

A Fonte Maravilhosa da Paz - confissão

A Fonte Maravilhosa da Paz

Padre Valeriano de Oliveira

Dom Ricardo Pedro Chaves Pinto Filho

Arcebispo Metropolitano

Pouso Alegre MG, 16 de Maio de 2001.

Sobre o autor:

Pe. Valeriano de Oliveira é um sacerdote eremita (octogenário) na Comunidade Sol de Deus - Itajubá-MG - Arquidiocese de Pouso Alegre.

Foi casado durante 20 anos; ao falecer sua esposa em 1978, completou seus estudos de Teologia em Taubaté e foi ordenado em 1984. Desde sua ordenação dedicou-se incansavelmente ao ministério da reconciliação. Este opúsculo, como ele mesmo diz na apresentação do livro, é fruto de toda a sua experiência no sagrado ministério de reconciliar as almas com Deus.

Vem comigo.

Vou te levar à fonte maravilhosa da paz

Conheço bem o caminho. Eu vivo lá.

Mas prepara-te. É longa a caminhada.

Começa por colocar em ordem a tua vida. Põe tranquilidade em teu viver... para que mereças a Paz que jorra dessa fonte.

A tão doce e sonhada Paz!

O que é a paz senão "a tranquilidade na ordem"? (Santo Agostinho).

Reconcilia-te com Deus.

Reconcilia-te com teu próximo.

Reconcilia-te contigo mesmo... e terás a Paz!

É tão bom viver num ambiente tranquilo, onde reinam a ordem, a tranquilidade e a paz!

Assim deve ser o teu coração.

Sabes que o teu coração foi feito para amar?

Claro, para amar o Amor, antes de amar alguém... Para amar o Amor... e só depois amar alguém... no Amor.

Ou amar o Amor em alguém. E o Amor tem nome: ele se chama JESUS.

Só assim o teu coração se estabelecerá na verdadeira paz, que não vem do mundo, nem dos homens, mas do Senhor: "Deixo-vos a paz. Dou-vos a minha paz. Não vo-la dou como o mundo a dá. Não se perturbe o vosso coração, nem se atemorize!" (Jo 14, 27)

Reconcilia-te com Deus... e com o teu irmão.

Dá o primeiro passo. Não espere que o teu irmão o faça. Não é fácil dar o primeiro passo. É mesmo muito difícil, e por vezes muito doloroso. Mas é necessário. Exige negação de si mesmo e aceitação da cruz. Mas vale a pena. Jesus te deu o exemplo e te convida a segui-lo, a imitá-lo: "Se alguém quiser me seguir, negue-se a si mesmo, tome a sua cruz e me siga." (Mc 8,34)

Tens que dar o primeiro passo, sejas tu o ofensor ou o ofendido.

E na realidade, esse primeiro passo em direção a alguém, acaba em direção a outro Alguém... que já deu o primeiro passo ao teu encontro. Não foste tu quem primeiro amou a Deus, mas foi Ele quem te amou primeiro, e enviou o seu próprio Filho para expiar os teus pecados. (Jo 4,10)

Reconcilia-te com Deus, mas reconcilia-te primeiro com o teu irmão. E estarás reconciliado contigo mesmo.

Esta é a fonte maravilhosa da paz:

O SACRAMENTO DA RECONCILIAÇÃO.

Pe. Valeriano de Oliveira

APRESENTAÇÃO

Este é um opúsculo sobre a Reconciliação.

O nome já o diz: uma pequenina obra.

E por ser pequena não pode, evidentemente, exaurir a matéria. Mas pelo menos focalizará o essencial para quem queira se preparar para fazer uma boa confissão.

É propósito do autor tratar da matéria com muita simplicidade, clareza e praticidade, tanto mais que tudo o que ele diz aqui é fruto de sua própria experiência no exercício do ministério da reconciliação.

E na verdade, esse ministério é um dos mais gratificantes na vida do sacerdote. Primeiro, porque lhe dá a oportunidade de se exercitar e crescer na virtude da paciência e no dom da escuta. Hoje todo o mundo quer falar; não sobra ninguém para ouvir. Segundo, porque lhe permite entrar na privacidade das consciências, o que, a par de ser uma terrível responsabilidade, é ao mesmo tempo um privilégio inaudito, pois o obriga a uma grande dignidade de comportamento e a uma não menor santidade de vida.

Depositário dos segredos de tantas consciências, coração angustiado por tantas dores que ele mal consegue aliviar, mas ao mesmo tempo consolado e edificado por tantas riquezas interiores que vai descobrindo, o sacerdote só mesmo por graça de Deus consegue manter o próprio equilíbrio. Compreende-se assim como muitos deles procuram se esquivar desse ministério.

E tudo isso acontece por causa de você, meu caro leitor.

O sacerdote é escolhido por Deus, chamado e ordenado para servir a você... como o Papa, que a si mesmo se chama "Servo dos servos de Deus", e como o próprio Jesus que disse de si mesmo: "O Filho do Homem não veio para ser servido,

mas para servir..." (Mt 20,28). E neste espírito de serviço decidi escrever com muito carinho este opúsculo para ajudar você a aproveitar o melhor possível deste tesouro que o Senhor Jesus nos deixou: o santo sacramento da Reconciliação.

CAPÍTULO I

COMO RECONCILIAR-SE COM DEUS?

Pelo sacramento da Reconciliação.

Antes de voltar ao Pai, tendo-nos amado até o extremo, a nós que éramos seus e estávamos no mundo, o Senhor nos deixou dois presentes maravilhosos: o sacramento do amor (a Eucaristia), e o sacramento da paz (a Reconciliação, ou Confissão). Um é alimento, outro remédio, embora ambos alimentem e ambos curem.

A confissão, ou sacramento da reconciliação, é a fonte maravilhosa da paz, e o remédio para todos os males. Porque na realidade só existe um mal, o pecado. Como só existe, depois do batismo, um só remédio para esse mal: o arrependimento sincero, seguido de uma confissão bem feita. Este sacramento não é só a fonte maravilhosa da paz, mas ele é também a fonte da divina misericórdia, como o Senhor revelou à sua serva Santa Faustina, n.º 1448 e 1602 do seu Diário:

"Escreve, filha, fala da minha misericórdia. Diz às almas onde devem procurar consolo, isto é, no tribunal da misericórdia, onde continuo a realizar os meus maiores prodígios que se renovam sem cessar. Para obtê-los não é necessário empreender longas peregrinações, nem realizar exteriormente grandes cerimônias; basta aproximar-se com fé dos pés do meu representante e confessar-lhe a própria miséria. O milagre da misericórdia de Deus fará ressurgir aquela alma para uma vida plena. Ó infelizes, que não aproveitais esse milagre da misericórdia de Deus! Clamarei em vão, pois já será tarde demais".

"Filha, quando te aproximas da santa confissão, dessa fonte da minha misericórdia, sempre desce na tua alma o Meu Sangue e a água que saíram do meu Coração e

enobrecem a tua alma. Cada vez que te aproximares da santa confissão, mergulha-te toda na minha misericórdia com grande confiança, para que ela possa derramar na tua alma a abundância da minha graça. Quando te aproximas da santa confissão, deves saber que sou Eu mesmo quem espera por ti no confessor; oculto-me apenas no sacerdote, mas Eu mesmo atuo na alma. Aí, a miséria da alma se encontra com o Deus da misericórdia. Diz às almas que dessa fonte de misericórdia as graças são colhidas apenas com os vasos da confiança. Se a confiança delas for grande, a minha generosidade não terá limites. As torrentes da minha graça inundam as almas humildes. Os orgulhosos sempre estão na pobreza e na miséria, porquanto a minha graça se afasta deles para as almas humildes".

E Santa Faustina continua: "Quero recomendar três coisas à alma que deseja decididamente buscar a santidade e dar fruto, ou seja, tirar proveito da confissão.

Em primeiro lugar, total sinceridade e franqueza. O mais sábio e o mais santo confessor não consegue derramar à força na alma aquilo que deseja, se a alma não for sincera e franca. A alma insincera e reticente, expõe-se a grandes perigos na vida espiritual e o próprio Senhor não se comunica a essa alma num nível mais elevado, porque sabe que ela não tiraria proveito dessas graças especiais.

Segundo: humildade. A alma não tira o devido proveito do sacramento da confissão se não for humilde. O orgulho mantém a alma nas trevas. Ela não sabe e não quer penetrar devidamente no fundo de sua miséria; esconde-se atrás de uma máscara evitando tudo o que a pode curar.

Terceiro: obediência. A alma desobediente não terá nenhuma vitória, ainda que o próprio Nosso Senhor a ouvisse diretamente em confissão. O mais experiente confessor em nada poderá ajudar a uma alma de tal maneira. A alma desobediente se expõe a grandes desgraças; não poderá progredir na perfeição nem na vida espiritual. Deus cumula generosamente de graças a alma, mas só se ela for obediente".

A confissão é um sacramento de misericórdia, mas é necessário que nos aproximemos dele com muita confiança e

serenidade. Quanto maior for a nossa confiança maior será a nossa alegria e a nossa paz. Há, porém, um defeito que pode comprometer tudo isso, transformando o que seria uma fonte de paz num verdadeiro tormento. É o escrúpulo.

