

Zpovědní zrcadlo

Jak konat svatou zpověď? Jako marnotratný syn! Hřešil, opustil svého otce, ale pak se vzpamatoval. Uvažoval, co učiní ve své bídě, do níž ho uvrhl hřích = *zpytování svědomí*.

Pak hořce svého provinění *litoval* a učinil pevné *předsevzetí*: "Vzchopím se, vrátím se k otci, a už ho hříchem nezarmoutím."

Vrátí se, pokleká před otce a *vyznává* svůj hřích: "Otče, zhřešil jsem proti nebi a proti tobě."

Je hotov vykonat jakékoli *pokání (zadostiučinění)* za svou vinu: "Učiň mne jedním ze svých služebníků." A v odměnu za své pokání a za svou dobrou vůli nestal se nádeníkem, ale je vzat na milost a přijat zase za syna. Je mu navraceno vše, oč se připravil hříchem: láska otce, domov, klid svědomí, posvěcující milost (roucho a prsten), svoboda. Tak musíme odčinit své viny i my!

Pomodli se:

Přijď, Duchu svatý,
osvěť můj rozum, abych své hříchy náležitě poznal,
pohni mou vůlí, abych jich srdečně litoval,
z nich zcela a upřímně se vyznal,
za ně kajícně zadostiučinil a polepšil svůj život.

Uvažuj:

Kdy jsem se naposledy platně zpovídal?
Vykonal jsem uložené pokání?
Nahradil jsem podle možnosti učiněnou škodu?

Nyní si připomínej přikázání Boží a církevní, hlavní a cizí hříchy, taž se při tom, zda jsi nezhřešil myšlením, slovy nebo skutky.

Rozpomínej se, jak jsi konal své povinnosti a kterého hříchu ses dopouštěl nejčastěji, z návyku.

U smrtelných hříchů je třeba udat počet (kolikrát za rok, za měsíc...) a takové okolnosti, které mění druh nebo velikost hříchu, neboť i to je třeba říci při svaté zpovědi.

Hříchy proti Desateru Božích přikázání:

1. přikázání: *V jednoho Boha budeš věřit.*

Hříchy proti víře v Boha: *Nevěra* - nevěřit vůbec nebo nevěřit některé články víry, *zastávání bludů*, odpadnutí od víry, *zapírání* víry, dobrovolné pochybování o pravdách svaté víry, lhостejnost ve víře, vlažnost. Číst knihy a

dobrovolně poslouchat a mluvit rád řeči proti víře, chodit dobrovolně do špatných společností, za víru se stydět nebo ji (třeba i zdánlivě) zapírat. Zanedbávat náležitého náboženského vzdělání.

Hříchy proti naději v Boha: Nedůvěra v Boha, poddávat se *zoufalství*, *opovázlivě spoléhat* na Boží milosrdenství, zahrávat si s Boží spravedlností dlouhým odkládáním pokání, jsem-li v těžkém hříchu.

Hříchy proti lásce k Bohu: Chladnost k Bohu, neláska, *nenávisť* Boha.

Hříchy proti povinné úctě k Bohu: Reptat proti Bohu, zvláště když dopustí na nás nějaký kříž, tropit si posměch z věcí svatých, například z obřadů. *Zanedbávat* nebo nenáležitě konat *modlitby*: dobrovolná roztržitost při modlitbě a při mši svaté, neuctivé chování v kostele, například zbytečný hovor. Není hřích, vynecháš-li modlitbu ráno nebo večer, a ještě méně, vynecháš-li modlitbu před jídlem nebo po něm, při zvonění, modlitby předepsané v bratrstvech. Ale je hřích, když někdo vynechává modlitbu soustavně: zkušenost ukazuje, že se mezi dnem sotva kdo dostane k modlitbě, kdo ji vynechal ráno nebo ji odkládá na poslední chvíli před usnutím, je rozumné den modlitbou začínat i končit. Proto horlivý věřící nikdy neopomíjí modlitbu ranní, ledaže by byl na mši svaté, což je ta nejkrásnější pobožnost. Ale ani večerní, ledaže by byl na večerní mši svaté, kde se koná i zpytování svědomí za uplynulý den se vzbuzením lítosti. Také není hřích, když se nepřezehnáš cestou podle kříže nebo kostela.

