

4. Jesam li svoja sjetila i čitavo tijelo čuvao u stidljivosti i čistoći, kao hram Duha Svetoga, određen za uskrsnuće i slavu, i to u znak vjerne Božje ljubavi prema ljudima, što se potpuno očituje u sakramentu ženidbe? Jesam li okaljao svoje tijelo bludnošću, bestidnošću, nedostojnim riječima i mislima, besramnim željama ili činima? Jesam li popuštao svojim požudama? Jesam li posjećivao predavanja, razgovore, predstave ili zabave protivne kršćanskoj i ljudskoj čestitosti? Jesam li svojim nedoličnim ponašanjem druge navodio na grijeh? Jesam li u bračnom životu obdržavao čudoredni zakon?

5. Jesam li iz straha ili dvoličnosti postupao protivno vlastitoj savjesti?

6. Jesam li se trudio da uvijek postupam u pravoj slobodi djece Božje, po zakonu Duha, ili sam robovao strastima?



- Rimski obrednik. Red pokore, Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2009.

- foto: Rembrandt Harmenszoon van Rijn,
Povratak izgubljenog sina



Tiskovni ured
Zagrebačke nadbiskupije

RED SVETE ISPOVIJEDI

Kad pokornik pristupi ispovijedi, u ispovjedaonici, pred svećenikom, kaže:

Hvaljen Isus i Marija.

Svećenik: Uvijek hvaljen.

Pokornik: U ime Oca i Sina i Duha Svetoga. Skrušeno ispovijedam svoje grijehe koje sam učinio(-la) od posljednje svete ispovijedi koja je bila... (kada je bila posljednja ispovijed).

Pokornik poluglasno i istinito govori grijehe po točkama ispita savjesti. Ako ne zna nešto o kršćanskoj vjeri i Bogu, može se svećenika zamoliti da objasni. Na kraju ispovijedi grijeha može reći:

To je sve čega se sjećam.

Svećenik može štogod priupitati, dati koji savjet te određuje pokoru (molitvu ili neko djelo milosrđa) kako bi pokornik pokazao Bogu da mu je doista žao zbog počinjenog grijeha i da se želi popraviti. Zatim svećenik pozove na kajanje:
Pokajte se za svoje grijehe.

Kajanje se izgovara ovim ili sličnim riječima:

Bože moj, kajem se od svega srca i žalim za sve zlo koje učinih i dobro koje propustih, jer grijehom uvrijedih tebe, Oče, najveće i najmilije dobro. Čvrsto odlučujem uz pomoć tvoje milosti: činiti pokoru, više ne grijешiti i kloniti se grešne prigode. Po zaslugama muke Spasitelja našega Isusa Krista smiluj mi se, Gospodine.

Tada svećenik pruži ruku nad pokornika i govori:

Bog, Otac milosrđa, koji je smrću i uskrsnućem svojega Sina pomirio sa sobom svijet i izlio Duha Svetoga za otpuštenje grijeha, neka ti po službi Crkve udijeli oproštenje i mir. I ja te odrješujem od grijeha tvojih u ime Oca i Sina ✠ i Duha Svetoga.

