Exame de Consciência

A PARTIR DOS DEZ MANDAMENTOS DE DEUS E DOS PRECEITOS DA SANTA IGREJA

Esse exame de consciência é indicado para adultos (a partir de 14 anos, aproximadamente), contendo pecados específicos contra o 6º e 9º mandamentos. Ele não contém todos os pecados possíveis, como é evidente, mas serve como um guia para ajudar a esclarecer a consciência, a partir das leis objetivas da moral. Além disso, os pecados mencionados não têm necessariamente a mesma gravidade. Alguns são por si veniais, outros mortais, outros podem ser veniais ou mortais, conforme o caso. Por exemplo, um furto pode ser um pecado mortal ou venial, dependendo da quantia furtada. Note-se que estão incluídos aqui os pecados e deveres próprios de cada profissão, como médico, advogado, comerciante, etc. É preciso lembrar-se deles ao fazer o exame de consciência.

Importantes Considerações:

Fazer um bom exame de consciência, pedindo a Deus a graça de conhecer os próprios pecados e de se arrepender deles. Arrepender-se dos pecados, reconhecendo a ofensa causada a Deus, o mal para si mesmo e detestando os pecados. Firme propósito de não mais tornar a pecar. Confissão com acusação íntegra dos pecados, dizendo todos os pecados mortais, sua espécie e quantas vezes foram cometidos. A ocultação deliberada de um pecado mortal torna invalida a confissão. Aceitação da penitência.

Oração para antes do exame de consciência

Senhor Deus onipotente, prostrado humildemente diante da Vossa divina majestade, Vos rendo infinitas graças por todos os benefícios que de Vossa inefável bondade tenho recebido, e em particular por me terdes criado, conservado, remido e cumulado de tantos bens e mercês, muitos dos quais eu ignoro. Rogo-Vos, Senhor, humildemente, que Vos digneis conceder-me luz abundante para conhecer todas as faltas e pecados, com que Vos tenho ofendido, e graça eficaz para me arrepender e me emendar.

PRIMEIRO MANDAMENTO:
"Eu Sou o Senhor teu Deus, não terás outros deuses diante de Mim"

- Neguei a Fé Católica, abertamente a rejeitei, tive dúvidas voluntárias ou falei contra quaisquer doutrinas da Igreja Católica?
- Perdi a crença ou deliberadamente entreguei-me a dúvidas sobre qualquer artigo de Fé, ou sugeri ou encorajei tais dúvidas em alguém?
- Traí a Fé Católica por dizer que todas as religiões são boas, que um homem pode escolher ser salvo em qualquer religião, seja qual ela for?
- Li alguma Bíblia protestante, tratados ou livros heréticos, revistas, HQs (Histórias em Quadrinhos), etc., vendi ou os emprestei?
- Frequentei ou juntei-me a algum falso culto (isso inclui a "Nova Missa")? Cantei ou toquei em locais de falso culto? Ouvi pregadores ou palestras heréticas ou pagãs? Quantas vezes?
- Expus minha Fé a perigos através de associações malignas? Me juntei a qualquer sociedade secreta proibida pela Igreja? Ainda pertenço a ela?
- Por minha própria culpa, permaneci ignorante sobre as doutrinas e deveres da minha religião?
- Fiquei muito tempo – um mês inteiro, ou mais – sem fazer qualquer oração, ou sem ter feito qualquer ato de caridade, ou de devoção a Deus?
- Cometi um pecado em um local sagrado, na igreja, no cemitério? Fui culpado de grande irreverência na igreja, por conversa indecente, por um modo inapropriado no vestir, ou por qualquer outro comportamento impróprio?
- Consultei alguma pessoa para conhecer o futuro, ou seriamente fiz uso de práticas supersticiosas, poções de amor, encantos, ferraduras, horóscopos etc., li, doei, emprestei ou vendi livros sobre esses assuntos?
- Pequei e permaneci em pecado por presunção, pensando que por Deus ser bom, Ele é compelido a perdoar-me?
- Dei vazão ao desespero e desacreditei de toda esperança de salvação por desconfiar da misericórdia de Deus?
- Idolatrei alguém dos esportes ou de qualquer outra atividade (como artistas, atores, ídolos de TV, cinema, músicos, etc.) qualquer outra criatura ou a mim mesmo?
- Envergonhei de minha fé (católica) por respeito humano? Não a defendi e omiti?
- Tive comunhão com hereges, tendo estima por eles como a um irmão de fé, etc.?