Há quem olhe o escrúpulo como uma virtude e o confunde com a delicadeza de consciência. O sábio e piedoso Gerson diz que uma consciência escrupulosa prejudica muitas vezes a nossa alma muito mais que uma consciência elástica e relaxada.

O escrúpulo falseia o julgamento, perturba a paz da alma, gera a desconfiança e o afastamento da vida sacramental e altera a saúde da alma e do corpo. Quantos infelizes começaram pelo escrúpulo e terminaram pela demência! E quantos outros mais infelizes ainda, começaram pelo escrúpulo e acabaram pela libertinagem e pela impiedade. Foge, pois, desse temível veneno da piedade e dize com São José Cupertino: "Para trás as tristezas e os escrúpulos; não quero saber deles em minha casa".

O escrúpulo é um temor infundado de haver pecado. Mas o escrupuloso não julga serem simples escrúpulos as suas dúvidas e temores: ele não se atormentaria se pudesse qualificá-los como tais. Ele deveria no entanto dar crédito ao seu diretor espiritual, quando este lhe dá normas para seguir.

O escrupuloso só vê em suas ações uma série ininterrupta de pecados; só vê em Deus vingança e cólera. Que ele se habitue, portanto, a considerar sobretudo no Divino Mestre o atributo que lhe é mais caro: a misericórdia. Faça disto o assunto habitual de seus pensamentos, de suas meditações e de seus afetos. É preciso fazer tudo por amor, nada constrangido; é preciso amar mais a obediência mais do que temer a desobediência.

O único remédio para os escrupulosos é uma obediência total e corajosa. É um orgulho secreto, diz São Francisco de Sales, que nutre e sustenta os escrúpulos; porque o escrupuloso se aferra ao seu juízo e à sua inquietude, apesar dos avisos em contrário de seu diretor espiritual. Ele se persuade sempre, para dissimular a sua desobediência, que sobreveio um caso novo e imprevisto para o qual seriam inúteis esses avisos. Obedeça, portanto, sem fazer outro raciocínio senão este: DEVO OBEDECER, e será livre dessa terrível enfermidade.

A tristeza e a inquietude dos filhos de Deus é uma grande injúria que fazem ao seu Pai Celeste, parecem dizer com isso que acham pouca doçura em servir a um senhor tão cheio de amor e misericórdia; parecem querer desmentir as palavras daquele que disse: "Vinde a mim vós todos que estais aflitos e sobrecarregados, e eu vos aliviarei", comparando-se ao bom lavrador que escolhe para seus bois "um jugo que lhes seja suave e um fardo leve". "Ai da alma mesquinha e árida que tudo teme, e que, à força de temer, acaba por não ter tempo de amar e correr generosamente.

"Ó meu Deus, sei que quereis um coração vasto, quando este coração vos ama. Agirei com confiança como uma criancinha que brinca nos braços de sua mãe; regozijar-me-ei no Senhor e procurarei alegrar também os outros, expandindo o meu coração sem temor... Longe de mim, ó meu Deus, essa sabedoria triste e temerosa que paralisa, e que traz sempre nas mãos a balança para pesar átomos... Não agir com mais simplicidade convosco, é injuriar-vos; semelhante rigor é indigno de vossas entranhas de Pai" (Fenelon).

E acabam entregando-se realmente ao mal, porque não tem a simplicidade de crer possível a Nosso Senhor a vitória de que se sentem incapazes. Que eles se aproximem desse Jesus tão bom que nos prometeu, junto de si, "o repouso para as nossas almas".

- x -

Note bem que eu disse "confissão bem feita", isto é, com boas disposições do penitente e total sinceridade. E uma das formas mais freqüentes de confissão mal feita é calar determinado pecado na confissão, por vergonha ou por medo.

Conta-se que São Filipe Néri tinha uma grande amizade por determinado garoto. Aconteceu que esse garoto adoeceu gravemente e o santo teve a revelação de sua morte próxima. Pediu então à família que o chamasse quando estivesse próximo à morte, pois queria prepará-lo bem para o último combate. Agravando-se o estado do menino, o pai mandou avisar a São Filipe. O santo não foi encontrado naquele momento, e o recado ficou com um dos padres da sua Congregação. Entrementes, o menino faleceu. Quando o santo recebeu o recado e correu à casa do garoto, já o encontrou cadáver. São Filipe ajoelhou-se ao pé da cama, orou fervorosamente durante um certo tempo, depois aspergiu com

água benta o corpo do menino e colocou algumas gotas da água na sua boca. Colocou-lhe a mão no rosto, e o chamou pelo nome com voz forte. O garoto se mexeu na cama como se estivesse acordando de um profundo sono, abre os olhos e vendo São Filipe exclama: "Padre! Que bom que o senhor veio. Tenho um pecado e quero confessar-me!". São Filipe pede que se esvazie o quarto, pega um crucifixo e ouve a confissão do menino. Chama em seguida toda a família e põe-se a conversar com o ressuscitado sobre o céu e a felicidade dos eleitos. E a conversa se prolonga por mais meia hora, como nos bons tempos de saúde do menino. Finalmente o santo lhe pergunta se queria ir para o céu. "Mas é claro, Padre!" responde o menino. E São Filipe lhe diz: "Vai em paz, meu filho, e roga por mim!" O menino fecha suavemente os olhos e torna a morrer. O quarto do garoto converteu-se em capela e até hoje é visitado com veneração por muita gente.

CAPÍTULO II

COMO CONFESSAR-SE BEM

Seis atos necessários para uma boa confissão:

- 1) Oração ao Espírito Santo.
- 2) Exame de consciência.
- 3) Arrependimento sincero dos pecados.
- 4) Firme propósito de emenda.
- 5) Acusação dos pecados ao sacerdote.
- 6) Cumprimento da penitência imposta.

Vamos explicar um por um esses seis passos.

1) Oração ao Espírito Santo.

—

Sem as luzes do Espírito Santo nosso exame de consciência será falho e imperfeito, e nosso arrependimento deixará muito a desejar. A noção de pecado está diretamente ligada à noção que se tem da bondade e da grandiosidade de Deus. Quanto mais conhecemos o Amor, mais saberemos e buscaremos o que lhe agrada. Faça a seguinte oração:

"Vinde Espírito Santo, enchei o meu coração com a vossa luz e com a vossa graça, e acendei nele o fogo do vosso amor. Enviai, ó Deus, o vosso Espírito, e tudo será criado, e renovareis o meu coração.

Ó Deus, que iluminastes o coração dos vossos fiéis com as luzes do Espírito Santo, dai-me pelo mesmo Espírito o conhecimento e um profundo arrependimento dos meus pecados, para que eu possa gozar sempre de suas infinitas consolações. Amém." (Reze uma Ave-Maria)

2) Exame de consciência.

—

Procure um recanto tranqüilo e ali, em silêncio, examine calmamente a sua vida, desde a última confissão, percorrendo principalmente os 10 mandamentos.

Depois de lido este opúsculo, se perceber que nunca fez uma boa confissão, então faça uma confissão geral de toda a sua vida.

Alguns pontos para ajudá-lo no seu exame de consciência:

a) 1º mandamento: **Amar a Deus sobre todas as coisas**

Tenho procurado conhecer bem a minha fé? (O melhor meio para isso é ler e estudar o Catecismo da Igreja Católica). Como está minha confiança em Deus, minha participação na Eucaristia, minha devoção a Nossa Senhora? Tenho acreditado em horóscopos, cartomantes, e outras superstições

semelhantes? Tenho participado de sessões espíritas (mesa branca ou terreiro)? (o que é um pecado de idolatria: não se pode acender uma vela para Deus e outra para o diabo). Tenho participado de religiões pagãs (Seicho-No-lê, Budismo, Igreja Messiânica...) ou práticas pagãs como projeciologia, Reiki, Yoga, meditação transcendental, enfim, tudo o que exalta o ego e esquece o seu Criador? Participo de sociedades secretas que professam um deus indefinido ou impessoal, que favorece o relativismo ou o indiferentismo religioso, ou me simpatizo com elas? Tenho me conformado com a vontade de Deus nas provações, sofrimentos e cruces da vida? Tenho sido fiel às minhas orações diárias (o santo terço, as orações da manhã e da noite)?

b) 2º mandamento: Não tomar o seu santo nome em vão

Tenho blasfemado? Tenho jurado falso? Tenho contado ou participado de piadas ou conversas fúteis que envolvem o Santo Nome de Deus? Nas minhas confissões tenho calado, por medo ou vergonha, algum pecado grave? (Isso além de tornar a confissão inválida, é um pecado grave - sacrilégio). Tenho feito promessas e não cumprido? Tenho cumprido o meu dever de pagar o **DÍZIMO**?

c) 3º mandamento: Guardar os domingos e dias de preceito

Tenho participado de missa inteira aos domingos (Dominica = Dia do Senhor, o próprio nome já designa sua natureza e razão de existir) e dias santos? (Nesses dias não se pode trabalhar sem necessidade, fazer negócios, etc. e é obrigatória a participação na Santa Missa, a não ser em caso de doença. Se você é patrão, lembre-se de que seus empregados e operários devem participar da Santa Missa e têm direito ao descanso dominical). A Santa Missa pela TV só tem valor em caso de doença ou outro impedimento sério.

