



EXAME DE CONSCIÊNCIA PARA CASAIS

SACRAMENTO DA RECONCILIAÇÃO

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

- Não tenho rezado todos os dias
- Tenho rezado com o meu/minha cônjuge?
- Não tenho cultivado a fé e a esperança
- Vivo amargurado e culpo a Deus pelas frustrações
- Tenho negado os ensinamentos da igreja. Quais?
- Tenho frequentado culto não católico
- Tenho participado de grupo anti-católico (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)
- Tenho criado dificuldades para que meu/minha cônjuge não participe da igreja.
- 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 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.
- Não tenho incentivado meu/minha esposa(o) a ir à missa
- Cheguei atrasado à Missa. Saí mais cedo da missa por minha culpa.
- Estive distraído proposadamente durante a Missa (Celular/Tablet/Cochichos)
- Trabalhei desnecessariamente no Domingo.
- Tenho preferido diversões e lazer a participar da missa dominical.
- 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)
- Omiti pecados em minha última confissão. Quais?
- Não cumpri as penitências que o padre aplicou
- Tenho comungado em estado de pecado grave.

HONRA O TEU PAI E A TUA MÃE E CUIDADO PARA COM FILHOS

- Desobedeci aos meus pais, faltei-lhes ao respeito.
- Descuidei-me em ajudá-los nas suas necessidades (velhice).
- Desconsidere figuras de autoridades legítimas (militares, juízes, autoridades políticas)
- Tratei mal pessoas de idade.
- Tenho filho (os) e não cuido deles, sou negligente.
- Tenho envergonhado meus filhos dando mau testemunho.
- Não tenho educado meus filhos segundo a fé (não rezo com eles; não ensino as orações, não os levo à missa)
- Não cobro e nem acompanho os meus filhos na catequese/crisma.
- Tenho deixado meus filhos dormirem em casa com os/as namorados(as)



- Já levei o(a) filho (a) para iniciar a vida sexual em prostíbulo. Já contratei parceiros para o(a) filho(a)
- Incentivei o(a) filho(a) a ver pornografia. Nunca o corrigi deste mal hábito.

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, confidencie segredos comprometedores)
- Discuti e saí no braço com o próximo.
- Recuso-me a falar com o próximo.
- Regozije-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.
- Consentii em pensamentos de suicídio (já tentei 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 (sexo fora do casamento).
- Tenho me relacionado com gente casada.

- Cometi pecado impuro contra a natureza (homo-lésbico, zoofilia)
- Toquei/abracei outra pessoa de forma impura (ônibus/Metrô)
- Pratiquei a masturbação (Quantas vezes? É vício?).
- Consentii com pensamentos eróticos
- Me relaciono com o(a) esposo(a) pensando em outra pessoa
- 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 (wattsap/facebook) e real
- Vi pornografia (Quantas vezes? É vício?).
- Usei linguagem indecente ou contei histórias indecentes
- Consentii em olhares impuros, bisbilhotando a nudez alheia.
- Tenho usado camisinha e/ou anticoncepcional.
- Fiz ligadura das trompas ou Vasectomia. (caso nunca tenha confessado isso)
- Trouxe ou consentii a entrada de uma terceira pessoa para leito conjugal.
- Pratiquei swing (troca-troca de casais).
- Violei sexualmente alguém (estupro).
- 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 pequeno).
- 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 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 e ganancioso
- 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.
- 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.