

SPOVEDNÉ ZRKADLO

1. prikázanie: Život podľa viery v Boha

Učil som sa pravidelne náboženstvo?

Snažil som sa zapamätať si niečo z kázní?

Nehanbil som sa za vieru?

Modlil som sa ráno a večer?

Modlil som sa azda nerád a nedbalo?

2. prikázanie: Úcta k Bohu

Nevyslovoval som Božie meno nadarmo?

Nehovoril som posmešne alebo neúctivo o Bohu a svätých veľkán?

3. prikázanie: Láska k Pánu Ježišovi

a k jeho Cirkvi

Nevynešal som dobrovoľne svätú omšu v nedeľu a v prikázaný sviatok?

Prišiel som načas na sv. omšu?

Bol som počas svätej omše sústredený alebo nepozorný?

4. prikázanie: Rodičia

Poslúšal som rodičov?

Pomáhal som im?

Modlil som sa za rodičov?

Bol som pozorný a úctivý voči starým ľuďom?

Bol som znášanlivý a spravodlivý voči súrodencom?

5. prikázanie: Láska k sebe a k blížnemu

Neškodil som si na zdraví?

Nebol som maškrtný?

Nebol som sebežký, zlostný, závistlivý?

Nebol som pyšný?

Nenadával som iným?

Nebil som iných?

Nehneval som sa na niekoho?

Odpustil som blížnemu?

Nenavádzal som niekoho na zlé?

Netrápil som zvieratá?

Dbal som na premávkové

a bezpečnostné predpisy?

6. a 9. prikázanie: Čistota

Nepočúval som nečisté reči?

Pozeral som sa na nečisté obrázky?

Sledoval som v televízii programy nevhodné pre deti?

7. a 10. prikázanie: Spravodlivosť

Zaobšhádzal som šetrne so svojimi veľami?

Nepoškodil som ľudí alebo verejný majetok?

Nekradol som?

Vrátil som, alebo nahradil som ukradnutú veľ?

Nebol som lakomý?

Neutráľal som peniaze

na zbytočnosti?

Nebol som lenivý?

Učil som sa svedomite?

8. prikázanie: Pravdivosť a čestnosť

Neklamal som?

Nevymýšľal som si hyby na iných?

Nepretvaroval som sa?

Nevyzradil som zverené tajomstvo?

Dodržal som, čo som sľúbil?

2. Pomodlím sa modlitbu ľútosti:

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.

3. Dám si predsavzatie. Zaumienim si, že sa v niečom polepším.

4. Idem do kostola prijať sviatosť zmierenia.

5. Po spovedi vykonám určený skutok pokánia a dodržaním predsavzatia sa snažím o vlastnú nápravu.

SVIATOSŤ ZMIERENIA OBRAD ZMIERENIA



**V mene Otca i Syna
i Ducha Svätého. Amen.**

**Spovedám sa Pánu Bohu i vám
duchovný otec, že som od posled-
nej spovede spáchal(a)
tieto hriechy:**

*Poviem, kedy bola posledná spoveď
a aké mám hriechy.*

Kňaz mi určí úkon pokánia.

Potom oľutujem svoje hriechy:

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 udelí rozhršenie a dodá:
Ďakujte Pánovi lebo je dobrý.*

*Odpoveď: **Lebo jeho milosrden-
stvo trvá naveky.***

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

SVIATOSŤ ZMIERENIA PRÍPRAVA



0. Pomodlím sa modlitbu k Duchu Svätému:

Príď, Duchu Svätý, a pomôž mi, aby som spoznal(a) svoje hriechy, úprimne ich oľutoval(a), vyznal(a) a naozaj sa polepšil(a).

1. Spytujem si svedomie, vo svojom srdci premýšľam nad svojimi hriechmi. Pomôže mi v tom spovedné zrkadlo.
Hriechy si zapíšem na papier.