

Co zrobić, żeby dobrze się wyspowiadać? Jak przygotować się do spowiedzi? Czy samo wyznanie grzechów wystarczy, aby otrzymać rozgrzeszenie? Co jest najważniejsze w sakramencie pojednania?

To pytania, na które odpowiedź daje ta książeczka. Warto po nią sięgnąć, by bardziej pokochać Pana Boga!



małyPrzewodnik
KATOLICKI



O spowiedzi

Bardzo często zdarza się to dorosłym i młodzieży, czasami jednak także i dzieci mówią: *Proszę księdza, ja się nie umiem dobrze spowiadać...* Spowiedź nie jest z pewnością czymś łatwym. Gdy zrobi się coś złego, popełni jakiś grzech, trudno jest o tym mówić. Niektórzy wstydzą się wyznać grzechy, inni boją się, jeszcze inni mówią sobie: wciąż mam te same grzechy, nie umiem się poprawić, więc po co mam się spowiadać?

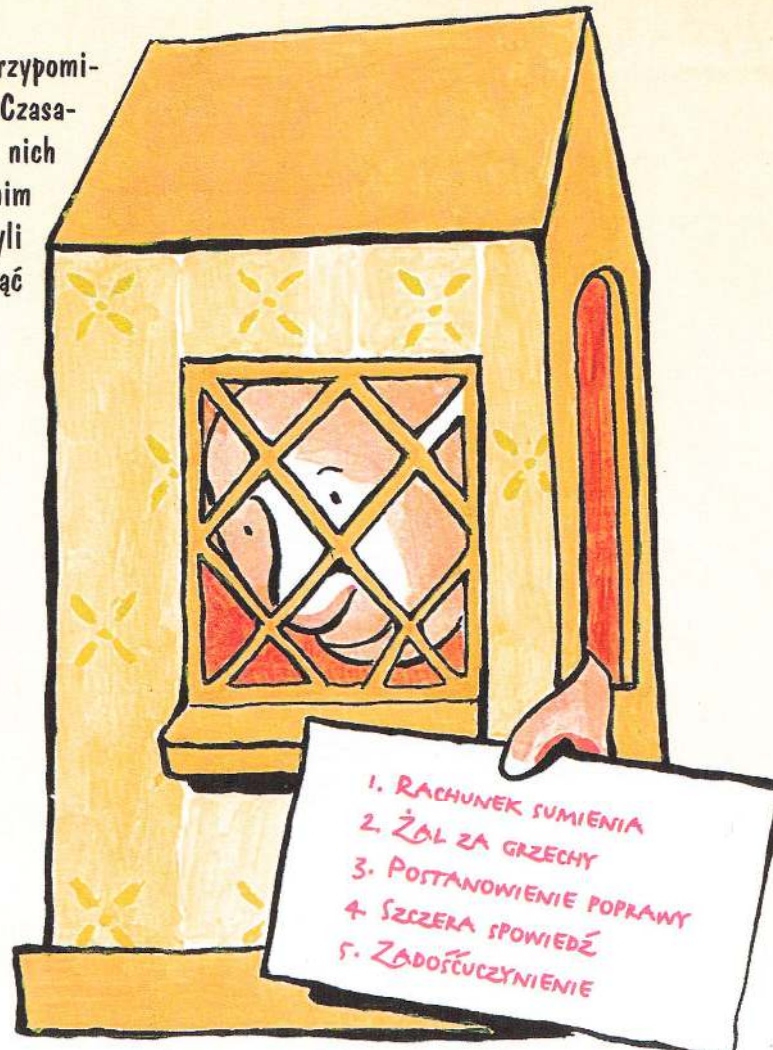
O spowiedzi

Na pewno trzeba mieć dużo wiary i trochę odwagi, aby podejść do konfesjonatu, wyznać grzechy i prosić o przebaczenie. By spowiedź była dobra, nie wystarczy przezwyciężyć strach i wstyd. Dobrze odprawiona spowiedź to nie tylko wyznanie grzechów, rozgrzeszenie i pokuta. Dobrze spowiada się ten, kto za swoje grzechy szczerze żałuje i po spowiedzi naprawdę stara się poprawić.



O spowiedzi

Katecheci w szkole prawie co roku przypominają wam warunki dobrej spowiedzi. Czasami jednak przy konfesjonale dzieci o nich zapominają. A to właśnie dzięki nim możemy się dobrze wyspowiadać, czyli nie tylko wyznać grzechy, ale zacząć z Bożą pomocą nowe, lepsze życie.