SEGUNDO MANDAMENTO:
"Não Tomarás o Nome do Senhor Teu Deus em Vão"

- Fui culpado de blasfêmia por palavras raivosas, injuriosas ou insultantes contra Deus ou quaisquer uma de Suas perfeições, ou contra a Igreja Católica, a Virgem Santíssima, ou quaisquer Santos? Já odiei a Deus?

- Usei o Santo Nome de Deus para expressar reclamação, espanto, raiva ou ironia? (são expressões tão usadas em nossos dias e se tornou um hábito pernicioso às nossas almas)
- Murmurei, reclamando das disposições da providência Divina?
- Pronunciei, de modo blasfemo ou desrespeitoso, ou com raiva, o Santo Nome de Deus, o Nome de Nosso Senhor Jesus Cristo, ou abusei das palavras das Santas Escrituras por meio de qualquer pedido indecente ou grosseiramente desrespeitoso?
- Fiz algum juramento sem ter a intenção de cumpri-lo (perjúrio)?
- Jurei falsamente? Chamei a Deus como testemunha a uma mentira?
- Juntei-me a alguma sociedade secreta na qual havia algum juramento? Quantos juramentos fiz nesta sociedade?
- Fiz qualquer voto ou promessa irrefletidamente? Quebrei ou negligenciei um voto lícito, ou o mudei sem permissão?
- Fiz o juramento em prejuízo do meu próximo?
- Fiz um juramento para me vingar ou para cometer algum outro crime? Induzi os outros a jurar falsamente ou desnecessariamente, ou a quebrar algum juramento lícito?
- Amaldiçoei a mim mesmo ou ao próximo? Quis dizer o que disse? Esse pecado foi habitual?

TERCEIRO MANDAMENTO:
"Lembra-te de Manter Santo o Dia do Senhor"

1. Assistir à Missa aos Domingos e em Dias Santos.

(**Nota:** Uma vez que estamos vivendo os tempos da Grande Apostasia, este preceito não se refere a Nova "Missa" inválida promulgada pelo Antipapa Paulo VI em 1969 – Considerando que a única missa disponível e próxima a todos nós, é a Nova "Missa" inválida, você **NÃO pode frequentá-la** (**é pecado mortal participar**). Para mais informações leia o artigo: "**Por que a Nova "Missa" e o Novo Rito de Ordenação são Inválidos**"

2. Jejuar e se abster nos dias apontados.

- **Dias de jejum** são dias nos quais só se pode tomar uma refeição completa na qual carne pode ser consumida. Duas outras refeições sem carne, que juntas são menos que uma refeição completa, também são permitidas. Apenas líquidos podem ser consumidos entre as refeições. Água não quebra o jejum. A lei de jejum tem de ser observada por todos entre 21 e 59 anos de idade inclusive. São dias de jejum todos os dias da Quaresma exceto os Domingos.
Se jejuar constitui um sério risco de saúde ou impede a habilidade de realizar o trabalho necessário, deixa de ser obrigatório.

- **Dias de abstinência** são dias em que é proibido consumir carne (e sopa ou molho feitos de carne) que são TODAS as Sextas-feiras do ano.

- Realizei trabalho servil desnecessário durante domingos ou Dias Santos, ou fiz com que outros trabalhassem?
- Profanei estes dias, por frequentar companhia impiedosa, com diversões pecaminosas, jogos, dança indecente, ou excessos com bebida?
- Quebrei as leis do jejum e abstinência?
- Contribui financeiramente ou ajudei grupos não-católicos (isso inclui igrejas do Vaticano II).
- Casei perante um magistrado civil, ou até mesmo perante um pregador herético?
- Casei com um parente ou uma pessoa não-católica?
- Contrai o matrimônio que de qualquer forma seja proibido pela Igreja?

QUARTO MANDAMENTO:
"Honra Teu Pai e Tua Mãe"

- Desdenhei, ou até mesmo odiei meus pais, desejei a morte deles, ou esperei que qualquer outro infortúnio lhes acontecesse?
- Os insultei, zombei, ridicularizei ou amaldiçoei? Os ameacei, ou mesmo levantei a minha mão para atingi-los?
- Desobedeci, gerei problemas sérios quando eles me proibiram de manter má companhia, de ler maus livros e jornais, entre outras coisas?
- Afligi meus pais por causa de minha ingratidão ou má-conduta?
- Negligenciei ou me recusei a ajudá-los em suas necessidades? Tive vergonha deles por causa de sua pobreza, classe ou aparência?
- Recusei a rezar por eles, ou pela conversão deles?
- Contraí matrimônio sem o conhecimento e consentimento de meus pais?
- Coloquei o país acima de Deus?
- Votei em partidos e representantes políticos não-católicos?
- Tomei parte com questões subversivas (atividades revolucionárias)? Já me juntei a alguma associação Comunista ou Liberal? Resisti às autoridades legais do meu país, tomando parte em alguma violência de multidão, ou perturbei a paz pública?