d) 4º mandamento: Honrar pai e mãe

Tenho obedecido com amor meus pais? Tenho lhes dado aborrecimentos e desgostos? (Lembre-se que desgostos e aborrecimentos podem encurtar-lhes a vida, e você será responsável por isso). Tenho lhes demonstrado gratidão pelo modo respeitoso e carinhoso com que os trato? Tenho ajudado

a meus pais idosos ou doentes? (O próprio Senhor garante: "Aquele que respeita o seu pai obtém o perdão dos pecados, e o que honra a sua mãe é como quem ajunta um tesouro" (Eclo. 3,3). Como tem sido a minha convivência com meus irmãos em matéria de harmonia, paz e amor fraterno? Ou tenho provocado brigas e desarmonias?

e) 5º mandamento: **Não matar**

Tenho alimentado ódios ou desejos de vingança contra o próximo? Desejei a morte de alguém? Feri o próximo ou cometi crime de morte? Omiti socorro a alguém que estava em perigo de morte? (doença, acidente...) Pratiquei aborto, aconselhei alguém a fazê-lo ou me posicionei favorável a ele? Mutiliei-me para evitar filhos? (vasectomia, laqueadura...)

f) 6º mandamento: **Não pecar contra a castidade**

Tenho mantido relação sexual com alguém fora do casamento? Tenho namorado ou noivado de modo pecaminoso (abraços, beijos e toques sensuais). Tenho me masturbado? Tenho alimentado pensamentos e fantasias sexuais com plena advertência e consentimento? Considero o sexo coisa vil, suja e má? (Sendo obra de Deus, o sexo é por natureza bom e santo. O mal está na vontade pervertida, no abuso ou no seu uso fora da lei de Deus. Nunca esqueçamos: a sensualidade é um monstro adormecido. Se o acordamos, ele nos devora)

g) 7º mandamento: **Não furtar**

Tenho me apropriado indevidamente de qualquer objeto alheio? Tenho procurado enganar o próximo em negócios? Recusado a pagar dívidas? Tenho explorado o empregado pagando-lhe um salário de fome? Se sou empregado, tenho cumprido honestamente os meus deveres? Tenho devolvido os objetos que me foram emprestados? Tenho adquirido bens de origem duvidosa?

h) 8º mandamento: **Não levantar falso testemunho**

Tenho caluniado alguém? Falado mal dos outros? Guardo bem os segredos a mim confiados? Tenho sido mentiroso, indiscreto ou maldoso, prejudicando a honra do meu próximo por palavras ou ações? Tenho jurado ou testemunhado falsamente contra meu próximo em juízo ou fora dele? Tenho amado e praticado a verdade em qualquer circunstância? "Seja

o vosso falar **SIM**, se é sim; e **NÃO**, se é não. O que passar daí vem do Maligno." (Mt 5,37)

i) 9º mandamento: Não desejar a mulher do próximo

Tenho cometido adultério por atos, pensamentos e desejos consentidos? Tenho olhado com malícia para o corpo da mulher, desejando consentidamente fazer sexo com ela? (o mandamento fala de "desejar a mulher", mas a mulher "desejar o homem" é a mesma coisa.)

j) 10º mandamento: Não cobiçar as coisas alheias

Tenho me contentado com aquilo que possuo? Tenho alimentado inveja de alguém que possui mais do que eu? (é lícito e até necessário esforçar-se por progredir, mas com tranqüilidade e paz, sem ambição. Há invejosos que chegam a desejar toda a espécie de males e prejuízos para o seu próximo que está prosperando, principalmente quando é da mesma esfera social).

Aí está um esboço de exame de consciência. Não é tudo. Há muito ainda a acrescentar. Mas já é um começo. Caso você tenha dúvida se uma ação ou pensamento é pecado, consulte o padre na hora da confissão.

3) Arrependimento sincero dos pecados (contrição)

O arrependimento é essencial para a validade da confissão. Sem ele, não há perdão. E quando se diz arrependimento, não quer dizer sensibilidade: sentir, chorar, etc. Há verdadeiro arrependimento quando o pecador está sinceramente decidido a não continuar pecando, quando há um verdadeiro propósito de emenda por amor a Deus. Embora não seja essencial procure excitar em você um arrependimento sensível. Leia com atenção o Capítulo IV: **O QUE É PECADO?** Que vai lhe ajudar muito neste ponto.

Não faça confusão entre arrependimento e remorso; há muita diferença entre um e outro. Arrependimento é o sentimento de dor por haver ofendido a um Deus tão bom; remorso é a inquietação da consciência pelo pecado cometido, um tormento interior que não deixa em paz o pecador. O primeiro causa paz, o segundo aflição.

4) Firme propósito de emenda

Lembre-se de que você não está confessando com um homem, mas com Deus. O padre é um simples representante para lhe dar o perdão em nome de Deus. Deus está vendo o seu coração. Se você não estiver decidido a romper com o seu pecado, você não terá perdão, mesmo que o sacerdote o absolva. Você pode enganar o padre, mas a Deus não.

5) Acusação dos pecados ao sacerdote

Confesse agora os seus pecados, sem enfeitar, sem se desculpar, sem rodeios, sem acusar ninguém. Você vai confessar os seus pecados, não os dos outros. Sobretudo, não esconda nenhum pecado, por mais feio que ele seja. Já que você não teve vergonha de pecar, não tenha agora vergonha de se confessar. Se você ocultar um pecado, por medo ou por vergonha, sua confissão será inválida, será mesmo sacrílega. Não só não terá o perdão dos pecados, como ainda acrescentará a eles mais um, e bem mais grave.

Quantas vezes você, mulher, comentou suas intimidades com suas amigas num salão de beleza; ou você, homem, o fez com seus amigos numa mesa de bar? E você tem resistência em declarar os seus pecados Àquele que já os conhece, para receber o perdão através do sacerdote, seu legítimo representante?

6) Cumprimento da penitência imposta

Terminada a sua acusação, o padre lhe dará alguns conselhos e palavras de encorajamento, absolvê-lo-á de seus pecados e lhe imporá uma penitência, que você deve cumprir logo em seguida ou o quanto antes.

Antes de absolvê-lo, o padre lhe pedirá que faça o "ato de contrição" que você pode fazer espontaneamente com suas próprias palavras. Nesse ato, você dirá ao Senhor que está sinceramente arrependido de seus pecados, por ter ofendido a um Deus tão bom a quem você prometerá fazer tudo para não pecar mais e pedirá perdão dos seus pecados. Aqui vai um modelo como simples sugestão:

Ó Jesus que tanto me amas! Com meus pecados te ofendi. Perdão, Senhor, perdão! Não quero pecar mais. É grande a minha fraqueza, mas ajuda-me com a tua graça!

Recapitulando:

Ao apresentar-se ao sacerdote, diga-lhe: "Padre, dai-me a vossa bênção porque pequei!" Em seguida, diga-lhe a sua profissão, estado de vida (solteiro, casado, viúvo... etc.), e quando foi a sua última confissão. Feito isso, acuse humildemente todos os seus pecados, a começar pelos mais graves, citando o número deles e as circunstâncias em que foram cometidos. É recomendável que se confessem também os pecados veniais.

Este sacramento, como todos os demais, é uma verdadeira ação litúrgica, e como tal deve ser celebrado. Conforme o Catecismo da Igreja Católica (n.º 1480), são ordinariamente elementos da celebração os seguintes: saudação e bênção do sacerdote, leitura da Palavra de Deus para iluminar a consciência e excitar a contrição, exortação ao arrependimento; confissão que reconhece os pecados e os declara ao sacerdote; imposição e aceitação da penitência; absolvição do sacerdote; louvor de ação de graças e despedida com a bênção do sacerdote.

CAPÍTULO III

POR QUE CONFESSAR-SE AO PADRE?

"Eu me confesso diretamente com Deus".

É o que a gente ouve a cada passo por aí.

À primeira vista a pergunta parece ter sentido. Mas só parece. Na realidade porém, o Senhor dispôs de outro modo. É que quem a faz, ou ignora, ou não entendeu a forma como o Senhor instituiu este sacramento. Vejamos:

Na tarde do dia da Ressurreição, que era o primeiro da semana (Domingo), os discípulos se achavam reunidos à portas fechadas no Cenáculo, por medo dos judeus. Jesus veio, pôs-se no meio deles e disse-lhes: "A paz esteja convosco! Como o Pai me enviou assim também eu vos envio a vós". Depois destas palavras soprou sobre eles dizendo: "Recebei o Espírito Santo. Àqueles a quem perdoardes os pecados ser-lhes-ão perdoados; àqueles a quem os retiverdes (a quem não perdoardes) ser-lhes-ão retidos." (Jo 20,21)

Portanto, o Senhor deu aos apóstolos - e só aos apóstolos - o poder de perdoar ou reter os pecados. Conseqüentemente,

só os bispos, que são os legítimos sucessores dos apóstolos, têm esse poder. Os bispos, por sua vez, transmitem-no aos seus sacerdotes. Ora, para que o bispo ou o sacerdote saiba se pode perdoar, ou se deve reter (isto é, **NÃO PERDOAR**) os pecados, é necessário que o penitente lhes confesse. Daí o nome de **CONFISSÃO** deste sacramento. Diz o Catecismo da Igreja Católica (1455 a 1458):

"A confissão dos pecados (acusação), mesmo do ponto de vista simplesmente humano, liberta-nos e facilita nossa reconciliação com os outros. Pela acusação, o homem encara de frente os pecados dos quais se tornou culpado: assume a responsabilidade deles e, assim, abre-se de novo a Deus e à comunhão da Igreja, a fim de tornar possível um futuro novo.

