

# ISPIT SAVJESTI I SAKRAMENT POMIRENJA

## USTANOVLENJE ISPOVIJEDI

Uvečer onog istog dana kada je Isus uskrsnuo, stao je među apostole i rekao im: „Mir vama.“ Pokazao im je svoje ruke, noge i probodeni bok, a nakon večere dahnuo je u njih i rekao im: „**Primate Duha Svetoga! Kojima otpustite grijehе, otpuštaju im se; kojima zadržite, zadržani su im.**“ (Iv 20,22)



Sveta ispovijed je sakrament Božje ljubavi i milosti u kojoj nam BOG preko SVEĆENIKA rado oprašta grijehе koje iskreno priznajemo i za koje se kajemo. Nakon svete ispovijedi naš grijeh je zauvijek uništen snagom Božje ljubavi, a mi grešnici smo oslobođeni (očišćeni) od grijehа koji nam je zauvijek oprošten.

Bog nikada ne osuđuje grešnika niti nas odbacuje zbog naših grijehа. Bog ljubi grešnika (čovjeka), a mrzi grijeh (krađu, laž, psovku,...). On nama ostaje prijatelj i onda kada smo grešni.

Isus nas poziva da se redovito ispovijedamo kako bi u našem srcu mogla rasti Božja milost i ljubav.

Za dobru ispovijed trebamo se dobro pripremiti. Trebamo provjeriti gdje smo sve povrijedili Boga i bližnjega. Zato prije ispovijedi činimo ispit savjesti.



## ISPIT SAVJESTI

### ODNOS PREMA BOGU

- ? Jesam li se odnosio/la prema Bogu s poštovanjem?
- ? Jesam li učio/la o svojoj vjeri kad mi se pružila prilika?
- ? Jesam li redovito molio/la molitve: jutarnju, večernju, prije i poslije jela?
- ? Jesam li kada vrijeđao/la Boga psovkom, izrugivao Božje ime ili ime svetaca? Izgovaram li Božje ime kao poštapalicu? Jesam li se zaklinjao Božjim imenom?
- ? Jesam li redovito išao/la na svetu misu u nedjelju i zapovijedane blagdane? Jesam li se na misi lijepo ponašao i molio?

### ODNOS PREMA BLIŽNJEMU

- ? Jesam li se dobro ponašao u svojoj obitelji? Prema svojim roditeljima, ukućanima, braći, sestrama? Pomažem li u kućanskim poslovima?
- ? Poštujem li starije osobe? Jesam li poslušan svojim učiteljima?
- ? Jesam li neke svoje prijatelje namjerno izbjegavao, vrijeđao, rugao im se, ljutio ih, ponašao se prema njima kao da su manje vrijedni od mene?
- ? Jesam li pomogao onima kojima je pomoć potrebna?
- ? Jesam li se brinuo za čistoću okoliša, pazio da ne bacam smeće?
- ? Jesam li pazio na čistoću i urednost svoga tijela, higijenu ruku, zuba?
- ? Jesam li druge vrijeđao zbog njihova izgleda? Govorio loše o drugima? Ogovarao?
- ? Jesam li vodio razgovore o tijelu odraslih koji bude nelagodu i sram?
- ? Jesam li vraćao posuđene stvari? Knjige? Jesam li čuvao svoju i tuđu (društvenu) imovinu? Jesam li što ukradio?
- ? Jesam li bio marljiv u učenju i radu? Jesam li lijen i pohlepan, škrt i sebičan prema svojim u obitelji i u školi?
- ? Jesam li namjerno varao druge? Drugima pripisao svoju krivicu? Nešto slagao?
- ? Jesam li se radovao uspjehu drugih? Jesam li zavidan?

## SAKRAMENT POMIRENJA

Nakon što smo učinili ispit savjesti možemo poći na ispovijed. Evo kako se ispovjediti.