QUINTO MANDAMENTO:
"Não Matarás"

- Eu, por atitude, participação, instigação, conselho, consentimento ou silêncio, fui culpado pela morte ou lesão física de alguém?
- Fui racista?
- Tive a intenção ou tentei tirar a vida de outra pessoa? Mantive sérios pensamentos de matar?
- Fui culpado pelo pecado do aborto? Aconselhei ou ajudei alguma outra pessoa a fazer um aborto?
- Tive a intenção ou tentei tirar a própria vida?
- Prejudiquei minha saúde por excesso ou recusa de comida?
- Fiquei bêbado ou fui a causa da embriaguez de outros?

- Usei drogas? Introduzi outros às drogas?
- Feri, ou tentei ferir, ou tratei mal outras pessoas?
- Tive inimizade com o meu próximo? Não busquei reconciliar-me com ele?
- Fiquei extremamente irritado, além da razão? Levei outras pessoas a sentirem raiva ou vingança?
- Retirei os meios ordinários de sobrevivência para um paciente terminal ou moribundo?
- Tomei contraceptivos ou usei de métodos profiláticos ou de barreira para evitar a gravidez? (apesar da prática generalizada trata-se de **pecado mortal**)
- Fiz vasectomia, ligadura ou outro procedimento para evitar os filhos (apesar da prática muito generalizada, trata-se de **pecado mortal**. É preciso buscar a reversão da cirurgia, se ainda existe a possibilidade de fertilidade)
- Fiz inseminação artificial ou fertilização in vitro ou algo semelhante? (apesar da prática generalizada trata-se de **pecado mortal**)
- Fiz pesquisas científicas imorais e suas aplicações?
- Tive desrespeito pelos moribundos ou pelos mortos?
- Por meio da cobiça, paixão ou vingança, me engajei em opressão ou ação judicial injusta?
- Prejudiquei a alma de outros por dar escândalo (mau exemplo)? Por palavras ou intenções ruins, ou por mau comportamento, arruinei pessoas inocentes, ensinando-lhes maus hábitos ou coisas que elas não deveriam saber?
- Expus os outros ou a mim mesmo à tentação?
- Li alguma coisa, ouvi alguma música, vi algum programa ou algum jogo contra Deus, contra a Igreja ou contra os bons costumes? Comprei ou os emprestei? Permiti que meus filhos, amigos, etc., fizessem tais coisas?
- Me vesti imodestamente (**Mulheres**: minissaias, shorts, calças, decotes além de dois dedos abaixo do pescoço, blusas sem mangas ou com mangas acima do cotovelo, saias que não fossem abaixo do joelho, roupas transparentes, biquínis, etc. **Homens**: shorts, camisetas regatas, roupas apertadas, sungas, andar e se fotografar sem camisa, etc.)?
- Coloquei o próximo na tentação? Tentei dissuadir ou desencorajar aqueles que desejavam se arrepender e se reformar?
- Tive comportamento irritante para os outros?
- Me entristeci pela prosperidade alheia? Alegrei-me pela miséria alheia? Tive inveja pela atenção dada aos outros?
- Negligenciei em prestar ajuda de acordo com meus meios, ou a aliviar aqueles em aflição?
- Causei morte ou sofrimento desnecessário aos animais?

SEXTO E NONO MANDAMENTOS:

"Não Cometerás Adultério"

"Não Cobiçarás a Esposa do Próximo"

(Analise as circunstâncias que mudam a natureza do pecado: o sexo da outra pessoa, o parentesco, o estado de casado, solteiro ou vinculado a um voto (próprio e do outro).)