A declaração dos pecados ao sacerdote constitui uma parte essencial do sacramento da penitência: "Os penitentes devem, na confissão, enumerar todos os pecados mortais de que têm consciência depois de se examinarem seriamente, mesmo que esses pecados sejam muito secretos e tenham sido cometidos somente contra os dois últimos preceitos do decálogo, pois às vezes esses pecados ferem gravemente a alma e são mais prejudiciais do que os outros que foram cometidos à vista e conhecimento de todos".

Quando os cristãos se esforçam para confessar todos os pecados que lhes vêm à memória, não se pode duvidar que tenham o intuito de apresentá-los todos ao perdão da misericórdia divina. Os que agem de outra forma tentando ocultar conscientemente alguns pecados, não colocam diante da bondade divina nada que ela possa remir por intermédio do sacerdote. Pois, "se o doente insistir em esconder do médico sua ferida, como poderá a medicina curá-lo?"

Conforme o mandamento da Igreja, "todo fiel, depois de ter chegado à idade da discipulação, é obrigado a confessar fielmente seus pecados graves, pelo menos uma vez por ano". Aquele que tem consciência de ter cometido um pecado mortal não deve receber a Sagrada Comunhão, mesmo que esteja profundamente contrito, sem receber previamente a absolvição sacramental, a menos que tenha um motivo grave para comungar e lhe seja impossível chegar a um confessor. As crianças devem confessar-se antes de receber a Primeira Eucaristia.

Apesar de não ser estritamente necessária, a confissão das faltas cotidianas (pecados veniais) é vivamente recomendada pela Igreja. Com efeito, a confissão regular dos nossos pecados nos ajuda a formar a consciência, a lutar contra nossas más tendências, a ver-nos curados por Cristo, a progredir na vida do Espírito. Recebendo mais freqüentemente, através deste sacramento, o dom da misericórdia do Pai, somos levados a ser misericordiosos como ele.

E a confissão comunitária, é válida?

A declaração dos pecados ao sacerdote constitui parte essencial do sacramento da penitência. Todavia, em casos de necessidade grave, pode-se recorrer à celebração comunitária da reconciliação com confissão e absolvição gerais. Neste caso, a confissão pessoal dos pecados e a absolvição individual são inseridas numa liturgia da Palavra de Deus, com leituras e homilia, exame de consciência em comum, pedido comunitário de perdão, oração do Pai-Nosso e ação de graças em comum. Esta necessidade grave pode apresentar-se quando há perigo iminente de morte sem que o ou os sacerdotes tenham tempo suficiente para ouvir a confissão de cada penitente. A necessidade grave pode também apresentar-se quando, tendo-se em vista o número de penitentes, não havendo confessores suficientes para ouvir devidamente as confissões individuais em um tempo razoável, de modo que os penitentes, sem culpa de sua parte, se veriam privados durante muito tempo da graça sacramental ou da Sagrada Eucaristia. **NESSE CASO, PARA A VALIDADE DA ABSOLVIÇÃO, OS FIÉIS DEVEM TER O PROPÓSITO DE CONFESSAR INDIVIDUALMENTE SEUS PECADOS NO DEVIDO TEMPO.** Cabe ao Bispo diocesano julgar se os requisitos para a absolvição geral existem.

IMPORTANTE: Um grande concurso de fiéis por ocasião de grandes festas ou peregrinações não constitui caso de tal necessidade grave. A confissão individual e integral seguida da absolvição continua sendo o único modo ordinário pelo qual os fiéis se reconciliam com Deus e com a Igreja, salvo se uma impossibilidade física ou moral dispensar desta confissão. (Cfr. CIC ns. 1482 a 1484)

Quantas vezes por ano devemos confessar?

A lei da Igreja estabelece a obrigação de se confessar **AO MENOS** uma vez por ano, e sempre que se cometer um pecado grave.

AO MENOS, isso quer dizer que quem quiser seguir só a lei d Igreja, estará querendo dar a Deus o **MENOS** que ele puder. E no entanto devemos dar a Deus o **MÁXIMO**. Pelo menos quem ama pensa assim. Lei exige o mínimo, amor exige o máximo. A Igreja exige o mínimo, desejando que o fiel procure dar o máximo.

Devemos confessar-nos freqüentemente porque **PERDOAR OS PECADOS** não é o único efeito do sacramento. Além do perdão dos pecados, o sacramento da confissão confere à alma um aumento de graça, ilumina a inteligência e fortalece a vontade contra o pecado, além do benefício de o penitente se conhecer sempre melhor.

A confissão é um banho espiritual. Você toma banho todos os dias para manter a higiene corporal. Porque não cuidar também de sua higiene espiritual?

São Leonardo de Porto Maurício, franciscano, confessava-se regularmente duas vezes por dia; e o Padre Rodolfo Komorek, jesuíta (em processo de beatificação) confessava-se todos os dias.

Se você tiver condição de se confessar com freqüência, faça-o. É uma graça inestimável.

Como o banho faz bem ao corpo! A gente fica com uma sensação tão agradável!... Da mesma forma, como a confissão faz bem à alma! A gente se sente tão leve, tão em paz! Não é verdade?

Descubra você também a alegria de uma boa confissão!

CAPÍTULO IV

O QUE É PECADO?

Já vimos como o arrependimento é importante na confissão, aliás é o mais importante. Porque sem ele não há perdão, e com ele, mesmo no caso de ser impossível a

confissão (p. ex. no caso de uma morte repentina) a alma será perdoada.

Por isso é bom que você tenha uma idéia clara do que é pecado.

"Para entender o que realmente é o pecado necessitamos saber quem é Deus.

Muita gente tem uma idéia errada de quem e de como é realmente Nosso Senhor.

Deus não é um policial que se encarrega de manter a ordem aplicando multas às infrações. Nem é o árbitro de futebol que nos fiscaliza para nos surpreender em alguma falta. Deus não é um velhinho preocupado com as dívidas que têm para com ele.

Deus não é tampouco um juiz implacável que dita sentenças condenatórias sem consultar o seu coração, como o computador que corrige exames de matemática.

DEUS É AMOR, e no-lo demonstrou fazendo-se homem, rebaixando-se a se fazer homem como nós.

Estamos acostumados a ouvir que Deus se fez homem e não nos damos conta de que, para isso, teve de percorrer uma distância infinita: aquela que existe entre o infinito e o finito. Deus se rebaixou muito mais fazendo-se homem do que tu te rebaixarias convertendo-te em formiga ou em pedra. E se decidiu a isso simplesmente porque te ama. Seu amor é tão grande que quis criar um ser capaz de experimentar a felicidade de amar: TU. Se tivéssemos consciência desse amor, da imensidade do amor de Deus... quanta paz invadiria o nosso coração!

A nova edição do Catecismo da Igreja Católica ressalta como tela de fundo que o cristianismo não é uma coleção de proibições, mas um caminho de vida: o caminho de vida e crescimento que nosso Pai amoroso traçou para a felicidade dos seus filhos..." (Pe. Ricardo Sada, L.C. LA CONFESIÓN Edit. Nueva Evangelización)

Pecado é um ato de desobediência a Deus. Pecar é desobedecer a Deus. Deus ordena ao homem que faça umas tantas coisas, e lhe proíbe que faça outras.

Quando ordena, é coisa boa, que vai fazer o bem a quem obedece; quando proíbe, é coisa péssima, que vai causar toda espécie de males ao desobediente.

E o homem diz - não com a boca - mas com os seus atos:
Não, não quero obedecer, quero fazer a minha vontade.

É isso o pecado.

Não foi o que fizeram Adão e Eva?

Senão vejamos:

Adão e Eva vivem felizes no paraíso. Todas as tardes o Senhor Deus vinha se entreter com eles familiarmente no jardim do Éden. Era uma intimidade maravilhosa, não só com Deus, mas com toda a natureza, com os passarinhos, com os animais...

E na primeira lei da primeira aliança de Deus com o homem, houve apenas uma cláusula proibitiva para o homem: Não comer do fruto da árvore da ciência do bem e do mal. O Senhor Deus disse a Adão: "Podes comer do fruto de todas as árvores do jardim. Mas não comas do fruto da árvore da ciência do bem e do mal; porque no dia em que dele comeres morrerás indubitavelmente". (Gn 2,16-17)

Apenas um mandamento, e tão fácil.

E Adão não obedeceu. Seduzido pela mulher, acabou pecando; desobedeceu a Deus. E o castigo veio, o tremendo castigo que atingiu não só a ele e sua mulher, mas a todos os seus descendentes, a todos nós, até o fim do mundo, até o último homem.

É isso aí o pecado. Vale a pena ler os números 385 a 412 do Catecismo da Igreja Católica sobre esse pecado das origens, e por isso chamado **PECADO ORIGINAL**. Leia.

Pelas suas conseqüências podemos ter uma idéia da gravidade desse mal, que como já dissemos é o único mal do mundo, fonte de todos os outros males.

