

RED POMIRENJA : za odrasle

Ispovidite se
Gospodinu
jer je dobar.
Jer je preveliko
milosrđe Njegovo.



Duše Sveti,
svojom svjetlom obasjaj
moje srce te mi pomози
da iskreno i s kajanjem
pristupim ovoj
svetoj ispovijedi.

odrasle
za
:
SAVJETI
ISPIT

1 Kad pokornik pristupi da
ispovijedi svoje grijehе, svećenik ga
dočeka i pozdravi. Na to pokornik
učini znak križa i reče:

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

Zamoli svećenika za blagoslov
ovim riječima:

**Blagoslovite me, Oče,
da pravo i skrušeno ispovjedim
sve svoje grijehе od posljednje
ispovijedi koja je bila prije ...**

(i reče kad se zadnji put ispovjedio)

2 Svećenik pozove pokornika
da pobudi pouzdanje u Boga.
Svećenik pročita ili izreče koji
odlomak Svetoga pisma kojim se
navješćuje Božje milosrđe i čovjek
poziva na obraćenje.

“Blago milosrdnima: oni će
zadobiti milosrđe! Blago čistima,
srcem: oni će Boga gledati”
(Mt 5, 7 – 8)

“Kažem vam, tako će na nebu
biti veća radost zbog jednog
obraćena grešnika negoli zbog
devedeset i devet pravednika,
kojima ne treba obraćenja”
(Lk 15, 6 – 7)



3 Zatim pokornik ispovijedi svoje
grijehе. Ako je potrebno, svećenik
pomogne pokorniku da se ispovjedi
cjelovito, dade mu prikladne savjete
i potakne ga da se skrušeno pokaje
za počinjene grijehе i propuste.

4 Ispovjednik predloži djelo
pokore, koje će pokornik prihvatiti
kao zadovoljštinu za grijeh i pomoć
za poboljšanje života.

Na to svećenik pozove pokornika
da očituje svoju skrušenost i kajanje.



5 Pokornik će to učiniti ovim
ili sličnim riječima:

**Bože moj, kajem se
od svega srca jer
griehom uvrijedih
tebe, Oče, najveće
i najmilije dobro.
Žao mi je za sve zlo
što ga učinih i dobro
koje propustih.
Čvrsto odlučujem
s tvojom milošću:
činiti pokoru,
ispraviti nepravdu
i sablazan, kloniti se
grešne prigode
i više ne grijешiti.
Po zaslugama muke
Spasitelja našega
Isusa Krista
smiluj mi se,
Gospodine.**

6 Tada svećenik pruži ruke
nad pokornikovu glavu i reče:

**Bog, milosrdni Otac, pomirio
je sa sobom svijet smrću i
uskrснуćem svojega Sina,
i izlio je Duha Svetoga za
otpuštenje grijehа.
Neka ti po službi Crkve
udijeli oproštenje i mir.
I ja te odrješujem od grijehа
tvojih u ime Oca i Sina
i Duha Svetoga.**

7 Pokornik se prekriži i odgovori:

Amen.

Poslije odrješjenja svećenik proslijedi:

Hvalite Gospodina jer je dobar.

Pokornik zaključi:

Vječna je ljubav njegova.

Zatim svećenik otpusti
pokornika riječima:

**Gospodin ti je
otпустио grijehе.
Idi u miru.**

MOLITVE POKORNIKA

: Spomeni se, Gospodine,
svoje nježnosti
i ljubavi svoje do vijeka.
Ne spominji se grijehа
ni prijestupa mojih,
spomeni me se po svojoj ljubavi –
radi dobrote svoje, Gospodine!
(Ps 25 [24], 6-7)

: Gospodine Isuse,
ti si slijepima oči otvorio,
bolesne si iscijelio,
grešnici oprostio
a Petra si nakon njegova pada
u svojoj ljubavi učvrstio.
Primi moju molbu:
oprosti mi sve grijehе,
obnovi u meni svoju ljubav,
daj da besprijeckorno živim u
bratskom zajedništvu
te uzmognem ljudima naviještati
tvoje spasenje.

