

## EXAME DE CONSCIÊNCIA

### 6º e 9º Mandamentos: “Não pecar contra a castidade” e “Não desejar a mulher do próximo”

*Atenção:* Por caridade para com o sacerdote, diga apenas o pecado com seus agravantes e o número de vezes que você cometeu tal pecado. Pois, para que a confissão seja válida, não é necessário descrever os acontecimentos com detalhes.

1. Consenti em pensamentos, desejos ou olhares contra a castidade? Quem foi objeto desses pensamentos ou olhares: pessoa casada, parente próximo, pessoa consagrada, criança, pessoa do mesmo sexo?

*Atenção:* Quando percebemos que um olhar pode nos levar ao desejo sexual, devemos desviar imediatamente o olhar para não desejarmos sexualmente aquela outra pessoa. E quando percebemos que uma imagem sexual veio à nossa mente, devemos desviar o pensamento para não nos “deleitarmos” com aquela imagem.

2. Pequei por pornografia com textos, fotos ou vídeos de conteúdo sexual explícito? Tenho o hábito de cair neste pecado? Mantive as ocasiões de cair na pornografia? Confessei-me sem ter a firme decisão de deixar essas práticas? Confessei-me sem ter a firme decisão de deixar as ocasiões próximas desse pecado?

*Atenção:* Não somente a pornografia explícita é pecado mortal. Os livros, filmes, vídeos, músicas ou programas de televisão que possuem conteúdo erótico também são matéria de pecado mortal.

3. Pequei por masturbação, ou seja, toquei o meu corpo com o fim de obter prazer sexual? Tenho o hábito de cair neste pecado? Mantive as ocasiões de cair na masturbação? Confessei-me sem ter a firme decisão de deixar essa prática? Confessei-me sem ter a firme decisão de deixar as ocasiões próximas desse pecado?

4. Divulguei textos, imagens ou vídeos pornográficos? Mantive o recebimento desses vídeos ou imagens, por exemplo, não saindo daquele grupo de rede social em que as pessoas enviam pornografia?

5. Toquei, abracei ou beijei uma pessoa buscando prazer sexual?

*a) Quanto aos namorados:* O prazer sexual é lícito apenas dentro da relação matrimonial aberta à vida. Ora, as pessoas que não são casadas, não podem buscar a excitação sexual, já que não podem ter relação sexual. Portanto, os namorados não podem fazer aqueles toques, abraços ou beijos que são próprios para causar excitação sexual, como por exemplo: toques nas partes íntimas, abraços “calorosos”, beijos de língua. Como não podem ter a relação sexual, também não podem se preparar para ela. Todavia, os teólogos católicos, como Santo Afonso de Ligório, comumente ensinam que os namorados podem dar mutuamente alguns abraços e beijos “se feitos de modo honesto conforme o costume da pátria, da maneira como é permitida aos solteiros”

(Aertnys-Damen, *Theologia Moralis*, t. 2. Casale: Marietti, 1958, p. 472). A expressão “como é permitida aos solteiros” é central para as aplicações práticas; p. ex.: no Brasil não há o costume de pessoas solteiras se cumprimentarem com “selinhos”; logo, esse tipo de beijo também não é permitido aos namorados. “Para que o namoro seja conduzido de modo honesto, deve ser moderado com CAUTELAS OPORTUNAS. A razão é que, como na prática o namoro é perigoso, sem tais cautelas ordinariamente ele se torna ocasião próxima de graves pecados” (Idem, p. 470).

**b) Quanto aos noivos:** *Aplica-se a eles o mesmo que aos namorados.*

6. Promovi conversas eróticas com o fim de buscar prazer sexual? Ouvi conversas eróticas consentindo no prazer sexual que elas me causavam?

7. Fiz sexo sem ser casado?

**Atenção:** *Se você cometeu fornicação, diga ao sacerdote com que tipo de pessoa foi, por exemplo: pessoa solteira, casada, virgem, criança, prostituta, do mesmo sexo, celibatária, consagrada a Deus, portadora de necessidade especial.*

8. Sendo casado na Igreja Católica, neguei a relação sexual ao meu cônjuge sem causa grave?

**Obs.:** *Após o casamento validamente celebrado, um cônjuge tem direito sobre o corpo do outro, pois, como diz o Evangelho: “Já não são dois, mas sim uma só carne” (Mc 10, 8). Contudo, existem algumas causas graves que permitem a um cônjuge negar a relação sexual ao outro. Por exemplo:*