- Deliberadamente, tive prazer com pensamentos impuros ou imaginações, ou consenti que eles estivessem no meu coração?
- Desejei deliberadamente ver ou fazer qualquer coisa impura?
- Fiz uso de linguagem, alusões ou palavras de duplo sentido ou impuras? Quantos estavam me escutando?
- Ouvi com prazer deliberado à linguagem indecente? Cantei ou ouvi canções indecentes?
- Me vangloriou de minha imoralidade?
- Li livros ou jornais imorais, ou emprestei ou vendi para outros? Escrevi, enviei ou recebi cartas ou mensagens impróprias? Olhei com prazer deliberado objetos, imagens ou cartões imorais, ou os mostrei para outros?
- Expus voluntariamente a ocasiões de pecado por curiosidade pecaminosa, por manter companhia perigosa, por frequentar locais perigosos, diversões perigosas ou pecaminosas; por danças indecentes ou jogos indecentes; por familiaridade indevida com pessoas do sexo oposto?
- Tive liberdades no namoro? Respeitei o corpo da minha namorada (do meu namorado)? Namorei sem o respeito de resguardar a pureza e a fé? Tive beijos sensuais? Namorei quando não deveria, sem a maturidade suficiente, sem intenção de casar-me?
- Mantenho companhia pecaminosa agora? Vivi no passado, ou vivo agora, com alguém que não é meu cônjuge perante a Igreja?
- Pela liberdade dos meus modos, pela maneira indecente de me vestir etc., fui a causa de tentação para os outros?
- Arruinei uma pessoa inocente por induzi-la à imoralidade?
- Fui culpado por sedução ou estupro? Atingi meus objetivos por meio de uma falsa promessa ou de um falso casamento? Me recusei a reparar a falta feita?
- Fui viciado em pecados sexuais solitários (masturbação)?
- Cometi pecados sexuais não naturais?
- Pratiquei prostituição, sodomia (práticas homossexuais) ou outras práticas contrárias à natureza?
- Tomei parte ou facilitei os pecados de outros?
- Fui culpado do pecado de fornicação (sexo antes do casamento) ou adultério (também por pensamentos)? Havia alguma circunstância – de parentesco, matrimônio, consagração a Deus, ou menoridade – que tornassem mais grave aquela ação?
- Usei controle de nascimento artificial ou "natural"?
- Tive ato conjugal consumado de modo inapto à procriação?
- Me divorciei?
- Pratiquei poligamia?

SÉTIMO E DÉCIMO MANDAMENTOS:

"Não Roubarás"

"Não Cobiçarás as Coisas dos Teus Vizinhos"

(Quanto aos pecados de roubo, você deve considerar o valor do que você levou, ou a quantidade de danos causados pela sua injustiça, e que restituição você fez.)

- Roubei algum objeto ou alguma quantia em dinheiro? Reparei os danos causados?
- Tive inveja dos outros? Cobicei as coisas alheias?
- Paguei aos outros os salários devidos pelo seu trabalho? Paguei os impostos?
- Trabalhei com empenho as horas que devia, ou desperdicei tempo no meu trabalho? Abusei da confiança dos meus superiores?
- Prejudiquei o Estado, por exemplo, abusando do fundo de desemprego ou da baixa médica?
- Desrespeitei os direitos de autor, copiando livros, software, imagem, filmes ou músicas, contra a vontade do autor? Baixei programas crackeados (para quebrar sistemas de segurança)?
- Aproveitei-me injustamente da desgraça alheia? Prejudiquei, de algum modo, o próximo nos seus bens? Enganei o próximo cobrando mais do que o valor justo combinado, ou alterando a quantidade ou qualidade dos bens ou dos serviços prestados? Reparei as injustiças que pratiquei?
- Devolvi ao respectivo dono coisas emprestadas ou encontradas?
- Tolerei abusos ou injustiças que tinha obrigação de impedir? Fiz acepção de pessoas ou manifestei favoritismos?
- Gastei mais do que permitem as minhas possibilidades? Desperdicei dinheiro no jogo ou noutras coisas perniciosas? Por descuido, estraguei as minhas coisas ou as dos outros?
- Não aceito com espírito cristão, a carência de coisas necessárias deixando-me vencer pela ira ou pela revolta?
- Roubei qualquer coisa consagrada a Deus, ou de um lugar santo? (Isso é um sacrilégio, assim como o roubo)
- Cobrei preços exorbitantes, ou produziu contas falsas, ou falsifiquei a qualidade dos meus produtos?
- Trapaceei em jogos? Estive no hábito de apostar? Até que ponto?
- Engajei em especulações ou empreendimentos enganadores para o prejuízo do simples e do descuidado?
- Defraudei os meus credores? Fui culpado de falsificação ou de fraude? Cobrei juros exorbitantes?
- Passei dinheiro falso ou mutilado?
- Fui culpado de oferecer ou receber suborno?
- Comprei, recebi ou ocultei coisas que sabia serem roubadas?
- Causei ruína ou danos à propriedade de outros? Permiti que meus animais domésticos prejudicassem as propriedades alheias?
- Desperdicei o dinheiro do meu marido, esposa, pais etc., comprando vestidos ou joias caras, em bebedeiras, em uso de drogas etc.?
- Fui descuidado com coisas confiadas à minha incumbência?
- Recebi dinheiro de trabalho ou de serviço que nunca realizei, ou que fiz tão insatisfatoriamente que teve de ser feito novamente?
- Tentei ganhar minha causa por meio de suborno, ameaças, ou outros meios injustos?
- Prejudiquei ou destruí (com o uso de fogo, por exemplo) minha propriedade e mantive o dinheiro do seguro?
- Nos meus tratos, tomei vantagem do simples, do pobre, do jovem e do inexperiente? Fiz negócios injustos com o pobre, ou com aqueles em aflição?