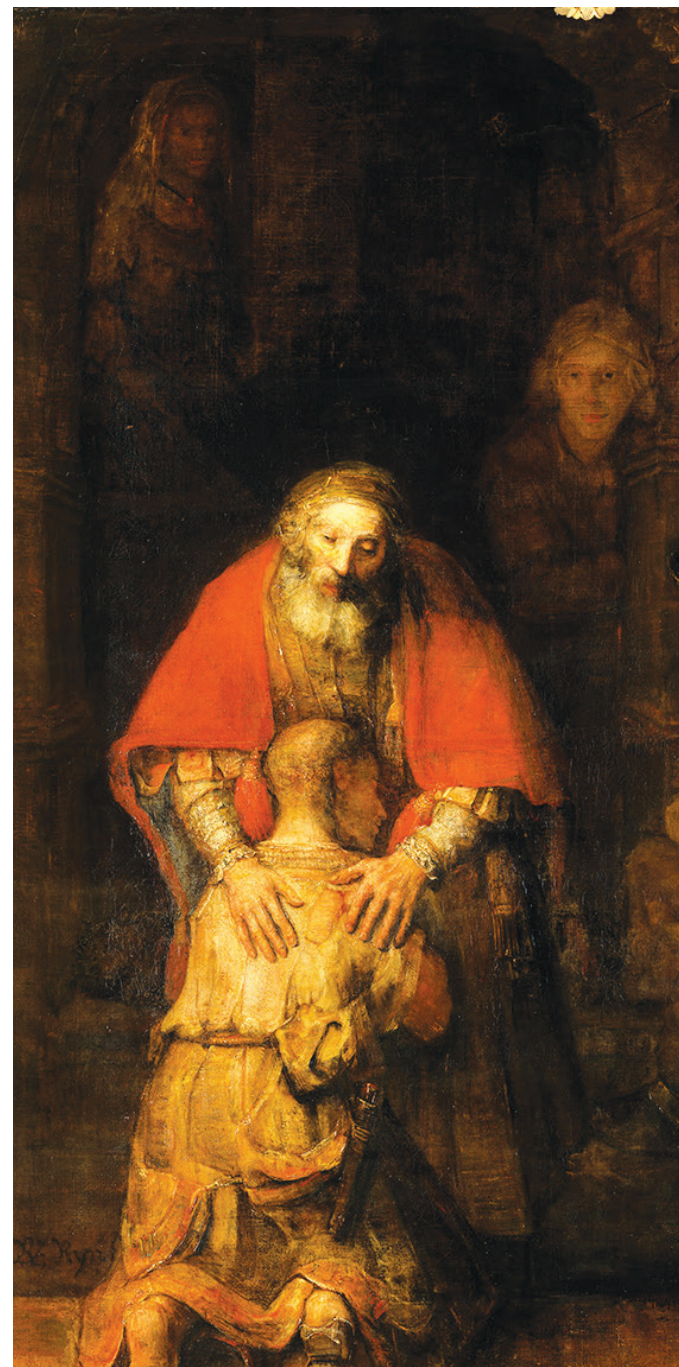
Dok svećenik izgovara riječi odrješivanja, pokornik čini na sebi znak križa i odgovara: **Amen.**

Svećenik: Hvalite Gospodina jer je dobar.

Pokornik: Jer vječna je ljubav njegova.

Svećenik: Gospodin ti je otpustio grijehe. Idi u miru.

Pokornik: Bogu hvala.



Ispit savjesti ✠ Red ispovijedi

ISPIT SAVJESTI

1. Prije sakramenta pokore, dobro je upitati se:

1. Pristupam li sakramentu pokore s iskrenom željom očišćenja, obraćenja, obnove života i dubljeg prijateljstva s Bogom ili ga gledam kao teret što sam ga vrlo rijetko spreman na se uzeti?

2. Jesam li zaboravio ili namjerno prešutio koji teški grijeh u prethodnim ispovijedima?

3. Jesam li izvršio naloženu pokoru? Jesam li popravio nanesenu nepravdu? Jesam li se trudio da ostvarim odluke o popravku života prema evanđelju?

2. Sada u svjetlu Božje riječi ispitaj svoj život.

I. Gospodin kaže: *Ljubi Gospodina Boga svoga svim srcem svojim* (Mt 22, 37).

1. Je li moje srce tako upravljeno k Bogu da ga zaista ljubim iznad svega, kao dijete oca, vjerno izvršujući njegove zapovijedi, ili se više brinem za vremenite stvari? Vodi li me u mome djelovanju prava nakana?

2. Vjerujem li čvrsto u Boga, koji nam je govorio u svome Sinu? Jesam li čvrsto prijanjao uz naučavanje Crkve? Jesam li nastojao oko vlastite kršćanske formacije: slušao riječ Božju, sudjelovao u poukama, izbjegavao ono što vjeri može naškoditi? Jesam li uvijek spremno i bez straha ispovijedao vjeru u Boga i Crkvu? Jesam li se rado priznavao kršćaninom u privatnom i javnom životu?

3. Jesam li molio ujutro i uvečer? Je li moja molitva istinski razgovor pameti i srca s Bogom ili samo izvanjski obred? Jesam li Bogu prinosio svoje napore, radosti i boli? Utječem li se Bogu u napastima?

4. Poštujem li i ljubim ime Božje ili sam Boga možda uvrijedio psovkom, krivom zakletvom ili ispraznim izgovaranjem njegova imena? Jesam li pogrđivao Blaženu Djevicu Mariju i svece?

5. Svetkujem li dan Gospodnji i blagdane Crkve - tako da djelatno, pobožno i pažljivo sudjelujem u bogoslužju, osobito u misi? Jesam li ispunio zapovijed o godišnjoj ispovijedi i vazmenoj pričesti?