Quer ver como é terrível esse mal? Olhe para a cruz. Veja quem está pregado ali: é Jesus, o Filho de Deus, o Senhor do céu e da terra, dos anjos e dos homens, o Justo, o Imaculado, o Santo, o Santíssimo. E por que está pregado ali? Por causa do

meu pecado, para pagar o meu, o seu, o nosso pecado. Sou eu, é você, somos nós que devíamos estar ali. Nós é que pecamos, nós é que contraímos a dívida, e tudo cai em cima Dele. "Em verdade, Ele tomou sobre si os nossos males e encarregou-se de nossas dores; e nós o reputávamos como um castigado, como um homem ferido por Deus e humilhado. Foi castigado por nossos crimes e esmagado por nossas iniquidades; o castigo que nos salva pesou sobre ele, fomos curados graças aos seus sofrimentos". (Is 53,4-5)

Olhe para a cruz, aproxime-se bem. Veja o sangue caindo em gotas de suas mãos, escorrendo de suas chagas, saindo aos borbotões de seus divinos pés e banhando a terra. Feche os olhos e procure imaginar as dores lancinantes daquele Homem, suspenso no ar por três cravos...

Quando você comete um pecado grave é como se você pegasse o martelo e cravasse mais um prego naquelas divinas mãos, ou como se pegasse o chicote e lhe desse mais uma violenta chicotada.

Você vai continuar fazendo isso?

Examine a sua consciência, percorra com a memória todo o seu passado, peça-lhe perdão chorando e corra em busca de um sacerdote para se confessar.

CAPÍTULO V

UMA PALAVRINHA PARA OS JOVENS

Quantas vezes temos ouvido da boca de jovens, no confessionário, expressões como esta: "Mas padre, como pode ser pecado eu "transar" com meu namorado? Eu amo o meu namorado, e ele me ama. Para nós, isso é um ato de amor. Então, amar é pecado?"

Amar não é pecado, como "transar" não é amar. Até pelo contrário, é o oposto de amar. Amar é um ato muito nobre; "transar" ou qualquer outra forma de pecado contra o sexto mandamento - é um ato muito baixo, é ato do instinto animalesco do homem, e portanto de uma total irresponsabilidade.

Quantos crimes de aborto se cometem todos os dias, por causa de uma gravidez indesejada, fruto exatamente deste pecado!

Jovem, não se deixe instrumentalizar pelo seu namorado, que quer fazer de você um simples instrumento de prazer. O sexo foi feito por Deus para o casamento; só dentro de um legítimo matrimônio ele tem sentido, ele se torna um ato de amor, puro e santo. Fora do casamento, é prostituição. E falando de casamento, entenda-se **CASAMENTO NA IGREJA**. O assim chamado "casamento civil", não é casamento, é simples contrato para a convivência de dois a fim de garantir os direitos civis. Casamento é sacramento.

Trate o seu corpo com o respeito que ele merece. Seu corpo é templo do Espírito Santo. Templo é onde se reúne a Igreja, onde se exercem as funções sagradas, onde a Igreja reunida presta culto de louvor e adoração a Deus.

Pois bem, se um templo de pedra, por causa de sua destinação, merece tanto respeito, exige tanta ordem e limpeza, imagine o templo vivo do seu corpo! Seu corpo foi construído para ser morada de Deus, santuário do Espírito Santo de Deus. Por isso, São Paulo escreve aos cristãos de Corinto: "Não sabeis que o vosso corpo é templo do Espírito Santo?" (1 Cor 6,19). "Não sabeis que vossos corpos são membros de Cristo? Tomarei os membros de Cristo e os farei membros de uma prostituta? De modo algum! Ou não sabeis que quem se une a uma prostituta faz-se um só corpo com ela, (faz-se prostituto com ela?)" (1 Cor 6,15-16)

Quando você peca contra o sexto mandamento, você profana, suja esse templo. É como se você fizesse entrar ali uma manada de porcos. É como se você pegasse uma prostituta e fosse pecar com ela dentro do recinto sagrado, diante do sacrário, na presença de Jesus Sacramentado. É isso mesmo. E pior ainda: pecando dentro do templo, Jesus continua presente ali, no sacrário; pecando com o seu corpo, você expulsa Jesus do sacrário do seu coração, e do coração do seu parceiro.

Pecar contra o sexto mandamento é se prostituir e prostituir quem peca com você. O que é prostituição? Prostituição é praticar o sexo fora do plano de Deus, de maneira contrária ao mandamento de Deus. Há a prostituição da mulher que vende o seu corpo por dinheiro, e há a daquela que dá o seu corpo por "amor" (amor entre aspás), porque amor mesmo não existe aí.

Não é só a mulher que se prostitui, o homem também. Ele também tem a obrigação de se manter virgem até o casamento. Tudo o que foi dito aqui a respeito da mulher, da namorada, vale da mesma forma para o homem. Há moças também, já escoladas no mal, que tentam corromper um rapaz virgem.

Amor é outra coisa: amor é nobreza, é respeito, é busca do bem e do crescimento do outro em todos os níveis: físico, psíquico, moral e espiritual. Enquanto que o pecado é aviltamento, é destruição do companheiro ou companheira. Por causa de um momento de prazer, num ato de revoltante egoísmo, quantos rapazes não vacilam em destruir o que há de mais belo numa jovem: a sua pureza, a sua virgindade.

Rapazes, respeitem suas namoradas! Vocês gostariam que outros irresponsáveis estivessem prostituindo suas irmãs?

Meninas, respeitem-se a si mesmas e exijam respeito. Guardem o precioso tesouro de sua virgindade até o casamento! É a virgindade que vos aproxima da Santíssima Virgem Maria e vos identifica com ela. Como é a virgindade que aproxima os rapazes de São José.

Hoje está se alastrando entre os namorados a prática da assim chamada "masturbação a dois". Para não consumir o ato sexual, eles se desnudam e se masturbam um ao outro. E julgam que isso não é pecado grave. É tão grave e talvez até mais do que o ato consumado. A virgindade, mais do que no hímen intacto, está no respeito mútuo entre os parceiros.

Agora, se você tiver tido a infelicidade de perder a sua virgindade, não se desespere. Você pode recuperá-la espiritualmente. Tenha uma conversa séria com o seu namorado. Diga a ele que a partir de hoje você não mais permitirá liberdade com o seu corpo, que é templo do Espírito Santo. Procure ganhar o seu namorado para Deus. Se não o conseguir, termine o namoro, não se case. Depois do casamento você dificilmente o conseguirá.

Por fim, uma palavra sobre as revistas e filmes pornográficos.

Nossa Senhora em Medjugorje, deu uma mensagem dramática contra a televisão tal como ela se apresenta hoje. Disse que a televisão está destruindo a família, tal a carga de

imoralidade de seus programas. Se é assim da TV, imagine o que diria dos filmes e revistas pornográficos! É impossível ter pureza de coração quem se envolve com essas imundícies.

CAPÍTULO VI

UM RECADO PARA OS CASADOS

O sexto mandamento não é só para os jovens. É para todos, também para os casados. E aliás, para o casado, o pecado contra a castidade é mais grave do que para o solteiro. O solteiro, pecando contra a castidade, comete fornicação; o casado, adultério; que é um pecado gravíssimo. O adúltero peca formalmente: 1) contra o próprio corpo; 2) contra o cônjuge; 3) contra a Igreja, e 4) contra Deus.

1) Contra o próprio corpo, conforme a palavra de São Paulo aos Coríntios: "Fugi da impureza. Qualquer outro pecado que o homem cometa é fora do corpo; mas quem comete pecado de impureza peca contra o seu próprio corpo."

2) Contra o cônjuge, sendo infiel ao juramento de fidelidade feito diante de dezenas de testemunhas.

3) Contra a Igreja, porque o seu compromisso foi feito solenemente diante da Igreja reunida para testemunhá-lo.

4) Contra Deus, cuja bênção foi invocada para que os nubentes fossem fiéis um ao outro até a morte.

Quem casa, quer casa, diz o ditado. Prepare sua casa antes de se casar. Não vá morar com parentes. Não dá certo. Os parentes são mestres em intervir na vida e na intimidade do casal. Não o fazem por mal, e nem percebem que estão atrapalhando. Mas atrapalham demais. É preferível adiar o casamento até que possam ter a sua casa, nem que seja alugada. **QUEM CASA, QUER CASA.**

Prepare-se bem para o casamento. Casamento é coisa muito séria. A preparação já começa no namoro: namoro santo e respeitoso, seguido de noivado respeitoso e santo, dá casamento santo. Namoro e noivado curtido no pecado dá casamento infeliz. A gente colhe o que semeia. Semeie santidade e colherá santidade. Plante pecado e colherá tudo o que não presta. Inclusive o adultério.

O adultério é pecado gravíssimo. É tão grave que nos começos da Igreja só tinha perdão uma vez na vida. O adúltero tinha que fazer penitência o ano inteiro, e depois de readmitido na Igreja, se recaísse não tinha mais perdão. Era "entregue a Satanás", como São Paulo o fez com o incestuoso da Igreja de Corinto. (1Cor 5,1)

Muitos que chegaram a uma situação crítica no seu matrimônio, a uma situação limite, costumam dizer: "Eu fiz o que podia. Não dá mais. Eu tenho direito de ser feliz!"

Sim, você tem o direito de ser feliz, mas não confunda felicidade com pecado. "O que adianta ao homem ganhar o mundo inteiro se vier a perder a sua alma?" (Mc 8,36) O que adianta você ser feliz a vida inteira, no pecado, e acabar perdendo a sua alma?