- Fui culpado de fraude ou apropriação indevida em qualquer serviço público ou consórcio privado?
- Causei qualquer dano ou perda por negligência, ou ignorância culpável, no exercício da profissão ou emprego?
- De alguma maneira, tomei parte em roubo, fraude ou injustiça de alguém? Ocultei a injustiça de outros, quando era minha obrigação denunciá-la?
- Tentei, tive a intenção, ou deliberadamente desejei roubar, defraudar ou cometer qualquer tipo de injustiça?
- Por meio de calúnia ou de outro meio injusto, fiz com que alguém perdesse sua posição ou reputação?
- Votei em alguém que sabia ser inapto para o cargo (comunista, maçom, etc.)?

(Examine se você reparou toda a injustiça feita por você mesmo. Seus pecados não serão perdoados enquanto você recusar ou deliberadamente negligenciar fazer um reparo. Se o que você adquiriu injustamente não está mais em sua possessão, devolva o seu valor. Se não puder devolver o valor inteiro, devolva pelo menos uma parte sem atraso. Se não puder devolver de uma vez, você deve ter a firme e sincera resolução de fazê-lo o mais breve possível e deve também procurar seriamente adquirir o meio de fazê-lo. A obrigação de restituição é compulsória até que seja totalmente exonerada. A restituição deve ser feita ao dono. Se o dono não puder ser achado, você deve dar o dinheiro aos pobres.)

OITAVO MANDAMENTO:
"Não Levantarás Falsos Testemunhos"

- Fiz juramentos falsos ou aconselhei os outros a fazê-lo?
- Assinei papéis ou documentos falsos, ou forjei qualquer escrita? Que prejuízos ocasionei desse modo?
- Fui culpado por mentira culposa e maliciosa? Coloquei em circulação, ou repeti qualquer relato escandaloso, que sabia ou acreditava ser falso?
- Fui culpado de detração em problemas sérios, por tornar conhecidos os pecados ou defeitos secretos do seu próximo?
- Fiz qualquer coisa para manchar reputação ou prejudicar os interesses dos outros?
- Causei mal-estar entre outros por comportamento mentiroso? Revelei algum segredo importante ou profissional?
- Sem a devida permissão, li cartas endereçadas a outras pessoas?
- Não empreendi esforços para desmentir meus falsos relatos? Honestamente tentei restaurar o bom nome que prejudiquei?
- Falei contra um membro do clero, porque ele é consagrado a Deus? Isso também é um sacrilégio.
- Fui culpado de suspeitas injustas e julgamento imprudente?

OS SETE PECADOS CAPITAIS

Orgulho, Avareza, Luxúria, Inveja, Gula, Raiva e Preguiça.

OS SEIS PECADOS CONTRA O ESPÍRITO SANTO

1. Desesperar-se de sua própria salvação;
2. presumir ser salvo sem méritos;
3. resistir à verdade conhecida;
4. ter inveja do mérito de outros;
5. ser obstinado pelo pecado;
6. morrer impenitente.