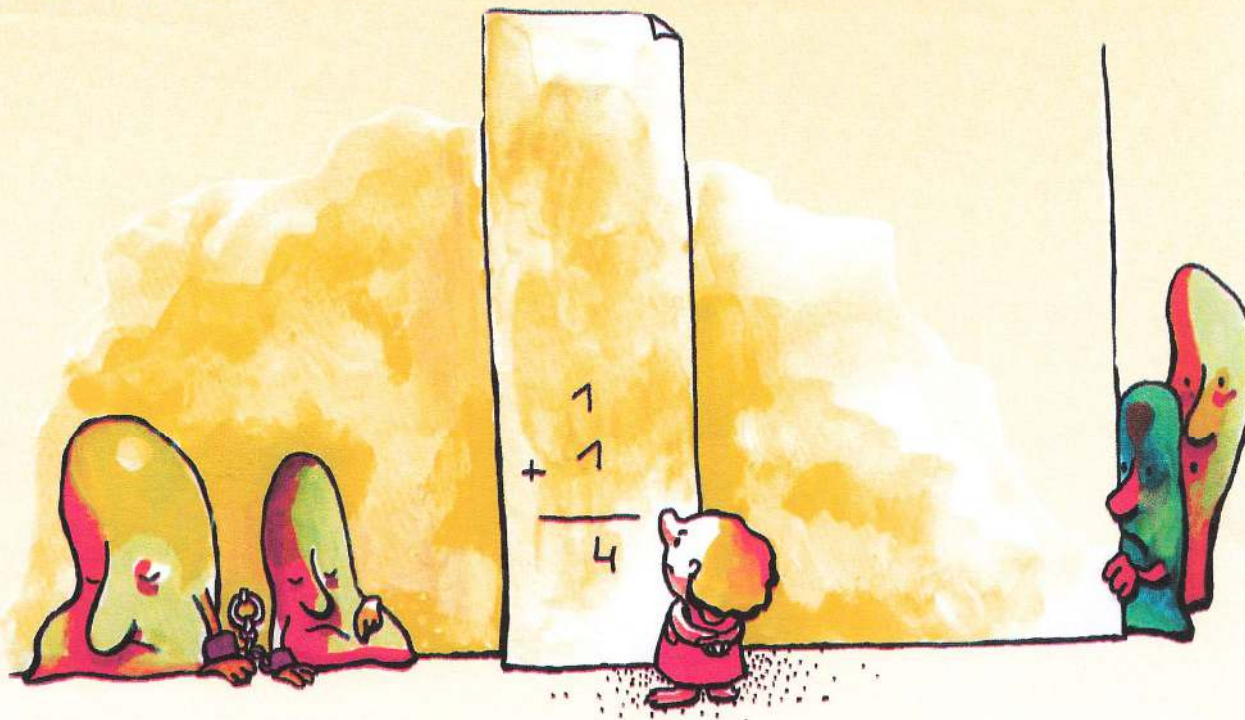
rachunek sumienia

Dobra spowiedź potrzebuje dobrego rachunku sumienia. Nie można podbiegać do konfesjonatu prosto z ulicy. Kilka minut, które poświęcicie na modlitwę i przypomnienie sobie grzechów, pomoże dobrze i owocnie przeżyć ten sakrament.



Zanim podeszcie do konfesjonatu, pomódlcie się przez chwilę do Ducha Świętego, aby pomógł wam otworzyć serce i jak najlepiej przeżyć spotkanie z Bogiem – miłosiernym Ojcem.

rachunek sumienia



Jak zrobić dobry rachunek sumienia?

Każdy z nas - mały i duży - powinien skorzystać z pomocy przy rachunku sumienia. Nie można wyznawać tego, co akurat wpadło nam do głowy. Może się bowiem zdarzyć, że w ten sposób zapomnimy jakiegoś grzechu, czasami nawet śmiertelnego.

Dobłą pomocą w przygotowaniu do spowiedzi może być krótki rachunek sumienia, który robi się każdego dnia przy wieczornej modlitwie. Przepraszamy wtedy Boga za grzechy i słabości minionego dnia i prosimy, abyśmy umieli wytrwać w dobru.

rachunek sumienia

Pomocą w przygotowaniu rachunku sumienia może być Dziesięć Przykazań Bożych. Niektórzy czynią rachunek sumienia według Ośmiu Błogostawieństw, inni czytając wybrane fragmenty Ewangelii. Dla wielu ludzi najlepszą pomocą pozostają jednak pytania do rachunku sumienia przygotowane przez księży spowiedników. Możemy je znaleźć w książeczce do nabożeństwa.

Najlepszą pomocą dla każdego dziecka są oczywiście pytania, które znajdzie w książeczce otrzymanej z okazji Pierwszej Komunii Świętej. Przygotowując się do spowiedzi, trzeba je dobrze przeczytać i szczerze na nie odpowiedzieć.



rachunek sumienia

Pamiętajcie, że wyznajemy grzechy nie tylko, aby prosić o ich przebaczenie, ale także by już ich więcej nie popełniać, żeby się z nich poprawić. Nie można tego zrobić, jeśli się nie pozna własnych grzechów i nie nazwie ich po imieniu.

Pan Bóg wie oczywiście o wszystkich naszych grzechach. Jednak tak, jak to czasami czynią mama i tato, czeka, abyśmy przyznali się do winy i powiedzieli „przepraszam”.



