

## RECONCILIAÇÃO OU PENITÊNCIA

O Sacramento da Reconciliação é sempre um encontro para renovar e fortalecer a amizade que existe entre duas pessoas que se amam mas que por vezes se podem sentir algo distantes. Neste caso, somos sempre nós que nos distanciamos mas, contando com a misericórdia de Deus, voltamos ao seu convívio.

No sacramento da Reconciliação renovamos a nossa relação com Deus e com os irmãos já que esta muitas vezes é destruída pelo pecado. Este sacramento é, por isso, sempre encontro: do Homem consigo mesmo e deste com Deus. Acima de tudo o sacramento da Penitência não pode ser uma imposição mas sim um dom de Deus e uma oportunidade de encontro com Deus, connosco e com os outros.



### Condições para o Sacramento da Reconciliação:

- Antes de tudo é necessário fazer um exame de consciência bem feito procurando descobrir as nossas faltas mais graves. Se não há celebração penitencial devem os penitentes, antes de se dirigirem ao sacerdote, rezar a fórmula da confissão.
- Quando se chega junto do sacerdote diz-se: "Abençoei-me padre porque pequei"; ou então "Louvado seja Nosso Senhor Jesus Cristo".
- O penitente acusa-se então dos seus pecados (pede-se às pessoas que, tanto quanto possível, sejam breves na sua confissão individual). Devem ser as próprias pessoas a expor resumidamente os seus pecados e não esperar que o confessor lhes pergunte.
- Após alguma palavra do sacerdote ou da imposição da penitência, o penitente expressará o seu arrependimento através da recitação do Acto de Contrição cuja fórmula mais breve é esta:  
"Meu Deus porque sois tão bom,  
Tenho muita pena de vos ter ofendido,  
Ajudai-me a não tornar a pecar".
- Finalmente o sacerdote traçando o sinal da cruz sobre o penitente dará a absolvição em nome de Deus. Após este gesto, aquele a quem foi perdoada a culpa retirar-se-á para o seu lugar onde, em alguns momentos de recolhimento poderá agradecer a Deus a graça que recebeu, bem como fazer o cumprimento da penitência imposta

**Nota:** Para se fazer uma boa confissão é necessário sempre fazer bem o exame de consciência no qual se deve reflectir os aspectos mais negativos da nossa vida quotidiana. Para ajudar deixa-se aqui algumas interrogações em dois esquemas:

## **Proposta de Exame de Consciência baseada no Decálogo:**

*"É ESTE O PRIMEIRO MANDAMENTO: AMARÁS O SENHOR TEU DEUS COM TODO O TEU CORAÇÃO, COM TODA A TUA ALMA E COM TODA A TUA INTELIGÊNCIA."*

1. Esqueci ou calei de propósito, nas confissões passadas algum pecado grave? Cumpri a penitência? Fiz reparação das injustiças que porventura cometi? Procurei emendar a minha vida?
2. O meu coração está voltado para Deus de modo que eu o ame sobre todas as coisas ou vivo antes só preocupado com as coisas materiais? Faltei ao respeito para com a Nossa Senhora e os santos?
3. Participo na missa dominical, santifiquei o dia do senhor e rezo com devoção todos os dias a Deus ou só quando estou em apuros? Tenho tido vergonha de me apresentar como cristão nos sítios onde vivo e trabalho? Interesse-me pela vida da paróquia a que pertenço e pelas suas actividades? Ponho ao seu serviço algum do meu tempo e as minhas aptidões?
4. Tenho porventura outros deuses, isto é, coisas em que ponho mais confiança do que em Deus como são as riquezas, superstições, bruxarias ou outras coisas parecidas? Não procurei as seitas religiosas?