Coloque de um lado o compromisso assumido com Deus e com o cônjuge, e de outro lado a sua paixão. Com o seu compromisso está Jesus; com a sua paixão (a mulher, o homem) está Satanás. A quem você escolhe? O que você escolher, você terá.

Deus o criou livre e respeita a sua liberdade. O seu destino - salvação ou perdição, vida ou morte - é escolha sua. Eis a palavra de Deus: "Ponho hoje diante de ti a vida e a morte, a bênção e maldição. Escolhe..." (Dt 30,19) O que você escolher terá.

Tudo isso é colocado assim diante de você, em termos dramáticos, para sacudi-lo, para acordá-lo; porque a paixão entorpece e cega a alma, tirando-lhe a capacidade de raciocinar. A Palavra diz que "a paixão é violenta como o inferno" (Cant 8,6).

O que vou dizer para a esposa, vale da mesma forma para o marido.

Se você já está separada, mesmo que o seu companheiro já esteja morando com outrem, ore. **Tudo pode ser mudado pela oração.** Ore pela conversão de seu cônjuge. Se ele se converter ele voltará forçosamente para você. Ruim com ele, pior sem ele. Com ele você se salvará. Sem ele... com outro, você se condenará. Ou então fique sozinha. Antes só do que mal acompanhada. De acordo? E os filhos, onde ficam? Se se entregarem aos vícios ou às drogas, de quem será a culpa?

Abafe a voz do egoísmo, deixe falar a razão e a fé.

Um dia você amou o seu esposo. Tanto amou que decidiu se comprometer a vida inteira com ele. Depois, o tempo passou, veio a tentação e você caiu; mas o amor não morreu. **O amor nunca morre.** Apenas ficou sepultado debaixo de cinzas. Sopre com força. As cinzas voarão e as brasas do amor aparecerão de novo, mais vivas do que nunca. Faça isso. Sopre forte com a oração e verá o resultado. A paixão de agora se dissolverá como a fumaça ao sopro do vento, e o primeiro amor, o verdadeiro amor, ressurgirá muito mais belo do que antes.

Aí ficam esses fatos e exemplos para a sua leitura e meditação. Eles são de molde a provocar em você um profundo arrependimento de todos os seus pecados, preparando-o para uma frutuosa e excelente confissão.

CAPÍTULO VII

BUSQUE A SANTIDADE

Lembre-se da palavra do Senhor: "Pedi e recebereis, **BUSCAI E ACHAREIS**, batei e se vos abrirá. Porque todo aquele que pede, recebe; todo aquele que **BUSCA, ENCONTRA**; todo aquele que bate, se lhe abre. Ou qual é o pai que se o filho lhe pedir pão lhe dará uma pedra? E se lhe pedir um peixe, lhe dará uma serpente? Se vós, pois, que sois maus, sabeis dar coisas boas aos vossos filhos, quanto mais o vosso Pai celestial dará boas coisas aos que lho pedirem!" (Mt 7,7-11)

Siga estes passos:

1) Confesse-se com frequência

Não deixe passar um ano inteiro sem se confessar. Nossa Senhora em Medjugorje pede que seus filhos se confessem regularmente uma vez por mês. E lembre-se: confissão, como já dissemos, é banho espiritual. Você que toma banho diariamente para manter sua higiene corporal, faça o mesmo para a sua higiene espiritual: confesse-se com frequência. Os pecados leves e os pecadinhos de estimação também sujam a alma, assim como o suor e a poeira sujam o corpo.

2) Participe da Santa Missa

Todos os domingos e dias santos. É pecado grave faltar à missa de preceito. Deus lhe deu seis dias para trabalhar, e reservou um para Ele, o domingo, o **DIA DO SENHOR**. Neste dia Ele espera por você para um banquete em Sua casa (no templo). É o banquete eucarístico. Não falte! A menos que você esteja doente, de cama. Se faltar, estará desprezando o convite divino, estará desprezando o Senhor. É pecado muito grave. Pense em tudo o que você deve ao Senhor: a vida, a saúde, os bens materiais e espirituais... Quanto você tem que agradecer!... Não falte à Santa Missa! Ela é o seu principal alimento, é o alimento dos fortes. Se for possível, participe todos os dias. Não é favor que você presta a Deus, é privilégio que Ele lhe dá.

3) Reze o santo rosário

Reze-o todos os dias. Ou pelo menos o terço. Se você é casado, reze junto com a família. A família que reza unida, permanece sempre unida. Nossa Senhora prometeu inúmeras graças e bênçãos àqueles que rezarem diariamente o santo rosário.

E lembre-se: o santo rosário é uma oração eminentemente bíblica. Rezar o rosário é rezar a bíblia. Vejam bem: o rosário consta de 15 Pai-nossos, a oração mais santa e mais completa que existe, ensinada pelo próprio Jesus; 150 Ave-Marias, saudação que veio do céu, palavras que o próprio Deus colocou na boca do anjo Gabriel e outras que o Espírito Santo pôs nos lábios de Isabel (Lc 1,28 e 42); e 15 Glórias ao Pai, louvor de que estão cheias as cartas de São Paulo.

Preste diariamente com muito carinho e emoção esta homenagem à sua Mãe celeste, e assim estará cumprindo a profecia que o Espírito Santo colocou nos lábios de Maria a respeito dela mesma: "Eis que doravante todas as gerações proclamarão os meus louvores." (Lc 1,48). O rosário é um gesto de suprema delicadeza com Maria. O nome já o diz: rosário, um buquê de rosas. Imagine você um filho carinhoso que sabendo do gosto de sua mãe por determinada flor, lhe prepara e oferece todos os dias um ramalhete dessa flor. Pois bem: as flores prediletas de Maria são as rosas (Ave-Marias) do rosário. Vamos, dê-lhe essa alegria. Já pode imaginar o seu lindo sorriso, acompanhado de uma bênção muito especial para você.

4) Participe de um grupo de oração, ou de um cenáculo, ou de qualquer outro em sua Paróquia

É um dos melhores meios para você aprender a orar, para conhecer e viver a Palavra de Deus, para crescer na santidade. Sempre tem um bem pertinho de você. Informe-se na sua paróquia.

5) Jejeue pelo menos uma vez por semana

O jejum faz bem ao corpo e à alma, e confere uma força extraordinária à oração. Jesus afirmou que há uma espécie de demônios que só se expulsam com **JEJUM E ORAÇÃO**. (Mc 9,29). Como jejuar? De manhã, tome o seu café normalmente. Durante o dia coma pão, de preferência pão integral, e beba água. A água faz muito bem. Mesmo nos dias em que você não jejeue é bom você beber de um a dois litros de água por dia. E coma pão, também espaçadamente, duas a três fatias a intervalos regulares. O que é preciso é que o estômago não fique vazio, por causa dos ácidos estomacais, e para evitar tonturas e dores de cabeça. Há um livrinho precioso do Pe. Jonas Abib sobre o assunto. Leia-o: "Práticas de Jejum." (Editora Canção Nova - Cachoeira Paulista - SP.)

6) Leia, estude, rumine a Palavra de Deus

"O homem não vive só de pão, mas de toda a Palavra que sai da boca de Deus." (Mt 4,4). O que é o alimento para o corpo, é a Palavra de Deus para a alma. Mas a bíblia é um livro difícil; se não souber usá-la, você logo se cansará. Por isso aqui também se recomenda um outro livrinho do Pe. Jonas: "A bíblia no meu dia-a-dia." Ele apresenta ali um roteiro de leitura que levará você não só a entender melhor a bíblia, como a ter um grande amor pela Palavra de Deus.

7) Pratique obras de misericórdia

Isto é, ame concretamente o seu irmão, principalmente os mais necessitados. Amor não é sentimentalismo. Pode e até deve ter uma expressão sensível, envolver a sensibilidade. Mas se não se traduzir em atos concretos será um amor falso. "Se a um irmão ou a uma irmã faltarem roupas e o alimento cotidiano, e algum de vós lhe disse: "Ide em paz, aquecei-vos e fartai-vos", mas não lhes der o necessário para o corpo, de que lhes aproveitará? Assim também é a fé (ou a caridade): se não tiver obras, é morta em si mesma." (Tg 2,15-17). E Jesus,

na sua bondade e misericórdia, já nos deu o gabarito para o vestibular da salvação: leia Mt 25,31-46.

Estas são as obras de misericórdia:

Corporais: Dar de comer a quem tem fome.

Dar abrigo ao desabrigado.

Vestir os nus.

Visitar os encarcerados.

Visitar os enfermos.

Sepultar os mortos.

Espirituais: Ensinar os ignorantes.

Dar bom conselho.

Corrigir o que erra.

Perdoar as injúrias.

Consolar os tristes.

Sofrer com paciência os defeitos do próximo.

Rezar pelos vivos e defuntos.

8) Engaje-se numa pastoral de sua paróquia

Finalmente, engaje-se nos trabalhos de sua paróquia. Há muita gente acomodada na Igreja, que só quer receber, só sabe criticar, e não move sequer uma palha para ajudar. A Igreja é uma família, uma grande família, dentro da qual todos têm responsabilidades, do maior ao menor. O interesse de um é o interesse de todos. Não queira ser você um parasita. Busque a santidade. Engaje-se!

9) Alguns conselhos para a sua caminhada em busca da santidade:

Ponha em prática todos os dias os mandamentos de Deus.

Trate com respeito aos mais velhos.

Lembre-se que Deus o vê em todo o lugar.