żał za grzechy

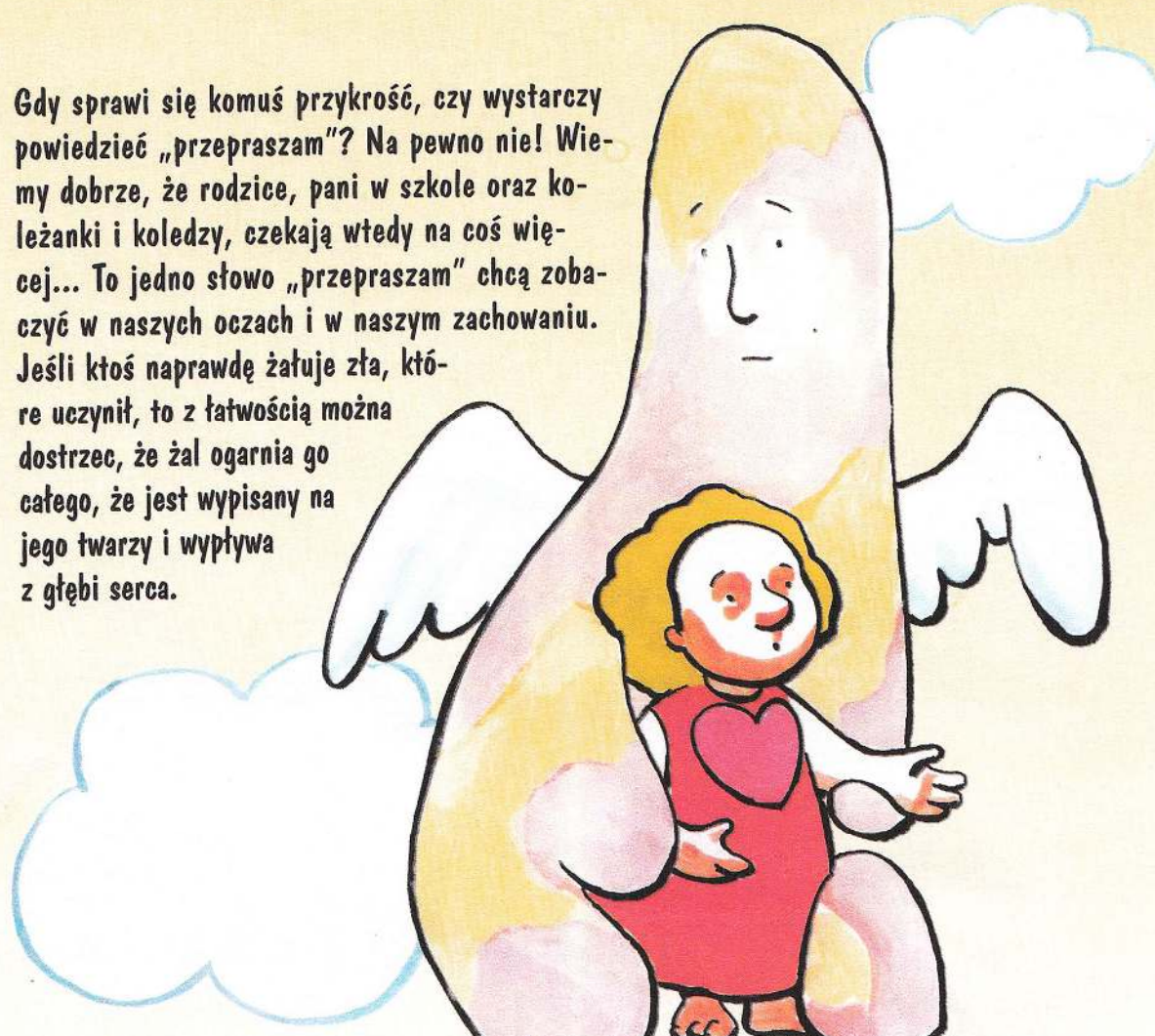
Grzechy, które sobie przypomnimy, czyniąc rachunek sumienia, należy oczywiście zapamiętać i wyznać w konfesjonale podczas spowiedzi świętej.



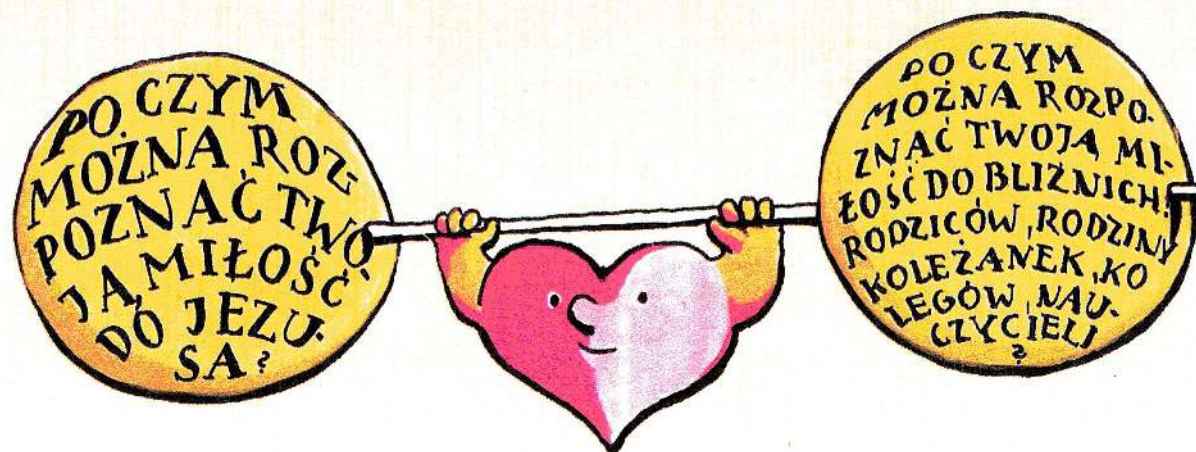
Zanim jednak udamy się do konfesjonatu, aby wyznać grzechy i prosić o ich przebaczenie, należy za nie żałować. To właśnie żał za grzechy jest najważniejszą częścią sakramentu pojednania. Gdyby ktoś nie żałował za swoje grzechy, nie mógłby otrzymać rozgrzeszenia, a więc i przebaczenia grzechów.