Věřit *pověřám* a účastnit se jich (hadačství, spiritismus). *Svatokrádež* - zneuctívát osoby, místa, věci Bohu zasvěcené, nehodně přijímat svaté svátosti. Odpírat úctu svatým, zneuctívát obrazy a ostatky svatých.

2. přikázání: *Nevezmeš Boží jméno nadarmo.*

Vyslovovat *svatá jména* neuctivě, zbytečně, ze zvyku, ve zlosti, ke klení. Jestliže sis navykl něco takového, pak je třeba si to co nejdřív odvyknout. Nejenže to není pěkné, ale zarmocuješ tím Spasitele, a je možné tento zlozvyk snadno odložit. *Rouhat se*, o Bohu neb svatých nebo o posvátných věcech potupně mluvit či psát. *Přísahat* bez potřeby, křivě (na nepravdu), rouhavě (k něčemu nedovolenému). *Sliby* učiněné Bohu svévolně rušit.

3. přikázání: *Pamatuj, abys sváteční den světil.*

Konat či někomu ukládat bez nutné potřeby v *neděli* nebo v zasvěcený svátek *těžké manuální práce*, vlastní vinou *zanedbat mši svatou* buď úplně nebo její podstatné části; chovat se při ní neuctivě, roztržitě. Znesvěcovat sváteční den nestřídmostí, rozpustilými neb nedovolenými zábavami.

4. přikázání: *Cti svého otce a svou matku, abys dlouho žil a dobře se ti vedlo na zemi.*

K **rodičům**, k jejich zástupcům, k představeným se chovat **neuctivě**, hrubě, mluvit o nich neuctivě nebo špatně, představené bezprávně nebo nelaskavě a nemístně kritizovat; je **neposlušat**, nedbat jejich rad a napomínání, je nemilovat, urážet, odmlouvat jim, přát jim zlé, je **zarmucovat**, hněvat, poškozovat, nemodlit se za ně; v jejich stáří či nemoci rodiče opouštět, za ně se stydět. - Vrchnosti duchovní nebo světské zlehčovat, jim se protivit. - Se sourozenci se nesnášet, jim ubližovat, svádět je ke zlému. - Se zaměstnanci či podřízenými jednat nespravedlivě, tvrdě. - K starým lidem se chovat neuctivě.

5. přikázání: *Nezabiješ.*

Hříchy proti sobě: na těle nebo na duši si škodit, škodit si na zdraví nemírným sportem, pitím lihovin apod., poddávat se hněvu, hovět nezřízené sebelásce, domýšlivosti, ješitnosti, marnivosti, nemístné zvědavosti; **život si brát** (sebevražda), ukracovat zlostí či nestřídmostí, život bez potřeby **vydávat v nebezpečí**. Vyhledávat nebo se nevyhýbat příležitost ke hříchu.

Hříchy proti bližnímu: *Bližnímu* škodit na těle a na duši. Bližního nespravedlivě bít, usmrcovat, zranit, život mu ukracovat. Na bližního se **hněvat**, chovat mstivé úmysly; svádět ho ke hříchu, dávat mu pohoršení, nevlídnost, tvrdé jednání, tvrdost k chudým, závist, neláska, škodolibost, nenávisť, pomstychtivost.

6. a 9. přikázání: *Nesesmilniš. Nepožádáš manželky svého bližního.*

Hříchy proti svaté čistotě:

Dobrovolné **neslušné myšlenky, žádosti, pohledy, slova** (řeči) a **skutky** sám nebo s jiným. Vše, co svádí k porušení čistoty: neslušné knihy, časopisy, divadla a zábavy, neslušné zábavy.

7. a 10. přikázání: *Nepokradeš. Nepožádáš statku svého bližního.*

Hříchy proti majetku vlastnímu: Využívat ho ke zlému, štítit se práce, být lakomý, marnotratný, dělat lehkomyšlné dluhy.

Hříchy proti majetku cizímu: Bližnímu na majetku škodit, podvodem, lichvou, krádeží, loupeží. Jakékoli bezprávné odnětí nebo poškození cizího majetku.

Hříchy proti majetku veřejnému: Veřejný majetek svévolně, z nedbalosti neb pomsty kazit, nespravedlivě zadržovat, po něm bažit (nezřízená žádostivost cizího majetku), spolupůsobit k jeho škodě.