6. Imam li možda kakve druge bogove, tj. nešto za što se više brinem i u što se više pouzdajem negoli u Boga: bogatstvo, praznovjerje, spiritizam i druge oblike magije?

II. Gospodin kaže: *Ljubite jedni druge kao što sam ja vas ljubio* (Iv 15, 12).

1. Ljubim li zaista svoga bližnjega ili braću zlorabim za svoje ciljeve i činim im ono što ne bih želio da drugi meni čine? Jesam li ih teško sablaznio zlim riječima i činima?

2. Razmisli jesi li u svojoj obitelji strpljivošću i pravom ljubavlju pridonio dobru i radosti drugih? Jesu li djeca roditelje slušala, poštivala i pomagala u tjelesnim i duhovnim potrebama? Jesu li se roditelji brinuli za kršćanski odgoj djece i pomagali ih dobrim primjerom i roditeljskom vlašću? Jesu li supruzi bili međusobno vjerni – u mislima i u druženju s drugima?

3. Dijelim li svoja dobra sa siromašnjima od sebe? Branim li, koliko mogu, potlačene, pomažem li bijednike i siromahe ili sam, naprotiv, prezirao svoga bližnjega, osobito siromahe, slabe, starce, tuđince?

4. Jesam li u svom životu svjestan onoga poslanja što sam ga primio na potvrdu? Jesam li sudjelovao u djelima apostola ta i djelotvornoj ljubavi Crkve, u životu svoje župe? Jesam li pritekao u pomoć u potrebama Crkve i svijeta, molio za njih, npr. za jedinstvo Crkve, za obraćenje naroda, za pravdu i mir u svijetu itd.?

5. Brinem li se za dobro i napredak društva u kojem živim ili provodim život brinući se samo za sebe? Sudjelujem li, koliko mi sile dopuštaju, u promicanju pravde, čestitosti, sloge i djelotvorne ljubavi u ljudskom društvu? Jesam li izvršio svoje građanske dužnosti, platio poreze?

6. Jesam li u svom radu pravedan, radin, pošten, služim li društvu iz ljubavi? Jesam li radnicima i poslužiteljima dao pravednu plaću? Jesam li poštovao obećanja i ugovore?

7. Jesam li slušao i poštivao zakonitu vlast?

8. Ako vršim kakvu javnu službu ili sam nosilac vlasti, služim li se njima za vlastitu korist ili na dobro drugih, u duhu služenja?

9. Jesam li govorio i čuvao istinu ili sam drugima činio zlo lažima, klevetama, ogovaranjem, krivim sudom, odavanjem tajne?

10. Jesam li naškodio tuđem životu, zdravlju, dobrom glasu, časti ili dobrima? Jesam li drugomu savjetovao da učini pobačaj ili mu u tome pomagao? Jesam li koga mrzio? Odvaja li me od koga svađa, neprijateljstvo, pogrde, srdžba? Jesam li iz sebičnosti i svojom krivnjom uskratio svjedočanstvo o nedužnosti bližnjega?

11. Jesam li krao tuđe stvari, nepravedno ih ili neuredno želio ili ih oštetio? Jesam li tuđu stvar vratio i štetu nadoknadio?

12. Ako sam ja sam pretrpio nepravdu, jesam li radi Krista bio spreman na pomirenje i opraštanje ili još nosim mržnju i želju za osvetom?

III. Krist Gospodin kaže: *Budite savršeni kao što je savršen Otac* (Mt 5, 48).

1. Kamo u biti smjera moj život? Pokreće li me nada vječnog života? Jesam li se brinuo za vlastiti duhovni napredak: molitvom, čitanjem i razmišljanjem riječi Božje, primanjem sakramenata, mrtvljenjem? Jesam li se odlučno borio protiv pogriješaka, jesam li krotio zle sklonosti i strasti: zavist, neumjerenost u jelu i piću? Jesam li se dao ponijeti ohološću i bahatošću te pred Bogom uzvisivao sebe, a druge ponizivao i držao se vrijednijim od njih? Jesam li drugima nametao svoju samovolju, ne vodeći računa o njihovoj slobodi i pravima?

2. Kako sam upotrebljavao vrijeme, snage i darove što sam ih od Boga primio kao "evanđeoske talente"? Služim li se svim time za vlastito usavršavanje iz dana u dan? Jesam li ljenčario i besposličio?

3. Jesam li strpljivo podnosio boli i protivštine života? Koliko sam mrtvio svoje tijelo da nadopunim "ono što nedostaje Kristovim patnjama"? Jesam li obdržavao zakon posta i nemrsa?