żal za grzechy

Gdy sprawi się komuś przykrość, czy wystarczy powiedzieć „przepraszam”? Na pewno nie! Wiemy dobrze, że rodzice, pani w szkole oraz koleżanki i koledzy, czekają wtedy na coś więcej... To jedno słowo „przepraszam” chcą zobaczyć w naszych oczach i w naszym zachowaniu. Jeśli ktoś naprawdę żałuje zła, które uczynił, to z łatwością można dostrzec, że żal ogarnia go całego, że jest wypisany na jego twarzy i wyływa z głębi serca.



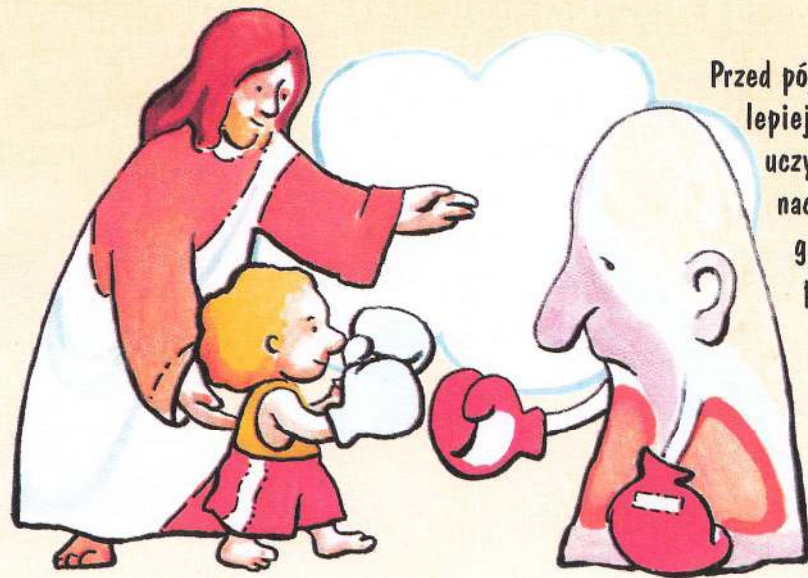
żał za
grzechy



Pamiętajcie, żal jest tym większy, im większa jest miłość, którą obdarzamy Boga i drugiego człowieka. Im bardziej kogoś kochamy, tym łatwiej przychodzi nam okazać żal i tym bardziej staramy się naprawić wyrządzoną mu krzywdę.

Trzeba starać się, aby nasza miłość do Jezusa i do bliźniego była coraz silniejsza, coraz bardziej szczera, aby można ją było rozpoznać w naszych czynach.

postanowienie poprawy



Przed pójściem do spowiedzi świętej najlepiej wybrać jeden grzech, który uczynimy przedmiotem naszej pracy nad sobą. Wysiłek w walce z tym grzechem będzie jak pieczęć, która potwierdza, że nasz żal jest szczery i że naprawdę chcemy żyć bez grzechu.

Oto kilka pytań. Pomogą one uczynić mocne postanowienie poprawy.

- Z czego najpierw musisz się poprawić?
- Dlaczego właśnie ten grzech wydaje ci się najważniejszy?
- Dlaczego popełniasz ten grzech?
- Co możesz zrobić, aby go nie popełniać?
- Czy coś ci będzie przeszkadzało w wypełnieniu twego postanowienia?
- Co musisz zrobić, aby udało się wytrwać w postanowieniu?