: Gospodine Isuse,
htio si da te zovu
prijateljem grešnika.
Otajstvom svoje
smrti i uskrснуća
oslobodi me od grijehа.
Nek tvoj mir u meni raste
da donosim plodove ljubavi,
pravednosti i istine.

odnos prema

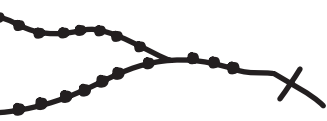
•

BOGU

• Vjerujem li zaista u Boga, tj. je li Gospodin Bog u središtu moga života ili je nešto drugo posve osvojilo moje srce? Kako živim vlastiti odnos s Bogom; očituje li se u svakodnevnoj molitvi ili se dogodi da prođe dan a da uopće ne pomislim na Boga niti mu se obratim? Ako se redovito molim, kakva je moja molitva; je li brza, površna, mehanička ili se trudim u molitvi doista razgovarati s Bogom? Jesam li znao Bogu zahvaliti za brojna primljena dobročinstva? Jesam li ljut na Boga, jer mi u životu ne ide kako bih ja htio? Shvaćam li kako je vrhovni zakon moga života vršenje volje Božje, a ne vlastite? Trudim li se podložiti volji Božjoj kroz svjesno opsluživanje Deset Božjih zapovijedi?

• Jesam li zatajio svoju vjeru iz obzira, stida i straha? Izrugujem li se drugima zbog vjere? Pripadam li kakvom društvu ili stranci koja niječe Boga ili relativizira moral? Jesam li kad počinio svetogrđe, primajući Pričest ili druge sakramente u teškom grijehu?

• Jesam li se trudio dublje upoznati vlastitu vjeru ili je moje znanje ostalo na razini koju sam stekao godinama prije, za vrijeme pripreme za sakrament potvrde? Čitam li svakodnevno Sveto pismo, vjerski tisak; pratim li što se događa u životu opće Crkve; znam li doista što Crkva uči o raznim društveno-moralnim pitanjima i problemima?



- Jesam li psovao, tj. uzaludno i bespotrebno izgovarao Ime Božje, Majke Božje ili imena svetaca? Poštujem li svetost Božjeg Imena?
- Jesam li bio redovit na Svetoj misi nedjeljom i zapovjednim blagdanima; jesam li poštivao nedjelju kao Dan Gospodnji, izbjegavajući raditi teške poslove, tj. ono što mogu uraditi drugih dana? Pripravljam li se redovito na slavlje Svete mise na način da ranije dođem u crkvu te u duhu molitve i sabranosti pripremam svoje srce za susret s Gospodinom? Jesam li izvršio crkvenu zapovijed da se barem jednom godišnje ispovjedim te o Uskrsu pričestim? Jesam li obrđžavao crkvene propise o postu (na Čistu srijedu i Veliki petak) i nemrsu (svaki petak)?

•

SEBI

• Mogu li za sebe reći da sam čestit i pošten; ima li u mom životu nešto čega se sramim; ima li kakva slabost ili nesavršenost za koju bih volio da je nema (ovisnost o alkoholu, drogi, kocki, internetu, pornografiji, novcu)?

• Držim li pretjerano do sebe, do onoga što drugi misle o meni; držim li pretjerano do svoga izgleda pa previše novca trošim na skupu garderobu, parfeme i sl.; volim li se neumjereno i neumjesno hvaliti svojim uspjesima; jesam li sklon izmišljanju i laganju da sačuvam pozitivnu sliku o sebi; dajem li lažna obećanja?

• Kako upravljam novcem koji zaradim ili steknem? Vodim li računa o budućnosti svoje obitelji i djece ili novac trošim na nepotrebne, suvišne i skupe stvari? Odvajam li dio novca za siromahe i opće potrebe zajednice u kojoj živim? Jesam li možda škrt ili rasipan?