OS DEVERES PARTICULARES DE SEU ESTADO

Pais e Guardiões

- Falhei em tomar o cuidado apropriado da vida e saúde dos meus filhos? Expus meus filhos a grande perigo antes de seu nascimento? Falhei em prover suas necessidades? Lhes forneci roupas, alimento etc., apropriados? Já os desertei?
- Falhei em ensiná-los um negócio ou profissão, de modo que eles pudessem ganhar um meio de vida honesto?
- Manifestei uma preferência injusta por um, detratando outros? Fui negligente, indelicado ou mesmo cruel com meus filhos, enteados ou protegidos? Forcei meus filhos a um estado de vida para o qual eles não tinham nenhuma vocação? Os impedi de seguir sua vocação para o estado religioso ou eclesiástico?
- Sem motivo razoável, me opus à sua inclinação quanto ao casamento?
- Falhei em providenciar uma educação boa e católica de acordo com os meus meios?
- Negligenciei em educá-los dentro da fé católica? Descuidei em ensiná-los a rezar e a praticar as virtudes da conduta cristã? Negligenciei em inspirá-los, desde a tenra idade, com o amor e temor de Deus e o horror ao pecado?
- Atrasei muito o seu batismo? Negligenciei em tê-los preparados e trazidos, na idade apropriada, à Confissão?
- Negligenciei a sua instrução religiosa, ou os enviei para escolas heréticas ou ímpias?
- Falhei em não os fazer observar abstinência nos dias descritos?
- Os posicionei em uma situação em que eles não poderiam praticar a sua religião, ou em que a sua fé ou sua virtude estava em perigo?
- Expus a sua inocência ao perigo ao permitir que crianças de sexos diferentes dormissem juntos, ou por mantê-los à noite no próprio quarto dos pais?
- Vigiei a sua conduta com cuidado? Vi onde eles gastam seu tempo, com quais companhias eles se associam, e se eles estão viciados em qualquer vício secreto? Lhes permiti vaguear por onde quisessem? Os confiei aos cuidados de servos sem religião ou de moral duvidosa?

- Permiti que eles lessem histórias impróprias, romances inúteis e outros livros perigosos? Lhes permiti tomar parte em diversões pecaminosas e perigosas, ou assistir programas de TV de má qualidade?
- Permiti que eles namorassem quando não eram maduros o suficiente, ou quando não eram velhos o bastante para se casarem?
- Permiti que eles tivessem liberdade desnecessária com pessoas de outro sexo, visitas solitárias, ou em horas inapropriadas, ou que ficassem fora de casa até tarde da noite? Permiti danças indecentes em casa? Permiti que eles dançassem indecentemente?
- Falhei em corrigi-los e puni-los quando eles mereciam? Permiti que eles falassem mal ou usassem linguajar impróprio sem puni-los?
- Por meio de indiferença ou afeição desviada, os deixei sem restrições? Ao contrário, os amaldiçoei com raiva, os tratei brutalmente, os exasperei ou os escandalizei mediante linguajar violento e rude, nomes abusivos etc.?
- Os escandalizei com maus exemplos, por negligenciar a fé católica?

Casados

- Adquiri matrimônio por motivos maus ou não-católicos?
- Por minha conduta, fui causa de ciúme e aflição para a minha esposa, meu marido?
- Profanei a santidade do matrimônio por abusar, ou tentar impedir a sua finalidade primária (a procriação de filhos e a educação da prole dentro da fé católica) negando o ato conjugal nos períodos fecundos e praticando-o nos períodos inférteis (ou seja só pelo ato em si, sem o propósito de ter filhos)?
- Pequei contra meu cônjuge por meio de palavras irritadas, nomes ultrajantes, ou mesmo discussões e agressões físicas?
- Sem uma causa justa e sem permissão legal, abandonei minha esposa, meu marido na vida, vivendo separadamente ou permanecendo ausente por muito tempo?

Marido

- Tenho sido fiel aos meus votos matrimoniais?
- Tratei minha esposa de maneira rude, cruel ou tirânica, bati nela, ou abusei dela na minha irritação? Fiz ela infeliz por meio da minha frieza, mesquinhez, negligência e conduta insensível, ou por passar muito do meu tempo de lazer fora de casa? Falhei em tratá-la com atenção e tolerância, quando ela estava em uma situação delicada?
- Induzi-a a agir contra a sua consciência para pecar contra as leis da natureza no ato matrimonial?
- Negligenciei o sustento de minha esposa e de meus filhos? Desperdicei meus ganhos, ou a propriedade de minha esposa?
- Causei discórdia por causa de meu egoísmo e ciúme, ou por causa de minha conduta não cordial com os parentes dela?
- Tornei minha casa desagradável por causa de meu desleixo, temperamento ruim, linguajar abusivo e apontamento de erros, ou por aflições fingidas ou imaginárias?

