

Sviatosť zmierenia Svätá spoveď prebieha takto:

Po dobrej príprave doma (spsytovaní svedomia) môžeš ísť na sv. spoveď. Zober so sebou modlitebnú knižku a papierik s napísanými hriechmi. Pri vstupe do spovednice pozdravíš:

Pochválený buď Ježiš Kristus.

*Potom si kľakneš, **nahlas sa prežehnáš** a povieš:*

Spovedám sa Pánu Bohu i vám, duchovný otče, že od poslednej spovede (od svojho detstva) som spáchal tieto hriechy:

Alebo: S ľútosťou vyznávam svoje hriechy od krstu.

Potom povieš, kedy si bol naposledy na spovedi a prečítaš alebo povieš všetky svoje hriechy, na ktoré sa pamätáš (pri ťažkých hriechoch aj ich počet a okolnosti).

Keď dohovoriš hriechy, na koniec povieš:

Na viac si už nepamätám.

Kňaz ti povie, ako máš bojovať proti hriechom, povzbudí ťa, dá ti skutok pokánia alebo niečo sa pomodliť (to si treba zapamätať) a vyzve ťa, aby si prejavil dokonalú ľútosť:

Bože môj, celým srdcom Ťa milujem, a preto veľmi ľutujem, že som Ťa hriechmi urazil. Chcem sa naozaj polepšiť a hriechu sa chrániť. Otče, odpusť mi pre krv Kristovu.

*Kňaz ti dá rozhrešenie pri ktorom sa na konci **prežehnáš** a povieš: **Amen.***

*Potom ti povie: **Ďakuj Pánovi, lebo je dobrý!***

*Odpovieš: **Lebo jeho milosrdenstvo trvá na veky.***

*Kňaz povie: **Pán Ježiš ti odpustil hriechy. Chod' v pokoji.***

*Podakuješ: **Bohu vďaka.***

*Odchádzaš zo spovednice s pozdravom: **S Pánom Bohom.***

*Potom, čo najskôr (najlepšie ešte v kostole) poďakuj za odpustenie hriechov (modlitba po spovedi je v modlitebnej knižke) a **vykonaj to pokánie (modlitbu, skutok)**, ktoré ti kňaz určil pri spovedi!*

SPYTOVANIE SVEDOMIA (pre najmenších)

Uvedomím si, že som v Božej prítomnosti a on ma vidí, a pomodlím sa:

Duchu Svätý, príď a pomôž mi, aby som spoznal svoje hriechy, aby som ich úprimne oľutoval a aby som sa naozaj polepšil. Posilni ma, aby som sa z nich dobre vyznal a konal pokánie.

Čo sa nepáči Pánu Bohu z toho, čo som myslel, hovoril a konal?

Zadívam sa do svojho srdca a spytujem si svedomie podľa 10. Božích prikázaní:

1. Ja som Pán, tvoj Boh! Nebudeš mať okrem mňa iných bohov, ktorým by si sa klaňal.

Modlil som sa ráno, večer a cez deň? Modlím sa pozorne a nábožne?

2. Nevezmeš Božie meno nadarmo.

Nepoužívam Božie meno, meno Ježiša a Márie zbytočne, nadarmo? Nebral som Božie meno ako nadávku? Nesmial som sa na svätých veciach?

3. Pamätaj, že máš svätiť sviatočné dni.

Bol som každú nedeľu a prikázaný sviatok na svätej omši? Bol som v kostole pozorný, nehral som sa s inými? Nevyrušoval som? Nepracoval som v nedeľu?

4. Cti svojho otca a svoju matku.

Odvrával som otcovi a matke? Neklamal som rodičov? Bol som neposlušný, hneval som ich? Pomáhal som im? Modlím sa za rodičov? Som úctivý voči starším? Dával som pozor v škole? Správal som sa slušne voči učiteľom a spolužiakom? Plnil som si svedomite školské povinnosti?

5. Nezabiješ.

Hádval som sa a bil so súrodencami? Bol som dobrý voči kamarátom?

Nenadával som im? Nebil som sa? Neubližoval som? Chránil som zdravie svoje a iných? Neničil som prírodu? Netýral som zvieratá?

6. Nezosmilniš. a 9. Nebudeš žiadostivo túžiť po manželke svojho blížneho.

Uvedomujem si, že moje telo je chrám Boží? Mám k nemu úctu? Nepozerám neslušné obrázky a filmy? Nehovoril som o neslušných veciach s kamarátmi?

7. Nepokradneš. a 10. Nebudeš túžiť po majetku svojho blížneho.

Nekradol som? Vrátil som čo nie je moje? Nepoškodil som veci iného? Bol som lakomý? Bol som neochotný a tvrdý voči ostatným doma?

8. Nebudeš krivo svedčiť proti svojmu blížnemu.

Neohováral som niekoho? Neklamal som pri hre? Hovoril som vždy pravdu? Nepodvádzal som? Neposmieval som sa?