• Kako koristim slobodno vrijeme; provodim li dovoljno vremena sa svojom obitelji ili se dogodi da sate i sate provodim u gostionicama, kafićima i kladionicama?

• Jesam li sklon kritiziranju svega i svakoga; osuđujem li lako i brzo druge, čak i onda kad malo ili ništa ne znam o njima?

••

BLIŽNJIMA

•• Kakav sam prema članovima svoje obitelji? Poštujem li i doista volim svoju suprugu (svoga supruga) i svoju djecu?

•• Je li moj brak crkveno sklopljen? Trudim li se da moj brak bude znak Kristove ljubavi prema Crkvi?

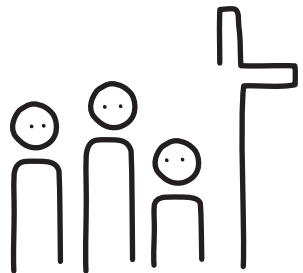
•• Jesam li u braku bio sebičan, iskazivao nepoštovanje, ponašao se zlobno i osvetnički? Jesam li u braku bio vjeran?

•• Jesam li u spolnim činima sa suprugom otvoren sudjelovanju u Božjoj stvarateljskoj moći?

•• Razmišljajući o broju djece, imam li pred očima samo svoju udobnost ili sam se spreman žrtvovati za dobro svojega naroda i Crkve?

•• Živim li u vanbračnom odnosu i time teško griješim? Jesam li počinio preljub, rastavu, mnogoženstvo, rodoskrvnuće, živio u “slobodnoj vezi”?

•• Ljubim li svoju djecu? Jesam li pravedan u odnosu prema njima ili im puštam sve na volju? Jesam li prestrog pa izazivam ogorčenost u njima ili možda previše popustljiv, čineći ih razmaženima i time ih kvarim?



•• Brinem li se za vjerski život svoje obitelji? Je li moja obitelj gostoljubiva, pomaže drugima, daje dobar primjer?

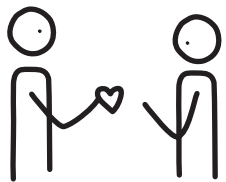
•• Je li moj odnos prema rodbini, prijateljima, susjedima i znancima pun poštivanja, čak i onda kad se s njima ne slažem u puno stvari?

•• Je li moj razgovor s drugima tolerantan i konstruktivan ili uvijek želim “biti u pravu”?

•• Jesam li nekoga povrijedio djelom ili riječima; neumjesno i neprimjereno se šalio na tuđi račun; jesam li bio strpljiv i dobrohotan prema osobama koje svakodnevno susrećem; jesam li pomogao u situacijama u kojima sam mogao pomoći (savjetom, molitvom, materijalno)?

•• Opraštam li spremno i lako ili se dogodi da na uvredu uzvratim uvredom, a na pretrpljeno zlo uzvratim zlom? Jesam li zbog nemara izgubio istinske prijatelje ili sam možda zbog tzv. “prijatelja” zanemario vlastitu obitelj?

•• Imam li srca za druge, za njihove nevolje i probleme; jesam li priskočio u pomoć kad je bilo potrebno ili sam okrenuo glavu?



•• Obavljam li svoj posao časno i pošteno; jesam li uzeo nešto što mi ne pripada; jesam li svojim poslovanjem oštetio druge (radnike, partnere, klijente, poduzeće, državu)?

•• Jesam li zavidio drugima na onome što su postigli, što imaju i što jesu; jesam li poželio tuđe svari; jesam li poželio tuđeg ženidbenog druga ili čak pokušao uništiti nečiji brak?

Sakramentu pomirenja i pokore želim pristupiti s iskrenom nakanom da očistim svoju dušu, da se oslobodim tereta grijeha te iznova obnovim odnos prijateljstva s Bogom. Iskreno se kajem za sve svoje grijeha koji mi upropašćuju život, i osobni i obiteljski.

Odričem li se iskreno svakoga grijeha te odlučujem da, uz Božju pomoć, više neću griješiti?