Esposa

- Quebrei meus votos matrimoniais? Fui causa de ciúme por causa da minha leviandade, ou por tentar conseguir admiração e afeição dos outros?
- Fiz gastos inúteis e extravagantes para mim mesma ou a meus parentes sem o conhecimento de meu marido?
- Causei discórdia por causa de meu egoísmo e ciúme e da minha conduta não amigável para com os parentes dele?
- Fui respeitosa e obediente a ele em todas as coisas razoáveis e permitidas?
- Tornei minha casa desagradável por desleixo, por causa de meu temperamento ruim, linguajar abusivo e apontamento de erros, ou por aflições fingidas ou imaginárias?
- O induzi a ofender a Deus e a agir contrariamente às leis da natureza no domínio sexual?
- Fiz minha parte quanto ao sustento da família, ou, ao contrário, tenho sido ociosa e negligente com minhas tarefas de casa?

Estudantes

- Falhei em estudar seriamente e com diligência? Falhei em gastar tempo suficiente em meus estudos? Perdi um exame por causa de preguiça e por despreparo deliberado?
- Abusei da liberdade que tenho no colégio ou na universidade, pelo fato de estar longe de minha família?
- Gastei muito dinheiro em coisas e entretenimentos inúteis?
- Gastei muito do meu tempo em treinamento intelectual, esquecendo-me da minha vida espiritual?
- Falhei em evitar as más influências de quaisquer professores, livros ou companhias prejudiciais? Falhei em agir como católico com os meus conhecimentos? Tive vergonha de minha fé?

Meninos e Meninas

- Tenho sido útil, ajudando nos serviços de casa, ou, ao contrário, tenho sido um obstáculo?
- Tenho me preocupado muito com minha aparência, e gasto muito tempo com essas frivolidades?
- Tenho me vestido decentemente, com dignidade, simplicidade e modéstia? Sou superficial e mundano?
- Me coloquei em qualquer ocasião de pecado em minha vida? Sou uma ocasião de pecado para alguém?
- Tenho cultivado minha inteligência com bons livros espirituais da doutrina católica, ou tenho perdido meu tempo no celular, redes sociais, com romances, revistas, televisão, jogos ou esportes?
- Tenho controlado meus desejos com o espírito de sacrifício, abnegação de mim mesmo e caridade?

Empregadores

- Tenho tratado meus empregados e servos de modo áspero ou tirânico? Tenho sobrecarregado eles com trabalho, ou os obrigando a cumprir tarefas desnecessárias em domingos ou dias santos?
- Tenho sempre lhes providenciado alimentos apropriados e suficientes, e tenho lhes tratado gentilmente durante a doença? Os demiti injustamente antes do tempo concordado? Lhes recusei seus impostos, negligenciei seu pagamento, ou tirei vantagem de sua pobreza ou simplicidade para ocupá-los com prazos duros ou injustos?
- Falhei em encorajá-los e exortá-los a manter-se afastados do pecado e de situações perigosas?
- Fui de algum modo uma causa de pecado para eles?
- Falhei em zelar pela sua moral?
- Os fiz sofrer para manter companhia imprópria ou até altas horas?

Empregados

- Falhei em servir meus empregadores diligentemente e fielmente? Eles sofreram qualquer prejuízo ou dano por minha culpa, negligência, roubo ou esbanjamento?
- Retive parte do que eles me deram para fazer compras, ou tomei qualquer coisa sob o pretexto de que seu salário é muito baixo? Quanto?
- Revelei desnecessariamente os defeitos de meus empregadores, semeei discórdia no trabalho ou em suas famílias, ou fui a causa, mediante reclamações falsas ou maliciosas, de outros empregados sendo exonerados?
- Estou em uma situação em que a minha fé e moral estão em perigo, ou onde não tenho a oportunidade de desempenhar minhas obrigações religiosas?
- Fui conivente ou ajudei meus empregadores em seus crimes? Imprimi, vinculei, ou vendi livros ou jornais contra a fé e moral?