8. přikázání: Nepromluvíš křivého svědectví proti svému bližnímu.

Křivě (nepravdu) **svědčit**. Křivě podezřívat a posuzovat. **Lhát**, přetvařovat se. - Bližnímu škodit na cti křivým podezřením, opovážlivým posuzováním, **nactiutrhaním** (zjevovat neznámé chyby bližního), **pomluvou** (nepravdivé chyby o bližním rozšiřovat, i když je vymysleli jiní a člověk se nepřesvědčil), spíláním. V pomlouvačných řečech mít zalíbení, jim podle možnosti nebránit. Pomluvu a křivé svědectví je viník povinen odvolat. - Daného slova nebo slibu svévolně nedodržet.

Církevní přikázání:

1. O nedělích a zasvěcených svátcích se účastnit mše svaté a zachovat pracovní klid:

Zasvěcené svátky jsou všechny neděle, slavnost Narození Páně (25.12.) a slavnost Matky Boží, Panny Marie (1.1.).

Církev však doporučuje slavit stejně i slavnosti:

Zjevení Páně (6.1.), Nanebevstoupení Páně (čtvrtek po 6. velikonoční neděli), Těla a Krve Páně (čtvrtek po slavnosti Seslání Ducha svatého),

Neposkvrněného početí Panny Marie (8.12.), Nanebevzetí Panny Marie (15.8.),

svatého Josefa (19.3.), svatých Petra a Pavla (29.6.), svatých Cyrila a Metoděje (5.7.), svatého Václava (28.8.) a Všech svatých (1.11.).

2. Vyzpovídat se ze svých hříchů aspoň jednou za rok.

3. Přijmout Svátost oltářní aspoň ve velikonoční době.

4. Zdržovat se od požívání masa a zachovávat půst újmy ve stanovené dny:

Popeleční středa a Velký pátek jsou dny přísného postu: **zdrženlivosti od masa i újmy v jídle** (zdrženlivost od masa zavazuje od 14 let, újma v jídle od 18 do 60 let). Při postu újmy je dovoleno najíst se jen jednou za den dosyta. Kromě toho je možné ještě dvakrát za den něco pojíst. Vážný důvod jako nemoc či těžká tělesná práce osvobozují od této povinnosti.

Každý pátek, pokud na něj nepřipadne slavnost, je dnem pokání, neboť toho dne za nás umřel náš Spasitel. Forma pokání je půst od masa nebo jiný kající skutek nebo modlitba.

Modlitba: mše svatá, četba Písma svatého, meditace, růženec, křížová cesta, studium křesťanské nauky...

Postem je odepřít si: masitý pokrm, sladkosti, zábavné pořady v televizi, kouření, alkoholický nápoj...

Almužna: skutek lásky k bližnímu.

Celá postní doba je časem kající praxe Církve. Je třeba zachovávat vážný ráz adventní a postní doby (není možná svatba na Velký pátek či Bílou sobotu).

Před každým přijímáním Svátosti oltářní je eucharistický půst aspoň jednu hodinu.

5. Každý podle svých možností přispívat Církvi na její hmotné potřeby.

Hlavní hříchy:

pýcha, lakomství, smilstvo, závist, nestřídmost, hněv, a lenost.

Hříchy cizí:

Na cizím hříchu má účast, kdo jinému ke hříchu radí; kdo jinému hřích přikazuje; kdo ke hříchu jiného svoluje; kdo jiného ke hříchu navádí či svádí; kdo hřích jiného schvaluje; kdo ke hříchu jiného mlčí či jej zamlčuje, je-li povinnost věc oznámit; kdo hřích jiného netrestá či nekárá, ač je tomu povinen; kdo bere podíl na hříchu jiného; a kdo hřích jiného hájí.

Hříchy proti Duchu svatému:

úmyslně hřešit na Boží milosrdenství, zoufat si nad Božím milosrdenstvím, odpírat poznané křesťanské pravdě, svému bližnímu nepřát a závidět Boží milosti, mít zatvrzelé srdce k spasitelnému napomínání, úmyslně setrvat v nekajícím životě až do konce.

Hříchy do nebe volající:

úmyslná vražda, sodomie, utiskování chudých, vdov a sirotků, a zadržování nebo zkracování mzdy dělníkům.