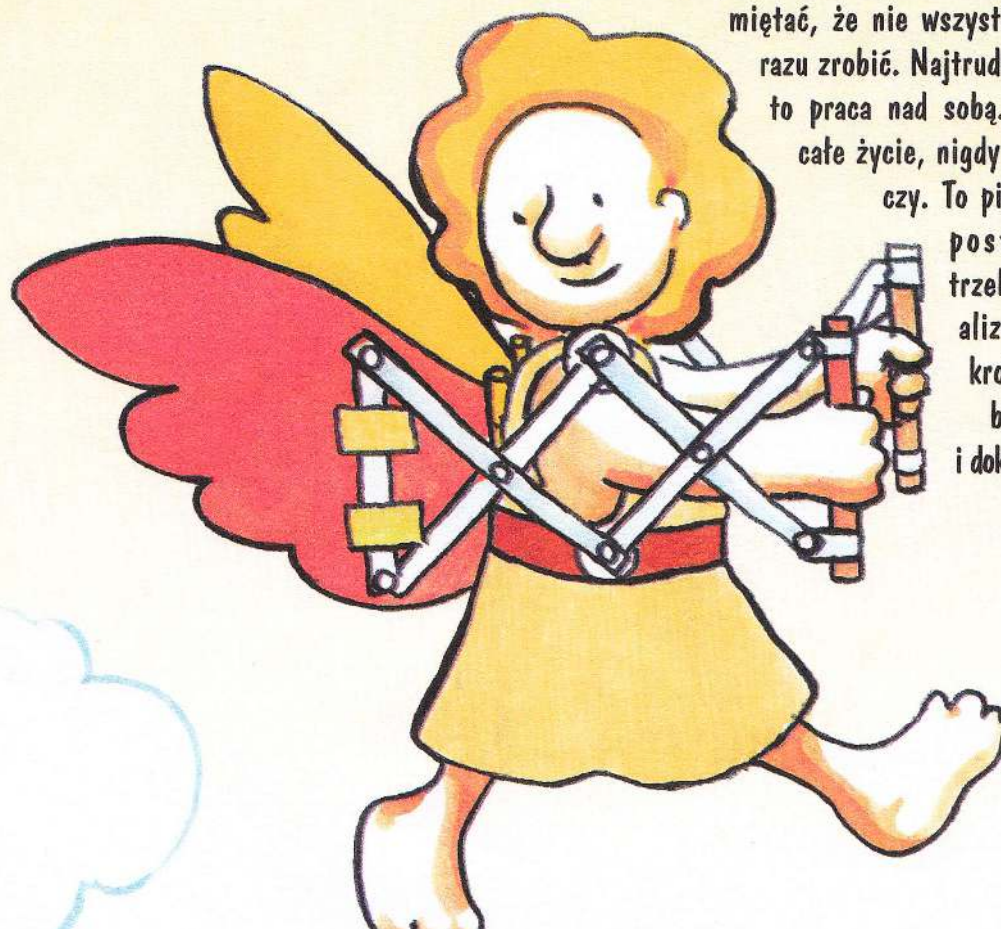
postanowienie poprawy

Postanowienie poprawy to nie tylko odrobina dobrej woli. Dobre postanowienie wymaga także trochę pomysłowości.

Czasami ktoś mówi: Chcę się poprawić ze wszystkich grzechów! – tak powinno być. To pragnienie musi towarzyszyć wszystkim, ale musimy także pamiętać, że nie wszystko da się od

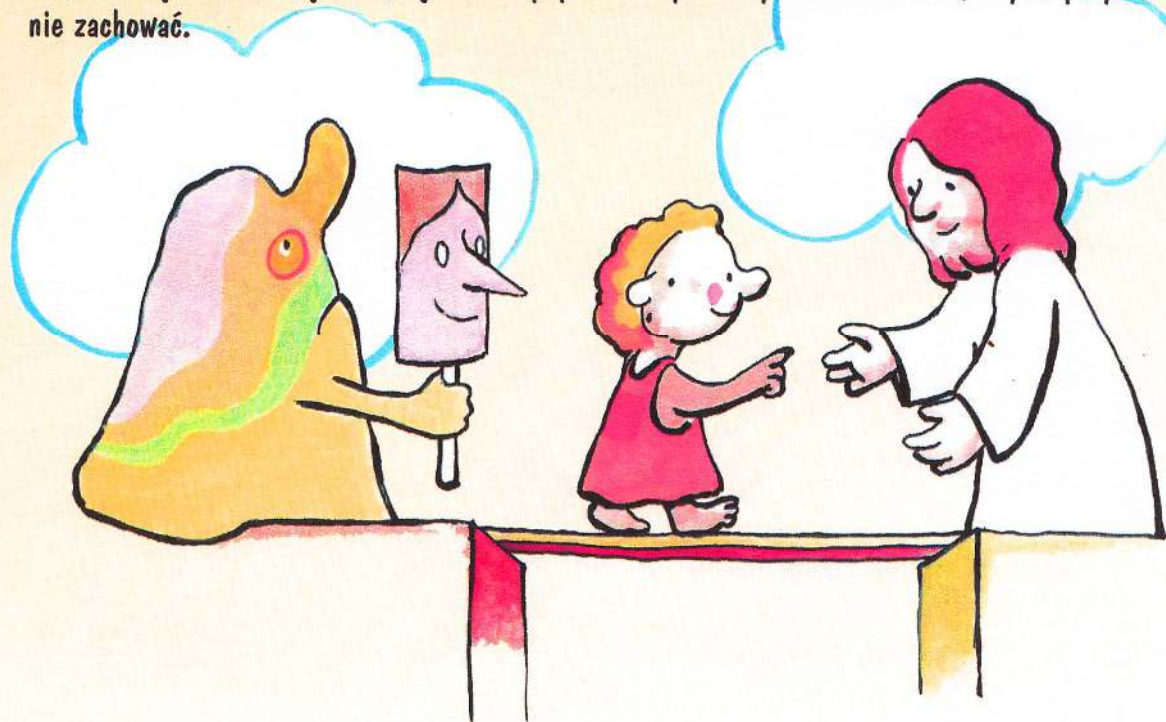
razu zrobić. Najtrudniejsza praca to praca nad sobą. Trwa przez całe życie, nigdy się nie kończy. To piękne i dobre

postanowienie trzeba więc realizować powoli, krok po kroku, bardzo dobrze i dokładnie.



postanowienie poprawy

Czy można jakoś rozpoznać, że żal za grzechy jest szczery? Kto żałuje za grzechy stara się poprawić, obiecuje sobie, że już więcej ich nie popełni i czyni wszystko co możliwe, aby to przyrzeczenie zachować.



