



CONTRIÇÃO PERFEITA

Neste tempo de distanciamento social em virtude da pandemia do Coronavírus, nem sempre é fácil o acesso aos sacramentos, pelas restrições que nos apresenta a prevenção do contágio do vírus Covid-19, e vivendo o tempo da quaresma, sabemos o quanto é necessário o sacramento da confissão.

Caso não seja possível encontrar um sacerdote para fazer sua confissão sacramental, a fim de receber o perdão Deus, pode-se recorrer ao Senhor, na oração pessoal ou em família, e fazendo um profundo exame de consciência e rezando com piedade podemos implorar a graça da contrição perfeita.

É tamanha a força desse arrependimento, que o próprio Concílio de Trento diz ser efeito dele a reconciliação com Deus antes mesmo que se receba de fato a absolvição sacramental. Claro que isso não deve diminuir nossa confiança na força sacramental. Deus está sempre disposto a nos perdoar, mas muitas vezes somos nós que nos cansamos de pedir o seu perdão.

A contrição verdadeira é uma graça extraordinária e precisamos saber que nem sempre podemos recebê-la. Deus a oferece aos que a imploram e se prepararam para receber este dom maravilhoso. E nem por isso podemos fraquejar na fé, devemos pedi-la a Deus, com insistência, e usar dos meios que estão ao nosso alcance, a fim de conseguirmos as condições necessárias à perfeita contrição:

- 1 – Meditar os sofrimentos que, por nossos pecados, padeceu o Salvador;
- 2 – Lembrar todos os dias os inúmeros benefícios que recebemos da bondade de Deus apesar das nossas infidelidades;
- 3 – Rezar com muita devoção e não cansar de pedir a graça de um verdadeiro arrependimento.

Façamos nosso exame de consciência, tomemos o propósito de mudança de vida e de atitudes, e busquemos a contrição verdadeira com o firme propósito, de que o mais breve possível, com a graça de Deus, diante de um sacerdote faremos a nossa confissão sacramental.

LADAINHA PEDINDO A CONTRIÇÃO PERFEITA

Esta ladainha rezada com piedade pode estimular em nossas almas a dor de nossos pecados e implorar a Deus a contrição, a correção de nossos costumes e o perdão de tantas graves culpas. Faça o sinal da cruz, peça o dom do Espírito Santo e antes de rezar a ladainha e orações abaixo, faça um profundo exame de consciência tendo como caminho a lista dos 10 mandamentos da lei de Deus.

Senhor, tende piedade de nós. **R. Senhor, tende piedade de nós.**

Cristo, tende piedade de nós. **R. Cristo, tende piedade de nós.**

Senhor, tende piedade de nós. **R. Senhor, tende piedade de nós.**

Deus Pai do céus, **R. tende piedade de nós.**

Deus Filho, Redentor do mundo, **R. tende piedade de nós.**

Deus Espírito Santo, **R. tende piedade de nós.**

Santíssima Trindade, que sois um só Deus, **R. tende piedade de nós.**

Vós, que não desejais a morte do pecador, **R. Tende piedade de nós.**

Vós, que esperais com paciência a conversão do pecador, **R. Tende piedade de nós.**

Vós, que convidais os pecadores a que se convertam, **R. Tende piedade de nós.**

Vós, que acolheis benignamente o pecador arrependido, **R. Tende piedade de nós.**

Vós, que Vos regozijais com a conversão do pecador, **R. Tende piedade de nós.**

De Vos ter ofendido, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De ter tantas vezes e tão gravemente pecado, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De ter pecado por pensamentos, palavras e ações, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De ter pecado pelos sentidos do meu corpo, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De ter pecado pelas potências de minha alma, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De ter pecado com tanta audácia, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De Vos ter abandonado pelas criaturas, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De ter preferido a Vós o que é ilusão e vaidade, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De ter abusado de Vossos dons e benefícios, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De ter renovado os sofrimentos de Jesus Cristo, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

De ter desprezado Vossos favores e amizade, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

E somente por causa de Vós, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

Por incorrer no Vosso desagrado, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

Por ser ingrato à Vossa Bondade, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

Não pelo temor do castigo, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

Não pela esperança da recompensa, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

Não constrangidamente, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

Mas de puro amor para convosco, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

Pelo respeito devido à Vossa Majestade Suprema, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

Com o horror que Vos causam todos os pecados, **R. Pesa-me de todo coração, meu Deus.**

PROPÓSITO DE EMENDA: Porque eu Vos amo, meu Deus, prometo emendar-me, com o auxílio de Vossa graça; prometo não mais Vos ofender desde o presente; prometo evitar toda ocasião de pecar; prometo resistir a todas as tentações; prometo reprimir em mim todos os maus pensamentos; prometo preferir perder tudo quanto possuo antes de tornar a ofender-Vos; prometo preferir sofrer tudo antes que pecar; prometo morrer antes que tornar a pecar.

Pai nosso...

ORAÇÃO: Ó Deus, que sois a fonte dos bons propósitos e das obras santas, dai-me a fortaleza de que necessito para ter um verdadeiro arrependimento de meus pecados e para emendar sinceramente a minha vida, a fim de poder alcançar de Vossa misericórdia o perdão de todas as minhas culpas. Por Cristo, Senhor nosso. Amém.

+ Frei Claudio Nori Sturm
† Frei Claudio Nori Sturm, OFM Cap
Bispo Diocesano de Patos de Minas 