Guarde a sua língua de toda palavra má ou inútil. ("No dia do Juízo o homem terá de prestar conta de toda palavra inútil que tiver proferido durante a vida" - Mt 12,36).

Evite o riso excessivo ou ruidoso.

Entregue-se freqüentemente à oração e à leitura espiritual.

Não satisfaça os desejos da carne; ao contrário, mortifique-a.

Não queira ser tido como santo, mas procure sê-lo de verdade.

Não faça a outrem o que você não gostaria que lhe fizessem.

Não ande atrás de delícias.

Cultive a humildade, fuja da soberba.

Não se dê à bebida, não seja guloso nem preguiçoso (a gula e a preguiça alimentam a luxúria).

Nada anteponha ao amor de Jesus Cristo.

Evite a murmuração, os palavrões e a fofoca.

Não pratique injustiça, mas suporte com paciência as que lhe forem feitas.

Não retribua maldição com maldição; abençoe sempre.

Coloque toda a sua esperança em Deus.

Tudo que houver de bom em você, atribui-o a Deus e não a si mesmo.

Quanto ao mal, porém, saiba que é sempre obra sua e a si mesmo atribua-o.

Deseje a vida eterna com toda a cobiça espiritual.

Lembre-se dos seus novíssimos e jamais pecará (morte, juízo, inferno e paraíso).

CAPÍTULO VIII

MANTENHA PURO O SEU CORAÇÃO

Nos capítulos V e VI falamos dos pecados de fornicação e de adultério.

Mas há um pecado de impureza - este também grave - que costuma ser muito praticado, principalmente entre os jovens e adolescentes: é o pecado da masturbação. Sua gravidade pode ser maior ou menor, segundo as circunstâncias; mas em qualquer dos casos ele paralisa o progresso espiritual, quando não prepara o caminho para o pecado mortal.

De fato, a masturbação é um ato deprimente, que humilha e degrada a quem o pratica, porque masturbar-se é "praticar sexo consigo mesmo." Não tem o menor sentido.

Reflita bem: quando você se masturba, você joga fora, joga no lixo um pouquinho de si mesmo; porque no esperma expelido você perde centenas de milhões de sementes vivas (espermatozóides) que equivaleria, cada um, à possibilidade de um novo ser humano.

Se você é mulher, tem maior obrigação ainda de não se masturbar. A mulher, particularmente, experimenta como é humilhante esse ato. Há algumas que por ter caído nessa falta, carregam por anos a fio o peso dessa humilhação, chegando até mesmo a fazer confissões sacrílegas pela vergonha que sentem em confessar o seu pecado. Quantas vezes temos verificado isso em nosso ministério!

Lute contra esse vício. Sua vitória lhe dará confiança em si mesmo e autodomínio, virtudes que lhe serão de grande valia em muitas outras situações da vida.

Remédios contra o vício

1) A oração.

2) Fuga. No momento da tentação saia, vá dar um passeio rezando o terço, ou se distraia de alguma maneira. É a cabeça, a mente, o cérebro que comanda o ato de se masturbar. Distraia-se e a tentação vai embora.

3) Se o vício for muito arraigado, use de violência. Consigo mesmo, é claro. "O reino dos céus sofre violência, e só os violentos o arrebatam." (Mt 11,12)

Então, cada vez que você cair, faça um dia inteiro de jejum. Há quem aconselhe a fazer uma auto-flagelação (dar uma surra em si mesmo com um chicote) dê meia dúzia ou mais chibatadas bem doídas. O corpo exigiu um prazer proibido, sofra agora as conseqüências. Isso funciona como aquilo que em psicologia se chama reflexo condicionado. O que é isso? Quando surpreendemos um animal fazendo alguma coisa errada, por exemplo xixi dentro de casa, nós esfregamos o seu focinho no xixi e lhe damos algumas palmadas. Depois de repetirmos isso algumas vezes, ele nunca mais o fará.

Você também pode inventar a sua própria mortificação. Use criatividade. Só não use moleza consigo mesmo, porque do contrário estará enganando a si próprio e não conseguirá se libertar. Sobretudo corte drasticamente de sua vida revistas e filmes pornográficos. Se não o fizer, é impossível você se libertar. Use a sigla PHN.

Faça todos os dias logo de manhã esta oração:

Senhor, POR HOJE NÃO vou me masturbar. Liberta-me desse vício, Senhor! Quero conservar meu corpo e minha alma bem limpos para ti. Eu te prometo! POR HOJE NÃO vou pecar, nem amanhã, nem depois, nem nunca. Conto com o auxílio de tua graça. Maria Santíssima, minha Mãe, ajuda-me a ser fiel ao meu compromisso. P H N... POR HOJE NÃO! AMÉM.

CAPÍTULO IX

DISTRAÇÕES NA ORAÇÃO

Uma queixa que a gente ouve a cada momento no confessionário é a seguinte: "Padre, eu parei de orar. Eu não consigo me concentrar. Mal começo a orar, mil distrações, pensamentos e imagens me vêm à cabeça. O que fazer?"

O que fazer? É a pergunta angustiada de tantas almas sedentas de Deus, e por isso mesmo sedentas de oração. Mal sabem elas que é a dificuldade mais comum na vida de tantos santos, inclusive de místicos como Santa Teresa d'Ávila, que atribuía isso à sua imaginação fertilíssima, a que ela chamava de "a louca da casa."

O problema, portanto, está na imaginação. O que fazer? Simplesmente educar a sua imaginação. Mas aqui vai todo um trabalho, muito sacrifício e persistência. Aliás, o que se consegue de bom na vida sem trabalho, sem sacrifício?

Não se assuste. O difícil é começar. Depois, à medida que vamos nos esforçando, tudo vai se tornando mais fácil. Comece agora mesmo. Vou lhe dar as dicas para o caminho.

Primeiro, com ou sem distração, aplique-se à oração. Não tanto como você fazia antes, mas mais ainda.

Segundo, elimine as causas. Vai arrancando de seus hábitos tudo aquilo que entulha a sua mente de imagens inúteis e perniciosas: leituras frívolas (romances, revistas, gibis... e até jornais). Sim, até mesmo jornais. Se você precisa ou gosta de se manter informado do que vai pelo mundo, percorra rapidamente as manchetes e leia só o que interessa. Mas faça-o em leitura dinâmica para não perder muito tempo. Elimine principalmente a televisão. Esta (afora canais como a **CANÇÃO NOVA, REDE VIDA, SÉCULO XXI** e outras desta mesma linha que possam vir a existir) é a maior fonte de corrupção moral do indivíduo e da família.

Você quer se manter informado? Se for numa ótica religiosa, para você se orientar e orientar aqueles que dependem de você, e principalmente orar pelos irmãos que sofrem neste mundo enlouquecido, ainda vá lá. Mas faça-o com sobriedade. Veja o que São João diz a respeito do mundo em sua primeira carta:

"Não ameis o mundo, nem as coisas do mundo. Se alguém ama o mundo, não está nele o amor do Pai. Porque tudo o que há no mundo - a concupiscência da carne, a concupiscência dos olhos e a soberba da vida, - não procede do Pai, mas do mundo. O mundo passa com suas concupiscências, mas quem

cumpra a vontade de Deus permanece eternamente." (1Jo 2,15-17)

É claro, estou escrevendo para gente que fez uma opção radical por **JESUS**.

Terceiro, aprenda a contemplar. Lembre-se de que na recitação do terço nós devemos contemplar os mistérios. Pois bem, vamos aprender a contemplar.

Tomemos por exemplo o terceiro mistério gozoso: o nascimento de Jesus em Belém. Use a imaginação. É hora de educá-la.

Imagine uma gruta, bem grande, bem espaçosa, mais ou menos dois metros e meio do chão ao teto. É noite de luar. Faz frio. José e Maria, com seus dois jumentos chegam da cidade de Belém em busca de um abrigo, porque na cidade ninguém os quis abrigar. José vê a gruta e agradece a Deus que veio em socorro deles. Entra na gruta e acende um fogo para aquecer o ambiente.

Vá imaginando a gruta e cada gesto de José.

Enquanto isso, Maria, grávida e quase na hora de dar à luz, espera na entrada. José, improvisando uma vassoura de ramos, está fazendo uma limpeza no local. Ali já se acha um boi, deitado e ruminando pachorrentamente. José prepara o cocho, limpa-o o melhor que pode e forra-o com bastante feno à guisa de colchão. Pronto. Agora pode entrar Maria... O resto vá você mesmo imaginando.

Depois virão os pastores, você os verá entrando, silenciosos, com todo o respeito e se prostrando em adoração ao Menino Jesus. Em seguida Maria os convida a se aproximar, e com o sorriso mais carinhoso do mundo lhes permite tomar nos braços rudes de pastores o Menino Deus. A cena é indescritível...

Tire as conclusões: Deus quis vir ao mundo assim, em pobreza total por amor a você. E você, qual o seu amor por Jesus?

E assim você trabalhará com a imaginação as cenas de cada um dos mistérios do rosário, enquanto seus lábios não param de recitar os Pai-Nossos e as Ave-Marias...

Com isso, pouco a pouco... adeus distrações.

CAPÍTULO X

MAUS PENSAMENTOS

JUÍZO TEMERÁRIO

Há muitas confissões de maus pensamentos que não passam de tentações. E tentação não é pecado. Por isso é bom que você tenha idéias claras do que é tentação, e quando ela é pecado.

