

A GYÓNÁS MENETE

1. Köszönök és leülök vagy letérdelek:
Dicsértessék a Jézus Krisztus!
2. Keresztet vetek:
**Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében.
Amen.**
3. Elmondom, hogy mikor gyóntam utoljára.
Körülbelül mennyi idővel ezelőtt, hány hete vagy hónapja, esetleg több éve? (Évenként kötelező.)
4. Bevezető ima, amivel elkezdem a gyónást:
Gyónom a Mindenható Istennek és neked lelkiatyám, hogy előző gyónásom óta ezeket a bűnöket követtem el.
5. Ezt követi a bűnök felsorolása, utána válaszolok a lelkiatya esetleges kérdéseire.
Ha minden bűnomet felsoroltam, ezzel fejezem be:
Több bűnömre nem emlékszem.
6. Elégtételt kapok: Ez a pap által kért ima, vagy jócselekedet, amit a gyónás után mielőbb el kell végeznem.
7. Elmondom a bánatimát:
Teljes szívemből bánom minden bűnömet, mert azokkal a Jóistent megbántottam. Erősen fogadom, hogy Isten segítségével a jóra törekszem, a bűnt és a bűnre vezető alkalmat elkerülöm.
8. Feloldozást kapok (lehet, hogy a pap már a bánatima alatt elkezdte mondani ezt az imát), a legvégén némán keresztet vetek és ráfelelem:
Amen.
9. Záróvers (ha a pap mondja):
Pap: Magasztaljuk Istent, mert jóságos hozzánk!
Felelet:
Mert örökké szeret minket!
Pap: Isten megbocsátotta bűneidet, menj békével!
Felelet:
Istennek legyen hála!
10. Köszönök és felállok:
Dicsértessék a Jézus Krisztus!

AZ EGYHÁZ ÖT PARANCSA

1. A vasárnapot és a kötelező ünnepeket szentmisével és pihenéssel szenteld meg! 2. A pénteki bűnbánati napokat és a parancsolt böjtöket (hamvazószerda, nagypéntek) tartsd meg! 3. Évente gyónjál és legalább a húsvéti időben áldozzál! 4. Házasságodat az Egyház törvényei szerint kösd meg, és gyermekeidet katolikus módon neveld! 5. Az Egyházat anyagi hozzájárulásoddal is támogasd!

LELKIISMERETVIZSGÁLAT

ISTEN TÍZPARANCSOLATA ALAPJÁN

1.) Uradat Istenedet imádd és csak neki szolgálj! Naponta imádkozz és tegyél meg mindent, amit Isten kér tőled!

Isten a teremtő, mennyei Atyánk, akinek az életünket köszönhetjük, aki szeret minket és gondoskodik rólunk.

Kérdések:

- * Szeretem-e Istent és szívesen beszélgetek-e vele?
- * Ismerem-e Isten tanítását?
- * Figyelek-e Isten akaratára?
- * Őt szolgálom-e az életemmel, a tanulásommal?
- * Szoktam-e rendszeresen imádkozni?

Bűnök:

- Nem imádkoztam (reggel, este).
- Rosszul imádkoztam (pl. csak kértem, sosem adtam hálát, fenyegettem Istent, üzletnek tekintettem az imát)
- Hitem ellen beszéltem.
- Nem olvastam Bibliát, lelki könyvet.

2.) Isten nevét hiába ne vedd! Istenről mindig tisztelettel és szeretettel beszélj!

Kérdések:

- * Hogyan beszéltem Istenről?
- * Tisztelettel, szeretettel?

Bűnök:

- Káromkodtam. (Isten és a szentek nevével csúnyán beszéltem.)
- Átkozódtam.
- Szitkozódtam, csúnyán beszéltem.
- Feleslegesen vagy hamisan (vagyis hazugságra) esküdtem.
- Szent dolgokkal viccelődtem.

3.) Az Úr napját szenteld meg! A vasárnapot szentmisével és pihenéssel szenteld meg!

Vasárnap az Úr napja, mert Jézus ekkor támadt fel a halálból, hogy nekünk életünk legyen! A szentmisén találkozunk vele az Oltáriszentségben, a szentáldozásban!

Kérdések:

- * Istennek szentelem-e a vasárnapot?
- * Hogyan vettem részt a szentmisén?
- * Szoktam-e áldozni?
- * Munkával töltöttem-e vasárnapot?

