

Svaka je ispovijed milosni susret s Bogom dobrote i ljubavi. Bog nam po riječima svećenika u ime Crkve uvijek nanovo poručuje: Ne boj se, ti si moj! Tvoje ime sam u dlan svoje ruke i u svoje srce zapisao. Nisam te zaboravio i neću te nikada zaboraviti. Ja te volim unatoč tvojim grijesima i slabostima. Ti meni pripadaš! Kroz ispovijed olakšavamo svoju dušu i oslobađamo se tereta grijeha koji nam mogu biti zapreka u svojem svakodnevnom radu. Zato nam je Bog dao svećenike koji će nam u njegovo ime opraštati grijeha da možemo mirne duše nastaviti sa svojim životima.

PRIJE NEGO KRENEM NA ISPOVIJED DOBRO JE NAPRAVITI ISPIT SAVJESTI. Ako se bojim da neću zapamtiti grijeha smijem ih napisati i na papirić.

Kako se pripremiti za ispovijed ?

ISPIT SAVJESTI

Kad sam se zadnji put ispovjedio? Je li od zadnje ispovijedi prošlo nekoliko tjedana ili mjeseci ili možda i godina dana?

1. Jesam li se svaki dan molio Bogu, ujutro i navečer? Kakva je bila moja molitva: brza i rastresena ili sam se trudio sabrano i pobožno moliti? Jesam li u molitvi znao zahvaliti dragom Bogu za roditelje, braću i sestre, obitelj, dobre darove koje mi je dragi Bog udijelio? Jesam li propustio prije odlaska u školu zazvati Božji blagoslov i pomoć?

2. Jesam li zanemarivao nedjeljna i blagdanska misna slavlja? Kako sam se ponašao za vrijeme slavlja svete mise? Jesam li nastojao pobožno i aktivno sudjelovati u slavlju svete mise molitvom i pjevanjem? Ili sam ponekad bio nemiran i nemaran tako da sam i druge ometao svojim ponašanjem? Ako sam koji put izostao s nedjeljne svete mise, koji je bio razlog: bolest, odlazak na selo, lijenost...?

3. Jesam li možda u igri, doma ili na igralištu, u ljutnji nepromišljeno izustio ime Božje, tj. opsovao dragoga Boga, Isusa ili dragu Gospu?

4. Pokazujem li svojim ponašanjem da poštujem i volim svoje roditelje? Slušam li ih ili se dogodi da budem drzak te se s njima prepirem? Nastojim li pomoći roditeljima u kućnim poslovima ili to izbjegavam? Svađam li se i tučem s braćom i sestrama?

5. Jesam li poštivao druge odrasle osobe: učitelje i nastavnike u školi, odrasle u zgradi, ulici i kvartu? Kako sam se ponašao prema mlađima od sebe; jesam li iskazivao netrpeljivost i agresiju prema njima ili sam znao biti strpljiv i ljubazan prema svima?

6. Kako sam se odnosio prema vršnjacima u školi? Jesam li htio uvijek biti u pravu pa se s njima svađati ili sam znao druge saslušati? Kako sam se ponašao kad me je netko uvrijedio i povrijedio: jesam li se htio osvetiti ili sam od srca znao oprostiti? Jesam li nekoga riječima uvrijedio; izrekao kakvu uvredu na tuđi račun, osobito prema osobama drugoga spola?

7. Jesam li slagao drugoga, možda da se opravdam ili ispadnem „cool“? Jesam li uzeo nešto što nije moje, bilo od roditelja ili od drugih? Jesam li zavidio drugima na onome što jesu ili što imaju? Jesam li možda klevetao druge, govorom ili preko fejsa? Jesu li moji postovi na fejsu dobronamjerni ili se dogodi da nekoga povrijede? Jesam li pomogao drugima kad je to bilo potrebno? Jesam li se ispričao kad sam nekoga povrijedio?

8. Jesam li redovito i marljivo obavljao svoje dužnosti i zadaće u kući i školi? Kakve su mi ocjene? Mogu li biti bolje; ako mogu, zašto nisu? Je li razlog tomu moja lijenost ili nešto drugo? Gubim li previše vremena pred televizorom, ili na igricama na mobitelu ili laptopu? Jesam li na televiziji ili na internetu gledao neprimjerene, nečedne sadržaje? Je li moje srce ostalo čisto i sveto ili sam dozvolio da se onečisti nečednim slikama i sadržajima?

9. Kakav je moj odnos prema hrani: primam li je sa zahvalnošću ili znam prigovarati te biti pretjerano izbirljiv? Je li se dogodilo da sam se prejeo, možda kolača ili nečega što volim? Jesam li uzimao i pio alkohol?

10. Kakav je moj odnos prema životinjama i okolišu? Jesam li mučio male životinje (ptice, leptire, kukce i sl.)? Ako imam kućnog ljubimca, brinem li se dovoljno za njega? Bacam li otpatke redovito u koš za smeće ili gdje god stignem? Jesam li bio dovoljno oprezan na cesti; prelazim li je s oprezom i na pješačkom prijelazu ili ondje gdje se zateknem?

KADA DOĐEM KOD SVEĆENIKA:

Hvaljen Isus Marija!

U ime Oca i Sina i Duha Svetoga. Amen. (*dok to izgovaraš činiš znak križa*)
Želim ispovjediti svoje grijeha koje sam učinio (od posljednje ispovijedi koja je bila reci kada).

Sagriješio sam: *nabrajaš grijeha i na kraju kažeš:* **Uključujem sve grijeha kojih se ne mogu sada sjetiti.**

Svećenik daje pokoru i kaže ti da se pokaješ: *Pokoru dobro slušaj i zapamti je.*

Tada moliš molitvu kajanja: **Kajem se od svega srca što sam uvrijedio Boga najveće i najmilije dobro. Mrzim na sve svoje grijeha i čvrsto odlučujem da ću se popraviti i da neću više griješiti.**

Svećenik će ispružiti ruku i reći: Svećenik moli molitvu odrješenja koju završava riječima: **I ja te odrješujem od grijeha tvojih. U ime Oca i Sina i Duha Svetoga.**

*Dok svećenik izgovara podcrtane riječi ti činiš znak križa na sebi, i odgovaraš: **Amen.***