

PŘÍPRAVA KE SVÁTOSTI SMÍŘENÍ

NEJDŘÍVE SE POMODLÍM

**Přijď, Duchu Svatý a pomoz mi,
abych své hříchy poznal, litoval jich
a upřímně se z nich vyzpovídal. Amen.**

ZPYTOVÁNÍ SVĚDOMÍ

1. Modlil jsem se pravidelně ráno a večer?

Modlil jsem se před jídlem a po jídle?

Myslel jsem při modlitbě na to, co říkám?

Nestyděl jsem se za víru?

Nevyhýbal jsem se hodinám náboženství?

2. Nevyšloval jsem jméno Boží bez úcty?

Vykřikoval jsem svatá slova?

Choval jsem se v kostele zbožně?

3. Nevynechal jsem v neděli vlastní vinou mši svatou? Nebyl jsem při mši svaté nepozorný?

Nepřišel jsem na mši svatou vlastní vinou pozdě?

4. Poslouchal jsem rodiče? Pomáhal jsem jim?

Odmlouval jsem rodičům, učitelům?

Modlil jsem se za rodiče a příbuzné?

Plnil jsem dobře své povinnosti doma a ve škole?

5. Bil jsem někoho? Posmíval jsem se?

Hněval jsem se? Trápil jsem zvířata?

Byl jsem ochoten odpustit tomu, kdo mi ublížil?

6.(a 9). Vyslovoval jsem sprostá slova?

Kreslil jsem sprostářny?

Díval jsem se na něco neslušného (v televizi, v časopisech, na internetu)?

Sahal jsem neslušně na sebe?

7. a 10. Vrátil jsem vypůjčenou věc?

Ukradl jsem někomu něco? (co to bylo)

Neničil jsem cizí věci?

Zacházel jsem dobře se svými věcmi?

Dokázal jsem se rozdělit?

Neutrácel jsem za zbytečnosti?

8. Lhal jsem? Podváděl jsem? Nadával jsem?

Sváděl jsem na jiné, co jsem udělal sám?

Podváděl jsem (ve škole, při hře)?

Říkal jsem o druhých něco špatného?

<p>Ještě: Uklízel jsem po sobě? Vytahoval jsem se? Byl jsem lenivý? Měl jsem radost z neštěstí jiného? Přál jsem někomu něco zlého? Byl jsem vybíravý v jídle?</p>

LÍTOST

Když jsem své hříchy poznal, je třeba, abych jich také litoval.

Lítost vyjádřím třeba těmito slovy:

Pane Ježíši, ty mě máš tak rád! Ale já jsem se vždycky nechoval, jak chceš ty. Je mi to moc líto. Prosím tě, odpusť mi všechny mé hříchy a smiluj se nade mnou. Amen.

OPRAVDOVÉ PŘEDSEVZETÍ

Jestliže jsem svých hříchů upřímně litoval, dokážu si jistě také dát dobré předsevzetí. To znamená, že se chci polepšit v tom, co jsem pokazil hříchem.

Pane Ježíši, pomáhej mi, prosím, abych se dokázal polepšit. Chci ... (teď řekni Pánu Ježíši, v čem se chceš konkrétně polepšit.)

SVÁTOST SMÍŘENÍ – VYZNÁNÍ HŘÍCHŮ

Vejdu do zpovědnice a pozdravím: **Chvála Kristu.**

Pak udělám znamení kříže a řeknu: **Ve jménu Otce i Syna i Ducha Svatého.**

Amen.

Chodím do ... třídy. Naposledy jsem byl u svátosti smíření ... (před jedním měsícem; nebo: dnes jdu poprvé ke zpovědi)

Vyznávám se před Pánem Bohem, že jsem se dopustil těchto hříchů.

Potom řeknu všechny své hříchy (přečtu z lístku, který jsem si nachystal doma podle zpovědního zrcadla).

Zakončím: Toto jsou mé hříchy. Ze srdce jich lituji a s Tvou pomocí, Pane Ježíše, můžu a chci být lepší. Amen.

Pak pozorně poslouchám, co mi kněz řekne a co se mám pomodlit za pokání, nebo jaký mám udělat kající skutek. Nakonec kněz říká: „*Bůh Otec veškerého milosrdenství...*“ a dělá rukou kříž.

Udělám *znamení kříže* i já a odpovím: **Amen.**

Kněz řekne: „*Pán ti odpustil hříchy, jdi v pokoji.*“

Odpovím: **Bohu díky.**

Při odchodu řeknu: **S Pánem Bohem.**

VYKONÁNÍ ULOŽENÉHO POKÁNÍ

Ze zpovědnice jdu **pokleknout před svatostánek**, poděkuji za odpuštění Pánu Ježíši a pomodlím se, co kněz ve zpovědi uložil „za pokání“, pokud mám udělat nějaký dobrý skutek, snažím se ho splnit co nejdříve