Bűnök:

- Szentmisét mulasztottam.
Kihagytam-e szentmisét? (Egyedül a betegség indoka elfogadott.)
- Elkéstem a szentmiséről.
- Templomban nem megfelelően viselkedtem. **Fordítsd meg a lapot!**

4.) Atyádat és anyádat tiszteld!

Szüleink Isten helyettesei itt a földön, ezért kell nekik engedelmeskedni!

Kérdések:

- * Szeretem-e őket?
- * Tisztelem-e őket?
- * Imádkozom-e értük?
- * Engedelmeskedek-e nekik? Hallgatok-e jó tanácsukra?

Bűnök:

- Tiszteletlenül, szeretetlenül beszéltem szüleimről/szüleimmal
- Engedetlen voltam
- Feleseltem
- Szüleimet megszorítottam

5.) Ne ölj! Védj a magad és mások testi és lelki életét!

Isten testi és lelki életet adott nekünk. Ezért vigyázni kell a magunk és mások életére is.

Kérdések:

- * Vigyáztam-e a saját és mások egészségére?
- * Jó voltam-e másokhoz? Adakoztam-e?
- * Segítettem-e, hogy másnak is könnyebb, jobb élete legyen?

Bűnök:

- Csúfolódtam, Verekedtem
- Türelmetlen voltam másokkal
- Veszekedtem, mást rosszra tanítottam
- Közlekedési szabályokat nem tartottam meg (gyorshajtás, veszélyes előzés)
- Egészségemre nem vigyáztam, túl sok alkoholt ittam, kábítószerrel foglalkoztam
- Abortuszt végrehajtásában részt vettem, vagy arra bátorítottam más
- Nem segítettem másoknak eleget

6.) Ne paráználkodj! Légy erkölcsös, tiszta szívű nézésedben és tetteidben egyaránt!

Isten akarata, hogy testben-lélekben tisztán éljünk! Nemi életet csak házasságon belül szabad élni. A mezítelenséget el kell takarni.

Kérdések:

- * Szemérmes és tiszta voltam-e gondolataimban, szavaimban, cselekedeteimben? Nézttem-e ilyen képet, filmet, olvastam-e ilyen újságot?

Bűnök:

- Erkölcstelent néztem TV-ben, Interneten
- cselekedtem magamban
- cselekedtem mással
- beszéltem, játszottam, gondoltam ilyet

7.) Ne lopj! Dolgozz becsületesen!

Isten ránk bízta a világot. Azt kívánja, hogy dolgozzunk (tanuljunk) becsületesen és becsüljük meg a magunk és mások tulajdonát!

Kérdések:

- * Vigyáztam-e a magam és mások holmijára?
- * Adtam-e a magaméból más rászorulóknak?
- * Hogyan végeztem munkámat, kötelességemet, a tanulást?

Bűnök:

- Loptam (Ezt jóvá is kell tenni!)
- Kárt okoztam (Jóvátettem?)
- Lusta voltam
- Elmulasztottam a kötelességemet
- Tartozásomat nem fizettem ki, nem adtam vissza időben, amit kölcsönkaptam. (Ezt mielőbb meg kell tenni!)

8.) Ne hazudj, mások becsületében kárt ne tégy! Légy igazmondó, becsületes!

Jézus azt akarja, hogy legyünk megbízhatóak, vigyázzunk a becsületünkre, mindenkiről szeretettel beszéljünk!

Kérdések:

- * Megbízható, őszinte voltam-e?
- * Megvédtem-e mások becsületét?

Bűnök:

- Hazudtam
- Kibeszéltem (Más rossz tulajdonságát feleslegesen kibeszéltem.)
- Rágalmaztam (Másról olyan rosszat mondtam, ami nem volt igaz.)
- Titkot kibeszéltem

9.) Felebarátod házastársát ne kívánd! Légy hűséges házastársadhoz!

Isten azt akarja, hogy a házastársak hűségesen szeressék egymást.

Kérdések:

- * Örülök-e házastársamnak, szüleimnek?

Bűnök:

- Önző voltam
- Elégedetlen és türelmetlen voltam
- Békétlen voltam, zsörtölődtem

10.) Mások tulajdonát ne kívánd! Tégy jót másokkal!

Jószívűségre és őrizetlenségre kell törekedni.

Kérdések:

- * Mit teszek Jézus kedvéért?
- * Milyenek a kívánságaim?

Bűnök:

- Önző voltam
- Irigy voltam
- Kötelességemet elmulasztottam
- Nem törekedtem hibáimat kijavítani

Fordítsd meg a lapot!