**Tamna slova izgovaraš ti**, ostalo svećenik.

### RED SAKRAMENTA POMIRENJA

**Hvaljen Isus Marija!** - Uvijek hvaljen!

**U ime Oca i Sina i Duha Svetoga. Amen.**

*Dok to izgovaraš činiš znak križa.*

**Želim ispovjediti svoje grijeha koje sam učinio od rane mladosti.**

*Za svaku sljedeću ispovijed reci „koje sam učinio od posljednje ispovijedi“ i koliko je vremena proteklo od posljednje ispovijedi.*

**Sagriješio sam:** Govoriš grijeha redom po točkama ispita savjesti. Grijeha govori poluglasno i pokušaj se iskreno sjetiti što više grijeha. Ako za neki grijeh nisi siguran, možeš svećenika uvijek zamoliti da ti objasni.

*Kad misliš da si sve rekao kaži:*

**To je sve čega se sjećam.**

*Svećenik će ti tada dati pokoru, to jest dobro djelo ili molitvu koje ćeš učiniti (moliti) kako bi pokazao Bogu da ti je doista žao i da se želiš popraviti. Zapamti pokoru!*

*Poslije toga svećenik će ti reći: Sad se pokaj.*

*Tada moliš molitvu kajanja:*

**KAJEM SE OD SVEGA SRCA ŠTO SAM UVRIJEDIO BOGA, NAJVEĆE I NAJMILIJE DOBRO. MRZIM SVE SVOJE GRIJEHE I ČVRSTO ODLUČUJEM DA ĆU SE POPRAVITI I DA NEĆU VIŠE GRIJEŠITI.**

*Svećenik će ispružiti ruku i moliti:*

*Bog milosrdni Otac pomirio je sa sobom svijet, smrću i uskrsnućem svoga Sina i izlio Duha Svetoga na otpuštenje grijeha. Neka ti po služenju Crkve on udijeli oprostjenje i mir. I ja te održujem 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.***

*Svećenik: Hvalite Gospodina jer je dobar.*

*Odgovaraš: **Jer je vječna ljubav njegova.***

*Svećenik: Bog ti otpustio grijeha tvoje. Idi u miru. **Odgovaraš: Bogu hvala.***



▶ Nakon što se ispovjediš izvrši svoju pokoru i čuvaj se grijeha. Kada opet osjetiš da si sagriješio teški grijeh ili kada prođe neko vrijeme (1-2 mjeseca) pođi ponovo na ispovijed.

## ISPIT SAVJESTI I SAKRAMENT POMIRENJA

**1. Pronađi ponuđene riječi u osmosmjerci! Precrtaj riječi koje pronadeš, a od preostalih slova dobit ćeš dvije riječi koje označavaju temeljni zakon Staroga zavjeta.**

DUŠA | BOG | ISPOVIJED | SAKRAMENAT  
DOBRA DJELA | ISUS KRIST | MOLITVA  
ISPOVJEDNIK | POKORA | ODRIJEŠENJE  
OPRAŠTANJE | POMIRENJE | PRIZNANJE  
RUKA | GRIJEH | SVEĆENIK | ČISTOĆA

S	I	S	U	S	K	R	I	S	T	G	E
Č	I	S	T	O	Ć	A	U	V	E	O	J
H	E	J	I	R	G	T	A	K	I	B	N
P	O	K	O	R	A	Š	U	D	A	P	E
D	O	B	R	A	D	J	E	L	A	O	Š
E	J	N	A	N	Z	I	R	P	S	M	E
K	I	N	D	E	J	V	O	P	S	I	J
S	V	E	Ć	E	N	I	K	P	O	R	I
A	V	T	I	L	O	M	V	I	J	E	R
O	P	R	A	Š	T	A	N	J	E	N	D
T	A	N	E	M	A	R	K	A	S	J	O
D	E	J	I	V	O	P	S	I	E	E	D

**Rješenje:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**2. Uz pomoć roditelja ispiši deset Božjih zapovijedi na Mojsijeve ploče Saveza i oboji ih.**