Wysiętek, na który się zdobywamy, aby wytrwać w dobru, jest jak pieczęć przyłożona na ważnym dokumencie. Kiedy ktoś przybija pieczęć pod jakimś dokumentem, oznacza to, że nie został on sfalszowany. Pieczęć zaświadcza o jego prawdziwości. Naszą pieczęcią, którą stawiamy pod aktem żalu, jest postanowienie poprawy, czyli chęć nawrócenia.

szczerą spowiedź

Z przygotowanym rachunkiem sumienia, wzbudziwszy żal za grzechy i z mocnym postanowieniem poprawy w sercu, można ruszyć do konfesjonatu, aby wyznać grzechy i prosić o ich przebaczenie.



Wyznanie grzechów powinno być szczerze i proste. Nie wolno niczego ukrywać ani ubierać w piękne słowa. Pan Jezus pragnie, abyśmy przyznając się do winy, wyznali całą prawdę. Szczere wyznanie winy to przecież także jeden ze znaków prawdziwego żalu za popełnione zło.

szczerą spowiedź



3

Po wyznaniu grzechów kapłan udziela odpowiedniego pouczenia oraz nadaje pokutę sakramentalną (najczęściej jest to modlitwa, którą należy odmówić zaraz po spowiedzi świętej lub w domu).



2

Dziecko mówi dalej:

Obraziłem Pana Boga następującymi grzechami... Więcej grzechów nie pamiętam, za wszystkie szczerze żałuję, postanawiam poprawę i proszę o rozgrzeszenie.



1

Dziecko:

Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus. W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen. Jestem uczniem klasy... Ostatni raz spowiadałem się... Rozgrzeszenie otrzymałem. Pokutęadaną odprawiłem. Żadnego grzechu nie zapomniałem i nie zataiłem.



Kapłan udziela rozgrzeszenia wypowiadając następujące słowa: „Bóg, Ojciec Miłosierdzia, który pojednał świat ze sobą przez śmierć i zmartwychwstanie swojego Syna i zesał Ducha Świętego na odpuszczenie grzechów, niech ci udzieli przebaczenia i pokoju przez postugę Kościoła. I ja odpuszczam tobie grzechy w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego”. Penitent odpowiada: Amen.

4



Kapłan mówi:
Wystawiajmy Pana, bo jest dobry.
Dziecko odpowiada:
Bo jego miłosierdzie trwa na wieki.

5



Kapłan:
Pan odpuścił ci grzechy, idź w pokój!
Dziecko:
Bóg zapłać.

