

□ Príprava na spoveď

www.kristus.sk

Najprv si musím uvedomiť, že hriech je to, čo ma oddeľuje od svätého Boha. Na niektoré situácie mi poukazuje moje svedomie. Sú však hriechy, ktoré si možno až tak neuvedomujem a preto je dobré osviežiť si pamäť podľa tejto pomôcky.

Popros Ducha Svätého, aby ti pomohol odhaliť všetky hriechy. Boh vidí všetko a nič mu nie je skryté. Dokonalá úprimná ľútosť pri každom jednom prehrešku je nevyhnutná k platnej spovedi. Znamená to vzbudenie ľútosťi, že som tým urazil Boha a plné predsavzatie, že sa zo všetkých svojich síl pri budúcej situácii budem vyvarovať znova to spraviť.

PRVÉ PRIKÁZANIE - *Ja som Pán tvoj Boh, nebudeš mať okrem mňa iných bohov, ktorým by si sa klaňal.*

Mal som stále Boha na prvom mieste?
Nepostavil som si na prvé miesto moje záľuby, prácu, rodinu, ľudí, moje závislosti, alkohol, pornografiu, auto, majetok, peniaze atď?
Neurazil som Boha čítaním horoskopu, pozeraním alebo návštevou veštiarne, praktizovaním jogy, reiki, Silvovej metódy, veštením z ruky a pod.? Čítam denne bibliu?
Modlím sa denne svojimi slovami, v jazykoch, alebo modlitby? Mám nevyznaný a neolútovaný nejaký hriech? Neuctievam nejaký predmet, alebo bytosť nevhodným spôsobom, že mu prikladám neprimeranú dôležitosť? Nemám vo svojom dome (ja, alebo moje deti a rodina) literatúru, alebo filmy s inými božstvami (Grécka mytológia, Harry Potter, Percy Jackson atď)?
Mám v dome predmety z prostredia iných božstiev? (Egyptské pyramídy, sošky Budhu a rôzne predmety z tých oblastí) Hľadám denne Božiu vôľu? Vykonal som bez odkladu to, čo mi vnukol Duch Svätý? Bol som pyšný? Povyšoval som sa? Myslel som si o sebe viac, ako je zdravé?

DRUHÉ PRIKÁZANIE - *Nevezmeš meno Božie nadarmo.*

Povedal som Božie meno ako povzdych, alebo nadávku? Bol som myšlienkami mimo počas svätej omše? Nedodrжал som sľub? Nerúhal som sa Bohu myšlienkami, slovami, skutkami?

TRETIE PRIKÁZANIE - *Pamätaj, že máš sviätit sviatočné dni.*

Zasvätil som celú nedeľu Pánovi? Venoval som sa podrobnejšiemu čítaniu Svätého písma?
Nepracoval som ťažko v nedeľu? Nakupoval som v nedeľu? Nezúčastnil som sa na svätej omši v nedeľu alebo prikázaný sviatok bez vážnejšej príčiny? Nebol/a som vyzývavo alebo nevhodne oblečený? Sústredil som sa na priebeh sv. omše?

ŠTVRTÉ PRIKÁZANIE - *Cti otca svojho a matku svoju.*

Pre rodičov: Viedol som svoje deti k viere, pravidelnej spoločnej a osobnej modlitbe? Bol som im dobrým vzorom? Usmerňoval som svoje deti, keď sa nesprávali tak, ako by sa mali? Nedráždil som ich zbytočne? Venoval som im dostatok svojho času? Rešpektujem ja svojich nadriadených?

Pre deti: Poslúchal som svojich rodičov?
Pomáhal som pri domácich prácach? Mal som poriadok vo svojej izbe? Bol som neprimerane podráždený, tvrdohlavý, vzdorovitý, alebo výbušný? Modlil som sa za rodičov? Postaral som sa o nich v chorobe? Navštevujem ich?

PIATE PRIKÁZANIE - *Nezabiješ.*

Bola som na potrate? Donútil som niekoho k potratu? Hneval som sa na niekoho dlhšie ako deň? Zbil som niekoho? Zabil som niekoho? Mám v srdci zhubný hriech neodpustenia? Hádal som sa s niekým? Mal som samovražedné myšlienky? Týral som zvieratá? Mal som v sebe závisť, alebo žiarlivosť? Pohoršil som niekoho svojím nevhodným správaním? Starám sa o svoje telo? Fajčím? Pijem alkohol? Beriem drogy?

ŠIESTE A DEVIATE PRIKÁZANIE - *Nezosmilniš a Nebudeš žiadostivo túžiť po manželke svojho blížneho.*

Mal som pomer s niekým mimo manželstva alebo pred ním? Praktizoval som sebauspokojovanie? Pozeral som pornografické alebo erotické obrázky, alebo filmy? Navádzal som na tento hriech aj iných? Pozeral som na niekoho žiadostivo? Používala som antikoncepciu? Absolvovala som interrupciu, alebo umelé oplodnenie? Nahováral som niekoho na umelé ukončenie tehotenstva?

Na vyznaný a oľutovaný hriech si Pán viac nespomenie a pozerá na teba ako na čisté stvorenie obmyté mocou baránkovej krvi. Môžeš to urobiť svojimi slovami, napr.

Drahý Ježišu, úprimne ľutujem z celého srdca, že som ťa urazil svojimi hriechmi a vzdialil sa od Teba. Odpúšťam zo srdca každému, kto mi ublížil. Obmy ma prosím Tvojou presväťou drahou krvou a nepozeraj viac na moje poklesky. Chcem hľadať každý deň Tvoju vôľu a plán pre môj život a kráčať po tej ceste. Pomáhaj mi prosím pri tom. Ďakujem Ti Pane, že si mi odpustil a pomôž mi prosím žiť tak, aby som Tebe robil iba radosť a Ty si bol spolu s Duchom Svätým v mojom vnútri. Amen.

Treba urobiť pokánie, ktoré ti prikáže kňaz pri svätej spovedi.

Chodím na miesta, alebo priateľím sa s osobami, ktoré vedú k môjmu pádu v tejto oblasti?
Nebol/a som citlivý k manželskému partnerovi v oblasti intímneho spoluzitia, alebo som to odmietal/a? Som zapletený v hriechu homosexuality?

SIEDME A DESIATE PRIKÁZANIE - *Nepokradneš a Nebudeš túžiť po majetku svojho blížneho.*

Ukradol som niekomu niečo? Vrátil som to, alebo vynahradil? St'ahoval som z internetu pirátsku hudbu, alebo filmy? Vrátil som poctivo dlh/vec, čo som si požičal? Kupoval som bez potvrdenky? Podvádzal som na daniach? Bol som lenivý? Závidel som? Poškodil som cudziu vec? Podviedol som niekoho pri obchodovaní, alebo podnikaní? Mám ukradnutú vec? Dávam 10% zo svojho príjmu Bohu? Bol som lakomý, alebo túžil som po mamone? Kupujem si lósy s túžbou rýchlo zbohatnúť? Tipujem? Hrám na výherných automatoch?

ÔSME PRIKÁZANIE - *Nebudeš krivo svedčiť proti svojmu blížnemu.*

Klamal som? Svedčil som krivo? Používal som vulgarizmy? Zachoval som zverené tajomstvo? Hovoril som o pokleskoch a chybách druhých bez potreby o tom hovoriť? Ohováral som? Pridal som nejakú polopravdu alebo nepravdu v mojej reči? Rozširoval som klebety? Posmieval som sa niekomu? Zosmiešnil som niekoho?