

## KAKO ĆEŠ SE ISPOVIJEDITI

U ispovjedaonici pozdravi i reci:

**Hvaljen Isus i Marija!**

**Skrušeno ispovijedam svoje grijehе koje sam počinio od svoje zadnje ispovijedi. Posljednji sam se put ispovjedio ...** (otprilike reci kada je to bilo).

Tada reci svoje grijehе...

Nakon što ti svećenik naloži pokoru za grijehе, izmoli u ispovjedaonici kajanje:

**Kajem se od svega srca što uvrijedih Boga najveće i najmilije dobro. Mrzim sve svoje grijehе i čvrsto odlučujem da ću se popraviti i da neću više grijешiti.**

Nakon što dobiješ odrješenje grijehа iziđi iz ispovjedaonice i moleći pokoru u radosti slavi Boga kojega si susreo u sakramentu pomirenja.



*Po sakramentu pomirenja želimo se obnoviti u krsnoj milosti i susresti s Bogom milosrđa.*

## MOJA ISPOVIJED



## MOLITVA NAKON SLAVLJA SAKRAMENTA POMIRENJA

Gospodine, ne budi protiv nas s našim grijesima, već budi s nama protiv naših grijehа.

I kad pomislimo na tebe, neka nas našа misao ne podsjeti na grijehе, već na Tvoje oprostenje.

Ne na to kako smo grijehom propali, već na to kako smo po tebi otkupljeni.

Po Kristu Gospodinu našem. Amen!

## ISPIT SAVJESTI

### MOLITVA PRIJE ISPITA SAVJESTI

Gospodine Isuse Kriste, pošalji svoga Duha koji će me obasjati svojom svjetlošću da upoznam sebe i da uvidim da li sam svojim životom bio tvoj vjeran učenik. Daj da budem iskren sam sebi i da ne prikrivam svoje slabosti, nedostatke i grijehе. Bila mi na pomoć tvoja milost. Koji živiš i kraljuješ u vijeke vjekova. Amen!

Izdaje: Župa Sv. Ivana Nepomuka, Stupnik - Lučko

Pripremio: vlč. Dubravko Škrilin Hren, župnik

Korizma, 2019.

## MOJ ODNOS PREMA BOGU

### Ljubim li istinski Boga?

- Molim li se redovito i s ljubavlju ili samo tražim da mi Bog ispuni neke želje, možda i sebične?
- Trudim li se dovoljno oko vjerske izobrazbe: čitanjem vjerskih knjiga, tiska, slušanjem i razgovorima o vjeri?
- Nisam li vrijeđao Boga psovkom, pogrđivao Majku Božju ili svece? Ne kažem li jednostavno: To mi je navika?
- Jesam li u nedjelje i na blagdane išao redovito na svetu misu?
- Da li mi je svaka nedjelja bila pravi dan Gospodnji ili samo prilika za izlet i ljenčarenje?
- Jesam li se za Uskrs ispovjedio i pričestio?
- Sudjelujem li u životu Crkve, u svojoj župi molitvom, djelatnošću, brigom i doprinosom za siromašne.

## ODNOS PREMA SAMOME SEBI

### Jesam li odgovoran prema sebi?

- Borim li se protiv svojih pogriješaka, krotim li svoje zle sklonosti: zavist, oholost...?
- Nisam li možda rob neke strasti? Jesam li pazio na dostojanstvo svoga tijela? Jesam li bio umjeren u jelu i pilu?
- Nisam li ugrožavao svoje zdravlje ili čak život: drogom, alkoholom, nepažnjom u prometu?
- Jesam li izbjegavao bližu grešnu prigodu: nemoralne filmove, štivo, zlo društvo?
- Nisam li svojim nedoličnim ponašanjem drugoga naveo na grijeh?
- Kako sam koristio svoje vrijeme? Jesam li ljenčario?
- Jesam li strpljiv u bolesti i neprilikama života?
- Nisam li iz straha postupao protivno vlastitoj savjesti?
- Jesam li se trudio oko očuvanja prirode i svega stvorenoga?
- Trudim li se oko očuvanja prirode i svega stvorenoga? Nisam li bacanjem otpada ugrožavao nečije zdravlje ili čovjekov okoliš?

## MOJ ODNOS PREMA BLIŽNJEMU

### Ljubim li istinski bližnjega svoga?

- Poštujem li svoje roditelje, braću, sestre i djecu?
- Jesam li drugoga navodio na zlo?
- U braku: trudim li se dovoljno da naš brak bude znak Krista i Crkve? Nisam li prema svom bračnom drugu bio vjeran?
- Jesam li odgovoran prema životu nerođenih? Nisam li druge nagovarao da učine pobačaj ili sam u tome pomagao? Da li prihvaćam da je samo Bog Gospodar ljudskog života?
- Volim li svoju djecu? Jesam li pravedan prema njima? Nisam li prestrog, ili i puštam sve na volju? Brinem li se za vjerski život obitelji?
- Jesam li nekome otimao zemaljska dobra: krao, varao, pronevjeravao, bio nepošten u prodaji i kupovini? Jesam li ukradeno vratio i štetu nadoknadio?
- Jesam li prema svojim mogućnostima pomagao siromašne? Nisam li ih možda prezirao?
- Jesam li govorio istinu? Nisam li lažima, klevetama, ogovaranjem, krivim sudom i odavanjem tajne nanio drugima zlo?
- Jesam li bio spreman oprostiti?
- Nisam li drugima bio zavidan na uspjehu i vrlinama? Nisam li im kvario veselje?
- Jesam li savjesno i brižno obavljao svoj posao? Radim li samo za novac ili i za bližnjega?

## MOLITVA NAKON ISPITA SAVJESTI

Svemogući vječni Bože, ti si utjelovljenjem, mukom, smrću i uskrsnućem svoga Sina pomirio svijet sa sobom. Molimo te, neka iščezne tmina grijeha te u čistoj radosti i vedra srca proslavimo otajstva našega spasenja koja nas obasjavaju tvojim svjetlom. Po Kristu Gospodinu našem. Amen!