Você se aflige com seus maus pensamentos e os combate.

É bom sinal. É sinal de que você não quer desagradar a Deus.

Por falta de clareza sobre o assunto, você fica com a consciência perturbada, achando que está cometendo pecado. Com esse estado de espírito é claro que você deve confessar. Cabe ao sacerdote te orientar e tranquilizar.

Pecado, como já foi dito no cap. IV, é um ato de desobediência a Deus, em matéria grave ou leve, perfeitamente conhecida e plenamente consentida. Se você quer ou aceita livremente o mal que lhe é proposto, você peca (pecado mortal ou venial, conforme a gravidade maior ou menor da matéria), mesmo que não chegue a praticar o ato, como disse Jesus: "Todo aquele que olhar para a mulher com o desejo no coração de possuí-la, já cometeu adultério." (Mt 5,27)

Desejo consentido e aceito, é claro. Pois o pecado, antes de ser ato externo, já foi consumado no interior do coração. Se você não aceita, se você combate, então não há pecado. Houve apenas uma tentação, mesmo que o tentador tenha procurado forçar a entrada...

Veja bem: nossa cabeça pode ser comparada a uma praça pública. Tudo entra em nós pelos olhos, pelos ouvidos, pela sensibilidade, que são como que ruas de acesso à praça pública de nossa cabeça. Não há jeito de impedir essa invasão.

Em volta da praça estão as casas, com seus moradores. E entre elas a sua. Na praça está o barulho, a confusão, as pessoas (umas boas, outras más).

Se alguém bate à sua porta, você vai ver quem é. E então convida a entrar ou não, conforme o discernimento.

A praça pública é a sua cabeça, a casa o seu coração. Você só deixa entrar se for alguém que lhe inspire confiança. Às vezes um ou outro mal intencionado pode querer forçar a entrada, então você lhe resiste e fecha a porta na cara. Ele não entra, mas continua na praça, isto é, na sua cabeça. Entendeu?

Não ligue para os maus pensamentos, por piores que sejam. Diga simplesmente a Deus: "Senhor, vós estais vendo o meu coração, e sabeis que eu não aceito esses maus pensamentos. Renuncio a todos eles. Libertai-me deles, Senhor!"

Pode ser que a serpente, disfarçada em pessoa amiga (homem ou mulher) lhe ofereça uma maçã contaminada. E como você é louco por maçã, estende logo a mão e pega a maçã. Mas logo o seu Anjo da Guarda, pela voz da consciência, lhe adverte: "Cuidado! É veneno. Devolve!" E você imediatamente devolve a fruta ao seu portador... Pronto. Fica tranquilo! Não houve pecado. Houve apenas um combate, e você venceu. Parabéns!

Não estranhe! Um certo mal-estar sempre fica, por causa da presença do mal que se aproximou de você, e você quase aceitou. Depois da refrega, o vencedor fica um pouco cansado...

- x -

Uma falta que precisa ser radicalmente combatida é o mau hábito de julgar o próximo: o juízo temerário, ou julgamento. Ela fere, às vezes gravemente, a menina dos olhos de Jesus: a caridade. "Este é o meu mandamento: que vos ameis uns aos outros, assim como eu vos amei." (Jo 15,12)

"É nisto que todos saberão se sois meus discípulos: se vos amardes uns aos outros." (Jo 13,35)

Jesus tem palavras duras sobre isso: "Não julgueis, e não sereis julgados. Porque do mesmo modo que julgardes, sereis

vós também julgados; e com a mesma medida que tiverdes medido, também vós sereis medidos. Por que olhas a palha que está no olho do teu irmão e não vês a trave que está no teu? Hipócrita! Tira primeiro a trave do teu olho, e então verás claro para tirar o cisco do olho do teu irmão." (Mt 7,1-5)

Só Deus pode julgar, porque só Ele conhece os corações, só Ele sabe o que vai no íntimo do coração de cada um. "Mas quem és tu que julgas o teu irmão?" (Tg 4,12)

"Assim, és inescusável, ó homem, quem quer que sejas, se te arvoras em juiz. Naquilo que julgas a outrem, a ti mesmo te condenas, pois tu que julgas fazes as mesmas coisas que condenas." (Rm 2,1). "Se o teu irmão cai ou se levanta, isso é lá com o seu Senhor." (Rm 14,4)

Julgando o seu próximo, você estará julgando as intenções do seu coração, porque os atos tem o valor da intenção que os move.

Um fato real, acontecido com um sacerdote amigo pode clarear bem isso.

Tratava-se de um sacerdote muito digno e de moral inatacável. No seu trabalho de evangelização costumava acompanhá-lo um casal muito amigo dele. Muitas vezes, o marido não podia ir e então ia a esposa, porque ela cantava muito bem e o padre a acompanhava ao violão. Com o tempo isso acabou gerando um "dizquedizque". Certa ocasião, pela uma da madrugada, a mulher lhe telefonou desesperada, pedindo-lhe que viesse imediatamente em seu socorro. É que o marido, depois de uma violenta discussão, pegou uma arma e saiu dizendo que ia a um terreiro de macumba para acabar com a própria vida.

A praça onde moravam estava cheia de gente. Muitos viram quando o homem, que por sinal era muito conhecido, saiu queimando pneu. E viram também quando o sacerdote chegou daí uma meia hora e entrou na casa sem bater (a mulher deixara a porta só encostada para que o padre pudesse entrar assim que chegasse). E os comentários explodiram:

"Você viu? Saiu fulano e agora chega o padre!"

Durante uma meia hora o sacerdote procurou acalmar a mulher, e por fim se ofereceu a sair com ela à procura do

marido nos terreiros de macumba da cidade. Nesta altura os comentários chegaram ao seu clímax.

Depois de muita procura acabaram encontrando o homem num terreiro que ele costumava freqüentar antes de sua conversão. Já estava embriagado. A custo conseguiu o sacerdote desarmá-lo e convencê-lo a voltar para a casa. Aquela noite o sacerdote passou junto do casal, aguardando a recuperação do amigo. Depois de uma longa conversa que se prolongou até às 10 horas da manhã, ele conseguiu a reconciliação do casal. Naquele dia ele salvou um matrimônio, e salvara uma alma. Mas perdeu a sua boa fama. Porque dentro de poucos dias a cidade inteira comentava o fato interpretado maldosamente pela boca daqueles maldosos boêmios. E a coisa se complicou a tal ponto que dentro de algum tempo o sacerdote teve que se ausentar da cidade por vários anos.

Veja as conseqüências de um mau julgamento. Tudo parecia incriminar o padre, inclusive o fato de sair a sós com a mulher àquela hora da madrugada.

Por mais claro e evidente que seja o ato (mau ou aparentemente mau) do nosso próximo, nunca podemos julgá-lo. Só Deus vê as intenções do coração.

CAPÍTULO XI

RETIDÃO DE INTENÇÃO

Uma boa confissão é um marco na vida do homem.

Pode ser uma virada de folha no livro da sua vida. Uma nova página começa. "Passou o que era velho, eis que tudo se fez novo." (2Cor 5,17)

Agora é viver em plenitude esta novidade de vida de que nos fala São Paulo em sua carta aos Romanos (cf. Rm 6,4), uma vida totalmente orientada para o Senhor. A confissão foi-nos presenteada no dia da Páscoa, com uma saudação de Paz, como uma fonte maravilhosa de paz. Bebemos dessa fonte e nos aproximamos confiantes do Príncipe da Paz.

É a meta da caminhada.

Experimentam-no aqueles que se puseram a caminho e não se desviaram nem para a esquerda, nem para a direita, mas foram direto ao seu objetivo: Cristo Jesus.

Jesus é o caminho e a meta. Jesus basta. Quem tem Jesus tem tudo.

E o caminho se faz no dia a dia. Cultivando o jardim ou colhendo flores; semeando o campo ou comendo seus frutos, e partilhando-os com os irmãos; sob o sol e sob a chuva, entre alegrias e dores, vencendo obstáculos, caindo e levantado, "e assim correndo à luta que nos é proposta, com o olhar fixo no autor e consumidor de nossa fé, Jesus." (Hb 12,1)

Tudo o que fazemos, sonhamos ou sofremos, fazemo-lo com esse único objetivo, com essa única intenção: a glória de nosso Deus e Senhor Jesus Cristo - "Ou comais, ou bebais, ou façais qualquer outra coisa, fazei tudo para a glória de Deus." (1Cor 10,31)

É isso que se chama retidão de intenção, pureza de intenção: Buscar em tudo unicamente a glória de Deus. É justamente o oposto da atitude farisaica, que faz todas as suas obras para captar a glória e o louvor dos homens. E o Senhor nos adverte: "Guardai-vos de praticar vossas boas obras diante dos homens com o fim de serdes vistos por eles. Do contrário não receberéis vossa recompensa junto de vosso Pai que está no céu." (Mt 6,1)

BIBLIOGRAFIA

1) Robert Mialhe - A MEDIDA DAS VIRTUDES - Ed. Flamboyant - (1959) - Tradução do autor.

2) Ricardo Sada Castaño, L.C. - LA CONFESIÓN - Ed. Nueva Evangelización (1999) - México

3) CATECISMO DA IGREJA CATÓLICA

4) Diário da Santa Faustina

Congregação dos Padres Marianos - Curitiba - PR