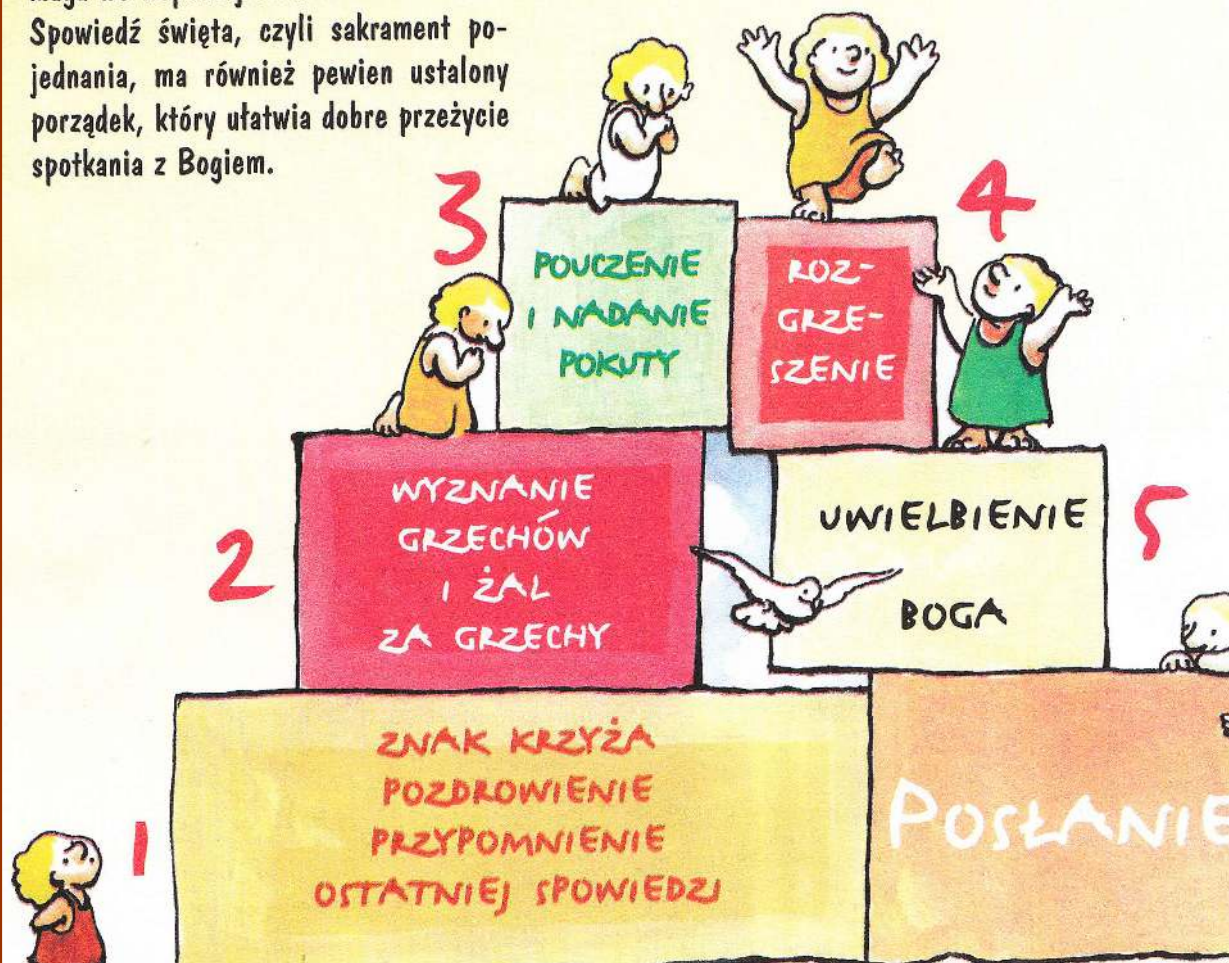
6



Wszystkie sakramenty święte, które sprawuje się w Kościele, mają ustaloną kolejność słów i gestów wykonywanych przez kapłana i wiernych. To bardzo pomaga we wspólnej modlitwie.

Spowiedź święta, czyli sakrament pojednania, ma również pewien ustalony porządek, który ułatwia dobre przeżycie spotkania z Bogiem.

szczerą
spowiedź



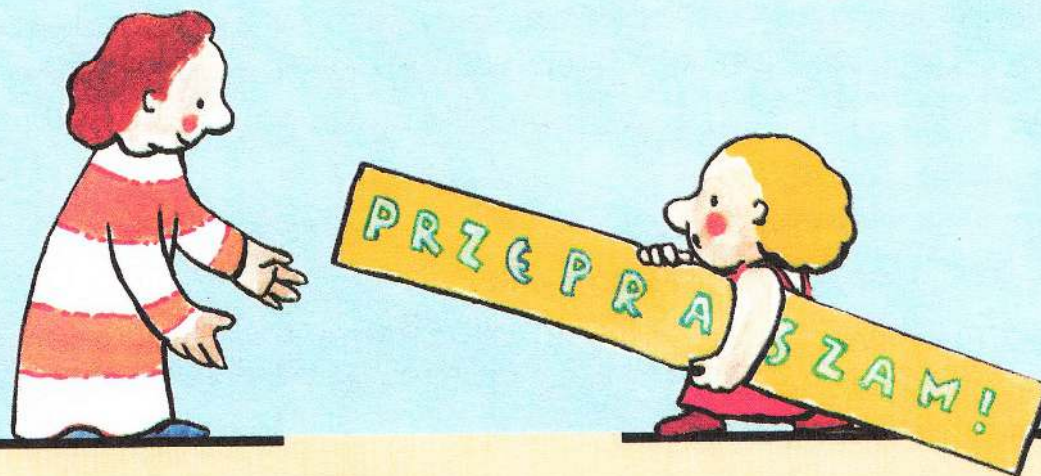


Czasami zdarza się, że po odejściu od konfesjonatu dzieci odmawiają wyłącznie pokutę zadaną przez księdza i w ten sposób kończą spowiedź. Wiele z nich zapomina, że ostatnim z warunków dobrej spowiedzi jest zadośćuczynienie Bogu i bliźniemu. Pokuta sakramentalna, czyli modlitwa, którą polecił odmówić spowiednik, może być początkiem tego zadośćuczynienia, aby jednak spowiedź była naprawdę owocna, trzeba zrobić dużo więcej.

Słowo „zadośćuczynienie”, gdy mu się dobrze przyjrzeć, mówi nam, że powinniśmy nie tylko naprawić wyrządzoną krzywdę, ale zrobić coś, czego skrzywdzona osoba wcale się z naszej strony nie spodziewa. Owo „zadość” przypomina nam, że musimy zrobić więcej niż ktoś od nas oczekuje.

zadośćuczynienie Bogu i bliźniemu

Zadośćuczynienie powinno być zawsze związane z popełnionymi grzechami. Trzeba pomyśleć, kto i jak ucierpił z powodu naszego grzechu i w odpowiedni sposób wynagrodzić wyrządzoną krzywdę. Jest to czasami bardzo trudne, ale pozostaje na długo w pamięci jako dobra nauka na przyszłość – pomaga nie wracać już więcej do starych grzechów.