*"O 2º MANDAMENTO É IGUAL AO PRIMEIRO: AMARÁS AO TEU PRÓXIMO COMO A TI MESMO".*

1. Procuo ver Cristo nos outros e trata-los como verdadeiros irmãos? Há em mim ódio, desprezo, rancor ou má vontade contra alguém?
2. Julgo mal os outros? Critico ou exploro as suas fraquezas ou os seus aspectos negativos? Terei contribuído para prejudicar o bom nome de alguém com suspeitas, mentiras ou boatos caluniosos?
3. Preocupo-me com o bem e a prosperidade da terra em que vivo, ou sou egoísta vivendo só a pensar em mim? Procuo, na medida das minhas possibilidades, promover a justiça, a honestidade, a concórdia e o amor na sociedade em que vivo? Cumpro os meus deveres de cidadão?
4. Presto atenção aos problemas e necessidades dos que me rodeiam? Preocupa-me a situação dos mais pobres, dos idosos, dos doentes e dos que vivem sós Sobretudo se são da minha família? Que tenho eu feito em concreto que seja sinal do meu amor ao próximo?

5. Na minha família tenho contribuído para que nela exista um bom ambiente? COMO FILHO: Ouço com respeito os pais e trato-os com carinho? Ajudo-os nas suas necessidades? Importo-me com eles e tento compreendê-los? Com os irmãos ou outros familiares: Cultivo um diálogo franco aberto e verdadeiro? Sei manifestar em gestos concretos o amor ou tenho sido aborrecido, mal-encarado e bruto.
6. Sou justo no meu trabalho ou no meu emprego ou no meu estudo: sou honesto, sincero procurando que haja um bom ambiente? Não prejudiquei ninguém? Tenho sido fiel aos meus compromissos e contratos? Tenho estudado com afinco e interesse?
7. Furtei coisas alheias, desejei-as injusta e desordenadamente ou causei-lhes dano? Se tenho qualquer cargo ou exerço autoridade, sirvo-me deles para meu proveito, ou para bem dos outros em espírito de serviço?
8. Atentei contra a vida dos outros: integridade física ou moral? Aconselhei ou procurei o aborto? Se fui vítima de injúrias, conservo ódio e desejo de vingança ou procuro perdoar?
9. Procurei ser puro nos meus sentimentos, nos meus sentidos e no meu corpo? Manchei a minha vida com relações imorais, impureza, palavras e pensamentos indignos, maus desejos ou más acções? Com a falta de decência tenho levado outros ao pecado?

### **Proposta de Exame de Consciência baseada no Pai-nosso:**

- Não digas Pai, se cada dia não te comportas como seu filho... se não rezas, se vives ansioso, sem confiança nEle, sem paz, sem tempo para Ele!
- Não digas nosso, se vives isolado no teu egoísmo... se olhas os outros de lado ou por cima, e não como teus irmãos.
- Não digas que estás nos céus, se só pensas em coisas terrenas... se não te desprendes dos teus bens materiais.
- Não digas santificado seja o vosso nome, se não o louvas com todo o amor, se não fazes esforço por o encontrar... cada domingo, na Eucaristia, que é a celebração por excelência do louvor e da acção de graças ao Senhor.
- Não digas venha a nós o vosso reino, se não és justo, pacífico, verdadeiro e misericordioso...
- Não digas faça-se a vossa vontade, se teimas em levar a tua sempre avante, sem ouvires os outros, sem primeiro te confrontares com a Palavra de Deus.
- Não digas o pão de cada dia nos dai hoje, se não te preocupas em partilhar do que é teu... e nunca estás satisfeito com o que tens.

- Não digas, perdoai as nossas ofensas, se guardas rancor contra o teu irmão ou se sabes que ele tem algo contra ti e não fazes nada por ir ao seu encontro...
- Não digas não nos deixeis cair em tentação, se tens intenção de continuar a pecar... e de deixar tudo na mesma.
- Não digas livrai-nos do mal, se não te empenhas na luta contra o mal... que está em tua casa, no teu emprego, dentro de ti ou à tua volta.
- Não digas,, Ámen, se não tomas a sério as palavras da oração do Senhor.