



EXAME DE CONSCIÊNCIA PARA JOVENS

SACRAMENTO DA RECONCILIAÇÃO

AMAR A DEUS SOBRE TODAS AS COISAS / EU SOU O SENHOR TEU DEUS

- Não tenho rezado todos os dias
- Não tenho cultivado a fé e a esperança
- Tenho negado os ensinamentos da igreja. Quais?
- Tenho frequentado culto não católico
- Tenho participado de grupo anti-católico (movimento LGBT, maçonaria, partidos marxistas)
- Pratico superstições (horóscopos, adivinhação, simpatias)?
- Tenho negado minha fé (ao participar de seitas e religiões diversas)
- Tenho relativizado minha religião (minha religião é igual as outras)
- Abuso dos sacramentos (comungo sem reverência, atrapalho o andamento da missa, não vou vestido adequadamente, pratico algum sacrilégio, tenho praticado a simonia)
- Tenho tentado a Deus (desafiado sua autoridade)
- Peco deliberadamente presumindo misericórdia.
- Insultei ou disse mal de sacerdotes ou de outras pessoas consagradas a Deus.
- Não tenho confessado regularmente (1 vez por ano)
- Não tenho devolvido o dízimo (caso tenha salário)
- Tenho comido carne mesmo quando proíbe a Igreja (4ª f. Cinzas e 6ª f. Santa)

NÃO TOMAR SEU SANTO NOME EM VÃO

- Jurei pelo nome de Deus falsamente, impensadamente, ou em assuntos triviais e sem importância?
- Murmurei ou queixei-me contra Deus (blasfêmia)?
- Quebrei uma promessa feita a Deus?
- Tenho feito juramento falso.
- Tenho usado o nome da igreja para obter vantagens.
- Tenho feito piada com o nome dos santos e da Trindade

- Tenho cometido perjúrio (falar mentira sob juramento).

GUARDAR DOMINGOS E FESTAS

- Faltei à Missa nos Domingos e dias santos.
- Cheguei atrasado à Missa. Saí mais cedo da missa por minha culpa.
- Estive distraído proposadamente durante a Missa (Celular/Tablet)
- Trabalhei desnecessariamente no Domingo.
- Tenho preferido diversões e lazer a participar da missa dominical.

HONRA O TEU PAI E A TUA MÃE

- Desobedeci aos meus pais, faltei-lhes ao respeito.
- Descuidei-me em ajudá-los nas suas necessidades.
- Desconsidere figuras de autoridades legítimas (professores, militares, juizes, autoridades políticas)
- Tratei mal pessoas de idade.
- Tenho filho (os) e não cuido deles, sou negligente.
- Tenho causado preocupações aos meus pais.
- Tenho envergonhado aos meus pais.

NÃO MATARÁS

- Procurei, desejei ou apressei a morte ou o ferimento de alguém.
- Alimentei ódio para com o próximo
- Desejei e pratiquei vingança.
- Provoquei a inimizade entre outras pessoas (fofoca, confidencieei segredos comprometedores)
- Discuti e saí no braço com o próximo.
- Recuso-me a falar com o próximo.
- Regozijei-me com a desgraça alheia.
- Tive ciúmes ou inveja do próximo.
- Tenho xingado o meu próximo.
- Tenho feito maledicências (mentiras sobre a vida alheia)
- Fiz ou tentei fazer um aborto, ou aconselhei alguém a que o fizesse (tomei pílula do dia seguinte).



- Mutilo o meu corpo desnecessariamente de alguma maneira.
- Consenti em pensamentos de suicídio (já tentai suicidar-me)
- Embriaguei-me ou usei drogas ilícitas.
- Comi demais (gula), ou não como o suficiente por descuido (isto é, alimentos nutritivos).
- Tenho deixado de fazer o bem ao meu próximo (preguiça, omissão, descuido).
- Tenho praticado o tráfico de drogas (tenho incentivado amigos ao uso de drogas)
- Tenho prejudicado o meio ambiente (colaborando com o pecado social)
- Tenho sido injusto praticando discriminação (crianças, idosos, homossexuais, raça, estrangeiros, pobres)

NÃO PECAR CONTRA A CASTIDADE, NÃO COMETERÁS ADULTÉRIO E NÃO COBIÇARÁS A MULHER DO PRÓXIMO

- Cometi adultério ou fornicação (sexo antes do casamento).
- Tenho me relacionado com gente casada.
- Cometi algum pecado impuro contra a natureza (homo-lésbico, zoofilia)
- Toquei ou abracei outra pessoa de forma impura (ônibus/Metrô)
- Alisei o(a) namorado (a) em suas partes íntimas (mesmo que por cima da roupa)
- Pratiquei a masturbação.
- Consenti com pensamentos eróticos
- Fui causa de pecado para os outros (roupa justa, reveladora ou imodesta)
- Já mostrei partes íntimas na internet.
- Tenho conversado obscenidades (sacanagem) no mundo virtual e real
- Vi pornografia.
- Usei linguagem indecente ou contei histórias indecentes
- Consenti em olhares impuros, bisbilhotando a nudez alheia.
- Virolei sexualmente alguém.
- Não tenho respeitado crianças, aproveitando sua inocência para obter prazer sexual.
- Tenho chantageado para obter relação sexual

NÃO ROUBARÁS E NÃO COBIÇARÁS OS BENS DO TEU PRÓXIMO

- Cometi roubo (mesmo pequena, objetos, dinheiro, dos pais e dos amigos, do supermercado)
- Não fui honesto em pagamentos e nos trocos comerciais
- Danifiquei a propriedade privada e pública (vandalismo)
- Fui negligente na guarda do dinheiro ou bens dos outros.
- Já defraudei para obter vantagem
- Recusei-me a pagar alguma dívida, ou descuidei-me no seu pagamento
- Comprei/Adquiriti coisas que sabia ter sido roubada.
- Deixei de restituir alguma coisa emprestada.
- Lesei o meu patrão, não trabalhando como se esperava de mim.
- Tenho carregado objetos e pertences dos patrões.
- Já apresentei atestado médico falso
- Deixei de restituir o que roubei, ou obtive por embuste ou fraude.
- Tive inveja de alguém, por ter algo que eu não tenho.
- Tenho sido avarento.
- Não restituí pertence achado mesmo sabendo o proprietário.
- Já privatizei coisas de uso comum
- Tenho sido avarento (praticado a usura) buscando lucro a todo o custo, até o prejuízo do próximo.

NÃO LEVANTARÁS TESTEMUNHOS FALSOS CONTRA O TEU PRÓXIMO.

- Menti a respeito de alguém (calúnia)
- As minhas mentiras causaram prejuízo aos meus irmãos.
- Fiz julgamentos temerários (isto é, acreditei firmemente, sem provas suficientes, que eram culpados de algum defeito moral ou crime).
- Atingi o bom nome de alguém, revelando faltas autênticas, mas ocultas (maledicência).
- Revelei os pecados de outra pessoa.
- Tenho feito fofocas.



PARÓQUIA
SÃO FRANCISCO
DE ASSIS
JARDIM DA PENHA - VITÓRIA - ES

- Fui culpado de fazer intrigas.
- Dei crédito ou apoio à divulgação de escândalos sobre o meu próximo.
- Jurei falso ou assinei documentos falsos.
- Tenho pecado por soberba, me achando melhor que os demais, sendo vaidoso e ostentando qualidades e virtudes.