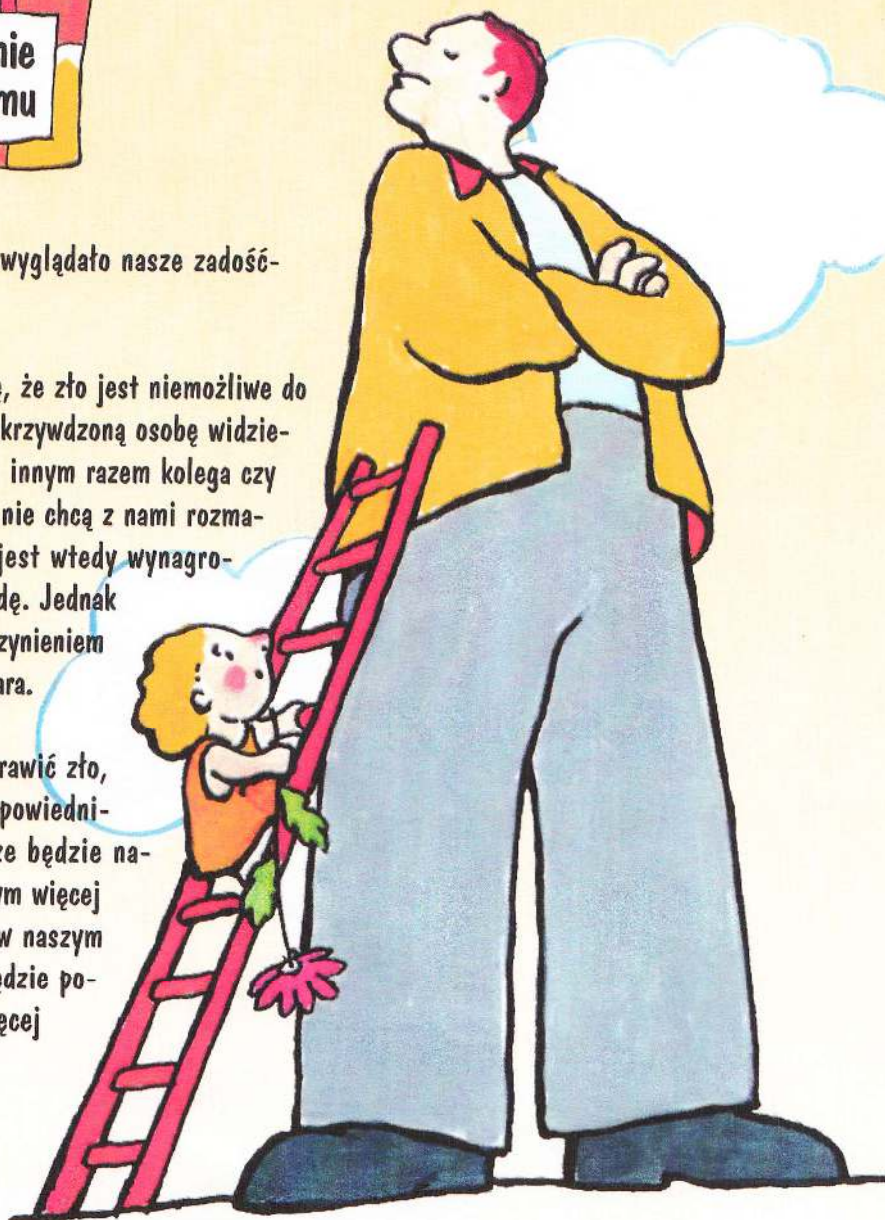
Innymi słowy: gdy doszło do kradzieży, trzeba oddać skradzioną rzecz; gdy jest to niemożliwe, trzeba złożyć odpowiednią ofiarę dla potrzebujących lub podać pomocną dłoń temu, kto jej potrzebuje; gdy zraniło się kogoś kłamstwem, trzeba powiedzieć prawdę i przeprosić; gdy nie słuchało się mamy, trzeba zapytać, w czym można jej pomóc.

zadośćuczynienie Bogu i bliźniemu

Czy zawsze tak będzie wyglądało nasze zadośćuczynienie?

Nie. Czasami zdarza się, że zło jest niemożliwe do naprawienia. Niekiedy skrzywdzoną osobę widzieliśmy tylko raz w życiu, innym razem kolega czy koleżanka są obrażeni i nie chcą z nami rozmawiać... Bardzo trudno jest wtedy wynagrodzić wyrządzoną krzywdę. Jednak zawsze naszym zadośćuczynieniem może być modlitwa i ofiara.

Gdy nie wiemy, jak naprawić zło, warto zapytać księdza spowiednika, co zrobić. Im lepsze będzie nasze zadośćuczynienie, tym więcej Bożego pokoju zagości w naszym sercu, tym silniejsze będzie postanowienie, aby już więcej nie grzeszyć.



Dobre rady

- Módl się codziennie, aby rozpoczęty dzień przeżyć bez grzechu.
- Codziennie wieczorem zrób krótki rachunek sumienia z minionego dnia.
- Spowiadaj się systematycznie, co miesiąc.
- Gdy przydarzy ci się popełnić grzech śmiertelny, nie zwlekaj z pójściem do spowiedzi, wyspowiadaj się jak najszybciej.
- Zawsze sumiennie wypełniaj warunki dobrej spowiedzi.
- Przed podejściem do konfesjonatu oraz po spowiedzi świętej zatrzymaj się na chwilę modlitwy.
- Pamiętaj zawsze o zadośćuczynieniu.
- Dziękuj Bogu za każdy dobrze przeżyty dzień.