- *Quando ele(a) cometeu adultério e não está arrependido(a);*
- *Quando ele(a) está sem o uso da razão (por exemplo: em caso de embriaguez total);*
- *Quando ele(a) quer perverter o ato sexual (por exemplo: usando anticoncepcionais, DIU, camisinha, coito interrompido; querendo sexo oral, sexo anal, sexo assistido por outras pessoas, sexo com pornografia, sexo grupal etc.). Nesses casos você tem a obrigação de negar o ato sexual e resistir-lhe energeticamente;*
- *Quando ele(a) quer a relação sexual imoderadamente (por exemplo: várias vezes por dia ou em épocas perigosas para o outro cônjuge);*
- *Quando ele(a) tem alguma doença contagiosa (por exemplo: gonorreia, sífilis, AIDS etc.);*
- *Quando a esposa está no período posterior ao parto. (Pergunte ao médico o tempo de resguardo.)*

9. Pratiquei graves obscenidades na relação sexual com meu cônjuge? Vi pornografia com meu cônjuge? Obriguei meu cônjuge a ver pornografia?

**Atenção:** Dentro do ato conjugal aberto à vida, os cônjuges podem fazer certas carícias para fomentar o amor mútuo e preparar-se para a relação sexual. Todavia, são inadequadas as carícias que ofendem a dignidade do outro cônjuge e a sacralidade do matrimônio. Fora do ato conjugal os esposos podem fazer certos tipos de beijos, abraços e carícias para alimentar o amor mútuo, evitando, porém, o escândalo e o perigo próximo de poluição (ejaculação).

10. Cometi adultério? Pratiquei o ato sexual pensando voluntariamente em outra pessoa?

**Atenção:** Se você cometeu adultério, diga ao sacerdote com que tipo de pessoa foi, por exemplo: pessoa solteira, casada, virgem, criança, prostituta, do mesmo sexo, celibatária, consagrada a Deus, portadora de necessidade especial.

11. Usei métodos contraceptivos (por exemplo: pílula do dia seguinte, anticoncepcional, DIU, camisinha, coito interrompido)? Obriguei ou aconselhei o uso de contraceptivos? Afirmo ou defendo que uma pessoa pode usar métodos contraceptivos?

12. Sou casado na Igreja e causei a minha separação do meu cônjuge?

13. Sou casado na Igreja e, após a separação, cometi adultério? (Por exemplo: namoro ou algum tipo de “segunda união”, como o concubinato ou o casamento civil.)

14. Tendo sido batizado na Igreja Católica, vivi uma “união estável” ou um casamento meramente civil com alguém?

15. Cometi algum pecado sexual contra a natureza, por exemplo: homossexualismo, incesto (com parentes de sangue), bestialismo (com animais)?

16. Toquei uma criança buscando satisfação sexual? Tive relação sexual com uma criança?

17. Usei de violência (física ou moral) a fim de levar uma pessoa ao pecado contra a castidade? Seduzi alguma pessoa valendo-me da minha influência ou autoridade sobre ela?

**Atenção:** Se você cometeu esse pecado, diga ao sacerdote com que tipo de pessoa foi, por exemplo: pessoa solteira, casada, virgem, criança, prostituta, celibatária, do mesmo sexo, consagrada a Deus, portadora de necessidade especial.

18. Expus-me publicamente com roupas indecentes a fim de seduzir sexualmente os que me olhavam, ou tendo consciência de que tais roupas eram excitantes ou escandalosas?

**Por exemplo:** roupas coladas, decotadas, curtas ou transparentes. **Atenção:** Quando uma pessoa decide abandonar as roupas indecentes, deve desfazer-se delas, e não doá-las para alguém, pois o que é pecado para mim, também é pecado para os outros.

19. Induzi outras pessoas ao pecado ou ensinei o pecado a alguém? Escandalizei alguém com isso?

**Por exemplo:** Ter conversas eróticas nas redes sociais; ouvir músicas eróticas; conduzir alguém a uma casa de prostituição etc.

**20.** Costumo falar palavras de cunho sexual ou indecentes? Escandalizei alguém com tais palavras?

**21.** Defendi ou apoiei o sexo livre, a poligamia, o divórcio, o adultério, o homossexualismo, a mudança de sexo, o incesto, o bestialismo, a pedofilia, a ideologia de gênero? Afirmi ou defendi que, se as pessoas “se amam”, elas têm o direito de fazer essas coisas?