Magistrados e Funcionários públicos

- Falhei em cumprir fielmente os deveres de meu cargo?
- Por fraqueza, respeito humano, desejo de popularidade e ânsia por vantagens de ofício e pessoais, trai os interesses públicos, ou sacrifiquei os direitos de um indivíduo, tolerei que um crime não fosse verificado e punido? Em que sentido?
- Recebi direta ou indiretamente subornos, ou permiti ser influenciado por promessas ou presentes, na administração de justiça, ou em sua conduta oficial?
- Extraviei fundos públicos, ou os usei para minha própria vantagem? Me enriqueci ou enriqueci meus amigos à custa do dinheiro público por meio de contratos injustos? Em que sentido e em que quantidade?
- Abusei do meu poder oficial para gratificar vingança, para favorecer meus amigos?
- Negligenciei a causa dos pobres, do inocente, do indefeso e do oprimido?
- Fiz escândalo por abertamente negligenciar e desconsiderar minha santa religião e minhas obrigações como católico?

Advogados, Tabelionatos e Escrivães

- Advoguei alegações injustas ou sustentadas por uma causa injusta? Obtive uma decisão injusta? Consciente do que fazia processei uma pessoa inocente?
- Prejudiquei a causa do meu cliente por traição, ignorância ou negligência?
- Dei conselhos traidores, duvidosos ou desonestos? Injustamente iludi as esperanças de meu cliente, ou de outro modo encorajei um processo inútil?
- Fui culpado de fraude, suborno ou outras injustiças? Proferi falso testemunho, ou encorajei outros a cometer falso testemunho?
- Fui culpado de cometer fraude ao lavrar documentos ilegais, ou torná-los ambíguos, ou contrários às intenções das pessoas relacionadas?
- Falsifiquei, destruí ou substitui documentos? Produzi faturas de custo falsas, reivindiquei pagamentos injustos ou exorbitantes? O quanto enganei dessa maneira?

Médicos e Cirurgiões

- Me responsabilizei pelo cuidado de um doente sem ter suficiente especialização ou experiência?
- Fui negligente no tratamento de casos sérios ou extraordinários? Coloquei pessoas em perigo ao receitar remédios perigosos ou fazer experimentos cruéis em pacientes em hospitais ou em pobres?
- Falhei em consultar outros médicos quando necessário, ou fiz escolha de alguém específico por saber que condiria com meus erros?
- Causei despesas desnecessárias por meio de consultas desnecessárias, remédios inúteis, etc.?
- Segui as opiniões de outros contrárias às leis de Deus, ou sancionei um curso de tratamento inapropriado? Que lesão corporal ou injustiça causei desse modo?
- Realizei operações cirúrgicas além de minhas especializações ou capacidade, ou as conduzi sem cuidado?
- Deliberadamente tirei a vida de uma criança? Diretamente ou indiretamente providenciei, permiti ou encorajei o aborto ou o pecaminoso controle de natalidade?
- Ensinei ou encorajei outros a impedir a concepção ou a praticar masturbação?
- Ensinei ou encorajei o uso, o abuso de drogas, licores etc.?
- Apressei a morte de alguém, a meu próprio pedido, ou a pedido de seus parentes? Falhei em advertir os que estavam em perigo de morte, de modo que eles pudessem ter recebido os sacramentos a tempo (batismo – confissão-extrema unção)?
- Deixei uma criança morrer pagã, sem receber o batismo?

Farmacêuticos

- Vendi qualquer remédio ou qualquer outro objeto para destruir a vida, para impedir a concepção, ou para excitar as paixões?
- Vendi licores a beberrões? Vendi drogas para os que abusam de drogas?

Os Que Possuem um Hotel, Bar ou Casa Pública

- Debitei em excesso meu hóspede, ou adulterei suas bebidas? Em que quantidades, e com que frequência? Servi álcool para beberrões, ou para aqueles particularmente bêbados, ou permiti alguém a beber em excesso na minha casa ou local?
- Recebi dinheiro de pessoas que estavam arruinando a própria família ao gastar o dinheiro?
- Permiti apostas no meu estabelecimento, ou tolerei blasfêmia, obscenidade ou discussões?
- Permiti que pessoas visitassem ou se alojassem para propósitos imorais? Tornando (hotel, bar ou casa pública) um local para encontros amorosos escandalosos, diversões pecaminosas, danças imodestas ou outros abusos pecaminosos?
- Mantive fotos ou jornais indecentes em minha casa? Exibi filmes indecentes? Os vendi? É meu negócio uma ocasião de pecado para o meu próximo, ou prejuízo para a minha família e um obstáculo para a minha própria salvação?

Para mais informações sobre conduta cristã, acesse:

apostolichrist.com