



## Guia de preparação pessoal para a Celebração da Reconciliação Advento | Natal 2022-2023

### I. ORAÇÃO PREPARATÓRIA

*Antes de me aproximar do Ministro da Reconciliação (o Confessor), procuro ter presentes estes pensamentos no meu coração e rezo mais ou menos assim:*

**Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.**

Senhor, antes que eu pusesse pés ao caminho para me vir confessar, foste Tu que me atraíste para Ti, com a certeza do Teu amor, sempre mais forte que as fraquezas dos meus mutos pecados. Obrigado(a), o Pai, porque a certeza do Teu abraço a este Teu (Tua) filho(a) pródigo(a) deu-me a coragem para sair de casa e vir ao Teu encontro.

*Rezo o Pai-Nosso.*

Senhor, estou um pouco nervoso(a), porque tenho vergonha dos meus pecados. São feios e são sempre os mesmos. Nem sei bem como os confessar. Mas Tu já me conheces. Tu sabes que é mais importante o meu desejo de conversão do que as palavras que vou dizer. Talvez o meu gesto humilde diga quase tudo. Converte-me a Ti, Senhor, para que eu me deixe abraçar pelo Teu perdão.

*Rezo a Confissão ou outra oração que exprima o pedido de perdão.*

Senhor, vou procurar olhar para mim, como Tu me olhas, conhecendo a verdade e procurando crescer na caridade. Vou fazer o meu Exame de consciência, à luz da proposta pastoral deste Advento: “Abraça o presente de Natal, é Cristo vivo”. Ajuda-me a reconhecer com verdade os meus pecados e a manifestar diante do ministro da Reconciliação o meu desejo sincero de conversão, para abraçar o Teu perdão.

*Faço o exame de consciência. Destaco as perguntas com as quais mais me identifico.*

## II. EXAME DE CONSCIÊNCIA

### ***O presente é uma surpresa. Sê original.***

1. Sou original na minha forma de pensar e de viver? Ou limito-me a ser uma fotocópia dos outros, vivendo, na prática, como um(a) pagão(ã)?
2. Abraço as surpresas da vida, as boas e as más, com disponibilidade, humildade, gratidão e coragem? Ou insisto apenas e sempre em fazer a minha vontade, cumprir a minha agenda, realizar o meu programa «contra tudo e contra todos»?
3. Sou capaz de sacrificar os meus horários e interesses para pôr os outros em primeiro lugar? Ou coloco-me sempre no centro de tudo, como se o mundo todo girasse à minha volta?
4. Procuo surpreender os outros, com um telefonema, uma visita, uma palavra amiga, um gesto carinhoso, uma partilha de bens ou de sentimentos?

### ***O presente é um rebento. Cuida das raízes.***

5. Dou atenção aos meus pais, aos meus avós, aos meus antepassados?
6. Promovo o encontro, o diálogo, a escuta, a brincadeira, a partilha de vida, entre (bis)avós e (bis)netos, pais e filhos, mais novos e mais velhos?
7. Sou capaz de ir ao encontro dos mais sós, desprezados e doentes?

8. Acolho, na minha companhia, ou na minha casa, os mais velhos e sós?
9. Tenho tempo para escutar e saborear a sabedoria dos idosos?

### ***O presente vem a caminho. Vale a pena arriscar.***

10. Sou capaz de dar tudo, de me dar inteiramente, de arriscar, de ir mais além? Ou estou nas coisas a «meio-tempo», a «meio-corpo», a «meio-gás»?
11. Sou ousado(a), corajoso(a)? Ou sou medroso(a), calculista, pessoa resignada, sem vontade de ir mais longe?
12. Gosto de dar, partilhar, ajudar? Acredito que é dando que se recebe?
13. Sou ganancioso(a), agarrado(a) às minhas coisas e ao dinheiro?
14. Sou capaz de caminhar com os outros? Ou decido e faço tudo sozinho(a)?
15. Gosto de viver em comunidade, fazendo caminho com os outros, ou isolo-me numa fé egoísta?

### ***O presente é um sonho. Liberta a vida.***

16. Sou capaz de sonhar em família, de manter vivos os mais belos ideais?
17. Conheço os sonhos de Deus para a minha vida?
18. Que sonhos alimento no meu coração?
19. Desisti dos sonhos de Deus para a minha vida?
20. Estou disponível para ajudar os outros a realizarem os seus sonhos?

### ***O presente é Cristo vivo. É dando que recibes.***

21. Conheço Cristo, pessoalmente, ou só O conheço em segunda mão? Só O conheço de ouvir falar d'Ele?
22. Procuo o encontro pessoal com Cristo vivo, na escuta da Palavra, na Oração e na Celebração dos Sacramentos, sobretudo os da Eucaristia e da Reconciliação?

23. Reconheço Cristo vivo nos meus irmãos e irmãs, sobretudo nos mais pobres e sós, nos que sofrem e são perseguidos? Ou ignoro, faço de conta que as suas dificuldades não têm nada a ver comigo?
24. Anuncio e levo a Pessoa de Cristo vivo aos outros, através da minha palavra, do meu testemunho, da minha experiência de vida?
25. Envergonho-me de Cristo, na praça pública, no meio dos outros?

### **O Presente é a Paz. Dá-lhes as mãos.**

26. Estou em Paz comigo, com Deus e com os outros? O que me faz perder a Paz?
27. Sou uma pessoa de paz, de perdão e de reconciliação? Tenho ódios, ressentimentos e mágoas por curar e resolver?
28. Promovo a guerrilha, a má-língua, a divisão? Ou a concórdia e a Paz?

### **O Presente é o irmão diferente. Faz-te irmão de todos.**

29. Reconheço todos os outros como meus irmãos?
30. Torno-me irmão(ã) de todos, mesmo daqueles de quem não gosto tanto?
31. Vejo inimigos por todo o lado? Fuja da convivência, isolando-me?
32. Acolho, integro e reconheço os diferentes, os distantes, os emigrantes?
33. Acolho e acompanho com amor as pessoas com deficiência?

## **III. ATO DE CONTRIÇÃO**

*No final do meu encontro pessoal com Cristo e com a Igreja, através do ministro da Reconciliação, ele irá sugerir-me que reze o Ato de Contrição. Posso rezar este:*

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