semanas /meses /anos...

2



Os meus pecados são...

...e confessas os pecados todos, começando pelos mais graves e sem esquecer nenhum

3



O Sacerdote vai-te dando alguns conselhos...

...

No final, exprimes o teu arrependimento dizendo:

...e dir-te-á que cumpras uma penitência para te ajudar a corrigires os teus pecados

4



Com a fórmula da absolvição é o próprio Jesus que te perdoa

Meu Deus, porque sois tão bom, tenho muita pena de Vos ter ofendido. Ajudai-me a não tornar a pecar. Amen.

...Eu te absolvo dos teus pecados em nome do Pai, e do Filho e do Espírito Santo.

*E no final, convida-te a em ires em paz,  
Não te esqueças de cumprir a penitência:*

## ADULTOS

***A confissão é a oportunidade de pedir perdão a Deus e de receber a sua misericórdia. Antes de se confessar, reserve alguns momentos de silêncio para reflectir 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 reflectir 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 aspecto 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 Missa aos domingos ou dias de preceito?
- Recebi a Sagrada Comunhão tendo algum pecado grave não confessado? Recebi a Comunhão sem agradecimento ou sem a devida reverência?
- Fui impaciente, fiquei irritado ou fui invejoso?
- Guardei ressentimentos ou fiquei relutante em perdoar?
- Fui violento nas palavras ou acções com outros?
- Colaborei ou encorajei alguém a fazer um aborto 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 acções? Olhei os outros com desprezo?
- Falei mal dos outros, levando à má-língua?
- Abusei de bebidas alcoólicas? Usei drogas?
- Vi vídeos ou sites pornográficos? Cometi actos impuros, sozinho ou com outras pessoas? 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 acções? 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? Preferi a comodidade ao invés do serviço aos outros? Descuidei a minha responsabilidade de aproximar os outros de Deus, com o meu exemplo e a minha palavra?